

Titel: MEDITATION UND ANTHROPOSOPHIE - WO IST DER ZUSAMMENHANG?  
Teil 3: Der Abgrund des Unbewussten und seine mögliche Überwindung

Autor: Irene Diet

Herausgeber: IGNIS Verlag

Für mehr Informationen über die Webinhalte des IGNIS Verlags, kontaktieren Sie bitte:  
[info@ignisverlag.com](mailto:info@ignisverlag.com).

Ihre Nutzung der Webinhalte des IGNIS Verlags setzt voraus, dass Sie mit den Lizenz - und Nutzungsbedingungen des IGNIS Verlags einverstanden sind. Diese sind nachzulesen unter:  
<https://ignisverlag.com/impressum/nutzungs-und-lizenzvereinbarungen/>

## Meditation und Anthroposophie – wo ist der Zusammenhang?

### 3. Teil: Der Abgrund des Unbewussten und seine mögliche Überwindung

*Das Wesen der Bewegung, die sich selbst als „Anthroposophische Meditation“ bezeichnet, erscheint schon in ihrem Namen. Spricht man nämlich von einer „anthroposophischen“ Meditation, so möchte man sie von anderen Meditationsformen unterscheiden. Das Hauptinteresse gilt der Meditation, dem tuenden „Meditieren“ (der „meditativen Praxis“). Dieses „Tun“ tritt gleichsam als ein Zentrales auf, während die von Rudolf Steiner begründete Geistesrichtung erst nachträglich damit verbunden wird. Doch ist dies überhaupt möglich? Impliziert ein solches Herangehen nicht, dass durch die Anthroposophie Rudolf Steiners nicht ein prinzipiell Neues in die Welt gekommen ist, sondern ein Bekanntes, das sich problemlos in das Bestehende einfügt? Dass Anthroposophie nicht ein grundsätzliches Um-Denken, ja Um-Stülpen des ganzen Menschen erfordert, sondern nur ein Anknüpfen und Weiter-Machen am Alt-Bekanntem?*

*Doch ist man sich dieses Herangehens und den Folgen eines solchen überhaupt bewusst?*

*Im vorliegenden dritten Aufsatz zu diesem Thema,<sup>1</sup> der den Abschluss meiner Untersuchung bilden soll, möchte ich den Leser über ein weiteres vertieftes Verständnis der sich „Anthroposophische Meditation“ nennenden Bewegung in dasjenige hineinführen, was ich selbst unter einer Meditation verstehe, die sich zu Recht in einem Zusammenhang mit der Anthroposophie Rudolf Steiners weiß.*

#### Was ist Anthroposophie?

Die „Anthroposophischen Meditation“ entstand als eine Art Gegen-Reaktion darauf, wie die Anthroposophie im 20. Jahrhundert vorrangig gelebt worden ist. Nicht mehr nur lesen und Inhalte aufnehmen wollte man, nicht mehr ein „Der-Doktor-hat-gesagt“ sollte bestimmend sein, sondern dasjenige, was man selbst (meditierend) erkannt und erforscht zu haben meinte.

Statt sich damit zu begnügen, die Texte Rudolf Steiners zu lesen, wollte man Geistiges – auch außerhalb dieser Texte – erfahren; statt die Inhalte, die man aus diesen Texten herausgelesen hat, zu referieren, galt es zu meditieren; statt einem riesigen, kaum übersehbaren Werk (der Rudolf Steiner Gesamtausgabe) ausgeliefert zu sein,<sup>2</sup> trat das praktisch umsetzbar Erscheinende in den Mittelpunkt; statt (passiv) einmal Gelesenes wiederzugeben, ging man dazu über, (aktiv) selber forschen zu wollen.

Einer ihrer Vertreter erinnert sich:

*„Endlich konnte man nun gemeinsam die ‚richtige‘ Anthroposophie entwickeln, anstelle dieser ‚Lese-Anthroposophie‘.“<sup>3</sup>*

Die im 20. Jahrhundert oft intellektuell (dar-)gelebte Anthroposophie<sup>4</sup> hatte zu einer Lebensfremdheit geführt, die nach einer grundlegenden Erneuerung ihrer Auffassung rief. Die „Anthroposophische Meditation“ ist aus dem Drang nach dieser Erneuerung geboren; die Berechtigung dieses Impulses kann daher nicht in Abrede gestellt werden. Allerdings kam sie mit einem Geburtsfehler zur Welt: den der Unbewusstheit. Ihre Träger machten sich diese Geburtssituation nämlich nicht klar. Man handelte (besser: man meditierte), ohne sich vorher Rechenschaft darüber abgelegt zu haben, warum man nach einer neuen Arbeitsform suchte.

Im Strom des unbewusst Gebliebenen waltete der Drang, die Formen, in denen die Anthroposophie seit dem Tod Rudolf Steiners vorrangig gelebt hatte, zu überwinden. In diesem Drang aber lebten Fragen:

Wie kann die Anthroposophie Rudolf Steiners zu der Lebendigkeit finden, die ihr eigen ist? Was ist die Arbeitsform, die dieser in ihrem Wesen entspricht?

<sup>1</sup> Die beiden vorangegangenen Aufsätze siehe hier: <https://ignisverlag.com/wp-content/uploads/2018/03/meditation-und-anthroposophie-wo-ist-der-zusammenhang-21-mc3a4rz-20183.pdf>; <https://ignisverlag.com/wp-content/uploads/2018/08/Med.-und-Anth.-die-geistigen-Grundlagen-26.-August-2018.pdf>

<sup>2</sup> Siehe dazu: Diet, Irene, Ist die Rudolf Steiner Gesamtausgabe das Werk Rudolf Steiners? IGNIS Verlag 2013.

<sup>3</sup> Oldenburg, Angelika, Meditation als Kerngeschäft. Zur Tagung ‚Meditation als Erkenntnisweg – die Vielfalt anthroposophischer Ansätze‘ vom 23. Bis 25. Februar 2018 in Stuttgart, in: die drei, 5/2018, S. 73.

<sup>4</sup> Damit ist die Anthroposophie gemeint, wie sie sich in ihrem Kern, d.h. außerhalb ihrer verschiedenen Anwendungsbereiche, wie die der Waldorfschulen, der Landwirtschaft, Medizin, Eurythmie etc. entwickelt hat.

Wäre man sich dieser Fragen bewusst geworden, hätte ein ganz anderer Prozess einsetzen können als der, auf den wir heute zurückblicken müssen. Dann wäre nämlich deutlich geworden, dass es eine ganz bestimmte Frage ist, die am Ursprung aller anderen Fragen steht. Und es wäre deutlich geworden, dass diese – nicht gestellte – Frage gestellt werden muss, will man an der Geschichte der Anthroposophie Rudolf Steiners weiter schreiben und nicht an einem Kurzkapitel über bestimmte Meditationsversuche im beginnenden 21. Jahrhundert. Diese Frage ist auch die einzige, die zum Wesen einer wahrhaft anthroposophischen Meditation vorzudringen vermag; alle Versuche, deren Besonderheit zu finden, ohne von dieser Frage auszugehen, können nur zu substanzlosen Erklärungen führen.<sup>5</sup>

Die Formen, in denen die Anthroposophie seit dem Tod Rudolf Steiners gelebt wurde, drängen darauf, dass man sich dieser zentralsten aller Fragen bewusst wird:

Was ist die Anthroposophie Rudolf Steiners?

### Das Schicksal des Unbewussten

Innerhalb der Vertreter der „Anthroposophischen Meditation“ kann man zwei Gruppen erkennen, die sich in ihrem Verhältnis zur Anthroposophie Rudolf Steiners zu unterscheiden scheinen. Die erste Gruppe, die anfänglich die tonangebende gewesen ist, bekennt offen, dass sich die entscheidenden Erfahrungen in der Meditation erst dann einstellen, wenn man mit buddhistischen oder hinduistischen Meditationsformen zu arbeiten beginnt, oder aber mit Andrew Cohen, Ken Wilber, der Psychoanalyse, dem katatymen Bilderleben, mit bestimmten Rückführungstechniken und mit vielem anderen mehr.

*„(...) ‚Bei Steiner habe ich das Meditieren nicht gelernt‘, so hört man es aber auch immer wieder von langjährigen Anthroposophen. Die anthroposophischen Meditationen sind kompliziert und komplex, und die zugrundeliegende Absolutheitserfahrung entdeckt man in ihnen oft erst dann, wenn man sie schon woanders kennengelernt hat“<sup>6</sup> –*

so kann man im vom „Institut für Anthroposophische Meditation“ herausgegebenen Newsletter vom 1. April 2012 lesen. Oft stellten sich die erwarteten Erfolge nämlich erst ein, nachdem Erfahrungen mit bestimmten Meditationsformen gemacht wurden, die man auf dem Meditationsmarkt kennengelernt hatte, wie Anna-Katharina Dehmelt feststellt:

*„Je besser ich die östlichen Methoden der Meditation kennenlerne, desto mehr scheint es mir, dass sie für den anthroposophischen Meditierenden eine gute Voraussetzung, ja vielleicht sogar eine Bedingung für gelingendes Meditieren sind.“<sup>7</sup>*

Auch wenn die jeweilige Hinneigung nicht immer thematisiert wird, kann an der Art und Weise, wie man arbeitet, die jeweils bevorzugte Richtung abgelesen werden. Oder, wie einer ihrer Vertreter es einmal ausdrückte: „Jeder hat sein eigenes Tor“. <sup>8</sup> Womit allerdings nicht der individuelle Zugang zur Anthroposophie gemeint war, sondern die Unterschiede, die sich aus der „Nähe zu bestimmten ‚Geistesströmungen‘“ ergeben hatten.<sup>9</sup>

Die zweite Gruppe scheint im Unterschied zur ersten ihre Meditations-Praxis ohne diesen Außenbezug entwickelt zu haben; scheinbar geht ihre Arbeit unmittelbar vom Werk Rudolf Steiners aus. Seit kurzem geht

---

<sup>5</sup> „Mit den meisten anderen Meditationsarten hat die anthroposophische Meditation das Ziel gemeinsam, die Trennung des sich als Subjekt erlebenden Menschen von einer als Objekt erfahrenen Welt zu überwinden. Im Unterschied aber zu den meisten Meditationsarten mit buddhistischem oder hinduistischem Hintergrund ging es Steiner [...] darum, [...] diesen Seinsgrund ganz konkret in den Erscheinungen und Qualitäten der Welt aufzusuchen. Ziel dieses Ansatzes ist es, dem Menschen ein spirituelles Verhältnis zur Welt und zu sich selbst zu ermöglichen.“ Diese von Anna-Katharina Dehmelt verfasste Definition einer anthroposophischen Meditation hat ihren Weg sogar bis in Wikipedia hinein gefunden, erfasst aber das Wesen einer anthroposophischen Meditation in ihrem Unterschied zu den anderen Meditationsformen nicht.

<sup>6</sup> <https://www.infameditation.de/2012/04/newsletter-april/>

<sup>7</sup> Dehmelt, Anna-Katharina, Anthroposophische Meditation – Die denkende Individualität als Ausgangspunkt, in: Anthroposophie, Michaeli 2015, S. 204. (Hervorhebung von mir – I.D.) Siehe außerdem u.a. Dehmelt, Anna-Katharina, Vom lebendigen und vom leeren Bewusstsein, in: die Drei 7-8/2012. Ebenso die Ausführungen von Georg Kühlewind zum Thema. Siehe dazu: [https://de.wikipedia.org/wiki/Georg\\_Kühlewind](https://de.wikipedia.org/wiki/Georg_Kühlewind)

<sup>8</sup> Stockmar, Stephan, Vorstellung und Imagination, in: die Drei 17/2015, S. 62.

