

DAS STEHEN VOR DEM NICHTS ALS SCHWELLE

Was ist mit dem biografischen Nichts-Erlebnis gemeint?

Welche Schwelle markiert es?

Welche Erkenntnisse und Konsequenzen bringt es mit sich?

Das biografische Nichts-Erlebnis als Phänomen

Vom biografischen Nichts-Erlebnis sprechen wir, wenn man in eine schwere Lebenskrise kommt, die einem komplett den Boden unter den Füßen wegzieht, provoziert durch Jobverlust, Tod, Krankheit oder andere einschneidende Ereignisse. An der Stelle macht man biographisch durch, was Rudolf Steiner als Übung angibt, wenn man sich den alten Saturn am Weltenanfang zu vergegenwärtigen versucht: Man steht vor dem Nichts. An diesen Punkt kommt man jedoch erst, wenn man stark genug dafür geworden ist. Dann wird man wie von außen, provoziert durch irgendein Schicksalsereignis, oder von innen hervorbrechend mit der Frage konfrontiert:

Lebst du eigentlich dein eigenes Leben?

Ist es wirklich deines?

Man hat plötzlich Anlass, alles infrage zu stellen. Das ist keine Depression, obwohl es so aussehen kann, sondern es ist ein hundertprozentiges Sich-selber-in-Frage-Stellen und Sich-von-allem-Distanzieren, was man durch Familie, Umwelt, Karriere, Beruf und Partnerschaft geworden ist. Das ist alles weg, trägt nicht mehr. Man ist reduziert auf die Frage:

Wer bin ich wirklich?

Man sucht das wahre Ich – und darüber kann man sich nur selber Auskunft geben. Das kann kein Berater, kein Partner, niemand. Das könnte nur das eigene Gewissen, doch das schweigt an diesem Punkt auch. Es lässt dieses Nichts-Erlebnis zu, weil es um seine Bedeutung weiß.

Individuelle Ausdrucksvarianten davon

Es gibt viele Möglichkeiten, dieses Erlebnis in Worte zu fassen – wenn man überhaupt jemanden hat, mit dem man darüber reden kann. Ich möchte vier davon anhand der Temperamente skizzieren:

- Der **Choleriker** reagiert wütend, weil er es nicht wie bisher schafft, aus dieser Krise herauszukommen. *Er könnte sich vor Wut in Stücke reißen.*
- Der **Sanguiniker** erlebt: *„Ich hänge in der Luft.“*
- Der **Phlegmatiker** klagt: *„Ich bin komplett am Schwimmen.“*
- Der **Melancholiker** sagt: *„Ich bin völlig am Boden. Tiefer geht es nicht.“*

In jedem Fall ist es ein fürchterliches Erlebnis.

Novalis drückt es in seinen geistlichen Liedern¹ so aus: *„Der Wahnsinn naht und locket unwiderstehlich hin. Der Puls des Lebens stocket, gelähmt ist der Sinn.“*

Daseinserlebnis trotz Ohnmacht

Wenn man jedoch die Ohnmacht aushält und die Verzweiflung wie zur Ruhe bringt, weil man merkt, dass es nirgendwo hinführt, alles nur schrecklich zu finden, macht man plötzlich die Erfahrung: *„Ich bin ja noch da. In mir lebt ein Wille, auch wenn er überhaupt nicht weiß, was er will. Jetzt sollte ich innehalten und ganz still werden.“*

Dabei merkt man: *„Ich bin noch da, bin in diesem Nichts nicht verschwunden. Es gibt mich noch. Wer also trägt mich in diesem Nichts?“* Rudolf Steiner sagt, es sei der Christus. Dazu passt der schöne Spruch: *„Man kann nie tiefer fallen als in Gottes Hand.“*

Man erlebt, dass durch alles hindurch einer da ist, der das Leben der Welt trägt und ordnet. Man erlebt den Träger und Begleiter der eigenen Biografie. Und aus diesem Gefühl des Getragenseins und Dasein-Dürfens erwacht neuer Lebensmut, Daseinsmut.

Zweite Geburt aus sich selbst heraus

Man spürt jetzt, wie man aus diesem Nichts die nötige Kraft für etwas wirklich Eigenes schöpft. Das ist ein rein spiritueller Vorgang. Jetzt ist man aufgerufen, das eigene Leben angesichts des Wegfallens bisheriger Werte selbst in die Hand zu nehmen, selbst herauszufinden, was man vor dem eigenen Gewissen für menschenwürdig und lebenswert erachtet.

Und so vollzieht man eine zweite Geburt aus sich selber, aus dem totalen Nichts-Erlebnis heraus, indem man in diesem Nichts selber den ersten Stein setzt, auf dem man wieder sicher stehen kann. Man macht sich klar, welche Art Mensch man werden will und findet in sich den Mut, diesen eigenen Lebensidealen für das weitere biographische Leben und Arbeiten zu folgen.

Vgl. „Christus – und das Schicksal der Menschen“, Vortrag gehalten Oktober 2023 in Mannheim

¹ Geistliche Lieder ist der Titel einer Gedichtsammlung von Novalis (Friedrich von Hardenberg). Die Sammlung wurde 1802 postum veröffentlicht.