

# Inhalt

Vorwort .....	7
1 Vorbereitung der Bühne: ein notwendiges, persönliches Wort .....	10
2 Das Leben ist ein Zufall .....	25
3 Alles Leben ist eng miteinander verbunden .....	34
4 Der Tanz mit dem Tod: die Entdeckung der Sterblichkeit .....	43
5 Der Verlockung der Religion .....	55
6 Der dominante Überlebenstrieb .....	65
7 Die Todesfurcht und die Rolle der Religion .....	72
8 Die verschiedenen Gesichter der Religion .....	78
9 Die Werkzeuge der religiösen Manipulation .....	88
10 Die Befreiung der Religion von Himmel und Hölle .....	97
11 Die Überwindung kindlicher Vorstellungen: der Tod der Religion .....	108
12 Die Veränderung des religiösen Grundverständnisses .....	122
13 Wer bin ich? Wer ist Gott? .....	129
14 Die Sicht der Mystiker .....	140
15 Die Auferstehung: ein Symbol und seine Wirklichkeit .....	153
16 Verstecken – Denken – Sein .....	166
17 Ich glaube an ein Leben nach dem Tod .....	182
Nachwort: Die Wahl des Sterbens .....	190
Dank .....	203
Anmerkungen .....	209
Bibliografie .....	215

### **3 Alles Leben ist eng miteinander verbunden**

*Ich empfinde mich so sehr als einen Teil alles Lebendigen, dass ich mir nicht im geringsten Gedanken über den Anfang oder das Ende der konkreten Existenz irgendeiner Person in diesem ewigen Ablauf mache.*

Albert Einstein

Wissenschaftler nehmen heute an, dass das Universum, in dem wir leben, zwischen 13 und 14 Milliarden Jahre alt ist. Der Planet Erde, ein kleiner Teil des Universums, ist zwischen vier und fünf Milliarden Jahre alt. Auf diesem Planeten erschien jedoch kein Lebewesen bis vor etwa achthundert Millionen Jahre nach dem Entstehen der Erde. Menschliches Leben (je nachdem, auf welche Definition man zurückgeht) kam nicht vor einem Zeitraum zwischen etwa zwei Millionen und hunderttausend Jahren auf diesen Planeten. Es lässt vermuten, dass weder das menschliche Leben noch das Leben überhaupt der Grund für die Erschaffung der Welt war. Für die meisten von uns, die alles aus der Mitte ihres eigenen Bewusstseins sehen, ist diese Erkenntnis ein Schock für ihr übertriebenes Selbstwertgefühl. Er fordert unsere selbstgemachten Anthropomorphismen und unsere menschlichen Verblendungen heraus.

Die ursprüngliche Lebensform bestand aus einer einzigen Zelle, welche die Fähigkeit zur Kernteilung hatte und so aus einer zwei Zellen erzeugen konnte. Dieser Prozess der Zellteilung spielte sich wörtlich genommen während mehr als Hunderten von Millionen Jahren Trillionen mal ab. Die Veränderungen in diesem Prozess vollzogen sich noch langsamer als im sprichwörtlichen Schneckentempo. Beim Auftreten solcher Veränderungen entstanden unvorhersehbare Dinge,

die überraschend neu und absolut einmalig waren. Wir verstehen immer noch nicht, was diese dramatischen Veränderungen auslöste und warum sie plötzlich – oder vielleicht doch nicht so ganz plötzlich – auftraten. Das Leben ist auch für uns, die wir es erleben, ein unergründliches Geheimnis.