<sup>9</sup> „Eine ergebnisartige Zusammenfassung wird jedoch dadurch erschwert, dass die methodische Fragestellungen und Unterscheidungsbedürfnisse je nach individueller Konstitution und Nähe zu bestimmten ‚Geistesströmungen‘ sehr unterschiedlich sind.“ Siehe ebenda.

die Entwicklung in die von dieser Gruppe dominierte Richtung; ehemalige Vertreter der ersten Gruppe bewegen sich deutlich auf diese zu. Doch auch deren Herangehen ergibt sich nicht aus einem Ringen um das Wesen der Anthroposophie Rudolf Steiners, sondern es erwächst aus der unbewusst gebliebenen Ansicht heraus, dass ein solches Ringen gar nicht notwendig sei. Ohne sich dessen vollkommen bewusst zu werden, verhält man sich so, als sei dieses Wesen schon längst erfasst, weswegen das eigene Tun *a priori* ein wesenhaft Anthroposophisches sein müsse. Dieses Herangehen führt dazu, dass Meditationsformen entwickelt werden, die den eigenen Möglichkeiten und Einsichten entsprechen, und die man dann im *Nachhinein* mit bestimmten Aussagen Rudolf Steiners in einen Zusammenhang zu bringen versucht.

Diese Besonderheit der zweiten Gruppe führt dazu, dass erneut Elemente der traditionellen „Lese-Anthroposophie“ aufgegriffen werden, was ein Durchschauen des Vorganges weiter erschwert. Dass damit aber auch diese Gruppe außerhalb der Anthroposophie steht, werde ich weiter unten genauer zeigen.

\*

Die Art und Weise, wie die Texte Rudolf Steiners zumeist gelesen werden, hat zu der Auffassung geführt, dass ein Lebendiges im Lesen nicht entstehen kann. „Erfahrungen“ oder gar „Erlebnisse“ werden dabei nämlich kaum gemacht; oft entsteht nur ein tot wirkendes intellektuelles Wissen. Die „Anthroposophische Meditation“ ist aus der – sehr berechtigten – Einsicht geboren, dass es eine Anthroposophie, die nicht erlebt wird und zu keinen tiefgreifenden, eigenen Erfahrungen führt, nicht geben kann. Eine solche Anthroposophie ist ein Unding, ein schreiender Widerspruch in sich selbst.

Die Art und Weise, wie man zu meditieren versucht, macht diese Überzeugung deutlich.

*„Warum anthroposophisch meditieren? Weil wir nur aufgrund eigener Erfahrungen authentisch über spirituelle Fragen sprechen können“<sup>10</sup> –*

so charakterisiert sich das durchaus berechnete Selbstverständnis der Vertreter der „Anthroposophischen Meditation“, wobei meditative Erfahrungen, wie weiter gezeigt werden soll, vor allem mit Wahrnehmungen und Empfindungen gleichgesetzt werden. Die einem solchen Herangehen zugrunde liegenden Vorstellungen von „Theorie“ und „Praxis“ entsprechen aber denen des Alltagsbewusstseins. Für die Anthroposophie dagegen ist das sich-verstärkende und in-sich-haltende reine Denken, das an den Texten Rudolf Steiners entwickelt wird, das Zentrum und der Beginn jeder „praktischen“ Betätigung, die eine Beziehung zum Übersinnlich-Geistigen sucht. Es ist daher auch dieses Denken, das das Wesen einer Meditation ausmacht, die sich in einem wirklichen Zusammenhang zur Anthroposophie Rudolf Steiners stellen möchte.

\*

Die „Anthroposophische Meditation“ teilt den Wesenszug, sich mehr oder weniger offen außerhalb der Anthroposophie zu verorten, und dennoch „anthroposophisch“ tätig sein zu meinen, mit einer anderen sich als modern verstehenden Strömung: mit der sich als „kritisch“ bezeichnenden Gedanken- und Arbeitsrichtung innerhalb der Anthroposophie.<sup>11</sup>

Beide Geistesrichtungen, die „Anthroposophische Meditation“ ebenso wie die sogenannte „kritische Anthroposophie“, ähneln sich darin, wie sie der Anthroposophie Rudolf Steiners begegnen. Die sogenannte „kritische Anthroposophie“, die im Unterschied zur „Anthroposophischen Meditation“ weniger auf eine „praktische“ (d.h. meditative) Umsetzung aus ist, dafür aber stärker als diese ihre geistigen Grundlagen offenlegt, macht das Gemeinsame beider deutlich. Dieses Gemeinsame besteht in der Vorstellung, dass ein „objektives“ Verhältnis zur Anthroposophie Rudolf Steiners nur dann gefunden werden kann, wenn man ihr gleichsam „von außen kommend“ begegnet; ein lediglich „inner-anthroposophischer“ Gesichtspunkt wird von vorn herein als mit Vorurteilen behaftet und daher als nicht objektiv und unwahr empfunden. Die „kritische Anthroposophie“ sucht ihre Denkgrundlage gezielt außerhalb der Anthroposophie Rudolf Steiners; die „Anthroposophische Meditation“ aber scheint zu beweisen, dass ein Verhältnis zu einer „anthroposophischen“ Meditation sich nur aus einer – ganz gleich wie gearteten – Meditations-Praxis ergeben kann.

---

<sup>10</sup> Oldenburg, Angelika, „Wir machen hier gar nichts Besonderes...“ Eine Reise durch verschiedene Übungsgruppen zur anthroposophischen Meditation. in: die Drei 7-8/2012, S. a.a.O., S. 152.

<sup>11</sup> Als Begründer dieser Geistesrichtung kann Christoph Lindenberg gelten, der mit seinem 1995 erschienenen Buch „Individualismus und offenbare Religion. Rudolf Steiners Zugang zum Christentum“ den Boden für deren weitere Entwicklung vorbereitete. Heute gehört Christian Clement, der Herausgeber der SKA (Steiner Kritische Ausgabe), zu den führenden Vertretern dieser Geistesrichtung.

Durch die von der „kritischen Anthroposophie“ offen vertretene Auffassung, dass sich der Weg der Anthroposophie erst dann ergibt, wenn ein der Anthroposophie äußerer Gesichtspunkt eingenommen wird, sollen die Objektivität und damit der unmittelbare Wahrheitsbezug der eigenen Position *a priori* gegeben sein. Man macht sich dabei nicht bewusst, dass auch das als „kritisch“ bezeichnete Herangehen auf bestimmten Vorstellungen und Prämissen ruht. Auch wenn man nicht von der Anthroposophie ausgehen möchte, damit man dieser gegenüber „objektiv“ sein kann, arbeitet man auf der Grundlage bestimmter Gedankenformen und Vorstellungen. Diese aber gelten gewiss darum als „objektiv“, weil sie unbewusst geblieben sind. Es sind jene Denkformen, die dem heutigen Menschen eigen sind, und die auf der Unbewusstheit gegenüber dem geistig-seelischen Tun aufbauen.

*Die von den Vertretern der „Anthroposophischen Meditation“ praktizierten Meditationen führen zu schnellen und überzeugend wirkenden Erfolgen, die von der als zu schwierig erlebten Anthroposophie Rudolf Steiners ablenken, indem sie Befriedigung genau an der Stelle erzeugen, an der der eigentliche Weg verlassen wurde.<sup>12</sup> Und auch dann, wenn sich der Meditierende seines Außenbezuges nicht bewusst wird, weil er meint, ganz ohne diesen ausgekommen zu sein, wird er solange denselben Weg nehmen wie jene, die sich wissentlich auf andere Meditationsformen eingelassen haben, solange er sich nicht klar darüber geworden ist, dass sich eine der Anthroposophie eigene Meditation niemals aus der Arbeit an der Meditation als solcher ergeben kann, sondern nur im Zuge des suchenden Ringens um das Wesen der Anthroposophie Rudolf Steiners.*

Warum das so ist, soll auf den folgenden Seiten näher gezeigt werden.

\*

Die Anthroposophie Rudolf Steiners beginnt dort, wo der Mensch aus seiner Unbewusstheit aufzutauchen versucht, in dem er sich seines eigenen denkenden Tuns bewusst zu werden strebt. Ein solcher Standpunkt ist dem Menschen allerdings nicht gegeben, oder, in den Worten Rudolf Steiners:

*„Das ist die eigentümliche Natur des Denkens, dass der Denkende das Denken vergisst, während er es ausübt. Nicht das Denken beschäftigt ihn, sondern der Gegenstand des Denkens, den er beobachtet.“<sup>13</sup>*

Damit aber vergisst der Denker vor allem – sich selbst, den Denker. Eine solche Herangehensweise entspricht, so Rudolf Steiner, der „naiven“ Weltbetrachtung. Dem gegenüber gelte es, so Rudolf Steiner weiter, ein Verhalten zu entwickeln, „das sich der Gesetze des eigenen Tuns bemächtigt“: die „kritische“ Weltbetrachtung.<sup>14</sup>

Die der Anthroposophie eigene Weltbetrachtung ergibt sich also durchaus dadurch, dass der Denker gegenüber der naiven Weltbetrachtung einen neuen, und zwar einen „äußeren“ Standpunkt einzunehmen versucht. Doch bezieht sich das „Äußere“ dieses Standpunktes auf die eigene denkende Seelentätigkeit; diese muss in den Blick genommen werden. So verwirklicht sich ein vollkommen neuer Begriff von „Objektivität“, der dem traditionellen Verständnis, wie es z.B. von der sogenannten „kritischen Anthroposophie“ vorgelebt wird, entgegengesetzt ist. „Objektiv“ (und „kritisch“) heißt nun nicht mehr, nach einem der Anthroposophie gegenüber äußeren Standpunkt zu suchen, sondern das Äußere des gesuchten Standpunktes bezieht sich auf die eigene geistig-seelische Tätigkeit. Es geht also darum, einen äußeren Standpunkt der eigenen seelisch-geistigen Tätigkeit gegenüber zu erringen.

Diese im ringenden Tun zu schauen und darin bewusst anwesend zu sein, ist dem heutigen Menschen allerdings nicht gegeben. Die Möglichkeit dazu tritt erst mit Rudolf Steiner auf: Es ist sein in seinen Werken enthaltenes Wesen, das den um Erkenntnis Ringenden befähigen kann, einen geistig-seelischen Gesichtspunkt einzunehmen, der sich – anhand der besonderen Denk- und Sprachformen Rudolf Steiners, die Rudolf Steiner als das „höhere Bewusstsein“ bezeichnet – außerhalb der eigenen Tätigkeit zu stellen vermag. Da die Werke Rudolf Steiners von diesem so verfasst wurden, dass sie es dem lesenden Denker möglich machen, sich aus seiner geistig-seelischen Wesenheit herauszuziehen, kann dieser sich selbst als ein an den Werken Rudolf Steiners werdender erfahren.

---

<sup>12</sup> Siehe dazu die beiden Aufsätze „Meditation und Anthroposophie – wo ist der Zusammenhang?“, die diesem vorangegangen sind. <https://ignisverlag.com/wp-content/uploads/2018/03/meditation-und-anthroposophie-wo-ist-der-zusammenhang-21-mc3a4rz-20183.pdf>; <https://ignisverlag.com/wp-content/uploads/2018/08/Med.-und-Anth.-die-geistigen-Grundlagen-26.-August-2018.pdf>

<sup>13</sup> Rudolf Steiner, Die Philosophie der Freiheit, GA 4, S. 42.

<sup>14</sup> Rudolf Steiner, Wahrheit und Wissenschaft, GA 3, S. 48. (Hervorhebung von mir – I.D.)

