



Wege zu einer Wissenschaft des Lebendigen



**Texte und Meditationen
zur Vertiefung des heileurythmischen Arbeitens**

Gegeben von Rudolf Steiner

Goetheanum

"Versprechen wir uns, nicht einem anderen,
sondern nur uns selber einmal,
dass wir diesem Meditieren treu bleiben,
dann ist das an sich eine ungeheure Kraft im Seelischen,
dieses sich einfach treu bleiben können".

(Rudolf Steiner, GA 305)

Wo Sinneswissen endet,
Da steht erst die Pforte,
Die Lebenswirklichkeiten
Dem Seelensein eröffnet;
Den Schlüssel schafft die Seele,

Wenn sie in sich erstarkt
Im Kampfe, den Weltenmächte
Auf ihrem eignen Grunde
Mit Menschenkräften führen;
Wenn sie durch sich vertreibt
Den Schlaf, der Wissenskräfte
An ihren Sinnesgrenzen
Mit Geistesnacht umhüllet.¹

聖靈降臨祭

感覚の知が終わるところに、
その扉ははじめて存在する
扉は生の現実を魂の存在に開示する

扉を開く鍵は魂によって造られる：
宇宙の諸力がその根底において、
人間の力と行う闘いを通して、
魂が自らの内で強まるとき、

感覚の境界において、
知の諸力を霊の夜で包み込む眠りを、
魂が自らを通して追いやるとき。

(ルドルフ・シュタイナー)²

¹R. Steiner: Geisteswissenschaftliche Erläuterungen zu Goethes „Faust“; Bd.1 GA 272;
22.5.1915

²R. Steiner: Geisteswissenschaftliche Erläuterungen zu Goethes „Faust“; Bd.1 GA 272;
22.5.1915 – übersetzt ins Japanische – Auszug aus dem Poster der Pfingstsprüche anlässlich
der Welt-Heileurythmie-Konferenz 2016

Inhaltsverzeichnis	Seite
Wo Sinneswissen endet	3
Einleitende Gedanken	7
Wissenschaft - Kunst – Religion	11
Erkennen und künstlerisches Schaffen	14
Die Kunst ist die würdigste Auslegerin der erkannten Weltgeheimnisse	17
Die Kunst ist eine Art von Erkenntnis	18
Das Künstlerische ist etwas, das auf den Weg des geistigen Schauens bringt	19
Das moralisch-spirituelle Durchleben von Farbe und Ton	20
Die Erkenntnis der Sinneswelt – die Erkenntnis durch Imagination, Inspiration und die Intuition	21
Gestaltungen der Kräfte der vier Leiber	22
Das sehend werdende Denken	23
Mystisches Hinunterdringen in den Körper	25
Kopf-Hellsehen und Bauch-Hellsehen	25
Die zwei Glieder des Weltenäthers	27
Denken im Ätherleib und Denken im astralischen Leib	28

Moralische Ideale und theoretische Ideen	29
Der Anfang des Geistes-Welt-Erlebens	32
Die Eurythmie-Meditation	34
Das imaginative Weben und Leben der Seele	35
Im reinen Gedanken findest du das Selbst (Mantram)	36
Das Verlieren des Konsonantischen und der Übergang in den Weltengesang	37
Vom Charakter der inspirierten Erkenntnis	38
Die intuitive Erkenntnis und das wahre Ich des Menschen	41
Geistige Aufrichte-Kraft und reale Intuition	42
Die Verbindung von Vorgeburtlichem und Nachtodlichem durch die Eurythmie	44
Eine Brücke ist der Mensch (Mantrischer Spruch)	46
Grundlage und Wesen heileurythmischen Handelns	47
Das eigentlich Heilende	48
Vom Hineinschauen in den geistig-leiblichen Prozess in der Heileurythmie	49
Schau, was kosmisch sich fügt (Meditation)	51
Was tut der Schöpfer in mir als Mensch aus dem Urwesen der Welt heraus?	52

Meditationen und Mantren	54
Meditieren Sie einmal über die Idee	54
Wie waltet in mir Göttlich-Geistiges?	54
Ich bin aus Gott wie alles Sein geboren	55
Im Geiste lag der Keim meines Leibes	56
Seele bist du	57
In meinem Denken leben Weltgedanken	58
Im Denken erwache	59
Im Urbeginne war das Wort	59
Im Urbeginne ist der Gedanke	60
Schreitend bewegst du durch des Denkens Macht	61
Ein Welten-Ton bin ich	61
Sieh, du mein Auge	62
Was ich spreche von meinem physischen Leib aus, ist Schein	63
In dir lebt das Menschenwesen	64
Mein Haupt trägt der Ruhesterne Sein	65
Ein Atemzug aus der Geisterwelt	65
Gib mir den Anblick deines Seins, o Welt	66

Einleitende Gedanken

Es gehört zu den zentralen Aufgaben des tätigen Heileurythmisten, sich immer tiefer in die inneren Wortkräfte hineinzuarbeiten, sodass er immer mehr an dem Instrumentarium seines therapeutischen Handelns aufzuwachen beginnt. Wenn die Vertiefung im rechten Sinne vollzogen und nicht nur als eine Art Anreicherung übenden Wissens verstanden wird, ist damit eine vollständige Umwandlung der Persönlichkeit verbunden.

Eine Üb-Kultur, die zur Geisterkenntnis führt, unterscheidet sich von anderen Üb-Formen dadurch, dass die Bildungskräfte des inneren Wortes in die menschliche Seele so eintreten, dass sie vollumfänglich Bewusstsein im Menschen erlangen. Dazu müssen die Kräfte der Seele so zur Entwicklung gebracht werden, dass sie zu dem werden, was sie wahrnehmen wollen.

Erst durch das Aufwachen in den unbewusst wirksamen Imaginationen an den Befestigungskräften, in den unbewusst wirkenden Inspirationen an den Aussonderungsprozessen und in dem Intuitieren im Zusammenhang mit den kosmischen Bildungskräften wird es möglich, das mehr „Abbildhafte“ des therapeutischen Arbeitens zu überwinden. Dann wird die Eurythmie/Heileurythmie die in ihrem Wesen veranlagte Dynamik unbegrenzter Entwicklungsmöglichkeiten entfalten können, auf die Rudolf Steiner wiederholt aufmerksam gemacht hat.

Eine gute Vorbereitung sind Übungen, die Begriffe so beweglich und flüssig werden lassen, dass sie allmählich die Sinnes-Wahrnehmungen zur metamorphosischen Umwandlung führen und vergeistigen können. Die Wahrnehmungsfähigkeit in der elementarischen Welt setzt diese innere Beweglichkeit voraus. In der Eurythmie wird von

den Gliedmaßen ausgehend an einer entsprechenden Beweglichkeit geübt, indem der physische Leib den Bewegungen des Ätherleibes folgen muss.

Zur Erlangung der *Imaginationsfähigkeit* ist eine Verstärkung der inneren Seelenkraft notwendig. Durch eine strenge Selbsterziehung erfährt der astralische Leib eine Umwandlung. Er wird veredelt. Ähnlich wie im Eurythmisieren wird das Denken, Fühlen und Wollen der Herrschaft des instinktiven Seelenlebens entzogen. Die Kräfte der Seele wenden sich im Lauterleben und -gestalten einer durchgeisteten Welt zu, um deren Geheimnisse durch die Bewegung des ganzen Menschen auszusprechen.

Die reine Kraft der Aufmerksamkeit kann, ohne dass dieser ein Sinnesinhalt zugrunde liegt, durch das Meditieren so verstärkt werden, dass sich das Gedankenleben zunehmend von seiner physischen Leibesgrundlage befreien kann. Dadurch reift die Seele zur Wohnstätte göttlicher Gedanken heran.

Mit seinem leibbefreiten, denkenden Ich-Bewusstsein wacht der Übende im gedankenbeseelten Weltenäther auf. Sein Zusammenhang mit dem schöpferischen Weltenäther wird auf dieser Erkenntnisstufe in wogenden, sich fortwährend metamorphosierenden Bildern wahrgenommen. Je lebendiger und metamorphosefähiger das eigene Denken wird, desto leichter kann es in diese wogende, bewegte ätherische Welt untertauchen. Wenn sich das Denken zur Stufe des hellen Schauens erweitert hat, werden die Wesenheiten hinter den Farben, Tönen und Formen der Sinneswelt wahrgenommen. Erlangt der astralische Leib Imaginationsfähigkeit, kann er die Weisheit des Ätherleibes so spiegeln, wie sonst das gewöhnliche Tagesbewusstsein die Gedanken durch den physischen Leib spiegelt und zur Vorstellung bringt.

Die Übungen zur Erlangung der *Inspirationsfähigkeit* entwickeln den Ätherleib. Dadurch erlangt der Übende die Fähigkeit zur inneren Wortbegabung. Diese Stufe der Erkenntnis ermöglicht, dass die Weltgedanken geistig gehört werden können. Das, was in großen Imaginationen geschaut wurde, spricht sich jetzt als Weltenmoralität bildlos in der Seele aus.

Vorher muss jegliches Eigenleben der Seele zum Schweigen gebracht werden, d.h. der Übende muss vollständig die Selbstbezogenheit seines persönlichen Erlebens überwunden haben. Dieser Zustand der aktiven, reinen Ergebenheit löscht alles aus, was aus den eigenen Empfindungen und Gefühlen in der Seele aufsteigen möchte. In diesem Prozess befreit sich das Fühlen von seinen Leibesfesseln und beginnt im Weltenton, in der Sphärenmusik zu leben.