Die erste dieser erkennbaren Veränderungen geschah, als die bereits erwähnten Einzelzellen, die über einige hundert Millionen Jahre gleich blieben, begannen, sich zu Zellhaufen zu verbinden. So entstanden unterschiedliche Zellformationen. Dieser unglaubliche erste Schritt zur Komplexität hatte zur Folge, dass die einzelne Zelle nicht mehr alle Funktionen allein übernehmen musste. Die unterschiedlichen Funktionen konnten jetzt geteilt oder gar delegiert werden. Nachdem es zu diesem Schritt gekommen war, wurden vielzellige Lebewesen zu einem Faktor im Mysterium des Lebens. Dann vergingen wieder Hunderte von Millionen Jahre, bevor es zum nächsten Schritt kam, der die Natur für immer veränderte. Diese Veränderung führte zu zwei unterschiedlichen Lebensformen, die wir als beseeltes und unbeseeltes Leben kennzeichnen. Zunächst war der Unterschied winzig, fast zu gering, um bemerkt zu werden. Selbst Botanikern und Zoologen fällt es schwer, diesen Lebensformen die Begriffe *beseelt* und *unbeseelt* eindeutig zuzuordnen. Im Laufe der Zeit konnte man jedoch diese Unterscheidung bei den meisten Geschöpfen leicht erkennen. Diese ganze Entwicklung vollzog sich im Meer und war darauf beschränkt, denn die Erdoberfläche war noch für keine Lebensform bewohnbar. Diese Lebensformen waren so fruchtbar, dass das Meer bald von Lebewesen wimmelte.

Die nächste größere Veränderung erfolgte, als Lebewesen das Meer verließen und auf das Land gingen. Unvermeidlich begannen Lebewesen, den Reiz der einladenden Erdoberfläche zu spüren. Zunächst begannen Pflanzen und Tiere versuchsweise vom Ozean in Flussbetten und Flussmündungen vorzudringen. Danach besiedelten sie in einem langsamen und über viele Generationen dauernden Prozess das Festland und breiteten sich auf der Erdoberfläche aus, indem sie sich ständig den sich verändernden Lebensbedingungen anpassten.

Dieser Übergang bedeutete zum Beispiel, dass die Eier legenden, im Meer lebenden Lebewesen sich zu Eier legenden Amphibien und dann schließlich zu Eier legenden, auf dem Land lebenden Reptilien entwi-

ckelten. Gegen Ende des Jahres 2008 erschien in der Presse ein Bericht über in der Arktis gefundene, fossile Überreste eines Zwischenwesens, das die Kluft zwischen Fisch und Reptil überbrückte. Diese Kreatur, die Tiktaalik roseae genannt wurde, musste vor 375 Millionen Jahren gelebt haben.<sup>6</sup> Als dieser Übergang abgeschlossen war und Reptilien beständig auf dem Land lebten, entwickelten sie sich so gut, dass sie als große Saurier ungefähr von vor 185 Millionen bis vor ungefähr 65 Millionen Jahre die Erde beherrschten. Zu dieser Zeit geschah nach Annahme der Wissenschaftler der bereits geschilderte Zusammenstoß mit einem riesigen Kometen. In diesem enorm zerstörerischen Augenblick starben die riesigen Reptilien aus und machten den Weg frei für die allmähliche Entwicklung warmblütiger, Eier legender Säugetiere. Diese Säugetiere hatten das Potential für die Entwicklung von Intelligenz und Bewusstsein auf einer höheren Ebene, als sie die Reptilien je erreichen konnten.

Der intensive biologische Dialog zwischen diesen Lebewesen und den physikalischen Eigenschaften ihrer Umwelt und die klimatischen Veränderungen führten dazu, dass sich die Säugetiere zu einer Vielfalt erkennbarer und katalogisierbarer Arten entwickelten. Die Untergruppen der Säugetiere sind heute so ausgeprägt, dass sie trotz ihrer gemeinsamen Vorfahren sich nicht mehr kreuzen lassen. Auf diese Art und Weise entwickelten sich diese außerordentlich vielfältigen Lebensformen auf diesem Planeten. Die Fähigkeit der Lebewesen, sich an die sich ständig verändernde, physikalische Welt anzupassen, war der Schlüssel für ihr Überleben und ihre Entwicklung.