Ein solches Heraustreten, das eine große innere Aktivität verlangt und als ein schmerzvolles Sich-Losreißen erlebt wird, ist aber nichts anderes als – die Anthroposophie Rudolf Steiners.

### Facetten des Unbewussten

Es gehört zu den Eigenarten der „Anthroposophischen Meditation“, dass Erlebnisse, die sich während des Meditierens einstellen, mit bestimmten, von Rudolf Steiner geprägten Begriffen belegt werden; von Anbeginn an ging man davon aus, dass, sobald man zu meditieren beginnt, die von Rudolf Steiner als „Stufen der höheren Erkenntnis“ bezeichneten Erscheinungen von „Imagination“, „Inspiration“ und „Intuition“<sup>15</sup> erreicht würden. Die „Forschung“, die man für sich beansprucht, bestand (und besteht bis heute) darin, die Unterschiede zwischen diesen einzelnen Stufen einer angeblich höheren Erkenntnis herauszuarbeiten. Viele der von der „Anthroposophischen Meditation“ veranstalteten Tagungen und Kolloquien galten Fragen, die im Zusammenhang damit entstanden waren.<sup>16</sup> Bis heute arbeitet man in den zahlreichen, von Vertretern der „Anthroposophischen Meditation“ angebotenen Seminaren daran, diese drei Stufen in ihrer Unterschiedlichkeit erlebbar zu machen.

Für unsere Untersuchung wesentlich ist, dass man über die von Rudolf Steiner herausgearbeiteten drei Stufen der höheren Erkenntnis spricht, ohne vorher den prinzipiellen Unterschied zwischen dem gewöhnlichen und dem höheren Bewusstsein überhaupt thematisiert zu haben. Keine einzige mir bekannte Tagung galt dieser Frage.<sup>17</sup> Das Schicksal des Unbewussten findet damit seine folgerichtige Fortsetzung. Man ist sich nicht bewusst, dass man die eigene Arbeit mit bestimmten Begriffen Rudolf Steiners zusammenbringt, ohne das Umfeld, innerhalb dem diese Begriffe allein sinnvoll sind, in Augenschein genommen zu haben. Man ist sich nicht bewusst, dass man die Frage, die die Voraussetzung für ein solches Vorgehen sein müsste, noch gar nicht gestellt hat. Es ist die Frage:

Was ist der prinzipielle Unterschied zwischen dem gewöhnlichen Bewusstsein und demjenigen, das Rudolf Steiner als ein „höheres“ bezeichnet?

\*

Die Folgen des konsequenten Verschlafens dieser alles entscheidenden Frage sind verheerend. Schon eine oberflächliche Betrachtung des Geschehens macht dies deutlich. So kann man über den oben schon erwähnten Kongress zu „Anthroposophische Meditation und akademische Meditationsforschung“ von 2012 folgendes lesen:

*„Mittlerweile sind sehr ausgefeilte Techniken der Selbstbeobachtung entwickelt, in denen, wenn die Methodik offengelegt wird, durchaus individuelle Erfahrungen imaginativer, inspirativer und intuitiver Bewusstseinszustände beschrieben werden könnten. Das könnte einerseits begleitet werden durch Messungen der jeweils parallel laufenden Gehirntätigkeit und andererseits durch Beschreibung von in diesen Bewusstseinszuständen auftretenden inhaltlichen Erfahrungen, wozu auch Schwellenerfahrungen, Ohnmachts- oder dämonische Erlebnisse gehören können.“<sup>18</sup>*

Hätte man sich klagemacht, dass, bevor von einer „höheren Erkenntnis“ im Sinne Rudolf Steiners gesprochen werden kann, das Wesen der gewöhnlichen Erkenntnis hinterfragt werden muss, um den Blick auf den

<sup>15</sup> Siehe dazu u.a. Rudolf Steiner, Die Stufen der höheren Erkenntnis, GA 12.

<sup>16</sup> So u.a.: 1./2. Mai 2013: Treffen des Kolloquiums „Übersinnliche Wahrnehmung“ in Berlin; 12. Dezember 2014: „meditationswissenschaftliches Forschungskolloquium“ in Stuttgart, eingeladen von Chr. Hueck, zu „Vorstellung und Imagination“; 1. Mai 2015: „meditationswissenschaftliche Forschungskolloquium“ in Stuttgart, zu „Imagination und Inspiration – Unterschiede und Übergänge“; 4. Dezember 2015: „Forschungskolloquium zur Meditationswissenschaft der AKANTHOS-Akademie“, organisiert im Zusammenhang mit der Anthroposophischen Gesellschaft in Stuttgart, zu „Inspiration – fühlendes Schauen jenseits der Schwelle“; 9. April 2016: „Forschungskolloquium zur Meditationswissenschaft der AKANTHOS-Akademie, organisiert im Zusammenhang mit der Anthroposophischen Gesellschaft in Stuttgart, zu „Intuition“.

<sup>17</sup> Im besten Falle wird das sogenannte „Gegenstandsbewusstsein“ als das den drei höheren Stufen der Erkenntnis vorangehende erwähnt. Siehe u.a. Dehmelt, Anna-Katharina, Meditation und Forschung. Teil II: Forschung, in: die Drei, 4/2009, S. 48. Doch damit wird der prinzipielle Wesensunterschied zwischen der gewöhnlichen und der höheren Erkenntnis weder erfragt, und noch weniger erfasst.

<sup>18</sup> <https://www.infameditation.de/institut/forschung/meditationsforschung/> (Hervorhebung von mir – I.D.)

Unterschied zwischen dieser und einer nicht-mehr-gewöhnlichen, d.h. übersinnlichen Erkenntnis lenken zu können, hätte man eine solche Aussage nicht treffen können. Dann hätte man gewusst, dass jede Gehirnstrom-Messung, die Unterschiede zwischen angeblichen „imaginativen“, „inspirativen“ oder „intuitiven“ Zuständen angibt, nur der Beweis dafür sein kann, dass man sich noch ganz und gar auf dem Feld des gewöhnlichen Bewusstseins befindet. Ein höheres Bewusstsein im Sinne Rudolf Steiners zeichnet sich nämlich dadurch aus, dass sich als erstes das Denken von seiner leiblichen Grundlage löst. Erst, wenn der Denker eine solche innere Kraft entfaltet, dass er sein an den Texten Rudolf Steiners geschultes Denken vom physisch-sinnlichen Gehirn loszureißen vermag, kann dieser Prozess beginnen. Verschiedene Gehirnströme bei angeblichen „Imaginationen“, „Inspirationen“ und „Intuitionen“ können dann ganz gewiss nicht mehr gemessen werden.

Nicht die grundlegenden Voraussetzungen, auf die Rudolf Steiner sein Werk aufgebaut hat, stehen im Zentrum der Arbeit der Vertreter der „Anthroposophischen Meditation“, sondern bestimmte Erscheinungen, die am „meditativen Tun“ auftreten, und die erst n a c h t r ä g l i c h mit möglichst passenden Aussagen Rudolf Steiners zusammengebracht werden.<sup>19</sup> Denn obwohl es den Vertretern der „Anthroposophischen Meditation“ in erster Linie um die „Anschlussfähigkeit anthroposophisch-meditativer Bewusstseinsforschung an den allgemeinen Diskurs der Gegenwart“<sup>20</sup> geht, möchten sie doch zunehmend ihre Arbeit als eine unmittelbare Fortsetzung der Anthroposophie Rudolf Steiners verstanden wissen.

Diese Tendenz ist, wie schon erwähnt, in den letzten Jahren verstärkt zu beobachten und sie steht in einem bestimmten Widerspruch zum Beginn der Entwicklung der „Anthroposophischen Meditation“. Damals machte man deutlicher sichtbar, dass man sich von einer als einseitig geltenden Hinwendung zum Werk Rudolf Steiners distanzieren wollte. Die Erscheinungen, die im Zusammenhang mit der akademischen Meditationsforschung aufgetreten waren, mit der man sich besonders in den ersten Jahren zusammengetan hatte<sup>21</sup> (wie die der Gehirnstrommessung während der Meditation), blieben daher ganz und gar un-hinterfragt. Heute aber möchte man sich der Anthroposophie Rudolf Steiners annähern, und daher treten verstärkt Themen in den Mittelpunkt, die unmittelbar dieser zu entspringen scheinen.

### **„Anthroposophische Meditation“ trifft auf traditionelle „Lese-Anthroposophie“ oder „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“**

Zahlreiche Vertreter der „Anthroposophischen Meditation“ gehen davon aus, dass sich eine übersinnliche Wahrnehmung unmittelbar aus der Betrachtung bestimmter Gegenstände oder Lebewesen ergeben kann. Von dieser ausgehend meinen sie, direkt in dasjenige hinüberführen zu können, was sie als die drei Stufen der „höheren Erkenntnis“ bezeichnen. Corinna Gleide z.B. berichtet von „inneren Wahrnehmungen“, die bei der Beobachtung bestimmter Pflanzen, Steine oder Landschaften auftreten, und die empfunden werden sollen. Die „sprechenden“ Empfindungen aber sind für sie der Weg, der „von der Sinneswahrnehmung zur seelisch-geistigen Wahrnehmung“<sup>22</sup> führen soll. Sie beschreibt ihr Vorgehen so:

*„Wenn ich jetzt zum Beispiel Pflanzen- oder Steinmeditationen mache, oder auch in der Landschaftsmeditation, dann gehe ich immer von der Sinnesbeobachtung aus. Es geht zunächst um das präzise Beobachten und Beschreiben dessen was man sieht. (...) In der Anleitung bitte ich die Teilnehmer, nun die Sinneswahrnehmung wie in inneren Prozessen mitzuvollziehen. Dadurch kommen sie in die Gebärdensprache z.B. der Pflanze, oder auch einer Landschaft, eines Baumes hinein. Es können auch innere Farben entstehen. Es entsteht ein Erleben, wo sie sich wie mit den Dingen verbunden fühlen. (...)*

*Bei Pflanzenmeditationen - aber z.B. auch in der Landschaftsmeditation- gibt es dann noch zwei weitere Übungsstufen. Zuerst verdichten wir die inneren Wahrnehmungen zu einer Empfindung. Ein Schneeglöckchen hat z.B. eine vollkommen andere Empfindung in sich zugrundeliegend als eine Pfingstrose.*

<sup>19</sup> Besonders das mündliche Werk Rudolf Steiners, das dieser ja zum Großteil gar nicht veröffentlichen wollte, bietet „Zitate“ gleichsam „in jeder Richtung“. Sucht man darin wie in einem Steinbruch, wird man den anscheinend passenden „Stein“ auch finden. Dieser „Stein“ aber wird ganz anders gelesen werden müssen, wenn man erst einmal das Fundament erkannt hat, auf dem das Werk errichtet wurde.

<sup>20</sup> Dehmelt, A.-K., „Alles in der Welt ist bewusst“, a.a.O., S. 7.

<sup>21</sup> Siehe dazu „Anthroposophische Meditation und akademische Meditationsforschung“, <http://www.infameditation.de/institut/forschung/meditationsforschung/>

<sup>22</sup> Siehe Gleide, Corinna, Die Empfindung beginnt zu sprechen. Von der Sinneswahrnehmung zur seelisch-geistigen Wahrnehmung, in: die Drei 4/2016, S. 21ff.

*Das versuchen wir uns zu beschreiben. Das Schneeglöckchen hat z.B. mit der Gebärde und Empfindung der Bescheidenheit und Einfachheit zu tun. Die Pfingstrose ist da vollkommen anders. (...)*<sup>23</sup>

In ihrem Artikel „Die Empfindung beginnt zu sprechen. Von der Sinneswahrnehmung zur seelisch-geistigen Wahrnehmung“ beschreibt Corinna Gleide ihre Arbeitsmethode genauer und zeigt, wie sie nachträglich, d.h. im Anschluss an die von ihr gemachten Meditations-Erfahrungen, diese in einen Zusammenhang zur Anthroposophie Rudolf Steiners zu bringen versucht.