Während dieser Entwicklung treten auch die niederen Eigenschaften der Seele machtvoll ins Bewusstsein und müssen als zum Selbst gehörig erkannt, überwunden und ausgesondert werden. Dazu bedarf es nicht nur des Mutes, der Übende muss sich zur absoluten Wahrhaftigkeit und moralischen Festigkeit erzogen haben, sonst wird er von den Kräften seiner eigenen Seele überwältigt. Erst die aus der Ohnmacht befreite Selbsterkenntnis kann sich zum tönenden Weltenton erweitern.

Die Heilungsgeheimnisse der inneren Wortkraft gehören zur Offenbarung des inspirativen Erkenntnisbewusstseins.

Wie ein kleines Abbild erscheinen die großen Vokalübungen hier in ihrem heilenden Ablauf. In den Vokalübungen polarisieren sich Sprechen und Bewegen. Der Vokal wird zu Beginn vom Patienten laut herausgetönt. Wenn dann der Geistinhalt des eurythmischen Vokals in die Seele eintritt und das, was hereinströmt durch seine

Form fühlend bewegt wird, können die heilenden Kräfte wirksam werden. Zum Abschluss der Übung hört der Patient innerlich, was er bewegt und zu Anfang ausgesprochen hat. Dadurch wird die moralische Substanz des bewegten Vokals einerseits verdichtet und damit verstärkt zur Leibeswirksamkeit gebracht, andererseits befreit sich der in der Vergangenheit liegende geistige Krankheitskeim partiell durch das individuelle Aussprechen. Das Heilende liegt in dem, was der Patient dem Vokal zurückgibt, in dessen kosmischer Bewegungssprache.

In der *Intuition* wird das wahre ICH, in das sich die Ich-Organisation hineinverwandeln muss, eins mit den Schaffensbewegungen des Weltschöpferischen. Das Ich hat sein Zentrum in der substanziellen Wesenheit des Kosmos gefunden. Es ist eins mit den hierarchischen Schaffensgedanken und schaut aus ihnen auf sich selbst. Der Mensch steht am Beginn einer neuen Selbst-Schöpfung aus dem Urwesen der Welt heraus. Wollen wir zum Bewusstsein der intuitivenden Bildungskräfte aufsteigen, so wandelt sich das Selbsterleben der Seele in den kosmischen Gedanken des SELBST.

Zur Erweckung des“ inneren Wortes“ gehört eine vollständige Willensumkehrung der Seelenkräfte. Denken, Fühlen und Wollen werden zu Werkzeugen der geistigen Welt umgebildet, damit sie im Bewusstsein zur Anwesenheit gelangen können. Um die bildenden und formenden Kräfte in ihrer Wirksamkeit auf den Menschen geistig-leiblich zu durchschauen, sind die Stufen zur Erlangung höherer Erkenntnis notwendig. In dieser durchschauenden Erkenntniskraft liegt die Zukunft sowohl des ärztlichen, als auch therapeutischen Handelns.

Die Stufen menschlicher Erkenntnis in ihrem Verhältnis zu den menschenbildenden Kräften sind Thema des 7. Vortrags des Heileurythmie-Kurses (9. Vortrag im Parallelkurs für Ärzte)³ und Thema der 2. Welt-Heileurythmie-Konferenz 2016: „Die Kunst des Heilens auf der Grundlage der Wissenschaft des Lebendigen.“

Die vorliegende Auswahl der Texte und Meditationen von Rudolf Steiner und Christian Morgenstern möchten Anregung und Vertiefung für diese Arbeit sein.

Elke Neukirch,
Dezember 2015

³ R. Steiner: Heileurythmie-Kurs. GA 315 und Geisteswissenschaftliche Gesichtspunkte zur Therapie GA 313; 18.4.1922

WISSENSCHAFT - KUNST - RELIGION

So beginnt Anthroposophie überall mit Wissenschaft, belebt ihre Vorstellungen künstlerisch und endet mit religiöser Vertiefung.⁴

Religion kann aus künstlerisch belebtem Erkennen vertieft;
Kunst aus religiös geborenem Erkennen belebt;
Wissenschaft aus kunstgetragener Religion durchleuchtet werden.⁵

Die Stellung unserer erkennenden Persönlichkeit zum objektiven Weltwesen gibt uns auch unsere ethische Physiognomie. Was bedeutet für uns Besitz von Erkenntnis und Wissenschaft?

In unserem Wissen lebt sich der innerste Kern der Welt aus. Die gesetzmäßige Harmonie, von der das Weltall beherrscht wird, kommt in der menschlichen Erkenntnis zur Erscheinung.

Es gehört somit zum Berufe des Menschen, die Grundgesetzte der Welt, die sonst zwar alles Dasein beherrschen, aber nie selbst zum Dasein kommen würden, in das Gebiet der *erscheinenden Wirklichkeit* zu versetzen. Das ist das Wesen des Wissens, dass es aus der objektiven Realität die ihr zugrunde liegende wesenhafte Gesetzmäßigkeit herauslöst. Unsere Erkenntnis ist – bildlich gesprochen – ein stetes Hineinleben in den Weltengrund. (...)

⁴ Anthroposophische Gemeinschaftsbildung. GA 257; 30.1.1923

⁵ R. Steiner: West-Ost Aphorismen; Der Goetheanumgedanke inmitten der Kulturkrise der Gegenwart. GA 36

Goethe flieht die Wirklichkeit nicht, um sich eine abstrakte Gedankenwelt zu schaffen, die nichts mit jener gemein hat; nein, er vertieft sich in dieselbe, um in ihrem ewigen Wandel, in ihrem Werden und Bewegen, ihre unwandelbaren Gesetze zu finden, er stellt sich dem Individuum gegenüber, um in ihm das Urbild zu erschauen. So entstand in seinem Geiste die Urpflanze, so das Urtier, die ja nichts anderes sind als die Ideen des Tieres und der Pflanze.

(...)

Die Ideen im Goethe'schen Sinne sind ebenso objektiv wie die Farben und Gestalten der Dinge, aber sie sind nur für den wahrnehmbar, dessen Fassungsvermögen dazu eingerichtet ist, so wie Farben und Formen nur für den Sehenden und nicht für den Blinden da sind. Wenn wir dem Objektiven eben nicht mit einem empfänglichen Geiste entgegenkommen, enthüllt es sich nicht vor uns. (...)

Das ist die „höhere Natur“ in der Natur, der sich Goethe bemächtigen will.

Wir sehen daraus, dass in keinem Falle die Wirklichkeit, wie sie vor unseren Sinnen ausgebreitet daliegt, etwas ist, bei dem der auf höherer Kulturstufe angelangte Mensch stehen bleiben kann. Nur indem der Menscheng Geist diese Wirklichkeit denkend durchdringt, wird ihm offenbar, was diese Welt im Innersten zusammenhält. (...)

Wenn wir mit den Sinnen wahrnehmen, so genügt das nicht; denn die Sinne sagen uns nicht, wie ein Ding mit der allgemeinen Weltidee zusammenhängt, was es für das große Ganze zu bedeuten hat. Da müssen wir so schauen, dass uns unsere Vernunft einen ideellen Untergrund schafft, auf dem uns dann das erscheint, was uns die Sinne überliefern; wir müssen, wie es Goethe ausdrückt, mit den Augen des Geistes schauen.⁶

⁶ R. Steiner: Moral und Christentum (Goethe-Studien); GA 30; 1900

Erkennen und künstlerisches Schaffen

Unsere Ausführungen haben gezeigt, dass der wahre Inhalt der Wissenschaft überhaupt nicht der wahrgenommene äußere Stoff ist, sondern die im Geiste erfasste Idee, welche uns tiefer in das Weltgetriebe einführt, als alles Zerlegen und Beobachten der Außenwelt als bloßer Erfahrung. Die Idee ist Inhalt der Wissenschaft. Gegenüber der passiv aufgenommenen Wahrnehmung ist die Wissenschaft somit ein Produkt der Tätigkeit des menschlichen Geistes. Damit haben wir das Erkennen dem künstlerischen Schaffen genähert, das ja auch ein tätiges Hervorbringen des Menschen ist. Zugleich haben wir aber auch die Notwendigkeit herbeigeführt, die gegenseitige Beziehung beider klarzustellen.

Sowohl die erkennende wie die künstlerische Tätigkeit beruhen darauf, dass der Mensch von der Wirklichkeit als Produkt sich zu ihr als Produzenten erhebt; dass er von dem Geschaffenen zum Schaffen, von der Zufälligkeit zur Notwendigkeit aufsteigt. Indem uns die äußere Wirklichkeit stets nur ein Geschöpf der schaffenden Natur zeigt, erheben wir uns im Geiste zu der Natureinheit, die uns als die Schöpferin erscheint. Jeder Gegenstand der Wirklichkeit stellt uns *eine* von den unendlichen Möglichkeiten dar, die im Schoße der schaffenden Natur verborgen liegen.

Unser Geist erhebt sich zur Anschauung jenes Quells, in dem *alle* diese Möglichkeiten enthalten sind. Wissenschaft und Kunst sind nun die Objekte, denen der Mensch einprägt, was ihm diese Anschauung bietet. In der Wissenschaft geschieht es nur in der Form der Idee, das heißt in dem unmittelbar geistigen Medium; in der Kunst in einem sinnenfälligen oder geistig *wahrnehmbaren* Objekte.

In der Wissenschaft erscheint die Natur als «das alles Einzelne Umfassende» rein ideell; in der Kunst erscheint ein Objekt der Außenwelt dieses Umfassende *darstellend*.

Das Unendliche, das die Wissenschaft im Endlichen sucht und in der Idee darzustellen sucht, prägt die Kunst einem aus der Seinswelt genommenen Stoffe ein.