An einer Stelle dieses Entwicklungsprozesses trat das Bewusstsein in Erscheinung. Wiederum weiß niemand genau, wann, wie oder warum das geschah. Embryonische Formen des Bewusstseins scheinen anfangs kaum mehr gewesen zu sein als körperliche Reaktionen auf die Umgebung – etwas, das den Reflex eines Lebewesens auslöste. Das Bewusstsein begann als ein anpassungsfähiger, auf das Überleben hin ausgerichteter Mechanismus. Die neuen, bewussten Formen der Lebewesen lebten zwar in der Zeit, hatten aber kein Empfinden für den Zeitverlauf. Es gab keine Beziehungen zur Vergangenheit und wenig Erinnerungen an sie. Es gab keine Vorahnung für die Zukunft und keine Vorausplanung. Einige instinktmäßige Verhaltensweisen mögen so ausgesehen haben, als seien sie zeitbezogen, aber es gab

keine Freiheit, solche Verhaltensformen zu unterlassen, wie etwa den Nestbau, um Eier zu legen, und das Nüssesammeln für die Überwinterung. Für diese neuen, bewussten Geschöpfe war alles nur eine ein-dimensionale Gegenwart. Sie reagierten nur auf die Bedrohung des Augenblicks. Sie verwandten keine Zeit darauf, sich an die Bedrohungen von gestern zu erinnern noch vor den Schmerzen von morgen zu schützen. Das Heraufkommen des Bewusstseins war eine enorme Bereicherung des Lebens. Nur im Rückblick aus der menschlichen Perspektive zeigen sich seine Grenzen. Nachdem dieser Durchbruch einmal erreicht wurde, verging wieder außerordentlich viel Zeit – genau genommen Hunderte von Millionen Jahren – in denen sich das Bewusstsein weiterentwickelte.

Irgendwann vor zwei bis vier Millionen Jahren entwickelte sich aus den Primaten eine Spezies mit einem größeren Gehirn – Geschöpfe, die menschenähnlich, aber noch nicht vollständig menschlich waren. Mit dem Auftreten dieser Geschöpfe kam es wiederum zu einem der gewaltigen Sprünge. Nun wurde das Bewusstsein zum Selbstbewusstsein. Es ist schwer, für diese Veränderung einen genauen Zeitpunkt anzugeben. Dies liegt vielleicht daran, dass sie nicht in einem Augenblick geschah, sondern sich eher über einen langen Zeitraum hinzog, in dem das scheinbar letzte Hindernis, das das Bewusstsein vom Selbstbewusstsein trennte, mehr wie eine variable Linie erscheint. Diese Linie konnte jedoch nur in einer Richtung überquert werden. Denn kein einziges Geschöpf mit Selbstbewusstsein bewegt sich vom Selbstbewusstsein zurück zum Bewusstsein. Einige Wissenschaftler legen diesen Übergang zum Selbstbewusstsein auf die Zeit vor nur 50 000 Jahren, andere nennen eine Zeit vor 200 000 Jahren. An irgendeiner Stelle jedoch wurde die Trennungslinie zwischen Bewusstsein und Selbstbewusstsein unwiderruflich überschritten. In diesem Augenblick erschien das menschliche Leben auf dieser Erde. Es hatte durch das Auftreten des Selbstbewusstseins eine neue Dimension erreicht. Das war eine dramatische, neue Sache. Die Welt würde nie mehr dieselbe sein.