Zunächst macht sie drei Seiten (S. 43-45) aus dem Buch „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“, die dem Abschnitt „Die Vorbereitung“ angehören (es handelt sich um den ersten Abschnitt des Kapitels „Die Stufen der Einweihung“), zur Grundlage für ihre Ausführungen.<sup>24</sup> Diese Seiten werden von vielen Vertretern der „Anthroposophischen Meditation“, die ebenso wie Corinna Gleide von der Sinneswahrnehmung ausgehen, immer wieder herangezogen. Dass es sich dabei aber um solche handelt, die Rudolf Steiner – nicht ohne Grund – der „Vorbereitung“ zugeordnet hat, wird nicht thematisiert. Wie so vieles scheint auch dieser Umstand vollkommen unbewusst geblieben zu sein.

Weil es Corinna Gleide um Erfahrungen geht, die sich aus Sinneswahrnehmungen ergeben, kann sie sich für ihre weiteren Ausführungen nicht mehr auf dasselbe Werk Rudolf Steiners stützen; über „*innere Wahrnehmungen*“, die bestimmte Empfindungen im physischen Leib wachrufen sollen (wie z.B. die „*innere Gebärde*“ der Amaryllis, die sie als „*platzgreifend, raumeinnehmend und ausladend – bei gleichzeitigem In-sich-Bleiben*“ beschreibt<sup>25</sup>), kann man in „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“ nämlich nichts lesen. Daher greift sie auf die von Rudolf Steiner begründete Sinneslehre zurück.<sup>26</sup> Von dieser ausgehend meint sie, die von ihr gemachten „*inneren Wahrnehmungen*“ mit bestimmten Begriffen Rudolf Steiners in einen Zusammenhang bringen zu können: und zwar mit denen von ihm als die „*unteren Sinne*“ bezeichneten.<sup>27</sup>

Um einen endgültigen Beweis zu liefern, dass ihre Arbeit der Anthroposophie Rudolf Steiners entspricht, macht Corinna Gleide am Ende ihres Artikels etwas außerordentlich Überraschendes: Sie zieht das Nachwort von „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“ heran, das Rudolf Steiner im Jahr 1918 der Schrift hinzugefügt hat. Dieses Nachwort ist allerdings so gehalten, dass es als der schlagende Beweis gegen das Herangehen Corinna Gleides gelten muss. Rudolf Steiner stellt hier nämlich genau die Art von Irrtümern in den Mittelpunkt, die von ihr begangen werden.

Das Nachwort beginnt mit den folgenden Worten:

*„Der Weg zu übersinnlicher Erkenntnis, der in dieser Schrift gekennzeichnet wird, führt zu einem seelischen Erleben, demgegenüber es von ganz besonderer Wichtigkeit ist, dass, wer es anstrebt, sich keinen Täuschungen und Missverständnissen über dasselbe hingibt. Und es liegt dem Menschen nahe, sich über dasjenige zu täuschen, was hier in Betracht kommt.“*<sup>28</sup>

In den darauf folgenden Seiten des Nachwortes zeigt Rudolf Steiner so deutlich, dass es nicht zu überlesen ist, was als einziges „*den Menschen*“ davor behüten kann, sich solchen Täuschungen hinzugeben: Es ist die Entwicklung einer Fähigkeit, die er das „*reine Denken*“ nennt:

*„Man kann aus dem Umfange des Seelenlebens etwas herauslösen, das nur in **reinen** Gedanken besteht. In Gedanken, die in sich bestehen, aus denen alles ausgeschaltet ist, was Wahrnehmung oder leibliches Innenleben geben. **Solche** Gedanken offenbaren sich durch sich selbst, durch das, was sie sind, als ein geistig, ein übersinnlich Wesenhaftes. Und die Seele, die mit solchen 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.“*<sup>29</sup>

Und einige Seiten weiter:

*„Für die hier gemeinte übersinnliche Seelenbetätigung ist es außerordentlich bedeutsam, in voller Klarheit das Erleben des reinen Denkens zu durchschauen. Denn im Grunde ist dieses Erleben selbst schon eine*

<sup>23</sup> Siehe: <https://www.anthroposophische-meditation.org/corinna-gleide/>

<sup>24</sup> Siehe Gleide, Corinna, Die Empfindung, a.a.O., S. 22ff.

<sup>25</sup> Ebenda, S. 23.

<sup>26</sup> Siehe dazu u.a. Rudolf Steiner, Anthroposophie. Ein Fragment, GA 10.

<sup>27</sup> Siehe Gleide, Corinna, Die Empfindung, a.a.O., S. 27.

<sup>28</sup> Rudolf Steiner, Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten? GA 10, S. 216. (Hervorhebung von mir – I.D.)

<sup>29</sup> Ebenda, S. 217f.



*übersinnliche Seelenbetätigung. Nur eine solche, durch die man noch nichts Übersinnliches schaut. Man lebt mit dem reinen Denken im Übersinnlichen; aber man erlebt nur **dieses** auf eine übersinnliche Art; man erlebt noch nichts anderes Übersinnliches. Und das übersinnliche Erleben muss sein eine Fortsetzung desjenigen Seelen-Erlebens, das schon im Erleben des reinen Denkens erreicht werden kann.*<sup>30</sup>

Allein an diesen wenigen, grundsätzlichen Aussagen Rudolf Steiners wird deutlich, dass die Voraussetzung für eine meditative Arbeit darin besteht, genau dasjenige vollkommen auszuschalten, was die Arbeit Corinna Gleides ausmacht: „alles Wahrnehmen, alles Erinnern, alles sonstige Innenleben“. Die Erfahrung des „reinen Denkens“ aber muss zu einer solchen gemacht werden, dass jedes „übersinnliche Erleben“, das über das des reinen Denkens hinausgeht, als unmittelbare Fortsetzung desjenigen „Seelen-Erlebens“ erscheint, „das schon im Erleben des reinen Denkens erreicht werden kann“.

\*

Es ist dieses Nachwort, das Corinna Gleide als den endgültigen Beweis dafür heranzieht, dass ihre Meditationen der Anthroposophie Rudolf Steiners entsprechen. Wie ist dies möglich?

Der entscheidende Schritt, der zu jener Verwirrung geführt hat, die die sogenannte „Anthroposophische Meditation“ im Allgemeinen charakterisiert, wird an dem Vorgehen Corinna Gleides deutlich. Da sich immer wieder dasselbe Phänomen – nur in unterschiedlichem Kleide – zu vollziehen scheint, soll es hier genauer in den Blick genommen werden:

Corinna Gleide spricht vom „reinen Denken“ erstmalig am Ende ihres Artikels<sup>31</sup>, ohne einen Begriff desselben zu entwickeln. Dieses „reine Denken“ soll, so meint sie im Anschluss an ein Zitat aus dem Nachwort Rudolf Steiners, die für ihre Arbeit zentralen „unteren Sinne“ „verwandeln“. – Nicht nur, dass sie den besagten Satz Rudolf Steiners falsch gelesen hat – sie „übersetzt“ das Verb „durchdringen“ mit „verwandeln“.<sup>32</sup> Vor allem aber behandelt sie das „reine Denken“ so, als würde es ihrer meditativen Arbeit zugrunde liegen. Sie setzt es gleichsam voraus, ohne es allerdings jemals vollzogen zu haben. Immer, wenn sie nämlich ihre Denktätigkeit während ihrer Meditationen beschreibt, beschreibt sie eine solche, die sich ausschließlich am sinnlich Wahrgenommenen, Empfundenen, und am „sonstigen Innenleben“ entwickelt.<sup>33</sup> Der ganze Text Corinna Gleides ist eine Beschreibung der Tätigkeiten, die, will man ein „reines Denken“ entwickeln, ausgeschaltet werden müssen.

Allein dadurch, dass Corinna Gleide über das „reine Denken“ spricht, von dem sie im Nachwort Rudolf Steiners gelesen hat, meint sie es schon zu vollziehen. Dies aber scheint mir, auf Grund jahrelanger Beobachtungen und Erfahrungen, das fragwürdigste Resultat der traditionellen „Lese-Anthroposophie“ zu sein: Das Lesen bestimmter Aussagen Rudolf Steiners wurde und wird von dieser so behandelt, als befände sich der Leser, der genauso liest, wie er es immer macht,<sup>34</sup>

---

<sup>30</sup> Ebenda, S. 220.

<sup>31</sup> Siehe Gleide, Corinna, Die Empfindung, a.a.O., ab S. 28, der vorletzten Seite.

<sup>32</sup> Unter der Zwischenüberschrift „Die Bedeutung des Denkens für die unteren Sinne“ erklärt Corinna Gleide: „Das reine Denken ist zunächst die einzige menschliche Tätigkeit, durch welche die Leibfreiheit erreichbar ist. Pfl egt ein Mensch das reine Denken, dann verwandelt diese Tatsache allmählich auch die Art, wie Fühlen und Wollen, aber auch die unteren Sinne für die geistig-seelische Wahrnehmung geeignet gemacht werden können.“ (Ebenda, S. 28; Hervorhebung von mir – I.D.) Damit bezieht sie sich auf folgenden Satz Rudolf Steiners: „Wer aber solches erlebt hat, für den ist Erfahrung geworden, dass überall, wo im Seelenleben **Denken** waltet, in dem Maße, als dieses **Denken** andere Seelenverrichtungen *durchdringt*, der Mensch in einer Tätigkeit begriffen ist, an deren Zustandekommen sein Leib **unbeteiligt** ist.“ (Rudolf Steiner, Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten? GA 10, S. 217; fett gedruckte Hervorhebung von Rudolf Steiner; gesperrt gedruckte Hervorhebung von mir – I.D.) Nicht nur, dass Corinna Gleide den von Rudolf Steiner beschriebenen Vorgang des „Durchdringens“ anderer Seelenverrichtungen so gelesen hat, als handele es sich dabei um ein „Verwandeln“. Außerdem ergibt sich aus der Lektüre des darauf folgenden Absatzes, dass Rudolf Steiner genau das Gegenteil von dem aussagt, was Corinna Gleide behauptet.

<sup>33</sup> So u.a. mit diesem Satz: „Kennzeichnend für diese Art des Übens ist, dass durch die Exakte und zugleich hingebungsvolle, nicht durch vorgefasste Begriffe geleitete Sinneswahrnehmung in der eigenen Seele Gefühle, Empfindungen und Gedanken entstehen, die mit dem Wesen des Beobachteten verbunden sind.“ Gleide, Corinna, Die Empfindung, a.a.O., S. 23.

<sup>34</sup> Das Lesen der Texte Rudolf Steiners ist durchaus die entscheidende Grundlage für einen Weg, der in die Anthroposophie Rudolf Steiners hineinführt. Allerdings muss dieses vollkommen verwandelt werden; das Unbewusste des Lesers seinem eigenen Tun gegenüber muss als erstes überwunden werden. Siehe dazu: Blankertz, Rüdiger, Vom Lesen im

unmittelbar durch dieses Lesen schon im Besitz der dazu gehörigen Erfahrung. Ein Großteil der sogenannten „Sekundär-Literatur“ legt Zeugnis davon ab. Man behandelt die schwierigsten Fragen der Anthroposophie so, als hätte man ein Recht dazu. Man spricht über die Engels-Hierarchien, über die Weltentwicklung und sonstige von Rudolf Steiner dargestellten Zusammenhänge so, als hätte man diese selbst erlebt. Dass das aber gar nicht der Fall ist, sondern womöglich das Angelesene nichts als ein Falsch- oder Nicht-Verstandenes sein kann, wurde durch die Tradition der „Lese-Anthroposophie“ ins tiefste Unterbewusstsein heruntergespült.