Was in der Wissenschaft als Idee erscheint, ist in der Kunst Bild. Es ist dasselbe Unendliche, das Gegenstand der Wissenschaft wie der Kunst ist, nur dass es dort anders als hier erscheint. Die Art der Darstellung ist eine verschiedene. Goethe tadelte es daher, dass man von einer Idee des Schönen spricht, als ob das Schöne nicht einfach der sinnliche Abglanz der Idee wäre.

Hier zeigt sich, wie der wahre Künstler unmittelbar aus dem Urquell alles Seins schöpfen muss, wie er seinen Werken das Notwendige einprägt, das wir ideell in Natur und Geist in der Wissenschaft suchen. Die Wissenschaft lauscht der Natur ihre Gesetzlichkeit ab; die Kunst nicht minder, nur dass sie die letztere noch dem rohen Stoffe einpflanzt. Ein Kunstprodukt ist nicht minder Natur als ein Naturprodukt, nur dass ihm die Naturgesetzlichkeit schon so eingegossen wurde, wie sie dem Menscheng Geist erschienen ist. Die großen Kunstwerke, die Goethe in Italien sah, erschienen ihm als der unmittelbare Abdruck des Notwendigen, das der Mensch in der Natur gewahr wird. Ihm ist daher auch die Kunst eine Manifestation geheimer Naturgesetze.

Alles kommt beim Kunstwerke darauf an, inwiefern der Künstler dem Stoffe die Idee eingepflanzt hat. Nicht *was* er behandelt, sondern *wie* er es behandelt, darauf kommt es an. Hat in der Wissenschaft der von außen wahrgenommene Stoff völlig unterzutauchen, so dass nur sein Wesen, die *Idee* zurückbleibt, so hat er in dem

Kunstprodukte zu verbleiben, nur dass seine Eigentümlichkeit, seine Zufälligkeit vollkommen durch die künstlerische Behandlung zu überwinden ist. Das Objekt muss ganz aus der Sphäre des Zufälligen herausgehoben und in jene des Notwendigen versetzt werden. Es darf im Kunstschönen nichts zurückbleiben, dem nicht der Künstler *seinen* Geist aufgedrückt hätte. Das *Was* muss durch das *Wie* besiegt werden.

Überwindung der Sinnlichkeit durch den Geist ist das Ziel von Kunst und Wissenschaft. Diese überwindet die Sinnlichkeit, indem sie sie ganz in Geist auflöst; jene, indem sie ihr den Geist einpflanzt. Die Wissenschaft blickt *durch* die Sinnlichkeit auf die *Idee*, die Kunst erblickt die Idee *in* der Sinnlichkeit. Ein diese Wahrheiten in umfassender Weise ausdrückender Satz Goethes mag unsere Betrachtungen abschließen: «Ich denke, Wissenschaft könnte man die Kenntnis des Allgemeinen nennen, das abgezogene Wissen; Kunst dagegen wäre Wissenschaft zur Tat verwendet; Wissenschaft wäre Vernunft, und Kunst ihr Mechanismus, deshalb man sie auch praktische Wissenschaft nennen könnte.⁷

⁷ Rudolf Steiner: Grundlinien einer Erkenntnistheorie der Goetheschen Weltanschauung. GA 2; Kap.: G. Abschluss. Erkennen und künstlerisches Schaffen.

Die Kunst ist die würdigste Auslegerin der erkannten Weltgeheimnisse

Nur dadurch, dass der Mensch verlernt hat, das Geistige zu erkennen, ist auch die Kunst an die äußeren Sinne gebunden.

Wenn aber die Menschheit wieder zurückfinden wird den Weg zu den geistigen Höhen und Erkenntnissen, dann wird sie auch wissen, dass wahre Realität in der geistigen Welt ist, und dass derjenige, der diese Realität schaut, lebensvoll schaffen wird, auch ohne sich sklavisch an sinnliche Modelle zu halten.

Dann erst wird man Goethe verstehen, wenn in weiterem Umfang wieder miteinander gehen werden Kunst und Weisheit, wenn Kunst wiederum sein wird eine Darlegung des Geistigen. Dann wird Wissen und Kunst wieder eins sein, und dann werden sie in ihrer Vereinigung wieder Religion sein.

Denn das Geistige wird in seiner Form in den menschlichen Herzen wiederum als ein Göttliches wirken und die von Goethe so genannte wahre, echte Frömmigkeit erzeugen. „Wer Wissenschaft und Kunst besitzt, der hat auch Religion“, sagt Goethe, „wer diese beiden nicht besitzt, der habe Religion“. ... Wahrhaftig, wer Wissenschaft besitzt von den geistigen Geheimnissen der Welt. ... Er (der) wird Wissenschaft oder Weisheit und Kunst vereinigen in seiner Seele und wieder eine echte, freie Religiosität oder Frömmigkeit in sich gebären.⁸

⁸ Rudolf Steiner: Wo und wie findet man den Geist. GA 57; 29.4.1909

Die Kunst ist eine Art von Erkenntnis

Das Goethe'sche Wort wird wahr: Die Kunst ist eine Art von Erkenntnis, - weil die andere Erkenntnis keine vollständige Welterkenntnis ist. Kunst muss erst hinzutreten zu dem abstrakt Erkann-ten, wenn wirkliche Welterkenntnis eintreten soll. Es bleibt doch wahr, dass dann, wenn solche Erkenntnis eintritt, die bis zum Ge-
stalten vordringt, auch das so tief in die Menschenseele hereingeht, dass diese Vereinigung von Kunst und Wissenschaft auch die religi-
öse Stimmung abgibt. ... Denn aus wahrer Wissenschaft und wahrer Kunst, wenn sie in lebendiger Weise zusammenfließen, wird religi-
öses Leben. Wie auch religiöses Leben weder Wissenschaft noch Kunst zu verleugnen braucht, sondern nach beiden gerade mit aller Energie und aller Lebenswirklichkeit hinstrebt.⁹

Wenn man heute die verschiedenen Zweige der Geistesentwicklung der Menschheit ansieht, so bewegen sie sich nebeneinander. Kunst, Religion und Wissenschaft, überhaupt alle menschlichen Geistesbe-
wegungen sind eigentlich aus einer Wurzel entsprungen. Man kann in älteren Zeiten, den Urkulturen sozusagen, sich die göttlich-heili-
gen Geheimnisse der Menschheit ansehen; sie konnten, insofern sie dem Sinnesein entnommen werden konnten, so angesehen wer-
den, dann war es schöne Kunst. Dasselbe konnte auch so angesehen werden, dass es auf das Erkenntnisvermögen wirkte, dann war es Wissenschaft. Dasselbe konnte aber auch so angesehen werden, dass es auf die menschliche Hingabe wirkte, dann war es Religion.¹⁰

⁹ Rudolf Steiner: Das Künstlerische in seiner Weltmission; GA 276; 18.5.1923

¹⁰ Rudolf Steiner: Eurythmie – Die Offenbarung der sprechenden Seele; GA 277; 25.8.1918

Das Künstlerische ist etwas, das auf den Weg des geistigen Schauens bringt

... wenn das künstlerische Element immer mehr und mehr in unsere Reihen einzieht, dann wird es unseren Freunden immer mehr und mehr auch möglich sein, die Schwierigkeiten des eigentlich geisteswissenschaftlichen Schauens zu überwinden, denn das Künstlerische ist etwas, das auf den Weg des geistigen Schauens bringt. Das ist einfach so. Wenn man den übersinnlichen Menschen fasst in seinem vorirdischen Dasein zum Beispiel, so offenbart er sich tatsächlich so, wie es versucht wird nachzuahmen in der Eurythmie. Daher ist die Eurythmie anregend, den Seelenblick auf den übersinnlichen Menschen hinzulenken.

Aber immer war, ich möchte sagen, wahre Kunst die Erscheinung des Übersinnlichen im Sinnlichen, so dass man im Sinnlichen unmittelbar die Anschauung des Übersinnlichen hatte, nichts Symbolisierendes, nichts Allegorisierendes; das ist alles strohern, das ist nicht künstlerisch.¹¹

¹¹ R. Steiner: Eurythmie. Die Offenbarung der sprechenden Seele. GA 277; 5.1.1924

Das moralisch-spirituelle Durchleben von Farbe und Ton

Eine Zeit können wir vor uns sehen, ... wo das, was Mittel des künstlerischen Schaffens ist, viel intensiver erlebt werden wird von der Menschenseele, ... wo Farbe und Ton viel intimer von der menschlichen Seele moralisch-spirituell durchlebt werden können, und wo in den Schöpfungen der Künstler uns entgegentreten werden gleichsam die Spuren der Erlebnisse der Künstlerseele im Kosmos. (...) Hingewiesen soll werden auf ein noch intensiveres Beisammensein mit der äußeren Welt, auf ein so starkes Zusammensein, dass es sich nicht bloß erstreckt auf den äußeren Eindruck der Farbe, des Tones und der Form, sondern auch auf dasjenige, was man hinter dem Tone, hinter der Farbe, hinter den Formen erleben kann, was sich offenbart in Farbe, Ton und Form.¹²

Haben wir in den Farben und Tönen Fenster gesehen, durch die wir hindurchsteigen, geistig, in die spirituelle Welt hinein, so bringt uns das Leben wiederum Fenster, durch welche die geistige Welt in die physische Welt hineintritt. (...) Derjenige, der die Welterscheinungen nicht lesen kann, steht eben wie ein Analphabet des Kosmos vor den Erscheinungen. ... Diesen kosmischen Analphabetismus aufzuheben, ist die Aufgabe der Geisteswissenschaft.¹³

¹² R. Steiner: Kunst im Lichte der Mysterienweisheit. GA 275; 1.1.1915

¹³ R. Steiner: Kunst im Lichte der Mysterienweisheit. GA 275; 1.1.1915

DIE ERKENNTNIS DER SINNESWELT – DIE ERKENNTNIS DURCH IMAGINATION, INSPIRATION UND DIE INTUITION

Will man also in einer gewissen Systematik diese Stufen der höheren Erkenntnis aneinanderreihen, so kann man sagen:

Wir haben zuerst im gewöhnlichen Leben stehende gegenständliche Erkenntnis; die ist naturalistisch. Wir kommen dann zu der Erkenntnis durch Imagination; die ist künstlerisch. Wir kommen dann zu der Erkenntnis durch Inspiration; die ist moralisch. Und wir kommen dann zu der Erkenntnis durch Intuition; die ist religiös, ...¹⁴

Die menschliche Sinnesorganisation gehört nicht der Menschenwesenheit an, sondern ist von der Umwelt während des Erdenlebens in diese hineingebaut. Das wahrnehmende Auge ist räumlich im Menschen, wesenhaft ist es *in der Welt*. Und der Mensch streckt sein geistig-seelisches Wesen in dasjenige hinein, was die Welt durch seine Sinne in ihm erlebt. Der Mensch nimmt die physische Umgebung während seines Erdenlebens nicht in sich auf, sondern er wächst mit seinem geistig-seelischen Wesen in diese Umgebung hinein.

