

Christoph J. Hueck

# Vom Erleben des Geistigen im Menschenwesen und im Weltall

«Anthroposophie ist ein Erkenntnisweg, der das Geistige im Menschenwesen zum Geistigen im Weltall führen möchte.» So fasste Rudolf Steiner das Wesen der Anthroposophie in dem bekannten ersten Leitsatz zusammen. Es geht um die wirkliche Entdeckung des Geistigen im Menschenwesen und im Weltall und darum, die Verbindung zwischen beiden zu finden.

Offensichtlich kommt dem Denken dabei eine besondere Rolle zu, denn «der Mensch ist ein Gedankenwesen. Und er kann seinen Erkenntnispfad nur finden, wenn er vom Denken ausgeht.»<sup>1</sup> Von Anfang an klingt aus Rudolf Steiners Schriften das Hohelied des Denkens: «Unsere Erkenntnistheorie führt zu dem positiven Ergebnis, dass das Denken das Wesen der Welt ist und dass das individuelle menschliche Denken die einzelne Erscheinungsform dieses Wesens ist.»<sup>2</sup> «Indem wir empfinden und fühlen (auch wahrnehmen), sind wir einzelne, indem wir denken, sind wir das all-eine Wesen, das alles durchdringt.»<sup>3</sup> Selbst über die Liebe heißt es in «Die Philosophie der Freiheit»: «Der Weg zum Herzen geht durch den Kopf», und schließlich im Kapitel «Die letzten Fragen»: «Das mit dem Gedankeninhalt erfüllte Leben in der Wirklichkeit ist zugleich das Leben in Gott.»<sup>4</sup> – Aber was meint Rudolf Steiner mit «Denken»? Ist es jenes Wesen, das, obzwar für Momente Begeisterung entflammend, meist blass und kraftlos daherkommt, ein Schatten seiner selbst, dem vollen Leben immer um (mindestens) einen Schritt hinterher?

In den Zusätzen, die Rudolf Steiner 1918 zur Neuauflage von «Die Philosophie der Freiheit» formulierte, klingt es allerdings etwas anders. Es sei von einer Anschauung die Rede, die «ein Glied *lebendigen* Seelenlebens selbst» werden könne. «Es wird nicht eine theoretische Antwort gegeben, die man [...]

*Dr. rer. nat. Christoph J. Hueck*, geb. 1961, Studium der Biologie und Chemie, Promotion in bakterieller Genetik, langjährige Grundlagen- und angewandte Forschung, seit 2003 Waldorflehrer. Seit 2008 Dozent an der Freien Hochschule Stuttgart. Veröffentlichungen zu den Themen Molekulare Biologie und Anthroposophie, Grundlagen der Anthroposophie und zur Waldorfpädagogik.

1 Rudolf Steiner: Theosophie. Einführung in übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung. (GA 9), Dornach 1978, Kapitel «Der Pfad der Erkenntnis», S. 172.

2 Rudolf Steiner: Grundlinien einer Erkenntnistheorie der goetheschen Weltanschauung. (GA 2), Dornach 1979, S. 79.

3 Rudolf Steiner: Die Philosophie der Freiheit. Grundzüge einer modernen Weltanschauung. (GA 4), Dornach 1978, S. 91.

4 Ebd., S. 250.

bloß als vom Gedächtnis bewahrte Überzeugung mit sich trägt [...], sondern auf *ein Erlebnisgebiet der Seele* wird verwiesen [...]»<sup>5</sup> Und warnend heißt es: «Keine andere menschliche Seelenbetätigung wird so leicht zu verkennen sein wie das Denken. [...] Es] lässt nur allzuleicht [im ...] Nacherleben kalt; es scheint das Seelenleben auszutrocknen. Doch dies ist eben nur der stark sich geltend machende Schatten seiner lichtdurchwobenen, warm in die Welterscheinungen untertauchenden Wirklichkeit. Dieses Untertauchen geschieht mit einer in der Denkbetätigung selbst dahinfließenden Kraft, welche *Kraft der Liebe* in geistiger Art ist.»<sup>6</sup> Und ergänzend: «Wer zum wesenhaften Denken sich hinwendet der findet in demselben sowohl Gefühl wie Willen, die letztern auch in den Tiefen ihrer Wirklichkeit.»