Die „Anthroposophische Meditation“ ist auf der Grundlage dieses Herangehens, das sich seines eigenen Tuns vollkommen unbewusst bleibt, entstanden. Dieses Unbewusste führt zu einer maßlosen Selbst-Überschätzung, da der große Abstand, der die eigenen Fähigkeiten von demjenigen trennt, was das Werk Rudolf Steiners ausmacht, konsequent verschlafen wird.

\*

Der Artikel Corinna Gleides zeigt mit erschreckender Deutlichkeit die unüberbrückbare Ferne zwischen dem Weg der Anthroposophie Rudolf Steiners und der Art und Weise, wie innerhalb der „Anthroposophischen Meditation“ gearbeitet wird. Beide Erscheinungen stehen beinahe beziehungslos nebeneinander, und auch eine nachträgliche Bemühung kann letztere nicht mehr der ersten annähern. Denn wie soll eine Meditation, die an der Sinneswahrnehmung ansetzt, zu einer übersinnlichen Wahrnehmung führen? Schon eine einfache Überlegung macht deutlich, dass die Sinneswahrnehmung und die übersinnliche Wahrnehmung zunächst ein solches Verhältnis zueinander haben, dass die erstere (die Sinneswahrnehmung) die zweite (die übersinnliche Wahrnehmung) vollkommen unmöglich macht. Besteht doch die grundlegende Voraussetzung für übersinnliches Wahrnehmen darin, dass „die Sinne schweigen“: Jede Sinneswahrnehmung muss konsequent ausgeschlossen werden.

Ein solcher Ausschluss der Sinnestätigkeit kann aber nicht stattfinden, solange der Mensch wahrnimmt oder empfindet; er wird nur möglich, wenn er denkt. Und auch dann wird der Leib noch solange beteiligt sein, solange Gedanken geformt werden, die mit dem, worüber nachgedacht wird, in einem gewohnten, sich auf den Gedankeninhalt begrenzenden Sinn-Zusammenhang stehen. Solche Gedanken setzen nämlich das Gehirn als Grundlage des Denkens voraus. Erst das reine Denken schafft jene Voraussetzungen, die den Weg in ein Bewusstsein eröffnen, das nicht mehr das gewöhnliche ist.

### Die Frage der Leibfreiheit

In der Bemühung, die „Anthroposophische Meditation“ mit der Anthroposophie Rudolf Steiners zu verbinden, treten innerhalb dieser Fragen auf, die vorher noch nicht gestellt worden sind. Christoph Hueck, der Träger des seit 2014 in Stuttgart stattfindenden „Forschungskolloquiums zur Meditationswissenschaft“, griff in einem kürzlich erschienenen Artikel über „Das leibfreie Bewusstsein in der Meditation“<sup>35</sup> einige dieser Fragen auf:

*„Führt das, was in diversen anthroposophischen Seminaren als Meditationsübungen praktiziert wird, zu übersinnlichen Erkenntnissen eines leibfreien Bewusstseins, oder handelt es sich lediglich um verfeinerte Sinneserfahrungen? Sind beispielsweise die inneren Bewegungseindrücke und Erlebnisse, die man an der Beobachtung von sprießenden und welkenden Pflanzen bekommen kann, übersinnlich, oder sind es in das Bewusstsein hinaufgeholt und ästhetisch verfeinerte Eindrücke der ‚unteren‘ Sinne, des Tast-, Lebens-, Bewegungs- und Gleichgewichtssinnes?“<sup>36</sup>*

Die von Hueck gestellten Fragen zielen darauf, Erfahrungen, die während solcher wie den soeben beschriebenen Meditationen gemacht wurden, in ein Verhältnis zu den Vorstellungen zu setzen, die er sich von einer übersinnlichen Erkenntnis gebildet hat. „Erfahrungs“-Elemente werden herausgegriffen, um sie mit einem Erscheinungsmerkmal, das der übersinnlichen Erkenntnis zugeordnet wird – dem sogenannten „leibfreien Bewusstsein“, – zu verbinden. Anschließend daran trägt Hueck verschiedene Aussagen aus dem Werk Rudolf Steiners zusammen, die dazu dienen sollen, das „leibfreie Bewusstsein“ zu charakterisieren.

---

anthroposophischen Buch. Rudolf Steiner über die Aktivierung des Denkens und das rechte Verhältnis zum Buch, in: Anthroposophie, IV/2010; Volltext siehe <http://www.menschenkunde.com/>; [goo.gl/7qBdBu](http://goo.gl/7qBdBu)

<sup>35</sup> Hueck, Christoph, Das leibfreie Bewusstsein in der Meditation. Das Wesen des leibfreien Bewusstseins und einige Kriterien zu seiner Erkenntnis, in: die Drei, 10/2018, S. 39ff.

<sup>36</sup> Ebenda, S. 39.

Es ist heute zu einer Art Mode geworden, von einem in der Meditation zu erlangenden „leibfreien Bewusstsein“ zu reden, ohne zu bemerken, dass Rudolf Steiner, wenn er über den Weg gesprochen hat, der durch eine Meditation entstehen soll, stets das Denken als ein leibfrei werdendes beschrieben hat. Nicht das Bewusstsein als solches, unter dem dann auch ein Empfinden, Wahrnehmen u.ä. verstanden werden kann, wird zunächst leibfrei, sondern die im Meditieren zu erfahrende Leibfreiheit tritt, so Rudolf Steiner, stets im Zusammenhang mit dem sich entwickelnden Denken auf.<sup>37</sup> Und liest man die in Frage kommenden Texte genauer, wird man sogar bemerken, dass es Rudolf Steiner in einem ersten Schritt gar nicht um die Leibfreiheit geht, sondern um das Erleben der Leibgebundenheit des gewöhnlichen Denkens.

Warum ist das so?

\*

Die erste Erfahrung, die der um ein übersinnliches Bewusstsein Ringende machen wird, besteht darin, dass ihm eine ganz bestimmte Frage zum Erlebnis wird: Wie kann ich aus demjenigen heraustreten, mit dem ich doch selbst identisch bin? Diese Frage wird zum wesenhaften Erlebnis, das immer dann auftritt, wenn das gewöhnliche Bewusstsein an seine eigenen Grenzen kommt. Diese „Grenze“ ist schmerzvoll, da sie dem Denker die gewohnten Denkinhalte entzieht und er sich als „blind“ erleben muss. Zusammen mit den Denkinhalten schwindet ihm der gewohnte Boden seines Selbstbewusstseins; der Ringende muss sich nun in einem Seelenraum halten, der bodenlos ist und nur noch in der eigenen, zunächst als blind erlebten Denk-Tätigkeit (besser: dem Denk-Willen) besteht.

Diese Grenze, die auch als seelische Wand erlebt werden kann, an die der Denker „anstößt“, nennt Rudolf Steiner die „Schwelle zur geistigen Welt“. An dieser Schwelle werden weitere Fragen zum Erlebnis: Wie ist es möglich, dass das Bewusstsein sich selbst überspringt? Und ebenso zum Erlebnis wird die Antwort: Dies wird nur dann möglich, wenn dem gewöhnlichen Bewusstsein ein solches gegenübertritt, das so geartet ist, dass es sich an diesem erfahren kann, weil es sich selbst zu sehen beginnt. Dieses höhere Bewusstsein, an dem sich das gewöhnliche Bewusstsein in seinem Wesen zu erleben vermag, ist aber dasjenige Rudolf Steiners.

Daher wird der erlebte Beweis, das gewöhnliche Bewusstsein verlassen zu haben, immer darin bestehen, dass der um Erkenntnis Ringende dieses gewöhnliche Bewusstsein zu schauen beginnt. Solange er dieses nicht in seinem Wesen geschaut und erkannt hat, wird er alle Spielarten desselben für Erscheinungen eines übersinnlichen Bewusstseins halten, wie durch die „Anthroposophische Meditation“ eindrücklich gezeigt wird. Dieses gewöhnliche Bewusstsein tritt dem Ringenden in seiner Wesenhaftigkeit immer erst dann vor die Seele, wenn diese sich von ihm losreißt. Die erste (erlebte) Erkenntnis, die aus dem Normalbewusstsein herausführt, bezieht sich daher auf das Wesen des gewöhnlichen Bewusstseins.

Wiederholt beschrieb Rudolf Steiner diesen Vorgang, der stets mit einer Verstärkung und Verdichtung des Denkens beginnen muss. Eine solche Arbeit am Denken ist ungewöhnlich; sie ist außerordentlich anstrengend und wenig attraktiv. Interessante und mitteilungs-würdige Wahrnehmungen, wie sie auf dem Weg der sogenannten „Anthroposophischen Meditation“ auftreten, wo sie als „Forschungsergebnisse“ gelten, werden dabei nämlich nicht gemacht. Ganz im Gegenteil: Zunächst bewegt sich der Denker auf einem Weg, auf dem ihm selbst dasjenige verloren geht, was ihm doch bisher das einzig Interessante seines Tuns gewesen ist: der gewohnte Denk-Inhalt. Er wird ein Denken herausbilden müssen, das sich in sich selbst halten kann und ohne Bezugnahme auf einen Denk-Inhalt, der unmittelbar aus dem Objekt des Denkens entspringt, auskommen muss. Dann erlebt der Ringende den Schmerz einer selbst erzeugten Leere; diesen Schmerz gilt es auszuhalten. Denn erst, wenn man dieses Erlebnis „lange genug in Seelenruhe festhalten kann“, wird der Ringende die „innere Offenbarung“ empfangen können.<sup>38</sup> Der Denker wird eine ganz neue Art des Denkens kennenlernen; ein Denken, das nicht mehr nur ein Abbild der vorgestellten „Wirklichkeit“ ist, sondern die Wirklichkeit selbst, die sich in ihrem Geist-Charakter offenbart.

---

<sup>37</sup> Siehe u.a.: Rudolf Steiner, Philosophie und Anthroposophie, in: GA 35, S. 66ff; ders., Die Aufgabe der Geisteswissenschaft und deren Bau in Dornach, in: ebenda, S. 173ff.; ders., Das menschliche Leben vom Gesichtspunkte der Geisteswissenschaft (Anthroposophie), in: ebenda, S. 225ff.; ders., Die Erkenntnis vom Zustand zwischen dem Tode und einer neuen Geburt, in: ebenda, S. 269. Über ein „leibfreies Bewusstsein“ spricht Rudolf Steiner lediglich dann, wenn er es im Zusammenhang mit einer solchen (vollständig vollzogenen) Einweihung beschreibt, die dem Todesvorgang ähnlich ist. Siehe Rudolf Steiner, Die Rätsel der Philosophie, GA 18; im Abschnitt: Skizzenhaft dargestellter Ausblick auf eine Anthroposophie.

<sup>38</sup> Rudolf Steiner, Die Erkenntnis vom Zustand zwischen dem Tode und einer neuen Geburt, in: GA 35, S. 289.

Ein solches Denken ist allerdings zunächst weitgehend unbekannt. Der Weg, den die „Anthroposophische Meditation“ eingeschlagen hat, wurde nur möglich, weil dieses Denken nicht erfahren wird, sondern „Denken“ den Meditierenden dasjenige bleibt, was sich in seinem Abbild-Charakter erschöpft. Jeder, der sich auf dem Weg einer wirklichen Erfahrung befindet, die das Denken möglich macht, wird daher das Überflüssige und Wesenlose dessen, was durch die „Anthroposophische Meditation“ bisher sichtbar wurde, durchschauen können.