Ähnlich ist es mit der Denk-Organisation. Der Mensch wächst durch sie in das Sternendasein hinein. Er erkennt sich selbst als Sternwelt. In den Weltgedanken webt und lebt der Mensch, wenn er im erlebenden Erkennen die Sinnes-Organisation abgestreift hat. Nach der Abstreifung von beidem, der Erdenwelt und der Sternwelt, steht der Mensch als geistig-seelisches Wesen vor sich. Da ist er dann nicht mehr *Welt*, da ist er im wahren Sinne Mensch. Und gewahr werden, was er erlebt, heißt *Sich-Erkennen*, wie *Gewahr-Werden* in der Sinnes- und Denkorganisation *Welt-Erkennen* heißt.¹⁵

¹⁴ Rudolf Steiner: Die gesunde Entwicklung des Menschenwesens. GA 303; 27.12.1921

¹⁵ Rudolf Steiner: Anthroposophische Leitsätze. GA 26; Leitsätze 171 - 173 „Des Menschen Sinnes- und Denkorganisation im Verhältnis zu Welt“

Gestaltungen der Kräfte der vier Leiber in physischen, ätherischen, astralischen, Ich-Bereich

Der Ichleib gibt im	physischen	=	die Form
	ätherischen	=	innere Bewegung
	astralischen	=	inneres Leben
	geistigen	=	Beseelung
Der Astralleib gibt im	physischen	=	Bewegung
	ätherischen	=	Begehrung
	astralischen	=	Gefühl
	geistigen	=	Denken
Der Ätherleib gibt im	physischen	=	Selbsterlebnis
	ätherischen	=	Selbsterkenntnis
	astralischen	=	Selbsterhaltung
	geistigen	=	Gedächtnis
Der physische Leib gibt im	physischen	=	Egoität = Insichsein +
	ätherischen	=	Vorstellung +
	astralischen	=	Empfindung, Gefühl +
	geistigen	=	Wahrnehmung +

Zuordnung der Organe zu den vier Leibern

Sinnesorgan ← Sinnesorgan	Lebensorgan	Seelenorgan	Ichorgan
physischer Leib	ätherischer Leib	astralischer Leib	Ich-Leib ¹⁶

¹⁶ Beiträge zur Rudolf Steiner Gesamtausgabe – Nr. 34 Dornach. Notizbuch 210/16

Das sehend werdende Denken

Wer in seinen Vorstellungen nichts anderes fassen kann als schemenhafte Nachbilder dessen, was ihm die Sinne sagen, der versteht nicht, was Denken ist. Denn, um zur Wesenheit der Dinge vorzudringen, muss sich das Denken mit einem Inhalte erfüllen, den kein äußerer Sinn geben kann, der aus dem Geiste selbst fließt. Das Denken muss produktiv, intuitiv sein. Wenn es dann nicht willkürlich in phantastischen Gebilden lebt, sondern in der hellen Klarheit des inneren Anschauens, dann lebt und webt in ihm das Weltgesetz selbst. Man könnte von einem solchen Denken ganz gut sagen: die Welt denkt sich in den Gedanken des Menschen. Notwendig ist aber dazu, dass der Mensch in sich die ewigen Gesetzte erlebt, die sich das Denken selbst gibt.¹⁷

Von dieser Tatsache, dass die Ideen des Menschen nicht nur „denkend“ bleiben, sondern im Denken „sehend“ werden, hängt unermesslich viel ab.¹⁸

Anschauend aber webt das Denken in einem geistig-musikalisch-bildhaften Element.¹⁹

¹⁷ Rudolf Steiner: Luzifer – Gnosis. GA 34; „Charakteristik von P. Asmus` Weltanschauung“; Februar 1904

¹⁸ Rudolf Steiner: Anthroposophische Leitsätze. GA 26

¹⁹ R. Steiner: West-Ost Aphorismen; Der Goetheanumgedanke inmitten der Kulturkrise der Gegenwart. GA 36

Wer dem Denken sein über die Sinnesauffassung hinausgehende Wahrnehmungsfähigkeit zuerkennt, der muss ihm notgedrungen auch Objekte zuerkennen, die über bloße sinnfällige Wirklichkeit hinaus liegen. Die Objekte des Denkens sind aber die Ideen.

Indem sich das Denken der *Idee* bemächtigt, verschmilzt es mit dem Urgrunde des Weltendaseins; das was außen wirkt, tritt in den Geist des Menschen ein: er wird mit der objektiven Wirklichkeit auf ihrer höchsten Potenz *eins*. *Das Gewahrwerden der Idee in der Wirklichkeit ist die wahre Kommunion des Menschen.*

Das Denken hat den Ideen gegenüber dieselbe Bedeutung wie das Auge dem Licht, das Ohr dem Ton gegenüber. *Es ist Organ der Auffassung.*²⁰

²⁰ Rudolf Steiner: Einleitungen zu Goethes Naturwissenschaftlichen Schriften. GA 1; S.125

Mystisches Hinunterdringen in den Körper

... die Mystik ist nicht etwas so Großartiges, wenn sie von jenseits der Schwelle angesehen wird. Denn die Mystik ist durchaus ein Produkt der materiellen, physischen Welt, sie ist nämlich die Art, wie Menschen in die geistige Welt eindringen wollen, die eigentlich materialistisch bleiben, indem sie das, was hier ist, erst recht als Materie ansehen. Das ist ihnen zu niedrig, zu materialistisch.

Würden sie allerdings eindringen in das, was da draußen ist, dann kämen sie gerade in die geistige Welt, in die Hierarchien.

Stattdessen aber dringen sie in ihr Inneres: da tappen sie in die volle Materie innerhalb der eigenen Haut hinein! Das kommt ihnen allerdings als der höhere Geist vor.

Aber es handelt sich nicht darum, dass wir durch unsere geistig-seelischen Phänomene mystisch hinunterdringen in unsere Körper, sondern es handelt sich darum, dass wir durch unsere materiellen Phänomene, durch die Phänomene der Sinneswelt hindurchdringen in die Geistwelt hinein, in die Welt der Hierarchien, in die Welt der geistigen Wesenhaftigkeiten.²¹

Kopf-Hellsehen und Bauch-Hellsehen

Während das Kopfhellsehen für unseren Menschheitszyklus im eminentesten Sinne dahin führt, von dem Menschen unabhängige Ergebnisse zu gewinnen, führt das Bauchhellsehen dazu, vorzugsweise Ergebnisse zu gewinnen, welche zusammenhängen mit dem, was im Menschen selber vorgeht. ...

²¹ R. Steiner: Geisteswissenschaftliche Erkenntnis der Grundimpulse sozialer Gestaltung. GA 199; 8.8.1920

Aber klar muss man sich darüber sein, dass dieses Bauchhellssehen nur wenig den Menschen unterrichten kann über dasjenige, was unpersönlich in den kosmischen Vorgängen sich abspielt, dass es im Wesentlichen den Menschen unterrichtet über das, was in dem Menschen ... innerhalb der Haut des Menschen vorgeht. ...

Dasjenige, was Bauchhellssehen ist, das wird vorzugsweise durchdrungen sein von allen möglichen Egoismen. (...)

Nun steht das Kopfhellssehen dem ganzen Kosmos gegenüber ... Das ist eine Sache der langsamen selbstlosen Entwicklung. Insbesondere muss gesagt werden, dass zu dieser Entwicklung unerlässlich ist das Studium der Geisteswissenschaft. (...)

Dieses Verständnis der Geisteswissenschaft muss vorangehen dem eigentlichen Schauen. ... Da müssen wir zuerst die Begriffe und Vorstellungen entwickeln, müssen uns anstrengen, um uns objektiv in die Geisteswissenschaft einzuleben; sonst können wir uns niemals sicher sein, dass irgendwelche Beobachtung in der geistigen Welt von uns im richtigen Sinne gedeutet wird. Da muss Wissenschaft eben dem Schauen vorangehen. (...)²²

Beim Kopfhellssehen wird ein neues Ätherorgan gebildet, in dem man unabhängig wird von der Leibesorganisation. Beim Bauchhellssehen appelliert man an das Gangliensystem, appelliert man an dasjenige, was sonst unberücksichtigt bleibt. (...)

