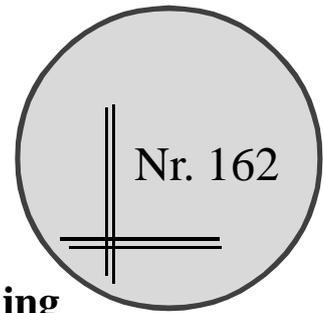




# Der Kleine Schreiberling

<http://www.marioproll.de/Schreiberling>



Warum? (18)

## Erst der Schmerz befähigt uns zum Leben

„Denn ich bin dem Fallen nahe,  
und mein Schmerz ist immer vor  
mir.“ Ps 38,18

Ich kann den Schmerz nicht leiden. Ja, ich gebe zu, dass ich ein ausgesprochen leidensscheuer Mensch bin. Mein ganzes Verhalten ist im Grunde der Versuch, Schmerz möglichst zu vermeiden. Und doch bin ich froh, dass es den Schmerz in meinem Leben gibt. Ja, ich glaube sogar, dass der Schmerz mich überhaupt erst lebensfähig macht. Das lässt sich sehr schnell erkennen, wenn ich mir vorstelle, ich würde das Schmerzempfinden einfach komplett ausschalten. Vielleicht mit Alkohol oder Tabletten oder auch Drogen. Was wäre dann die Folge? Zuerst fände ich das ganz schön. Kein Schmerz mehr. Kein Leiden mehr. Aber dann würde ich vermutlich damit beginnen, mich selber zu gefährden. Fällt der Schmerz weg, lässt auch die Vorsicht nach, mich selber zu verletzen. Denn das was ich eben von meiner Leidensscheu sagte hat ja auch sein Gutes. Mein Schmerzvermeidungsverhalten sorgt dafür, dass ich gefährliche Situationen meide.

### Schmerz ist ein Alarmsignal

Der Sonnenbrand warnt davor, zu lange, mich der Hitze auszusetzen. Der Schmerz signalisiert mir, dass

es zu gefährlich wird, weiterhin in der Sonne zu sein. Lege ich meine Hand auf eine heiße Herdplatte signalisiert mir sofort ein heftiger Schmerz, das ist gefährlich. Ohne Schmerzempfinden würde ich immer alle Gliedmaßen im Augen behalten müssen, denn ich würde ja erst bemerken, dass etwas passiert ist, wenn sie schon stark beeinträchtigt wären. Der Schmerz ist wie ein Gefahrenanzeiger. Ohne Schmerz würde ich viel zu spät bemerken, dass der halbe Unterarm versengt ist, nämlich erst dann, wenn ich zufällig mal hinschaue.

### Schmerz ist ein Korrektursignal

Der Schmerz ist aber nicht nur ein Alarmsignal, er ist in vielen Fällen auch ein Korrektursignal. Der Schmerz zeigt mir an, wenn etwas nicht stimmt. Spüre ich zum Beispiel in mir ein starkes Sodbrennen, dann sind das ganz herzliche Grüße von meiner Bauchspeicheldrüse, die mir klarmacht, dass ich entweder zuviel Süßigkeiten oder zuviel Schnaps oder ähnliches in tus habe. Zahnschmerzen sind der dezente Hinweis, dass da irgendwo ein Loch ist, und dass ich möglichst bald zum Zahnarzt gehen sollte. Ohne Schmerz würde ich wahrscheinlich diesen Besuch sehr lange aufschieben, wenn ich

überhaupt genug Vernunft und Einsicht aufbringen würde, um dorthin zu gehen. Und was für den körperlichen Bereich gilt, gilt auch für den psychischen. Schmerz und Leiden warnen vor Gefahren und wollen zu Korrekturen führen. Zwar nicht immer und in jedem Fall, aber doch oft. Und selbst für den geistlichen Bereich trifft das zu. Auch hier hat der Schmerz diese doppelte Funktions des Warnens und Korrigierens. Das schlechte Gewissen ist hierfür ein starkes Beispiel, weil es Veränderung einfordert und mich davor warnt, dass etwas nicht in Ordnung ist.

### Schmerz ist ein Zeichen des Lebens

Der Schmerz befähigt mich erst zum Leben. Ohne Schmerz würde ich mich auf allen Gebieten gefährden. Vor allem müsste ich aber alle Systeme immer beobachten, weil ich nie sicher sein könnte, ob nicht das eine oder andere gerade ausfällt. Und noch eine wichtige Funktion hat der Schmerz: Es ist ein Zeichen dafür, dass ich lebe. Schmerz und Leben gehören zusammen. Ohne Schmerz ist Leben nicht denkbar. Ein gesundes Maß an Schmerz ist darum ein Segen. Er ist etwas Gutes. Nur ein Übermaß an Schmerz ist destruktiv und zerstört. So unglaublich es klingt: Der Schmerz ist mein Freund!