Was also meint Rudolf Steiner, wenn er von «Denken» spricht? Eine in sich transparente, gesetzmäßige Tätigkeit des menschlichen Geistes, die Zusammenhänge zwischen den ansonsten unzusammenhängenden Sinneserfahrungen erschließt, die in ihrer reinen Form leibfrei verläuft<sup>7</sup> und die die «Perle der Hellsichtigkeit von allem Anfang an»<sup>8</sup> in sich trägt. Man kann vom bloßen Denken zum Erleben des Denkens übergehen und in den erlebten Ideen Zugang zum Geistigen finden: «Wie in Farben, Tönen usw. die Naturwelt gegeben ist, so [...] in den erlebten Ideen die Geist-Welt.»<sup>9</sup> Nicht das gewöhnliche, abstrakt-schattenhafte, aber das innerlich *erkraftete*, belebte Denken, das zum *Erleben* des Denkens führt, ist der Dreh- und Angelpunkt zum Eintritt in die übersinnliche Erfahrung.

## Zentrum und Peripherie

Neben dem Erleben des Denkens hat Rudolf Steiner noch einen anderen, vielleicht unmittelbareren Zugang zur Erfahrung des Geistigen beschrieben, nämlich den der *Selbstanschauung des Ichs*. Von ihr sagte er, dass sie Vorbild für alle geistige Erkenntnis sei.<sup>10</sup> Denn wie sich der Tropfen zum Meer verhalte, so das Ich zu dem Geistigen, das die ganze Welt durchdringe.<sup>11</sup> Ganz konkret heißt es an einer zentralen Stelle in «Die Geheimwissenschaft im Umriss»: Was

5 Ebd., S. 8, Hervorhebung C.H.

6 Ebd., S. 143, Hervorhebung C.H.

7 «Die Seele, die mit solchen [reinen] Gedanken sich vereinigt, indem sie während dieser Vereinigung alles Wahrnehmen, alles Erinnern, alles sonstige Innenleben ausschließt, weiß sich mit dem Denken selbst in einem übersinnlichen Gebiet und *erlebt sich außerhalb des Leibes*.» Rudolf Steiner: Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten? (GA 10), Dornach 1995, Nachwort, S. 218, Hervorhebung C.H.

8 Rudolf Steiner: Die okkulten Grundlagen der Bhagavadgita. (GA 146), Dornach 1962, Vortrag vom 29.5.1913 in Helsingfors, S. 34.

9 Rudolf Steiner: Mein Lebensgang. (GA 28), Dornach 1983, Kapitel XXXIII, S. 435.

10 Rudolf Steiner: Die Stufen der höheren Erkenntnis. (GA 12), Dornach 1993, S. 18.

11 Rudolf Steiner: Die Geheimwissenschaft im Umriss. (GA 13), Dornach 1962, Kapitel «Wesen der Menschheit», S. 70.

in der Selbstanschauung «wie ein Tropfen hereindringt in die Bewusstseinsseele, das nennt die Geheimwissenschaft den *Geist*.» «In dem, was die Bewusstseinsseele [als Selbstanschauung; C.H.] erfüllt, tritt das Verborgene hüllenlos in den innersten Seelentempel.»<sup>12</sup> Der Mensch müsse dieses Geistige zunächst in sich selbst ergreifen: «Er muss [die Geistigkeit] in sich selbst erkennen; dann kann er sie auch in ihren Offenbarungen finden.»<sup>13</sup>

Wir haben also zunächst zwei Wege: den des Erlebens des Denkens und den der Selbstanschauung des Ichs. Beide sind eng miteinander verwandt und verwoben, wobei in der Selbstanschauung eben zunächst nur das *Selbst*, im erlebten Denken aber alle Gedanken als *Weltinhalte* geistig angeschaut werden können. Für das Verhältnis von Selbstanschauung und erlebtem Denken kann man das Bild von Punkt und Umkreis, von Zentrum und Peripherie verwenden. Anthroposophie möchte vom einen zum anderen führen.