Wir versuchen uns vorzustellen, was es für dieses Geschöpf bedeutete, in dem das Selbstbewusstsein zuerst auftrat. Wie war das? Es gab offensichtlich viele Eindrücke, aber alle waren wahrscheinlich furchterregend. Zunächst erlebten sie ihr Selbstbewusstsein als eine Tren-

nung von der natürlichen Welt, zu der sie bis zu diesem Augenblick eindeutig gehörten. Dann erlebten sie, wie sie einer Welt gegenüberstanden, deren ungeheure Größe den Menschen zum Zwerg machte und in ihm ein Gefühl der Schwäche und der Hilflosigkeit weckte. Diese Welt schien von gewaltigen Kräften erfüllt zu sein. Dadurch wurden die Menschen sich ihrer eigenen relativen Machtlosigkeit bewusst. Die vielleicht treffendste Parallele finden wir beim menschlichen Kleinkind, das, nachdem es in die Welt hineingeboren wurde, gleichzeitig Trennungsschmerz, Schwäche, Abhängigkeit und Ohnmacht entdeckt. In der Geschichte waren dies jedoch die Empfindungen eines voll erwachsenen, aber traumatisierten Menschenwesens. Es war, als ob die Menschen aus ihrer eigenen Haut gefahren wären und diese Haut von einem anderen Ort aus betrachteten. Jetzt verlangten sie, unmittelbar danach einen Weg zurück in den Leib der Natur und zu ihrer Geborgenheit zu finden. Doch die natürliche Welt, von der sie durch ihr Selbstbewusstsein getrennt waren, war von Mächten erfüllt, die sie nicht verstanden und über die sie zuvor nie nachdenken mussten. Da gab es die Sonne, deren Auf- und Untergang sie beobachten konnten. Sie brachte Wärme und Licht. Von beidem waren sie abhängig. Ihr Verschwinden in der Nacht brachte Angst, Dunkelheit und Kälte. Im Mittelalter bedachten unsere Vorfahren dies in ihren Gebeten, damit sie von Dingen bewahrt würden, »die in der Nacht herumtoben«<sup>7</sup>. Dann gab es da einen kleineren Himmelskörper, den man Mond nannte. Er gab ein wenig Licht in der Finsternis der Nacht, doch dieser Mond veränderte sich vom Vollmond bis zu einer winzigen Sichel. Manchmal sah er aus, als hätte ein Riese ein Stück von ihm abgebissen. Dann verschwand das Licht des Mondes in vollkommener Finsternis, aus der am dritten Tag nur eine kleine Sichel wieder hervorkam, die von Tag zu Tag langsam wuchs und von einem Tag zum andern heller wurde, bis das volle Licht wieder erschien, doch nur um wieder in die Finsternis zu verschwinden. Dieser Mondwechsel wurde zum ersten Mittel, die Zeit zu messen. Etwas, das in der Vergangenheit lag, geschah »vor vielen Monden.«

Von diesem geheimnisvollen Himmel stürmte Wind, fiel der Regen, leuchteten Blitze auf und krachte der Donner. Durch das trockene Land flossen Bäche und Flüsse, die das Leben erhaltende Wasser brachten. Sie alle flossen schließlich in das große Wasser, das die Rän-

der der Landmassen der Welt umringte. Diese Ozeane hatten scheinbar ewige Wellen, die unbarmherzig und regelmäßig und manches Mal wild auf das Land hereinbrachen. Die Menschen nahmen an, dass all diese Dinge schon ewig in der Welt waren. Neu und anders war jetzt das Selbstbewusstsein, das sich Gedanken machte, Fragen stellte und versuchte, diese physikalischen Ereignisse zu verstehen. Dies zeigte, dass selbstbewusste Wesen jetzt die Dinge ihrer Welt in einer Weise verstehen, handhaben und kontrollieren konnten, wie sie es nie zuvor für möglich hielten. Sie fragten nach Sinn, Zweck und Ziel. Sie versuchten zu verstehen, wer sie waren und in welcher Beziehung der Rest der Welt zu ihnen stand.