Das Bauchhellssehen ist etwas, was sich nicht auf dem Wege der Meditation und der Konzentration ergibt. Das Bauchhellssehen beruht darauf, dass das Gangliensystem empfunden wird, und das kann durch die verschiedensten abnormen Verhältnisse des Lebens geschehen. Es ist bequemer, Bauchhellsseher zu sein, weil es in gewissem Sinne von selbst kommt, während das Kopfhellssehen im

²² R. Steiner: Wege der geistigen Erkenntnis und der Erneuerung künstlerischer Weltanschauung. GA 161; 27.3.1915

strengsten Sinne des Wortes erworben werden muss. (...) Kopfhellsehen wird auf keine andere Weise entstehen, als indem man fleißig und regelmäßig durch Meditation und Konzentration sich auf gewisse Stufen der Initiationsentwicklung bringt. (...)

Bauchhellsehen ... es wird immer durch Begierden gezüchtet, man sieht es nur nicht immer ein. In der brennenden Begierde, die zurückgespiegelt wird, spiegeln sich auch die Ereignisse, die dann wahrgenommen werden können im Ätherleibe.²³

Die zwei Glieder des Weltenäthers

Der Mensch lebt in seinem ätherischen Leibe zusammen mit demjenigen, was diese Geister höherer Weltordnung mit dem Moralischen meinen. Das moralische Leben ist abhängig von dem Leben im ätherischen Leib.²⁴

Der Weltenäther, aus dem unser Ätherleib genommen ist, hat zwei Glieder. Das eine Glied dieses Weltenäthers ist Wärme-, Licht-, chemischer Äther und Lebensäther. All dem liegt zugrunde (als zweites Glied) ein moralisches Wesen des Weltenäthers. Dies moralische Wesen des Weltenäthers ist aber nur vorhanden in der Nähe der Gestirne und Planeten.

Also, wenn Sie auf Erden leben, dann sind Sie, obwohl Sie es bei Tag nicht wissen, auch in dem Weltenäther als moralische Essenz darin. (Also in beiden Gliedern).

Zwischen den Gestirnen aber wird das Moralische aus dem Äther durch das Sonnenlicht herausgetrieben; das Sonnenlicht selber hat

²³ R. Steiner: Wege der geistigen Erkenntnis und der Erneuerung künstlerischer Weltanschauung. GA 161; 1.5.195

²⁴ R. Steiner: Geistige Zusammenhänge in der Gestaltung des menschlichen Organismus. GA 218; 12.11. 1922

in sich geradezu für uns Menschen den Urquell des moralischen Äthers. Aber indem die Sonne scheint, vertreibt sie durch ihr Licht die moralische Essenz des Äthers. Und so, wenn wir durch unser Auge in die Welt hinausschauen, sehen wir Blumen, Quellen etc., ohne dass wir es mit Moralischem durchziehen, weil uns das Sonnenlicht das Moralische heraustötet.

Wenn wir aus physischem und Ätherleibe herausgehen, lassen wir zurück das Religiöse und Moralische. Und dadurch, dass die moralische Weltordnung aus dem Äther heraus ist, hat Zugang zu diesem Äther die ahrimanische Wesenheit.²⁵

Denken im Ätherleib und Denken im astralischen Leib

Geradeso wie jeder Schritt einen Eindruck in die Erde macht, und wie Sie nachweisen können, dass jeder Ihrer Schritte einen Eindruck erzeugt hat, so können Sie nachweisen, dass das, was da gewollt und gedacht wird, einen Eindruck, eine Wirkung auf das Gehirn ausübt. Aber das ist nur die Spur davon, das ist nur das, was zurückgelassen ist vom Denken.

Das Denken geht nämlich im Ätherleibe vor sich, und in Wahrheit ist alles das, was Sie als Denken empfinden, nichts als innere Tätigkeit des Ätherleibes.

Solange wir im physischen Leibe sind, brauchen wir den physischen Leib für das Denken. ...

... wenn wir mit dem physischen Leibe gehen, müssen wir Boden unter unseren Füßen haben; wenn wir in der physischen Welt denken, so müssen wir eine Widerlage als Boden für das Denken haben: Das Nervensystem.

²⁵ R. Steiner: Aus den Inhalten der esoterischen Stunden III. GA 266/3; 12.11.1922

Wenn wir aber unsere Denkarbeit zurückverlegen in unseren astralischen Leib, dann wird für uns der Ätherleib dasselbe, was dann, wenn wir im Ätherleibe denken, der physische Leib ist.

Schreiten wir zum imaginativen Denken fort, dann denken wir im astralischen Leibe, und der ätherische Leib behält dann die Spuren, wie sonst, wenn im Ätherleibe gedacht wird, der physische Leib die Spuren behält. ...

Das ist das Wesentliche des ersten Schrittes der Initiation; die Zurückverlegung dieser Tätigkeit, die vorher der Ätherleib ausgeführt hat, auf den astralischen Leib.²⁶

Moralische Ideale und theoretische Ideen

Wir sehen also hier, wie tatsächlich unsere ganze Organisation, ausgehend von unserem Wärmeorganismus, durchdrungen wird von den moralischen Idealen. Und wenn wir mit dem Tod herauslösen aus unserer physischen Organisation unseren ätherischen Leib, unseren astralischen Leib, unser Ich, dann sind wir in diesen höheren Gliedern der Menschennatur durchdrungen von Eindrücken, die wir gehabt haben.

Wir waren mit unserem Ich in unserem Wärmeorganismus, indem die moralischen Ideale belebt haben unsere eigene Wärmeorganisation.

Wir waren in unserem Luftorganismus, wo Lichtquellen gepflanzt worden sind, die nach unserem Tod in den Kosmos mit uns hinausgehen.

Wir haben in unserem Flüssigkeitsorganismus den Ton angeregt, der zur Sphärenmusik wird, mit dem wir hinaustönen in den Kosmos.

²⁶ R. Steiner: Wege der geistigen Erkenntnis und der Erneuerung künstlerischer Weltanschauung. GA 161; 1.5.1915

Wir bringen Leben hinaus, indem wir durch die Pforte des Todes gehen. ...

Wo liegen die Quellen des Lebens?

Sie liegen in dem, was die moralischen Ideale anregt, die im Menschen begeisternd wirken. Wir kommen darauf, uns sagen zu müssen, dass, wenn wir heute uns durchglüht sein lassen von moralischen Idealen, diese Leben und Ton und Licht hinaustragen und weltschöpferisch werden. Wir tragen das Weltschöpferische hinaus, und der Quell des Weltschöpferischen ist das Moralische. Sie sehen, wir finden eine Brücke, wenn wir den ganzen Menschen betrachten, zwischen den moralischen Idealen und demjenigen, was draußen in der physischen Welt belebend, auch chemisch wirkt, der die Stoffe zusammenbringt und auseinanderanalysiert. Und das Leuchtende in der Welt, es hat seinen Quell in den moralischen Erregungen, in den Wärmeorganismen der Menschen.

Betrachten Sie jetzt theoretische Ideen im Gegensatz zu moralischen Idealen. ... Theoretische Ideen wirken erkältend auf den Wärmeorganismus. – Das ist der Unterschied in der Wirkung auf die menschliche Organisation. Theoretische Ideen wirken zunächst abregend, erkältend auf den Wärmeorganismus. Dadurch, dass sie erkältend auf den Wärmeorganismus wirken, wirken sie auch lähmend auf den Luftorganismus und wirken lähmend auf die Lichtquelle, auf die Lichtentstehung. Sie wirken weiter ertötend auf den Weltenton, und sie wirken auslöschend auf das Leben.

Es kommt zu Ende dasjenige, was in der Vorwelt geschaffen worden ist, in unseren theoretischen Ideen. Indem wir theoretische Ideen fassen, erstirbt in ihnen ein Weltenall. Wir tragen in uns das Ersterben eines Weltenalls, wir tragen in uns das Aufgehen eines Weltenalls.

Moralische Ideale:

Anregend auf den Wärmeorganismus
Auslösend im Luftorganismus
Lichtquellen
Auslösend im Flüssigkeitsorganismus
Tonquellen
Auslösend im festen Organismus
Lebenskeime (ätherisch)

Theoretische Ideen:

erkältend auf den Wärmeorganismus
lähmend auf die Lichtentstehung
ertötend auf den Ton
auslöschend auf das Leben

... Durch das Ersterben des Weltenalls sind wir eigentlich selbstbewusste Menschen, die zu Gedanken über das Weltenall kommen können. Aber indem das Weltenall sich in uns denkt, ist es schon Leiche. Der Gedanke über das Weltenall ist die Leiche des Weltenalls. Erst als Leiche wird uns das Weltenall bewusst und macht uns zum Menschen. Eine vergangene Welt also erstirbt in uns bis zum Stoff, bis zur Kraft. Und nur weil gleich wiederum eine neue aufgeht, merken wir nicht, dass der Stoff vergeht und wieder ersteht. Im Menschen wird zu Ende geführt die Stofflichkeit durch sein theoretisches Denken; es wird neu belebt die Stofflichkeit und die Weltkraft durch sein moralisches Denken. So greift dasjenige, was innerhalb der menschlichen Haut geschieht, in Weltvergehen und Weltentstehen ein. So gliedern sich zusammen Moralisches und Natürliches. Das Natürliche vergeht im Menschen; im Moralischen entsteht neues Natürliches.²⁷

²⁷ R. Steiner: Die Brücke zwischen der Weltgeistigkeit und dem Physischen des Menschen.
GA 202; 18.12.1920

Der Anfang des Geistes-Welt-Erlebens

So lange das Ich-Gefühl im gewöhnlichen Bewusstsein erlebt wird, bleibt es Verlangen nach Geist-Erfüllung. Es hört erst auf, dies zu sein, wenn das Licht der Sinne-Erkenntnis durchdrungen wird von dem Licht der Geist-Erkenntnis.