## Vorstellung versus Anschauung

Wie kann man nun das Selbst wirklich anschauen? – Auf jeden Fall nicht in der gewöhnlichen Art der Gegenüberstellung. Denn wollte ich mich wie von außen erblicken, dann müsste ich einen Standpunkt außerhalb meiner selbst einnehmen. Sobald ich mich aber dorthin bewegt habe, bin ich dort und nicht mehr da, wo ich mich zu erblicken versuche. Das Selbst muss immer ins Leere, ins Nichts blicken, wenn es versucht, sich sich selbst entgegenzustellen. Im gewöhnlichen Bewusstsein können daher nur ein abstrakter Ich-Gedanke bzw. eine Ich-Vorstellung gefasst werden, denen ein seelisch-geistiger Spiegelungsvorgang zugrunde liegt: Das lebendige Selbst spiegelt sich (an seinem Leib) und wird sich so seines eigenen Bildes bewusst.<sup>14</sup> Der Ich-Gedanke ist nicht das wirkliche, wesenhafte und wirkende Selbst, sondern nur sein zurückgespiegeltes Abbild. Das wirkliche Selbst ist unsichtbar und unsagbar, es ist *der unaussprechliche Name Gottes*.

«Das Ich kann [also] auf keine Weise von außen wahrgenommen werden, es kann nur im Innern erlebt werden.»<sup>15</sup> Daher kann es «auch nicht anders als durch eine gewisse innere Tätigkeit wahrgenommen werden. [...] Soll das Ich sich selbst wahrnehmen, so kann es nicht bloß sich *hingeben*; es muss durch innere Tätigkeit seine Wesenheit aus den eigenen Tiefen erst heraufholen, um ein Bewusstsein davon zu haben.»<sup>16</sup>

Was ist das für eine geheimnisvolle Tätigkeit?

12 Ebd.

13 Ebd.

14 Vgl. Rudolf Steiner: Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik. (GA 293), Dornach 1992, Vortrag vom 22.8.1919 in Stuttgart.

15 Rudolf Steiner: Die Stufen der höheren Erkenntnis. A.a.O., S. 18.

16 Rudolf Steiner: Die Geheimwissenschaft im Umriss. A.a.O., S. 69.

## Johann Gottlieb Fichte und Aristoteles

Johann Gottlieb Fichte (1762–1814) war der Denker, der seine Philosophie am dezidiertesten auf die Selbstanschauung des Ichs stellte. Von Fichte wird berichtet, dass er nach langen Meditationen am winterlichen Ofen stehend plötzlich von der Einsicht ergriffen wurde, «dass die Tat, mit welcher das Selbstbewusstsein sich selber ergreift und festhält, doch offenbar ein Erkennen sei.»<sup>17</sup> Er entdeckte, dass die Selbstanschauung eine Tätigkeit ist, die zugleich ein Wissen bedeutet: «Kraft, der ein Auge eingesetzt ist, ist der eigentliche Charakter des Ichs [...]».<sup>18</sup>

Mit Blick auf Fichte schrieb Rudolf Steiner in einem Aufsatz von 1906, dass sich alle höheren okkulten Erlebnisse so abspielen, «wie diese scheinbar ganz leere Bejahung des eigenen Selbst. [...] Sie werden inhalts- und lebensvoller, aber sie haben dieselbe Form. Man kann durch das Ich-Erlebnis, wie es Fichte darstellt, den Typus aller okkulten Erlebnisse zunächst auf rein gedanklichem Gebiete kennenlernen.»<sup>19</sup> – Fichte müsse aber durch Aristoteles ergänzt werden.<sup>20</sup> Fichte gebe die Tathandlung der Selbsterkenntnis, Aristoteles die umfassende Empirie, die die systematische Anwendung der Geisterkenntnis auf *alle* Weltinhalte ermögliche – Zentrum und Peripherie.

Im Gottesbegriff des Aristoteles berühren sich die beiden Pole der Selbstanschauung und Welterkenntnis. Aristoteles versteht Gott als reine *Aktualität*, als schöpferische Präsenz, die zugleich ihr Gesetz (ihre «Form») und ihr Sein (ihre «Materie») erzeugt. Rudolf Steiner schrieb dazu: «Das Abbild dieser reinen Aktualität findet sich nun im Menschen selbst, wenn er aus dem reinen Denken heraus zu dem Begriff des Ichs kommt. Da ist er im Ich bei etwas, was Fichte als Tathandlung bezeichnet.»<sup>21</sup> Im Ich-Bin setzt sich der Mensch selbst in bewusste Geistesgegenwärtigkeit, indem er zugleich seinen Begriff (Ich) und sein Sein (bin) hervorbringt. Fasst man die Einheit von Begriff und Sein als das Wesen der Wirklichkeit, dann bringt sich der Mensch im Ich-Bin als Wirklichkeit selbst hervor. *Diese* Wirklichkeit ist offensichtlich weder physisch-materiell noch sinnlich wahrnehmbar – sie ist geistig.