In seinem Aufsatz „Die Erkenntnis vom Zustand zwischen dem Tode und einer neuen Geburt“ beschrieb Rudolf Steiner den Vorgang, der dieser Wirklichkeits-Erfahrung zugrunde liegt, sehr genau. Da es sich um einen Aufsatz handelt, den er auch für ein nicht-anthroposophisches Publikum verfasst hat, beginnt er mit dem Erleben eines Erkenntnis-Ringers, der die Grenzen der Erkenntnis erfährt und diesem Grenz-Erlebnis nicht ausweicht, sondern an ihm seinen weiteren Weg findet.

Der aufmerksame Leser der Texte Rudolf Steiners wird erfahren können, dass derartige Erlebnisse immer dann auftreten, wenn er diese Texte sehr genau zu lesen beginnt:

*„Man nehme den folgenden Fall. Ein Mensch sinnt über eine derjenigen Fragen, welche eine gewisse Weltanschauung als über die Grenzen der menschlichen Erkenntnisfähigkeit hinausgehend betrachtet. Man kann in einem solchen Falle sich denkend mit sich selbst auseinandersetzen, und glauben, dass man durch diese Auseinandersetzung genötigt wird, zu sagen, bis hierher vermag der Mensch mit seinem Erkennen zu gehen; ein weiteres Vordringen in die Wirklichkeit ist nicht möglich. Man kann aber auch es gewissermaßen probeweise mit seinem Denken bis zum scharfen Erfahren desjenigen treiben, was die Seele erlebt, wenn sie sich so an diese Grenze stellt. Man muss dabei in innerer Ruhe die Kraft aufbringen, die Seelentätigkeit im Erfassen dieses Erlebnisses zum Stillstand zu bringen. Man wird dann erfahren, woran es liegt, dass man mit dem Denken nicht weiter kommt. Und diese Erfahrung offenbart demjenigen, dem sie zuteil wird, dass es nicht an dem Denken liegt, sondern an dem Umstande, dass das Denken durch die Leibeswerkzeuge ausgeübt wird, wenn er nun sich an eine Grenze gestellt findet. Die Abhängigkeit des gewöhnlichen Denkens von den Leibeswerkzeugen wird nun unmittelbare Seelenerfahrung. Die Geisteswissenschaft würde von der gegenwärtig herrschenden naturwissenschaftlichen Weltanschauung weniger befehdet, wenn diese in nötiger Unbefangenheit sich zu der Einsicht durchringen könnte, dass das erste Erlebnis des Geistesforschers eine volle Bestätigung dessen ist, was sie selbst behauptet: dass das gewöhnliche Vorstellen an die entsprechenden Leibeswerkzeuge so gebunden ist, wie die Schwerkraft an den Stoff. Nur ist für den Geistesforscher diese Einsicht nicht die Folge theoretischer Erwägungen, sondern ein schwerwiegendes Seelen-Erlebnis, das er macht, wenn er sich vollbewusst an die Grenze des gewöhnlichen Erkennens stellt. Man kann nun wohl das Stehen-Bleiben an dieser Grenze als in der Natur des Erkennens begründet finden, wenn man zu seiner Anerkennung durch theoretische Erwägungen gelangt ist; man kann dies aber nicht, ohne sich selbst zu täuschen, wenn man mit Bewusstsein sich an dieser Grenze innerlich lebend weiß. Denn bei diesem Erlebnis hängt es nur davon ab, ob man es lange genug in Seelenruhe festhalten kann, um die innere Offenbarung zu empfangen, dass sich nun das Denken aus seiner Gebundenheit an die Leibeswerkzeuge heraus löst und zu einer in sich lebendigen Wirklichkeit wird, gegenüber welcher sich alles, was an die Leibeswerkzeuge gebunden ist, nur noch als Zuschauer verhält. Es ergreift nunmehr das Denken ein Eigenleben, das es zu einer Wirklichkeit macht, die man im gewöhnlichen Leben und in der anerkannten Wissenschaft nicht beobachten kann. Man erlebt nunmehr den Unterschied zwischen dem gewöhnlichen Denken und dem in sich lebendigen Denken. Das gewöhnliche Denken gibt Abbilder von Wesen; es ist aber in sich so wenig eine Wirklichkeit, wie es ein Spiegelbild ist gegenüber dem abgespiegelten Gegenstande. Das lebendige Denken ist eine Wirklichkeit in sich selbst.“<sup>39</sup>*

\*

Die von Christoph Hueck gestellten Fragen sind intellektuelle Konstrukte, die nicht dem Seelengebiet entstammen, auf das sie hinzielen. Eine Frage, die nicht der Beliebigkeit des Intellekts entspringt, wird man immer daran erkennen, dass sie demselben

---

<sup>39</sup> Zit. nach: GA 35, S. 288f. Hervorhebungen von mir – I.D.

Seelenraum entstammt, auf dem auch die Antwort gefunden werden kann. Die von Hueck gestellten Fragen aber tragen die Antwort nicht in sich; sie entsprechen einer Vorstellungsart, die ganz „von außen“ kommend auf bestimmte Aussagen Rudolf Steiners in seinem Werk gestoßen ist, und nun nicht weiß, wie bestimmte Erscheinungen mit diesen Aussagen zusammenzubringen sind. Daher ist es nicht verwunderlich, wenn Hueck in seinem Artikel bestimmte Aussagen Rudolf Steiners zu einem übersinnlichen (nicht zu einem leibfreien!) Bewusstsein so zusammenträgt, dass diese Zusammenstellung über die Tradition eines „Der-Doktor-hat-gesagt“ nicht hinausgeht.

Ein solches Herangehen wird immer dazu führen müssen, dass solche Fragen, wie die eingangs von ihm gestellten, nicht beantwortet werden können. Hueck kommt auf diese Fragen in seinem Artikel nicht noch einmal zurück.<sup>40</sup>

### Die nicht überwundene Theosophie

Liest man bestimmte Ausführungen Rudolf Steiners, die dieser besonders ab 1916 bzw. 1918 über die Schrift „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“ oder über das Kapitel „Die Erkenntnis der höheren Welten“ seines Werkes „Die Geheimwissenschaft im Umriss“ gemacht hat, kann man sich einer Tragik bewusst werden, mit der wir es bis heute zu tun haben: die der zu Beginn des 20. Jahrhunderts aufgetretenen Notwendigkeit, an die besondere Seelenlage der Mitglieder der Theosophischen Gesellschaft anzuknüpfen.

Es ist bekannt, dass viele seiner Zeitgenossen über die scheinbare Hinwendung Rudolf Steiners zur Theosophie, vor der er doch vorher so eindrücklich gewarnt hatte, erschüttert waren.<sup>41</sup> Aber es gab Persönlichkeiten unter den Mitgliedern dieser Gesellschaft, die „mit großem Interesse für die Geistwelt waren“<sup>42</sup> und die in Rudolf Steiner – zumindest empfindungsmäßig – denjenigen erkannten, der er gewesen ist. Dies aber wurde zum Grund dafür, dass dieser im Jahre 1902 den Vorsitz der deutschen Sektion der Theosophischen Gesellschaft übernommen hat.

Allerdings waren die Seelen dieser Menschen nicht so geartet, dass Rudolf Steiner auf den in seinen Frühwerken<sup>43</sup> dargestellten Geist-Weg unmittelbar hätte aufbauen können. Er musste deren besondere, theosophisch geprägte und auch vor-geprägte Seelenlage beachten, und das Interesse für eine innere, seelische Aktivität zunächst mit Hilfe ganz bestimmter Übungen und Mantren zu wecken versuchen. Zu diesen Übungen gehören auch die von den Vertretern der „Anthroposophischen Meditation“ so stark in den Mittelpunkt gerückten „Wahrnehmungs“-Übungen, die, wie schon erwähnt, ausdrücklich nur der Vorbereitung zugeordnet sind. Erst ab 1916 bzw. 1918 konnte Rudolf Steiner damit beginnen, direkt an seine grundlegenden Werke von vor der Jahrhundertwende anzuknüpfen. Interessanterweise geschah dies aber, neben den in dieser Zeit verfassten Schriften und Aufsätzen,<sup>44</sup> in erster Linie nicht in den Vorträgen, die er vor den Mitgliedern der Anthroposophischen Gesellschaft hielt, sondern in öffentlichen Vorträgen.

Wie sehr Rudolf Steiner darum gerungen hat, die Missverständnisse aufzuzeigen, die über sein Werk und sein Streben vorherrschten, wird an vielen seiner Äußerungen jener Jahre deutlich. Diese Missverständnisse waren darum so zahlreich, weil statt des welthistorisch Neuen seines Weges immer wieder nur das schon Bekannte gesehen wurde, das man, gemäß eigener Hinneigung, auslegte und weiter kolportierte. Auffällig ist, dass die Äußerungen Rudolf Steiners zu diesen Missverständnissen so geartet sind, als seien sie auch eine Antwort auf die heutige Situation. Besonders die vielen, in seinen Vorträgen gemachten Verweise auf seine Schrift „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“, ebenso wie das Nachwort von 1918, erscheinen

---

<sup>40</sup> In einem nachfolgenden Artikel dagegen knüpft Huck noch einmal an seine vorigen Ausführungen an und erklärt: „*Man bewegt sich mit solchen Erfahrungen* (wie z.B. das Erleben von lebendig gestaltenden Kräften in sprießenden oder welkenden Pflanzen – I.D.) *an der Grenze zwischen dem gewöhnlichen und einem nicht mehr sinnlichen Bewusstsein, das nach Rudolf Steiner bis zu einem völlig leibfreien Bewusstsein gesteigert werden kann.*“ Hueck, Christoph, „Strahlender als die Sonne“. Die Grenze zum leibfreien Bewusstsein in der Meditation, in: die Drei, 3/2019, S. 19. Erschütternd ist, wie in diesem Artikel die Grenze zwischen dem gewöhnlichen und dem nicht mehr sinnlichen, leibfrei werdenden Bewusstsein begriffen wird, die ja die Schwelle zur geistigen Welt darstellt.

<sup>41</sup> So besonders Rosa Mayreder, die für Rudolf Steiner in der Zeit der Abfassung seiner „Philosophie der Freiheit“ wichtig gewesen war. Siehe Mayreder, R., Mein Pantheon. Lebenserinnerungen, Rudolf Geering Verlag o.J., S. 180f.

<sup>42</sup> LG, S. 279.

<sup>43</sup> Dazu gehören in erster Linie: Grundlinien einer Erkenntnistheorie der Goetheschen Weltanschauung mit besonderer Rücksicht auf Schiller, GA 2; Wahrheit und Wissenschaft. Vorspiel einer „Philosophie der Freiheit“, GA 3 und Die Philosophie der Freiheit, Grundzüge einer modernen Weltanschauung, GA 4.

<sup>44</sup> Die wichtigsten dieser Aufsätze befinden sich in GA 35.

so, als hätte er damit auch die heutige Entwicklung vorausgesehen. Dies ist nicht erstaunlich, ist doch die Tendenz, in dem ganz und gar Neuen der Anthroposophie nichts als das Alt-Bekanntes sehen zu können, heute mindestens ebenso verbreitet wie damals.