Seelen-Erlebnis aus Sinne-Welt macht das Ich zum Begehren; Seelen-Erlebnis aus Geistes-Welt macht das Ich zum Seins-Inhalt. – In den moralischen Impulsen west das erste menschliche Erlebnis der Geistes-Welt. Sie stammen nicht aus der Sinne-Welt. Sie werden in einem Denken gewollt, das außerhalb der Sinne-Welt urständet. Im Licht des „reinen Denkens“ werden sie gewollt. –

Leben in wahren Moral-Impulsen ist der Anfang des Geistes-Welt-Erlebens. Fortsetzung der Tätigkeit, in welcher die Seele west im Erleben der Moral-Impulse, führt zur Erkenntnis der Geistes-Welt. Jeder Mensch, der sittlich will, schaut so die Methoden der Geistesforschung an. Es ist nur notwendig, dass er sie auch anerkenne. Dann verrinnt die Selbstsucht des Ich in die Selbstlosigkeit der Geistes-Welt-Erkenntnis.²⁸

So hängt geistige Schulung innig zusammen mit der Erhöhung der moralischen Kraft, und deshalb wird jede richtig mitgeteilte geistige Schulung vor allen Dingen auf Stärkung und Erfestigung der moralischen Kraft hinwirken. ...

Denn die moralische Kraft darf nicht bloß so bleiben, wie sie im gewöhnlichen Leben der physischen Welt ist, sondern sie muss erhöht und befestigt werden.²⁹

²⁸ R. Steiner: West-Ost Aphorismen; Der Goetheanumgedanke inmitten der Kulturkrise der Gegenwart. GA 36

²⁹ R. Steiner: Ergebnisse der Geistesforschung. GA 62; 3.4.1913

Dem Meditieren muss zu Hilfe kommen die Übung in der Charakterstärke, inneren Wahrhaftigkeit, Ruhe des Seelenlebens, völlige Besonnenheit. Denn nur wenn die Seele von diesen Eigenschaften durchzogen ist, wird sie das, was im Meditieren als ein Vorgang sich bildet, der ganzen menschlichen Organisation allmählich einprägen. Ist durch solches Üben der richtige Erfolg eingetreten, dann erlebt man sich im ätherischen Organismus. Das Gedankenleben erhält eine neue Form. Man erlebt die Gedanken nicht nur in der abstrakten Form wie früher, sondern so, dass man in ihnen Kräfte fühlt. Die vorher erfahrenen Gedanken können gedacht werden; sie haben keine Macht zu einer Aktivität. Die Gedanken, die man jetzt erlebt, haben eine Macht wie die Wachstumskräfte, die den Menschen vom kleinen Kinde zum Erwachsenen umbilden.

Eben deshalb aber ist es notwendig, dass die Meditation in richtiger Art ausgeführt wird. Denn greifen in sie unterbewusste Kräfte ein, ist sie nicht ein in voller Besonnenheit rein seelisch-geistiger verlaufender Akt, so werden Impulse entwickelt, die so wie die natürlichen Wachstumskräfte in den eigenen menschlichen Organismus eingreifen.

Das darf in keiner Art geschehen. Der eigene physische und ätherische Organismus muss durch die Meditation völlig unberührt bleiben.

Man kommt bei richtiger Meditation dazu, mit dem neu entwickelten Gedanken-Kräfte-Inhalt *außerhalb* des eigenen physischen und ätherischen Organismus zu leben. Man hat das Äther-Erleben; und der eigene Organismus gelangt zu dem persönlichen Erleben in ein Verhältnis einer relativen Objektivität.

Man schaut ihn an, und erlebt in Gedankenformen zurück, was man im Äther erlebt.³⁰

³⁰ R. Steiner: Kosmologie, Religion und Philosophie. GA 25; Kap. III

In der gewöhnlichen Erkenntnis denken wir über die Dinge nach. In der Initiationserkenntnis müssen wir suchen, wie wir gedacht werden im Kosmos.³¹

Die Eurythmie-Meditation

Ich suche im Innern
Der schaffenden Kräfte Wirken,
Der schaffenden Mächte Leben.
Es sagt mir:
Der Erde Schweremacht
Durch meiner Füße Wort,
Es sagt mir
Der Lüfte Formgewalt
Durch meiner Hände Singen,
Es sagt mir
Des Himmels Lichteskraft
Durch meines Hauptes Sinnen,
Wie die Welt im Menschen
Spricht, singt, sinnt.

Haben Sie eine solche Meditation gemacht, dann werden Sie sehen, dass Sie von sich sagen können: Sie sind wie aus dem Weltenschlaf ins Himmlische der Eurythmie aufgewacht.³²

³¹ R. Steiner: Die geistig-seelischen Grundkräfte der Erziehungskunst – Die Erforschung der übersinnlichen Welten. GA 305; 20.8.1922

³² Rudolf Steiner: Eurythmie als sichtbare Sprache. GA 279; 11.7.1924

Das imaginative Weben und Leben der Seele

Nun ist es im Grunde genommen ein recht seelisch-geistiger Vorgang, in dem man da lebt, wenn man so durch innere Erfassung des Denkens in das Ätherleben des Universums sich hinein begibt. Man fühlt in diesem imaginativen Weben und Leben der Seele, das zum Erleben des Ätherischen wird, nicht jene innere Schattenhaftigkeit, die das Seelenleben des gewöhnlichen Bewusstseins hat, man fühlt nicht mehr das Traumhafte, das das Seelenleben des gewöhnlichen Bewusstseins hat. Man fühlt sich auch nicht mehr so abgeschlossen von der Welt, wie im physischen Leib, wo man sich in seiner Haut abgeschlossen fühlt. Man fühlt die äußere Welt in sich einströmen, das eigene Wesen in die Welt ausströmen. Man fühlt sich als ein bewegtes, und mit der Welt sich bewegendes Glied des ganzen ätherischen Universums.³³

Und wenn der Mensch durch seine imaginative, inspirative und intuitive Erkenntnis in die geistige Welt eintritt, dann lernt er den Werkmeister kennen, das schaffende, bauende Wesen, das noch vor dem Auftreten des Bewusstseins an uns arbeitet, das den menschlichen Leib gerade da aufbaut, wo der Mensch mit seinem Bewusstsein noch nicht an sich arbeiten könnte, weil diese Arbeit in die feinere Organisation und in die feinere Ausgestaltung des Leibes hineingeht. Gerade da arbeitet das Ich, das aus der geistigen Welt kommt, an der feineren Ausbildung nicht nur des Gehirns, sondern des gesamten Leibes.³⁴

³³ Rudolf Steiner: Was wollte das Goetheanum und was soll die Anthroposophie? GA 84; 21.4.1923

³⁴ R. Steiner: Menschengeschichte im Lichte der Geistesforschung. GA 61; 28.3.1912, S. 498

Im reinen Gedanken findest du das Selbst

Im reinen Gedanken findest du
Das Selbst, das sich halten kann.

Wandelst zum Bilde du den Gedanken,
Erlebst du die schaffende Weisheit.

Verdichtest du das Gefühl zum Licht,
Offenbarst du die formende Kraft.

Verdinglichst du den Willen zum Wesen,
So schaffst du im Weltensein.

In diesen vier Mantrams ist zugleich die Stufenfolge der höheren Erkenntnis gegeben:

So entspricht

das 1. Mantram dem reinen Denken, wodurch wir das Ich erfassen,

das 2. Mantram der Imagination (Bild)

das 3. Mantram der Inspiration (Licht)

das 4. Mantram der Intuition (Wesen)

So geübt, führen sie den Schüler vom Denken ins Wesenhafte des Geistigen selber hinein.³⁵

³⁵ R. Steiner: Aus den Inhalten der esoterischen Stunden. GA 266/1 ; 1.11.1907

Siehe auch: GA 268; 21.5.1907 (Münchener Kongress). Die vier Sprüche der Säulenweisheit

Das Verlieren des Konsonantischen und der Übergang in den Weltengesang

Und gelangt man aus der imaginativen Erkenntnis in die inspirierte Erkenntnis, nimmt man also direkt die Offenbarungen des Geistigen auf, dann werden alle Konsonanten, die hier auf der Erde sind, etwas ganz anderes. Die Konsonanten verliert man. Also das geht einem verloren; dafür beginnt in der geistigen Wahrnehmung, die durch Inspiration erkundet werden kann, ein neues sich zu äußern: die geistigen Gegenbilder der Konsonanten.

Aber diese geistigen Gegenbilder der Konsonanten, die leben jetzt nicht zwischen den Vokalen, sondern in den Vokalen. Wenn Sie hier auf Erden die Sprache haben, so haben Sie Konsonanten und Vokale so, dass sie nebeneinander leben. Die Konsonanten verlieren Sie beim Aufsteigen in die geistige Welt. Sie leben sich in eine vokalisierend singende Welt hinein. Sie hören eigentlich auf zu singen; es singt. Die Welt wird selber Weltengesang. Aber das, was vokalisierend ist, das tingiert sich geistig-seelisch so, dass in den Vokalen etwas lebt, was die geistigen Gegenbilder der Konsonanten sind. Hier im Irdischen gibt es ein A als Laut und meinetwillen ein Cis in einer bestimmten Oktave als Ton. Sobald man in die geistige Welt kommt, gibt es nicht ein A, nicht ein Cis in einer bestimmten Skala, sondern innerlich – nicht etwas nur von verschiedener Höhe – sondern innerlich qualitativ unzählige; denn etwas anderes ist es, ob ein Wesen aus der Hierarchie der Angeloi einem ein A ausspricht, oder ein Wesen aus der Hierarchie der Archangeloi, oder ein anderes Wesen. Das ist immer äußerlich dieselbe Offenbarung, aber innerlich ist die Offenbarung beseelt. So dass wir sagen können: Hier auf Erden haben wir unseren Körper; da schlägt der vokalisierende Ton an. Drüben haben wir den vokalisierenden Ton und in den schlägt die Seele hinein und lebt darinnen, so dass der Ton der Leib des Seelischen wird.