Von hier aus, so deutet Rudolf Steiner an, kann man nun weiterkommen zum Geistigen in der Welt. Denn «wenn der Mensch den Geist in aller Offen-

17 Henrik Steffens, zitiert nach Erich Fuchs, Reinhard Lauth, Walter Schieche (Hrsg.): J. G. Fichte im Gespräch. Berichte der Zeitgenossen. Stuttgart, 1978. Bd. 1, S. 63.

18 Johann Gottlieb Fichte: Das System der Sittenlehre. In Immanuel Hermann Fichte (Hrsg.): J. G. Fichtes nachgelassene Werke. 3. Bd. Bonn 1835, S. 17.

19 Rudolf Steiner: Philosophie und Anthroposophie. Gesammelte Aufsätze. (GA 35), Dornach 1984, Aufsatz «Theosophie in Deutschland vor hundert Jahren», S. 58.

20 Thomas Meyer (Hrsg.): W. J. Steiner / Rudolf Steiner. Dokumentation eines wegweisenden Zusammenwirkens. Dornach 1984, Kapitel «Das Haager Gespräch». Vgl. auch Fußnote 21.

21 Rudolf Steiner: Philosophie und Anthroposophie. A.a.O., Aufsatz «Philosophie und Anthroposophie», S. 101.

barung ergreifen will, so muss er dies auf dieselbe Art tun, wie er das Ich in der Bewusstseinsseele ergreift. Er muss die Tätigkeit, welche ihn zum Wahrnehmen dieses Ichs geführt hat, auf die offenbare Welt hinwenden.»<sup>22</sup>

## Reines Denken ist reiner Wille

Die innere Tätigkeit, auf der die Selbstanschauung beruht, wird auch im reinen Denken entfaltet. Im Sinne Rudolf Steiners ist *reines Denken* ein bewusst geführtes Denken, das nur seiner eigenen Gesetzmäßigkeit folgt. In ihm «produzieren [wir] einen Gedankeninhalt durchaus nicht so, dass wir in dieser Produktion bestimmten, welche Verbindungen unsere Gedanken einzugehen haben. Wir geben nur die Gelegenheitsursache her, dass sich der Gedankeninhalt seiner eigenen Natur gemäß entfalten kann. [...] Unser Geist vollzieht die Zusammensetzung der Gedankenmassen nur nach Maßgabe ihres Inhaltes.»<sup>23</sup> (So werden die Verhältnisse der Gedanken *Ursache* und *Wirkung*, *Teil* und *Ganzes*, *Mechanismus* und *Organismus*, *Notwendigkeit* und *Freiheit* etc. nicht vom Denkenden, sondern durch sie selbst bestimmt.)

Reines Denken muss eine durch und durch gewollte Tätigkeit sein, denn nur so ist es für den Denkenden vollständig transparent, nur so können sich die «Gedankenmassen» wirklich ihrem eigenen Inhalt gemäß verbinden. «Es kommt darauf an, dass nichts gewollt wird, was, indem es sich vollzieht, vor dem Ich nicht restlos als seine eigene, von ihm überschaubare Tätigkeit erscheint.»<sup>24</sup> «Beim reinen Denken geht das Denken unmittelbar in den Willen über. Beobachten und denken können Sie, ohne Ihre Willen sehr anzustrengen. [...] Aber reines Denken, also elementare, ursprüngliche Aktivität entfalten, dazu gehört Energie. Da muss der Blitz des Willens unmittelbar in das Denken selber einschlagen.»<sup>25</sup> Das reine Denken ist daher «im Handumdrehen – sagen wir im Denkdrehen – etwas anderes geworden. [...] Es ist nämlich dieses mit Recht «reines Denken» genannte Denken *reiner Wille* geworden; es ist durch und durch Wollen. Sind Sie [...] so weit gekommen, dass Sie das Denken befreit haben von der äußeren Anschauung, dann ist es damit zugleich reiner Wille geworden. Sie schweben, wenn ich so sagen darf, mit ihrem Seelischen im reinen Gedankenverlauf. Dieser reine Gedankenverlauf ist ein Willensverlauf.»<sup>26</sup>