\*

Noch ganz und gar in der theosophischen Tradition des beginnenden 20. Jahrhunderts verfangen, erscheint das von Christoph Hueck und der Akanthos-Akademie organisierte, im Juni 2018 stattgefundene VIII. Forschungskolloquium über „Die Grenzen des gewöhnlichen Bewusstseins und leibfreies Bewusstsein in der Meditation“. Andreas Neider beschrieb den grundlegenden Beitrag von Markus Buchmann, der bestimmte Erlebnisse des Eric Emanuel Schmitt in den Mittelpunkt stellte, welcher als junger Mann auf einer Expedition in die Sahara eine physische Grenzsituation erlebt hatte.<sup>45</sup> Buchmann berichtete den Teilnehmern des Kolloquiums davon,

*„wie er (Eric Emanuel Schmitt – I.D.) sich im heißen Wüstensand eingrub, um nicht zu erfrieren, wie er sich plötzlich außerhalb seines Leibes, über sich schwebend empfand, und wie er dadurch unmittelbar die Erfahrung eines unabhängig vom Leib Existierenden machen konnte, die aus ihm, dem materialistisch gesinnten jungen Mann, einen spirituell suchenden Menschen gemacht hat.*

*Markus Buchmann erzählte den anwesenden 60 Teilnehmern des von der Akanthos-Akademie organisierten Meditationskolloquiums von dieser außerleiblichen Erfahrung, um daran verschiedene Stufen des leibfreien Erlebens zu verdeutlichen. Beim imaginativen Erleben löst sich zunächst nur das Denken vom Leib, sprich vom Kopf. Erst im inspirativen Erleben löst sich auch das Fühlen vom Leib ab, im unteren Menschen aber bleiben wir durch unseren Willen noch mit dem Leib verbunden. Außerdem schwingt das leibfreie Erleben schon im Imaginativen zwischen Leibgebundenheit und Leibfreiheit hin und her. Dabei geht es jedoch immer darum, das im Zustand der Leibfreiheit Erlebte, mitunter nur traumhaft Bewusste, in das klare Bewusstsein zu heben.“<sup>46</sup>*

Die Ausführungen Markus Buchmanns waren für das Kolloquium grundlegend; als Resümee galt die von ihm angelegte Einteilung der Leibfreiheit in drei verschiedene Stufen: einer „imaginativen“, einer „inspirativen“ und einer „intuitiven“.<sup>47</sup> Gemäß der für die Vertreter der „Anthroposophischen Meditation“ feststehenden Annahme, wonach die „Imagination“ die Verstärkung des Vorstellens beträfe, die „Inspiration“ die des Fühlens, und die „Intuition“ die des Wollens, wurde nun die Leibfreiheit ebenso „abgestuft“ und mit den leibbedingten Erscheinungen, mit denen es Eric Emanuel Schmitt zu tun bekam, in einen unmittelbaren Zusammenhang gebracht.

Es ist unverständlich, dass das Kolloquium von Menschen veranstaltet wurde, die nicht dem Vorstellungsraum der Theosophie des beginnenden 20. Jahrhunderts angehören, sondern einhundert Jahre später geboren wurden und zum Großteil seit vielen Jahren mit dem Werk Rudolf Steiners umgehen und damit arbeiten. Und noch schwerer zu begreifen ist, dass die Ausführungen Markus Buchmanns bei den 60 Anwesenden nicht auf den stärksten Widerstand gestoßen sind, sondern stattdessen zur Grundlage des Kolloquiums wurden. Denn gehört die von Buchmann beschriebene Astralreise (auch „Außerkörperliche Erfahrung“ oder „*Out-of-body experience*“ genannt) nicht zu solchen weit verbreiteten Erscheinungen<sup>48</sup>, die zwar die ehemaligen Theosophen oder Spiritisten interessiert hätten, von denen aber jeder, der mit der Anthroposophie Rudolf Steiners arbeitet, mit Sicherheit weiß, dass sie ganz und gar nichts mit der Leibfreiheit zu tun haben, die es in der Meditation zu erringen gilt?

Immer wieder verweist Rudolf Steiner darauf, dass derartige Erfahrungen weiter vom Seelenweg der Anthroposophie entfernt sind als die des gewöhnlichen Bewusstseins. Mit anderen Worten: Jeder denkende „Materialist“ steht der Anthroposophie näher als jene, die in diesen Erscheinungen mehr als Äußerungen bestimmter „*krankhafter oder abnormer Leibesverhältnisse*“ sehen. Im Nachwort von 1918 zu „Ein Weg zur Selbsterkenntnis des Menschen“ beschreibt Rudolf Steiner diesen Zusammenhang so:

---

<sup>45</sup> Schmitt, Eric Emanuel, Nachtfeuer, Frankfurt a.M. 2017.

<sup>46</sup> Neider, Andreas, Die Erfahrung der Leibfreiheit. Zum VIII. Forschungskolloquium Meditationswissenschaft am 9. Juni 2018 im Rudolf Steiner-Haus Stuttgart, in: die Drei 9/2018, S. 72.

<sup>47</sup> Ebenda, S. 73.

<sup>48</sup> 15 bis 35% aller Erwachsenen aus den verschiedensten Ländern und Kulturkreisen weltweit geben an, solche Erlebnisse schon einmal gehabt zu haben. Siehe dazu u.a.: [https://anthrowiki.at/AuBerkorperliche\\_Erfahrung](https://anthrowiki.at/AuBerkorperliche_Erfahrung)

„Es kann wohl schon aus den Ausführungen der zweiten dieser ‚Meditationen‘ klar sein und wird aus den folgenden mit noch größerer Deutlichkeit zu erkennen sein, dass der Seelenweg, von dem in dieser Schrift gesprochen wird, in entschiedenster Weise alles auf krankhaften oder abnormen Leibesverhältnissen beruhende sogenannte ‚Hellsehen‘ ablehnt. Alles Visionäre, Mediumistische, das aus solchen Verhältnissen heraus entsteht, bleibt auf diesem Seelenweg ausgeschlossen. Solche Seeleninhalte gehen aus einer Verfassung des menschlichen Innern hervor, gegenüber welcher das sinnliche Wahrnehmen und das darauf gestützte Denken ein höheres Gebiet darstellen. Man lebt mit diesem Wahrnehmen und diesem Denken **mehr** in dem übersinnlichen Gebiet und man ist mit ihm mehr vom Leibe unabhängig, als dies der Fall ist, wenn eine unregelmäßige Leibesorganisation der Seele einen Inhalt vorgaukelt, der aus Vorgängen entspringt, die eigentlich dem Leibe dienen sollten, und die in krankhafter Art von ihrer naturgemäßen Aufgabe abirren und zu Vorstellungen führen, die weder in einer Wahrnehmung von außen, noch in einer eigenen Betätigung des Willens ihre Grundlage haben.

Unter den im gewöhnlichen Bewusstsein anwesenden Seelenverrichtungen ist es nur das **Denken**, das sich von der Wahrnehmung loslösen und zur selbständigen, nicht an abnorme Leibesäußerungen bedingten Betätigung führen kann. Nicht unter diejenige Seelenverfassung herunter, tiefer in die organischen Verrichtungen hinein geht, was hier als hellsehendes Schauen gemeint ist, sondern in Gebiete geht es hinauf, die mit dem von der Seele innerlich durchhellten, vom Eigenwillen beherrschten Denken **beginnen**. Aus diesem selbstbeherrschten Denken heraus entwickelt die Seele das hier gemeinte hellseherische Schauen. Das Denken ist für das Schauen Vorbild. Was in den ‚Meditationen‘ als solches Schauen beschrieben wird, unterscheidet sich allerdings ganz wesentlich vom bloßen Denken. Und es führt hinein in übersinnliche Weltenerfahrungen, in welche dieses Denken nicht dringen kann. Aber das Leben, das die Seele entfaltet in diesem Schauen, darf kein anderes sein als das im Denken entwickelte. Mit derselben Bewusstheit, mit der die Seele in einem Gedanken lebt, mit der sie von einem zum andern Gedanken übergeht, muss sie in den Schauungen, in den Erleuchtungen leben.“<sup>49</sup>

\*

Die Erlebnisse des Eric Emanuel Schmitt sind die Folge von „krankhaften oder abnormen Leibesverhältnissen, die, so Rudolf Steiner, noch tiefer in eine Abhängigkeit vom Leibe führen, als dies beim gewöhnlichen Denken und Wahrnehmen der Fall ist. Nicht ein „Seinen-eigenen-Leib-von-Außen-Sehen“, das automatisch in bestimmten abnormen Stresssituationen auftreten kann, charakterisiert das höhere Bewusstsein Rudolf Steiners. Sondern, ganz im Gegenteil, handelt es sich hierbei um ein Sich-selbst-Herausreißen aus den gewohnten Denkvorgängen, was nur die Folge einer harten, hellwachen und von einem starken Willen getragenen, bewusst geführten Denk-Arbeit sein kann. Nicht leicht und automatisch, gleichsam „von alleine“ geht hier die Entwicklung, sondern sie ist das Ergebnis eines immer wieder erneuten Ringens und Sich-selbst-Überwindens, das im Denken stattfinden muss.

### **Das „reine Denken“ als Voraussetzung?**

Die Bemühungen, die eigene meditative Tätigkeit in einen sichtbaren Zusammenhang zum Werk Rudolf Steiners zu stellen, nehmen in letzter Zeit innerhalb der „Anthroposophischen Meditation“ deutlich zu. Diese Entwicklung steht im Widerspruch zu den Anfängen, als den Vertretern der „Anthroposophischen Meditation“ die „Anschlussfähigkeit (...) an den allgemeinen Diskurs der Gegenwart“<sup>50</sup> wichtiger war als die an die Anthroposophie Rudolf Steiners. Im Zuge dieser Entwicklung kommt auch erstmalig dasjenige zur Sprache, was für Rudolf Steiner das Zentrale jeder meditativen Bemühung gewesen ist: das Denken. Es erscheint nun sogar im Titel einer der großen, von der Akanthos Akademie veranstalteten Meditationstagung in Stuttgart: „Die Seele atmet im Licht – meditatives Üben zwischen Denken und Wahrnehmen“, so heißt die für Ende März 2019

<sup>49</sup> Rudolf Steiner, Ein Weg zur Selbsterkenntnis des Menschen, GA 16, S. 85f. (Die fett gedruckten Hervorhebungen sind von Rudolf Steiner; die gesperrt gedruckten sind von mir – I.D.)

<sup>50</sup> Dehmelt, A.-K., „Alles in der Welt ist bewusst“, a.a.O., S. 7.

vorgesehene Tagung. Der Interessierte, der das Tagungsprogramm zur Hand nimmt, wird allerdings schnell enttäuscht: Die angebotenen Veranstaltungen bieten, so wie immer, vor allem „Wahrnehmungsübungen“ an. Nicht einer der 11 verschiedenen Workshops gilt der Schulung des Denkens.<sup>51</sup> Daher verwundert es nicht, wenn Andreas Neider, der die Einleitung für diese Tagung verfasst hat, erklärt:

*„Ziel dieser Tagung ist es, die Bedeutung der Sinneswahrnehmung für die anthroposophische Meditation darzustellen und letztere damit erneut einem breiteren Interessentenkreis so zugänglich zu machen, dass daraus eine regelmäßige Meditationspraxis erwachsen kann.“<sup>52</sup>*

Erneut wird die beliebte „Sinneswahrnehmung“ ins Zentrum einer angeblich anthroposophischen Meditationspraxis gestellt. Wohin aber ist das Denken aus dem Tagungstitel verschwunden? Oder anders: Warum tritt es im Titel der Tagung überhaupt auf?

\*

Im Zentrum der Stuttgarter Tagung von Ende März 2019 steht der von Rudolf Steiners einmalig erwähnte „Lichtseelenprozess“, der schon seit einiger Zeit zu einer Art „Modewort“ geworden ist. Um diesen äußerst schwierigen Begriff, der von Rudolf Steiner nur ein einziges Mal in einem Vortrag am 30.11.1919<sup>53</sup> verwendet wurde, handhaben zu können, werden andere Vorträge herangezogen, in denen Denken und Wahrnehmen in ihrer Polarität mit dem Ausatmen bzw. Einatmen erscheinen: die Vorträge, die Rudolf Steiner im Rahmen des 1. Anthroposophischen Hochschulkurses im September/Oktober 1920 gehalten hat.<sup>54</sup> Im Zentrum dieser acht Vorträge, die unter dem Titel „Grenzen der Naturerkennntnis“ bekannt geworden sind, steht das mathematisierende, reine Denken, und erst am Endes des Zyklus kommt Rudolf Steiner auf ein Wahrnehmen zu sprechen, das sich nur in einem solchen Seelenraum entwickeln kann, der sich in der steten Schulung des reinen Denkens zu bilden beginnt.