Nun sind Sie darinnen in der Weltenmusik, in dem Weltengesang; nun sind Sie darinnen in dem schöpferischen Ton, in dem schöpferischen Wort.³⁶

Vom Charakter der inspirierten Erkenntnis

Im ätherischen imaginativen Anschauen wächst sozusagen der eigene ätherische Organismus mit dem Ätherischen des Kosmos zusammen; man fühlt sich in gleicher Art in seinem eigenen ätherischen Organismus und im Ätherischen des Kosmos darinnen. (...)

Man lernt (also) in inspirierter Erkenntnis den astralischen Organismus kennen, der sich im gewöhnlichen Bewusstsein durch Denken, Fühlen und Wollen auslebt.

Damit lernt man aber zugleich den geistigen Kosmos kennen. (...)

Was da durch Inspiration in den Menschen hereinfließt, wodurch er zu einem von seinem Leibe unabhängigen Seelenleben kommt, das lässt sich vergleichen mit dem Einatmen des realen Sauerstoffes. Man erlangt auch jetzt durch diese inspirierte Erkenntnis ein genaues Durchschauen gerade dessen, was menschlicher Atemprozess ist, und des Prozesses, der sich etwa als der Blutzirkulationsprozess in rhythmischer Art anschließt an den Atmungsprozess. Man erhält eine wirkliche Anschauung, des rhythmischen Menschen, aller rhythmischen Vorgänge im Menschen durch die inspirierte Erkenntnis.

Man erlangt eine Anschauung, wie die astralische Organisation im rhythmischen Menschen arbeitet. Man erlangt ferner eine Anschauung, wie der astralische Organismus in seiner Einkleidung in den physischen und ätherischen Organismus mit dem Atmungswesen,

³⁶ R. Steiner: Das Wesen des Musikalischen. GA 283; 2.12.1922

überhaupt mit der ganzen rhythmischen Organisation zusammenhängt, sich gerade in den Rhythmus der Atmungs- und Blutzirkulation hineinfindet. (...) Man gelangt zu einem kosmischen Bilde, das die Art und Weise enthält, wie der astralische Menschheitsorganismus mit dem Ich ... auf den Wellen und Wogen der Atmung und der übrigen rhythmischen Vorgänge in den physischen Organismus einzieht. Man sieht den Kosmos in seiner tatsächlichen Gesetzmäßigkeit sich durch die menschlichen rhythmischen Prozesse in den Menschen hinein fortsetzen. Man gelangt zu einer Kosmologie, durch die man den astralischen Organismus versteht, durch die man aber auch die rhythmischen Vorgänge im einzelnen Menschen versteht. ... das aber, was in der inspirierten Erkenntnis errungen wird, das wird wiederum im vollen Bewusstsein errungen und kann dann in seinem Abglanz in dem menschlichen ätherischen Leibe angeschaut werden.³⁷

Diese Inspiration, die nun errungen werden muss nach der Imagination oder während der Imagination, die hat nicht Bilder vor sich; das ist eine Erkenntnis der Bildlosigkeit, aber des geistigen Hörens. Die inspirierte Erkenntnis nimmt die Weltintelligenz, die Weltgedanken so auf, dass man sie wie geistig hört. Von allen Seiten spricht es, erklingt das Weltenwort mit aller Deutlichkeit: man weiß, dass etwas dahinter ist. Man hat zunächst die Verkündigung. Und dann, wenn man sich hingeben kann dieser Inspiration, dann ist es so, dass man nun – hinter den Gedanken der Welt – die Wesenheit der Welt beginnt wahrzunehmen in der Intuition.

Imagination nimmt Bilder des Geistigen wahr, die Inspiration hört das Geistige geistig sprechen. Intuition nimmt die Wesen selber wahr.

³⁷ R. Steiner: Die Philosophie, Kosmologie und Religion in der Anthroposophie.
GA 215; 7.9.1922

Ich sagte: Die Welt ist erfüllt mit Weltgedanken.- Die deuten noch auf keine Wesen, aber wir kommen dazu, hinter den Gedanken Worte zu vernehmen, die Wesenheiten der Welt zu schauen mit der Intuition.³⁸

Durch die Inspiration beginnen die Dinge, die in unserer Umgebung geistig vorhanden sind, gleichsam zu uns zu sprechen; sie enthüllen, sie offenbaren uns ihr Wesen. Wir hören sie nicht durch Stimmen und Töne, die den äußeren ähnlich sind, sondern wir hören sie geistig.

Nun ist eine andere Vorbereitung notwendig, damit der Mensch nicht wieder bloß vernimmt, was ihm sein eigenes Wesen enthüllt, sondern damit er eine objektive, wirkliche Welt kennenlernt. ... Wer zur Inspiration gelangen will, muss in einer höheren Weise, als es für die gewöhnliche Welt notwendig ist, in sich die Tugend des moralischen Mutes, der Standhaftigkeit, des Starkmutes zur Ausbildung bringen.³⁹

In der Inspiration sprechen die Erlebnisse der höheren Welten ihre Bedeutung aus. Der Beobachter lebt in den Eigenschaften und Taten der Wesen dieser höheren Welten. (...) Schon in der imaginativen Erkenntnis erlebt er es ja, dass er sich z.B. nicht außerhalb, sondern innerhalb der Farbbilder fühlt; aber er weiß auch ebenso genau, dass diese Farbenbilder nicht in sich selbständige Wesen, sondern Eigenschaften solcher Wesen sind.

In der Inspiration wird er sich bewusst, dass er eins wird mit den Taten solcher Wesen, mit den Offenbarungen ihres Willens; erst in der

³⁸ R. Steiner: Esoterische Betrachtungen karmischer Zusammenhänge V. GA 239; 23.5.1924

³⁹ R. Steiner: Ergebnisse der Geistesforschung. GA 62; 3.4.1913

Intuition verschmilzt er mit Wesen, die in sich geschlossen sind, selbst. Im richtigen Sinne kann das nur geschehen, wenn diese Verschmelzung nicht unter Auslöschung, sondern unter völliger Aufrechterhaltung seiner eigenen Wesenheit der Fall ist.⁴⁰

Die intuitive Erkenntnis und das wahre Ich des Menschen

Man gelangt durch diese intuitive Erkenntnis dazu, die wahre Wesenheit des „Ich“ zu schauen, die in Wirklichkeit in die Geistwelt eingesenkt ist. Was im gewöhnlichen Bewusstsein von diesem Ich vorhanden ist, das ist nur ein ganz schwacher Abglanz seiner wahren Gestalt. Man erreicht durch Intuition die Möglichkeit, diesen schwachen Abglanz in Vereinigung zu fühlen mit der göttlichen Urwelt, der er durch seine wahre Gestalt angehört.⁴¹

Jetzt kommt eine Arbeit, die entgegengesetzt ist der Arbeit des Mystikers. Da müssen wir etwas tun, was der gewöhnlichen Naturwissenschaft ähnlich ist, wir müssen hinausgehen in die Außenwelt. Das letztere ist das Schwierige dabei, ist aber erforderlich, wenn die intuitive Erkenntnis zustande kommen soll. Hier muss der Mensch die Aufmerksamkeit von seiner eigenen Tätigkeit abwenden. (...) Wenn er aber Geduld hat, wenn er seine Übungen lange genug und richtig ausführt, so wird er sehen, dass ihm etwas zurückbleibt, von dem er ganz gewiss weiß. Dass es von seinem eigenen inneren Erlebnis absolut unabhängig ist, nicht subjektiv gefärbt ist, sondern ihn hinaufführt zu etwas, was von seiner subjektiven Persönlichkeit unabhängig ist, was aber durch seine objektive Wesenheit zeigt,

⁴⁰ R. Steiner: Die Stufen der höheren Erkenntnis. GA 12; Kap. Inspiration und Intuition

⁴¹ R. Steiner: Drei Schritte der Anthroposophie. GA 25; 1922

dass es gleich ist dem, was das Zentrum des menschlichen Wesens, des menschlichen Ich ist.

In der intuitiven Erkenntnis gehen wir, um sie zu erreichen, aus uns heraus und kommen doch zu etwas, was unserem eigenen inneren Wesen gleich ist. So steigen wir auf von dem, was wir im Innern erleben, zu dem geistigen, das wir jetzt nicht im Inneren, sondern in der Außenwelt erleben.⁴²

Geistige Aufrichte-Kraft und reale Intuition

Durch das, was die Seele an Übungen gesteigerter Aufmerksamkeit und Hingabe verrichtet, wird der Mensch innerlich gewahr, wie in ihm sitzen diese Kräfte, die ihn aufrichtet haben als Kind. Er wird geistiger Richtkräfte, geistiger Bewegungskräfte sich bewusst, und die Folge davon ist, dass er zu der inneren Mimik, zu dem inneren Mienenspiel, zu der inneren Gebärdenfähigkeit, zu der inneren Geste, auch innere Physiognomie seines Geistig-Seelischen hinzuzufügen vermag.

Wenn das Geistig-Seelische so heraus ist aus dem Physisch-Leiblichen, wenn der Mensch anfängt als Geistesforscher einen Sinn verbinden zu können mit dem Wort: Du erlebst dich im Geistig-Seelischen - , dann kommt auch die Zeit, wo er sich der Kräfte bewusst wird, die ihn aufrichtet haben, die ihn als physisch-sinnliches Wesen vertikal auf die Erde gestellt haben.