22 Rudolf Steiner: Die Geheimwissenschaft im Umriss. A.a.O., S. 70.

23 Rudolf Steiner: Grundlinien einer Erkenntnistheorie der goetheschen Weltanschauung. A.a.O., S. 49.

24 Rudolf Steiner: Die Philosophie der Freiheit. A.a.O., S. 55.

25 Rudolf Steiner: Geistige Wirkenskräfte im Zusammenleben von alter und junger Generation. (GA 217), Dornach 1979, Vortrag vom 7.10.1922 in Stuttgart, S. 78.

26 Rudolf Steiner: Geistige Wirkenskräfte im Zusammenleben von alter und junger Generation. A.a.O., Vortrag vom 12.10.1922, S. 148f. – Rudolf Steiner ergänzte dann noch, dass die Tätigkeit des reinen Denkens «zu gleicher Zeit künstlerisch [ist ...], ganz identisch mit der künstlerischen Tätigkeit. In dem Augenblick, wo das reine Denken als Wille erlebt wird, ist der Mensch in künstlerischer Verfassung.» Ebd., S. 151.

An anderer Stelle beschrieb Rudolf Steiner das vom Willen durchzogene Denken folgendermaßen: «Man treibt die Hingabe an die Denkvorgänge so weit, dass man die Fähigkeit erlangt, die Aufmerksamkeit nicht mehr auf die im Denken vorhandenen Gedanken zu lenken, sondern allein auf die Tätigkeit des Denkens. Für das Bewusstsein verschwindet dann jeglicher Gedankeninhalt, und die Seele erlebt sich wissend in der Verrichtung des Denkens. Das Denken verwandelt sich so in eine feine innerliche Willenshandlung, die ganz vom Bewusstsein durchleuchtet ist. – Im gewöhnlichen Denken leben Gedanken; die gekennzeichnete Verrichtung tilgt den Gedanken aus dem Denken aus. Das herbeigeführte Erlebnis ist ein Weben in einer inneren Willensstätigkeit, die ihre Wirklichkeit in sich selbst trägt.»<sup>27</sup>

Wir sehen hier das Zusammenfallen von Denken und Wille, von Bewusstsein und Tätigkeit. Im reinen Denken werden die Gedankeninhalte ausgelöscht, die ja ohnehin nur vorgestellte Spiegelbilder, also Schein waren, und an ihre Stelle tritt das zunächst noch unbestimmte Erlebnis geistiger Wirklichkeit.

Eine weitere Darstellung Rudolf Steiners soll hier noch angeführt werden, denn sie verortet dieses Erlebnis noch genauer. «Dieses Leben in Gedanken, das führt ja zuletzt zu dem, was Ihnen entgegentritt, wenn Sie in der richtigen Weise die ›Philosophie der Freiheit‹ lesen *wollen*. Wenn Sie in der richtigen Weise die ›Philosophie der Freiheit‹ lesen *wollen*, so müssen Sie dieses Gefühl eben kennen, in Gedanken zu leben. Die ›Philosophie der Freiheit‹ ist ganz etwas, was aus der Wirklichkeit heraus erlebt ist; aber zu gleicher Zeit ist sie etwas, was ganz und gar eben aus dem wirklichen Denken hervorgegangen ist. [...] In der ›Philosophie der Freiheit‹ ist das Denken so erlebt, dass innerhalb des Denk-Erlebnisses man dazu kommt, gar nicht anders vorstellen zu können als: Wenn du im Denken richtig drinnen lebst, lebst du, wenn auch zunächst auf eine unbestimmte Weise, im Weltenall. Dieses Verbundensein im innersten Denk-Erlebnis mit den Weltengeheimnissen, das ist ja der Grundnerv der ›Philosophie der Freiheit‹. Und deshalb steht in dieser ›Philosophie der Freiheit‹ der Satz: In dem Denken ergreift man das Weltgeheimnis an einem Zipfel. – Es ist vielleicht einfach ausgedrückt, aber es ist so gemeint, dass man gar nicht anders kann, wenn man das Denken wirklich erlebt, dass man sich fühlt nicht mehr außer dem Weltgeheimnis, sondern im Weltgeheimnis drinnen, dass man sich fühlt nicht mehr außerhalb des Göttlichen, sondern im Göttlichen. Erfasst man das Denken in sich, so erfasst man das Göttliche in sich. [...] Erfasst man diesen Punkt wirklich, hat man sich Mühe gegeben, das Denk-Erlebnis zu haben, dann steht man eben nicht mehr in der Welt drinnen, in der man vorher drinnen gestanden hat, sondern man steht in der *ätherischen Welt* drinnen.»<sup>28</sup>