Ich habe zwei Enkelkinder, die im Alter von vier, fünf Jahren die Frage nach dem »Warum« tausend Mal am Tag stellen. Das ist eine Frage selbstbewusster Geschöpfe. Diese kindliche Neugier erinnert an die frühe Zeit in der menschlichen Entwicklung, als alles ein Mysterium war, für das die Frage »Warum?« die angemessene menschliche Reaktion war. In irgendeiner Weise scheint jedes menschliche Wesen die menschlichen Entwicklungsstufen zu wiederholen. Ich vermute, dass die Menschen die Angst, die im Trauma der Geburt des Selbstbewusstseins erfahren wird, nicht verarbeiten konnten. Nachdem das Selbstbewusstsein sich etabliert hatte, konnte das Leben auf dem Planeten Erde nie mehr so bleiben, wie es war.

Dies geschah, als die Zeit das Leben der gerade selbstbewusst gewordenen Menschen durchdrang und die Flut der Ängste weiter mächtig anstieg. Die selbstbewussten Menschen erkannten, dass das Leben vergänglich ist. Tiere konnten das nicht erkennen. Als die Menschen begriffen, dass sie sterblich sind, erkannten sie auch, dass die Zeit nur in eine Richtung weist und sie durchs Leben zum Lebensende trägt. Das Ende des Lebens ist der Tod, der das unausweichliche Ende jedes Lebewesens ist. Doch nur selbstbewusste Lebewesen konnten das wissen. Das Bewusstsein für die Zeit ermöglichte auch, dass die Selbstbewussten den Grenzen der Zeit in beiden Richtungen entfliehen konnten. Sie konnten in ihren Vorstellungen die Vergangenheit zurückrufen und sogar erneut durchleben. Sie konnten die Zukunft vorwegnehmen und planen. Sie konnten sich die Ewigkeit vorstellen und darüber nachdenken. Man versuche, sich den Schock vorzustellen, den diese Erkenntnisse in dem erregenden Übergang vom Bewusstsein zum

Selbstbewusstsein auslösten. Menschen konnten sich jetzt ihre Ängste und Bedrohungen von gestern in Erinnerungen rufen und zu einem Teil ihrer Gegenwart machen. Sie konnten die Sterblichkeit begreifen und erkennen, dass sie unausweichlich ihr Schicksal ist. So wurde dies zu ihrer natürlichen Bestimmung. Sie waren nicht nur im Augenblick der Gefahr ängstlich und furchtergriffen, sie lebten vielmehr ständig in Angst und Furcht. Das Überleben ist offensichtlich ein eingeborener Trieb aller Lebewesen. Nun wurde er zum Teil ihres Selbstbewusstseins. Mit der Ankunft des Selbstbewusstseins wurde es zur Natur des Menschen, ständig in Furcht und Angst zu leben. Die selbstbewussten Geschöpfe konnten nicht mehr wie die anderen Lebewesen in einer eindimensionalen Gegenwart leben. Wir können heute erkennen, dass dieser Zustand des Menschen enorm viel Mut verlangte. Das Selbstbewusstsein versetzt unser Gefühlsleben in einen ständigen Überlastungszustand.

Es gab keine Rollenvorbilder, die dem jetzt selbstbewussten Menschen die Fähigkeiten vermitteln konnten, mit dieser neuen Wirklichkeit fertig zu werden. Urheber müssen immer Neuland betreten. Die Menschen waren jetzt vom Königreich der Tiere durch eine riesige Schlucht getrennt. Der biblische Schöpfungsmythos überliefert diese Wahrheit im Bild des ersten Menschen Adam, von dem gesagt wird, dass ihm Macht über die Vögel in der Luft, die Fische im Meer und die Tiere auf dem Feld gegeben wurde. Die alte Erzählung berichtet, dass Adam den Tieren ihre Namen gab, als ob er ihr Meister wäre. Dann legte er fest, dass alle nichtmenschlichen Geschöpfe nur zur Bequemlichkeit und zum Nutzen der selbstbewussten Lebewesen da seien (1 Mose 2). Die frühen Menschen begannen, Ansprüche zu erheben, die den entscheidenden Unterschied, nämlich ihre Einzigartigkeit, begründen sollten. Sie sagten von sich selbst, dass sie das Bild dessen trügen, der sie erschuf und der jenseits dieser Welt lebte. Deshalb hatten sie einen bestimmten, ewigen Wert. In den Milliarden Jahren, in denen es Leben auf der Erde gab, hatte kein Lebewesen das gefühlt, was die selbstbewussten Menschen jetzt zu fühlen begannen. Das menschliche Leben unterschied sich von allem, was dieser Planet je gekannt hatte.