Anna-Katharina Dehmelt hat diese Vorträge in einem kürzlich erschienenen Artikel, mit dem sie die Grundlage für den diesjährigen Meditationskongress legen möchte, aufgegriffen. Ausführlich (und erstmalig) geht sie dabei – in Anlehnung an Rudolf Steiner – auf die zentrale Rolle des Denkens ein; wiederholt und eindrücklich betont sie, dass die Schulung des reinen Denkens die unbedingte und unabdingbare Voraussetzung jeder meditativen Arbeit sein müsse. Sie erklärt:

*„Zunächst wird vorausgesetzt, dass man intensiv Steiners ‚Philosophie der Freiheit‘ studiert habe, und zwar nicht, um sie zur Kenntnis zu nehmen, sondern um das eigene Denken daran zu kräftigen und zu reinigen. Es soll als Voraussetzung für den Lichtseelenprozess bereits ein Denken erübt sein, das in der Lage ist, sich selbst zu beobachten, sich selbst zu führen und sich von Reminiszenzen an die Sinneswelt freizuhalten.“<sup>55</sup>*

Und sie schlussfolgert:

*„Erst auf dieser Grundlage beginnt der Weg in die Imagination hinein.“<sup>56</sup>*

Mit diesen wenigen Sätzen spricht Anna-Katharina Dehmelt ein Novum aus, das ihre ganze bisherige Arbeit in Frage stellt; wie schon angedeutet, hat sie sich meines Wissens bisher noch niemals auch nur annähernd in dieser Weise über die Rolle der Arbeit am Denken geäußert oder in Vorträgen, Seminaren, Kongressen u.ä. das „reine Denken“ zu Erüben angeregt. Ebenso widerlegt sie mit diesen Sätzen alles, was sie bisher selbst über die Herausbildung von Imaginationen geäußert hat; es waren stets nur Vorstellungen, die es zu bearbeiten galt,<sup>57</sup>

---

<sup>51</sup> So u.a. die von A. Neider und H.-Chr. Zehnter angebotenen „Wahrnehmungsübungen in der Dämmerung und bei Sonnenaufgang“, die von C. Gleide bzw. Steffen Hartmann angeleiteten „Morgenmeditationen“, in denen Farben bzw. „innere Klänge“ erlebt werden sollen; die von Markus Buchmann und Dirk Kruse angebotenen „Wahrnehmungsübungen aus der Bildekräfteforschung“ etc. Doch auch dann, wenn das Wahrnehmen nicht so eindeutig in den Mittelpunkt gerückt wird, steht niemals die Schulung des Denkens im Fokus. Siehe: <http://www.anthroposophischemeditation.de/pdf/flyer.pdf>

<sup>52</sup> Ebenda, S. 2.

<sup>53</sup> In: GA 194.

<sup>54</sup> GA 322.

<sup>55</sup> Dehmelt, Anna-Katharina, Vom Lichtseelenprozess. Grundlagen und Übungsansätze, in: die Drei 3/2019, S. 29. (Hervorhebung von mir – I.D.)

<sup>56</sup> Ebenda. (Hervorhebung von mir – I.D.)

<sup>57</sup> Siehe u.a. Dehmelt, Anna-Katharina, Meditation und Forschung. Teil II, a.a.O.



nicht aber ein Denken, das in der Lage ist, *„sich selbst zu beobachten, sich selbst zu führen und sich von Reminiszenzen an die Sinneswelt freizuhalten“*.

Doch das ist nicht alles: Anna-Katharina Dehmelt widerspricht mit diesen Sätzen auch der Arbeit aller ihrer Kollegen; sie stellt sich damit in einen offenen Widerspruch zur „Anthroposophischen Meditation“ im Allgemeinen und zum Stuttgarter Kongress, den sie doch mit ihrem Artikel vorbereiten will, im Besonderen. Denn dieses Denken, so erklärt sie im Anschluss an die Vorträge Rudolf Steiners weiter, muss so beschaffen sein, dass es auch die Art der Wahrnehmung verwandelt; diese sollen ganz und gar vorstellungslos werden können und gleichsam „eingesaugt“ werden. Sie erklärt:

*„Die Vorarbeit an der ‚Philosophie der Freiheit‘ ist insbesondere unverzichtbar, um die Durchdringung der Wahrnehmung mit Vorstellungen auszuschließen. Die Kräftigung des Denkens führt gerade dazu, es beim Wahrnehmen zurückzuhalten (...) Regelrecht ‚einsaugen‘ soll man die Wahrnehmungen, ohne dass man sie beim Einsaugen mit Vorstellungen bearbeitet‘.“<sup>58</sup>*

Mit diesen Sätzen stellt Anna-Katharina Dehmelt ihre gesamte bisherige Arbeit sowie den Großteil der ihrer Kollegen von den Kopf auf die Füße. Sie sind ein Schlag gegen alles, was bisher von diesen als „Wahrnehmungsmeditationen“ galt. Weder ein ‚reines Denken‘ wird dazu vorher geübt, und noch weniger werden die im Meditieren auftretenden Vorstellungen zurückgehalten. Diese bilden, ganz im Gegenteil, sogar das Kernstück der Arbeit, wie wir am Beispiel der Arbeit von Corinna Gleide sehen konnten.

Leider wird der Leser des Artikels, der an dieser Stelle gehofft hatte, dass Anna-Katharina Dehmelt die notwendigen Konsequenzen aus diesen Erkenntnis ziehen würde, womit eine grundsätzliche Diskussion über das Verhältnis zwischen Anthroposophie und Meditation einsetzen könnte, enttäuscht. Der aufmerksame Leser wird sich im Laufe des weiteren Artikels immer mehr verwundern, und erst nach und nach wird ihm die Vorstellungswelt, auf dem die Ausführungen Anna-Katharina Dehmelts fußen, deutlich werden. Diese besteht nämlich darin, dass Dehmelt ein Denken, das in der Lage ist, *„sich selbst zu beobachten, sich selbst zu führen und sich von Reminiszenzen an die Sinneswelt freizuhalten“*, gar nicht als erübens-notwendig ansieht. Nein, ihre weiteren Ausführungen machen deutlich: Sie geht davon aus, dass dieses Denken schon von vorherein vorhanden ist – und dies nicht nur bei ihr selbst und bei ihren Meditationskollegen, sondern auch bei Soziologen wie Christian Rittelmeyer und Hartmut Rosa. Deren Arbeit würde nämlich zeigen, so Dehmelt,

*„dass wir heute mehr und mehr in die Lage kommen, in den Wahrnehmungsast des Lichtseelenprozesses einzudringen – weit stärker, als das vor 100 Jahren der Fall war.“<sup>59</sup>*

Dass Anna-Katharina Dehmelt ganz offensichtlich davon ausgeht, dass die Fähigkeit, die Rudolf Steiner das „reine Denken“ nannte, heute menschheitlich vorausgesetzt werden kann, wird auch einige Seiten weiter im selben Heft von „die Drei“ deutlich: Hier berichtet Andreas Neider von einem im Dezember 2018 in Berlin stattgefundenen Kongress „Meditation und Wissenschaft“, auf dem Anna-Katharina Dehmelt für die 550 anwesenden Teilnehmer, die natürlich zum Großteil keine Anthroposophen waren, eine typisch „anthroposophische“ Meditation angeleitet hatte: eine „Wahrnehmungsmeditation“ anhand eines an alle Teilnehmer ausgehändigten Kräuterpflanze.<sup>60</sup> Nicht die Frage des reinen Denkens als Voraussetzung jeder anthroposophischen Meditation wurde angesprochen, sondern eine vorbereitende Übung als für den Weg der Anthroposophie charakteristischen dargestellt. Und zwar eine solche vorbereitende Übung, die Rudolf Steiner 1904/5 einem theosophischen Lesekreis gegeben hatte, welches er in seinem Nachwort von 1918 deutlich auf ihren Platz verwies, denn

*„Der Weg zu übersinnlicher Erkenntnis, der in dieser Schrift gekennzeichnet wird, führt zu einem seelischen Erleben, demgegenüber es von ganz besonderer Wichtigkeit ist, dass, wer es anstrebt, sich keinen Täuschungen und Missverständnissen über dasselbe hingibt. Und es liegt dem Menschen nahe, sich über dasjenige zu täuschen, was hier in Betracht kommt.“<sup>61</sup>*

---

<sup>58</sup> Dehmelt, Anna-Katharina, Vom Lichtseelenprozess, a.a.O., S. 29. (Hervorhebung von mir – I.D.)

<sup>59</sup> Ebenda, S. 35.

<sup>60</sup> Neider, Andreas, Selbstoptimierung oder Weltbezug? Zum IV. Kongress ‚Meditation und Wissenschaft‘, in: die Drei 3/2019, S. 76.

<sup>61</sup> Rudolf Steiner, Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten? GA 10, S. 216.

Dass das gesamte Nachwort von 1918 dem reinen Denken als die absolut notwendige Voraussetzung jeder anthroposophischen Meditation gewidmet ist, um derartig naheliegende Missverständnisse zu durchschauen und ihnen vorzubeugen, habe ich schon dargestellt.

Jeder, der ernsthaft damit ringt, ein sinnlichkeitsfreies, reines Denken zu erüben, wird erkennen müssen, dass Anna-Katharina Dehmelt bei Rudolf Steiner wohl vom „reinen Denken“ gelesen hat, dass sie aber – ganz ähnlich wie Corinna Gleide – dieses Gelesene mit einem Erfahrenen gleichsetzt. Weil derjenige, der anhand der Sätze Rudolf Steiners um ein reines Denken ringt, erlebt, wie weit ein solches Denken von dem alltäglichen Denken entfernt ist und dieses daher keinesfalls vorausgesetzt werden kann, wird erkennen müssen, dass Anna-Katharina Dehmelt nur darum so vom reinen Denken sprechen kann, weil es ihr bisher unbekannt geblieben ist. Dieses Unbekannt-geblieben-Sein bleibt ihr aber unbewusst.

Erneut werden wir Zeuge davon, wie die Unbewusstheit dem eigenen Tun gegenüber dieses Tun bestimmt und leitet. Wieder wird nicht bemerkt, wie Behauptungen neben- und hintereinander gestellt werden, die sich vollkommen ausschließen, und wie ein Handeln fortgesetzt wird, das sich im eklatanten Widerspruch zu den Gedanken befindet, die doch als wesentlich erkannt wurden.

\*

Wir befinden uns nur noch wenige Jahre vom 100. Todestag Rudolf Steiners entfernt. Die Entwicklung der sogenannten „Anthroposophischen Meditation“ macht deutlich, dass eine Frage heute unbedingt gesehen und beantwortet werden will: Wird jenes Unbewusste, das die Lebensform der Anthroposophie seit dem Tod Rudolf Steiners charakterisiert hat, auch weiterhin dominierend bleiben, und damit endgültig die Anthroposophie ihres eigenen Wesens berauben? Oder wird es eine Zukunft der Anthroposophie Rudolf Steiners geben, eine Zukunft, die das Bewusstwerden dem eigenen Tun gegenüber zur unbedingten und allerersten Voraussetzung hat?