27 Rudolf Steiner: Philosophie und Anthroposophie. A.a.O., Aufsatz «Die Erkenntnis vom Zustand zwischen dem Tode und einer neuen Geburt», S. 276.

28 Rudolf Steiner: Mysteriengestaltungen. (GA 232), Dornach 1987, Vortrag vom 23.11.1923 in Dornach, S. 11f., Hervorhebungen C.H.

## Meditation: wollendes Erfühlen der Gedankeninhalte

Meditativ erfasst könnte man das Dargestellte folgendermaßen beschreiben. Ich wähle einen Gedanken, beispielsweise den von Rudolf Steiner als Meditationsinhalt angegebenen Satz «Weisheit lebt im Lichte». Er hat als Satz keinen Sinn. Ich kann zwar die einzelnen Begriffe, aber nicht ihren Zusammenhang eigentlich verstehen, kann das Ganze nur in meinem Bewusstsein anwesend sein lassen. Wenn ich darüber meditiere, kreist das Denken zunächst um diese Begriffe, denkt sich hier- und dazu etwas, aber in der Übung schwächen sich diese Suchbewegungen allmählich ab, das Denken wird langsamer und dichter, die Worte verblassen, und je stiller sie werden, desto prägnanter tritt ihre Bedeutung hervor. Schließlich steht der ganze Inhalt still und konzentriert in meinem Bewusstsein, in voller Aufmerksamkeit und innerer Ruhe. Ich *will* ihn, und indem ich ihn will, *ist* er. Das Erleben, das nun eintritt, kann eigentlich nur noch insofern als «Denken» bezeichnet werden, als es voll bewusst ist, aber eigentlich ist es ein Fühlen geworden, ein inneres Erfühlen dessen, was gemeint ist. Und es ist ganz von Willen getragen.

Es ist *diese* fühlende und gefühlte Tätigkeit, die der Selbstanschauung des Ichs zu Grunde liegt. Das Ich kann man nicht denkend anschauen, aber wollend erfühlen. Ich bin es ja selbst, der will und der sich in diesem Wollen erfühlt.

Man erkennt/erlebt dann auch immer deutlicher, dass dieses wollende Fühlen hinter (oder vor) *jedem* Gedanken lebt. Etwas, das man nicht wollend erfühlt, könnte man überhaupt nicht denken und verstehen. Bei genauer Beobachtung und Analyse kommt man nun zu der immer klarer werdenden Einsicht, dass man sich durch das Wollen mit dem Gegenstand, den man denkend begreifen möchte, identifiziert. Man bringt ihn wollend hervor (z.B. den oben genannten Meditationssatz) und erfühlt im Hervorbringen seine Bedeutung und innere Qualität.

Diese Einsicht ist fundamental: dass ich die Gedanken- oder Vorstellungsinhalte zwar selbst hervorbringe, sie dadurch aber nichts von ihrer Objektivität einbüßen. Subjektives Erzeugnis sind sie nur der Form, nicht aber ihrem Inhalt nach. Denn im tiefsten Inneren ist das Ich mit den Gedanken-(Welt-)Inhalten geistig eins.

Nun ist man für das fühlende Erleben des im Wollen Hervorgebrachten normalerweise nicht so wach wie für das Vorgestellte. Denn das gewöhnliche Bewusstseins kann zunächst nur am Gegenständlichen oder Gegenüberstehenden voll erwachen. Man erlebt das Vor-Gestellte, aber nicht die Tätigkeit des Vor-Stellens. Das Vorgestellte ist ein von mir abgesondertes Bild, während ich das Vorstellen, tätig und fühlend, selbst bin. Man kann auch sagen: Durch das Vorstellen trenne ich mich als vorstellendes Subjekt von einem vorgestellten Objekt ab, mit dem ich vor der Abtrennung fühlend und wollend eins war. Die konzentrierte Gedankenmeditation führt nun dazu, dass ich *in mir* für das

Erleben des fühlenden und wollenden Anteils der vorstellenden Tätigkeit erwache.