Bei jedem Durchbruch zu einer neuen Bewusstseinsebene ist die Angst vor dem Neuen immer größer als die Möglichkeiten, die sich aus dem Durchbruch ergeben. Ich vermute, dass die Menschen sich als



nächstes den Empfindungen zuwandten, die sie in ihrer vollkommenen Einsamkeit und dem bedrückenden Gefühl der Trennung bedrängten. Sie versuchten, mit der Angst fertig zu werden, nachdem ihr Versuch einer Rückkehr in den Mutterleib sich als unmöglich erwiesen hatte. Vielleicht wird diese ursprüngliche Reaktion in dem biblischen Mythos davon ausgedrückt, nach dem der erste Mann und die erste Frau versuchten, wieder in den Garten Eden zurückzukehren, wo sie in einem Zustand lebten, der – wie die Geschichte erzählt – als »Einheit mit Gott« oder wenigstens mit der Natur beschrieben wird. Adam und Eva entdeckten die Wahrheit, dass das Selbstbewusstsein eine Einbahnstraße zu einer neuen Wirklichkeit ist. Die Tore zum Garten der mythischen Einheit waren jetzt verschlossen und wurden – wie der Mythos sagt – von einem beschützenden Engel mit einem flammenden Schwert bewacht (1 Mose 3,24). »Es führt kein Weg zurück.« Das ist eine sehr zutreffende Wahrheit.<sup>8</sup>

Ein allgemein gültiges Verständnis von Menschheit gibt es nicht wirklich. Es ist eine Vorstellung, die im individuellen Leben der Menschen zum Ausdruck kommt. Wir können die Wirkung, die das Selbstbewusstsein auf das menschliche Leben insgesamt ausübte, nur begreifen, wenn wir den Schock begreifen, der ein bestimmtes Einzelleben treffen kann. Von daher leiten wir »menschliche Muster« ab. Der Weg zum Verständnis des menschlichen Lebens im Allgemeinen kann nur gefunden werden, wenn wir versuchen, so tief in ein bestimmtes, menschliches Leben einzudringen, dass wir ein Bewusstsein erkennen können, das uns generell alle betrifft. Daraus ergibt sich, dass man nur herauszufinden kann, was Leben bedeutet, wenn man begreift, was Sterben bedeutet. Im Umkehrschluss kann man nur wissen, was das Sterben bedeutet, wenn man entdeckt, was Leben bedeutet. Wenn ich je glaubwürdig über das Leben nach dem Tod sprechen will, muss ich erst lernen, mich auf das Leben vor dem Tod einzulassen und zu leben.

Das Leben nach dem Tod hat keine Bedeutung, wenn es kein Leben vor dem Tod gibt. Deshalb zwingt mich mein Ansatz dazu, zwischen der Menschheitsgeschichte und meiner individuellen Geschichte hin und her zu springen. Das Selbstbewusstsein und ein neues Verständnis der Zeit gaben dem menschlichen Leben eine neue Dimension und zwangen den Menschen, sich mit der Vorstellung seiner Sterblichkeit und sogar mit der Vorstellung seiner Auslöschung zu befassen. Wie

kann man damit fertig werden? Ich kann das nur aus meinem Blickwinkel beantworten. So kehre ich jetzt wieder dahin zurück zu erzählen, wie ich lernte, mit dem Tod zu ringen, bis ich in diesem Kampf herausfand, wie die Furcht und die Macht, die der Tod über unser Leben zu haben scheint, uns bedrohen und was sie bedeuten und wie die Bedrohung verändert werden kann.