Im gewöhnlichen Bewusstsein erlebt man, wie die Gedanken aus einem inneren, dunklen Bereich hervorgehen. In der Gedankenmeditation wird dieses Hervorgehen zu einem konzentrierten Hervorbringen, das mit einiger Anstrengung verbunden ist. Spürt man diesem Hervorbringen nach, so versteht man immer besser, dass am Ursprung des hervorbringenden Wollens ein Bewusstseinsgrad wie im tiefen Schlaf herrscht – es ist finster dort.<sup>29</sup> Allerdings fühlt man die *Kraft* des Gedanken-Hervorbringens. Man erlebt sich wie in einem stockdunklen Raum, in dem man zwar umhergehen und anstoßen, aber nichts erblicken kann. Im Gegensatz dazu erscheinen fertige Vorstellungen wie der Blick aus einem Fenster in die helle, lichtdurchflutete Welt, die aber nur noch schwebendes *Bild* ist (an einem Ausblick stößt man nicht an).

Das Erwachen für die denkende (oder vorstellende) Tätigkeit ist nun ein ganz eigentümliches Erlebnis. Vorher war das Vorgestellte hell, sein Hervorbringen dunkel. Man fühlte, wie man die Inhalte in das Licht des eigenen Bewusstseins hereinstellte. Jetzt beginnt man, die Inhalte nicht mehr in sich, sondern vielmehr *sich in den Inhalten* zu empfinden. Man muss die Gedanken nicht mehr vorstellen, um sie bewusst zu erleben. Man beginnt, sie wie von innen zu erfühlen, so, als ob man in einen Raum eintreten würde, der ganz von farbigem, vielfach differenziertem Licht und von fließend-ätherischen Gestaltungen und Klängen erfüllt ist. Jeder Gedanke wird zu einem Ort, den man von innen erkunden kann. Das *Sehen* in diesen Gedankenräumen ist ein durchlichtetes Fühlen, das zugleich hingebende Willenstätigkeit ist. Man kann diesen Willen am besten mit dem Tasten vergleichen, denn im Tasten öffnet man sich durch die eigene Tätigkeit für ein Anderes. Der Wille verwandelt sich vom Akteur zum Wahrnehmungsorgan. Ich bin es, der tastet, aber in dem Tasten transzendiere ich zugleich meine vorher so harte Grenze, erweitere mich in die Innenseite der Welt hinaus, und das Innere der Welt tritt in mich ein – eine unglaublich belebende, erquickende Erfahrung!

## Den Geist in aller Offenbarung finden

Eine andere Situation als beim Denken ist scheinbar zunächst bei den Empfindungen der Sinne gegeben, denn sie treten ohne mein Zutun in mein Bewusstsein ein. Den Gedanken der Rose bringe ich hervor, aber nicht ihren Duft und ihr Rot. Und doch kann eine wollend-erfühlende Tätigkeit auch in den Sinnesempfindungen bewusst werden. Wie man in der Meditation von Gedanken in die Inhalte eintritt, so kann sich bei den Sinneseindrücken ein

<sup>29</sup> Man hat tatsächlich bei der Rückschau auf den Ursprung des Vorstellens dasselbe Erlebnis wie beim Rückblick auf eine vergangene Nacht. Man weiß in beiden Fällen nicht, was man erlebt, aber man fühlt, dass man etwas erlebt, dass man *vorhanden* ist.



ähnlicher Vorgang, nur mit gleichsam umgekehrtem Vorzeichen ereignen. Auf die rote Rose blicke ich zunächst von außen. Ich kann aber die Gestalt der Blüte, die Vibrationen des Rots, das Strömen des Dufts usw. auch innerlich ertasten und erfühlen. Dann nehme ich den Eindruck in mich hinein, wie ich in der Gedankenmeditation aus mir herausgetreten bin.

Eine Zwischenstufe kann darin bestehen, die von der Rose ausgehenden Sinneseindrücke bildhaft selbst hervorzubringen, bei geschlossenen Augen vorzustellen. Indem ich sie erzeuge, fühle ich die Gestalt und das Rot von innen, wie ich sonst nur Gedanken von innen erfühlen kann. Je öfter und intensiver ich dies übe, desto deutlicher erlebe ich auch im äußeren, sinnlichen Anschauen der Rose meine sie fühlend durchdringende Willensbewegung.<sup>30</sup>

Besonders hilfreich ist es, dabei nicht nur auf die Eindrücke eines einzelnen Sinnes (das ist ja zumeist das Auge) zu fokussieren. Man spürt beispielsweise bei jedem äußerlich gesehenen Gegenstand auch das Material, aus dem er besteht – die organische Substanz des Blütenblattes, das Holz des Tisches, das Glas der Fensterscheiben, das Silber des Löffels usw. Dieses Spüren wird durch andere Sinne als das Auge vermittelt, durch Tast-, Bewegungs- und Lebenssinn.<sup>31</sup> Und *diese* Sinneswahrnehmungen sind von vorneherein viel willensartiger als das Sehen. Es sind Wahrnehmungen, die durch Willensvorgänge meines eigenen Körpers vermittelt werden und mich also von vorneherein mehr mit dem äußeren Gegenstand verbinden als das Auge. Die sichtbare Welt des Lichtes und der Farben ist dem Denken, die Welt der materiellen Stoffe dem Willen, der in den Tiefen des eigenen Leibes wirkt, verwandt. «Innerlich ist der Stoff Wille, wie das Licht innerlich Gedanke ist. Und äußerlich ist der Wille Stoff, wie der Gedanke äußerlich Licht ist.»<sup>32</sup>

Das konsequente Verfolgen der hier skizzierten Bewusstseinsforschung führt schließlich zu der Einsicht, dass das Ich und die Welt nur auf der Ebene des Vorstellens getrennt erscheinen, in den Tiefen des Willens aber eines sind. Das Ich ist kein unbeteiligter Zuschauer von unabhängig von ihm verlaufenden Weltvorgängen, sondern gestaltet diese – erkennend wie handelnd – mit. Die Welt ereignet sich auf dem Schauplatz des Bewusstseins,<sup>33</sup> vor dem schöpferi-

---

30 Man kann den damit aufgezeigten Zusammenhang schon in Rudolf Steiners frühestem Aufsatz «Einzig mögliche Kritik der atomistischen Begriffe» angedeutet finden, in dem er schrieb: «Im Erkennen eines räumlich-zeitlichen Objektes ist uns nichts anderes als ein Begriff oder Gesetz auf sinnenfällige Weise gegeben. [...] Man muss dem Begriffe seine Ursprünglichkeit, seine eigene auf sich selbst gebaute Daseinsform lassen und ihn in dem sinnenfälligen Gegenstände nur in anderer Form wiedererkennen.» In: Beiträge zur Rudolf Steiner Gesamtausgabe, Nr. 63, Dornach 1978.

31 Vgl. Rudolf Steiner: Von Seelenrätseln. (GA 21), Dornach 1960, Kapitel «Über die wirkliche Grundlage der intentionalen Beziehung», S. 148.

32 Rudolf Steiner: Die Brücke zwischen der Weltgeistigkeit und dem Physischen des Menschen. (GA 202), Vortrag vom 5.12.1920, Dornach 1993, S. 77.

33 Vgl. hierzu Rudolf Steiner: Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik. A.a.O., Vortrag vom 23.8.1919, S. 59.

schen Hintergrund des unaussprechlichen und unzerstörbaren Ich-Bins. – Man findet diese tiefen Zusammenhänge im Johannesevangelium ausgesprochen. «Ehe Abraham war, bin Ich»<sup>34</sup> sagte Christus, und: «Ich und der Vater sind eins.»<sup>35</sup> «Wer mich gesehen hat, der hat auch den Vater gesehen.»<sup>36</sup> Zentrum und Peripherie fallen zusammen. Wer den Geist in der Selbstanschauung ergreift, kann ihn auch in aller Offenbarung finden.

---

34 Joh 8,58.

35 Joh 10,30.

36 Joh 14,9.