Diese Kräfte verwendet er jetzt im rein Geistig-Seelischen, und dadurch kommt er in die Lage, diese Kräfte anders zu verwenden als sonst im Leben; er gelangt dazu, diesen Kräften andere Richtungen

⁴² R. Steiner: Metamorphosen des Seelenlebens. Zweiter Teil; GA 59; 10.2.1910

zu geben, aus sich selber eine andere Gestalt zu machen, als er gemacht hat im physischen Erleben während seiner Kindheit. Er weiß jetzt innere Bewegungen zu entwickeln, weiß sich allen Richtungen anzupassen, er weiß seinem Geistigen andere Physiognomien zu geben denn als Erdenmensch; er gelangt dazu, hinunterzutauchen in andere geistige Vorgänge und Wesen; er weiß sich so zu verbinden, dass er die Kräfte, die ihn sonst vom kriechenden Kinde zum aufrechten Menschen wandeln, dass er diese wandelt im Inneren der geistigen Dinge und Wesenheiten, so dass er diesen Dingen und Wesenheiten ähnlich wird und sie so selber ausdrückt und dadurch wahrnimmt. Das ist die reale Intuition. Denn das wirkliche Wahrnehmen geistiger Wesenheiten und Vorgänge ist ein Untertauchen in dieselben, ist ein Annehmen ihrer eigenen Physiognomie. Während man das, was Vorgänge in den Wesen sind, erlebt durch innere Mimik, während man die Beweglichkeit der geistigen Wesen erlebt dadurch, dass man ihre Gesten nachzubilden vermag; vermag man sich nun selber in die Dinge und Vorgänge zu verwandeln, vermag man die eigene Gestalt des Geistigen anzunehmen, dadurch nimmt man es wahr, dass man es sozusagen selbst geworden ist.⁴³

⁴³ R.Steiner: Inneres Wesen des Menschen und Leben zwischen Tod und neuer Geburt. GA 153; 6.4.1914

Die Verbindung von Vorgeburtlichem und Nachtodlichem durch die Eurythmie

Schaffen wir nun aus einer Erkenntnis heraus, die wie die anthroposophisch orientierte Geisteswissenschaft direkt darauf losgeht, die geistige Welt zu erkennen, die geistige Welt in das Vorstellen, in das Denken, in das Fühlen, das Empfinden, das Wollen auch aufzunehmen, dann wird da der Mutterboden liegen für eine Kunst, die gewissermaßen synthetisch zusammenfasst Vorgeburtliches und Nachtodliches.

Und betrachten wir die Eurythmie. Wir bringen den menschlichen Körper selber in Bewegung. Was bringen wir in Bewegung? Wir bringen in Bewegung den menschlichen Organismus, so dass sich seine Glieder bewegen.

Die Gliedmaßen sind dasjenige, was vorzugsweise sich hinüberlebt ins folgende Erdenleben, was auf die Zukunft, was auf das Nachtodliche verweist.

Aber wie gestalten wir denn dasjenige, was wir an Gliederbewegungen in der Eurythmie hervorbringen?

Wir studieren sinnlich-übersinnlich, wie sich aus dem Haupte heraus – durch die intellektualistischen Anlagen und durch die Empfindungsanlagen der Brust – der Kehlkopf und die ganzen Sprachorgane aus dem früheren Leben herüber gebildet haben. Wir knüpfen direkt Vorgeburtliches an Nachtodliches an.

Wir nehmen gewissermaßen dasjenige nur vom Erdenleben, was nun das physische Material ist: den Menschen selbst, der das Werkzeug ist, das Instrument für die Eurythmie. Aber wir lassen erscheinen am Menschen das, was wir innerlich studieren, was in ihm vorgebildet ist von früherem Leben und wir übertragen das auf seine Gliedmaßen, das heißt auf dasjenige, worin sich vorbildet das nachtodliche Leben.

Wir liefern in der Eurythmie eine solche Gestaltung und Bewegung des menschlichen Organismus, die unmittelbar ein äußerer Beweis sind für das Mitleben des Menschen in der übersinnlichen Welt. In einer direkten Weise knüpfen wir den Menschen an die übersinnliche Welt an, indem wir ihn eurythmisieren lassen.

Überall, wo aus wahrer künstlerischer Gesinnung Kunst herausgebildet wird, ist Kunst ein Zeugnis für das Zusammenhängen des Menschen mit den übersinnlichen Welten.

Und wenn in unserer Zeit der Mensch dazu aufgerufen wird, gewissermaßen die Götter in seine eigenen Seelenkräfte aufzunehmen, so dass er nicht bloß gläubig wartet, dass ihm die Götter das oder jenes bringen, sondern dass er handeln will, wie die Götter in seinem handelnden Willen lebten, dann ist das der Zeitpunkt, wenn ihn die Menschheit erleben will, wo gewissermaßen der Mensch von den äußerlich gestalteten objektiven Künsten übergehen muss zu einer Kunst, die noch ganz andere Dimensionen und Formen in der Zukunft annehmen wird; zu einer Kunst, die das Übersinnliche unmittelbar darstellt. Wie sollte es auch anders sein? Geisteswissenschaft will ja auch das Übersinnliche unmittelbar darstellen, also muss sie gewissermaßen auch eine solche Kunst aus sich heraus schaffen.

Und die pädagogisch-didaktische Anwendung wird nach und nach Menschen erziehen, die durch die Erziehung nach dieser Richtung hin es selbstverständlich finden, dass sie übersinnliche Wesen sind, weil sie ihre Hände, ihre Arme, ihre Beine so bewegen, dass da drinnen die Kräfte der übersinnlichen Welt tätig sind.

Es ist ja die Seele des Menschen, die übersinnliche Seele, die in der Eurythmie in Bewegung übergeht. Es ist ja das lebendige Ausleben des Übersinnlichen, das in den eurythmischen Bewegungen zutage tritt. (...) Das ist die innerliche Konsequenz, welche der geisteswissenschaftlichen Bestrebung, wenn sie anthroposophisch orientiert ist, zugrunde liegt.⁴⁴

⁴⁴ R. Steiner: Kunst und Kunsterkenntnis. GA 271; 12.9.1920

Eine Brücke ist der Mensch

Eine Brücke ist der Mensch
Zwischen dem Vergangnen
Und dem Sein der Zukunft;
Gegenwart ist Augenblick;
Augenblick als Brücke.
Seele gewordener Geist
In der Stoffeshülle
Das ist aus der Vergangenheit;
Geist werdende Seele
In Keimesschalen
Das ist auf dem Zukunftwege.
Fasse Künftiges
Durch Vergangnes
Hoff` auf Werdendes
Durch Gewordenes.
So ergreif das Sein
Im Werden;
So ergreif, was wird
Im Seienden.⁴⁵

⁴⁵ R. Steiner: Wahrspruchworte. GA 40; 24.12.1920 , S. 143

GRUNDLAGE UND WESEN HEILEURYTHMISCHEN HANDELNS

Inspiration, Imagination und Intuition bringen es dahin, den inneren Zusammenhang eines Heilmittels oder Heilprozesses mit dem Wesen des Krankheitsprozesses zusammenzuschauen und an die Stelle der bloß probierenden empirischen Therapie eine den Menschen und die Heilprozesse durchschauende rationale Therapie zu setzen.⁴⁶

„ ... mit den allgemeinen Anschauungen kommt man nicht dahin, dass irgendeine Substanz oder ein Vorgang in der Welt die Heilkräfte verrät. Die Heilkräfte werden erst verraten von den Dingen, wenn man an sie herantritt mit gewissen geweckten Seelenkräften.“⁴⁷

In der Eurythmie lebt die redende Seele, die ihre Worte dem Verständnis mitteilen will, das den Raum überwindet.⁴⁸

Diese Heileurythmie beruht eigentlich darauf, dass gerade seelisch-geistige Vorgänge wachgerufen werden durch dasjenige, was der Mensch mit den Gliedern seines Körpers ausführt. ... wie sie als Therapie nun ein besonderer Zweig innerhalb der ganzen Heilprozesse sein kann, die eben aus wirklicher Menschenerkenntnis heraus auf anthroposophischem Boden gefunden werden können.⁴⁹

⁴⁶ R. Steiner: Die Philosophie, Kosmologie und Religion in der Anthroposophie. GA 215; 15.9.1922

⁴⁷ R. Steiner: Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst. GA 316; 9.1.1924

⁴⁸ R. Steiner: Eurythmie – Die Offenbarung der sprechenden Seele. GA 277; Notizblatt, S. 431 (1972)

⁴⁹ R. Steiner: Anthroposophische Menschenerkenntnis und Medizin. GA 319; 28.8.1923

Das eigentlich Heilende

Und diese größere Tätigkeit (von astralischem Leib und Ätherleib), welche da aufgewendet werden muss, ist das eigentlich Heilende. Da wird das Geistige zu einer energischeren Tätigkeit aufgerufen, und das ist das eigentlich Heilende. Dasjenige, was die geistigen Glieder des Menschen zu einer größeren Tätigkeit aufrufen kann, das bringt die Heilung hervor. Nun beruht jede Krankheit darauf, dass durch irgendeine Unordnung im physischen Leib oder auch im Ätherleib des Menschen die geistigen Teile nicht in der richtigen Weise eingreifen können, sozusagen daran gehindert sind, und die Heilung besteht in der Aufrufung einer stärkeren Widerstandskraft gegen die Unordnung.

... Wenn die Krankheit so verläuft, dass wir gesund werden, so haben wir in unsere Glieder, die wir uns aus früheren Inkarnationen mitgebracht haben, damals jene starken Lebenskräfte hineingelegt, die wirklich heilend eingreifen können ... wir haben uns einen Reserfonds mitgebracht, den wir herausholen können aus den geistigen Lebensgliedern.

Nun nehmen wir an, wir sterben: ... Wenn der Versuch gemacht worden ist zur Heilung, so haben wir auch die stärkeren Kräfte in uns aufgerufen. Aber sie reichten nicht aus, sie waren nicht hinlänglich. Aber immer, wenn wir Kräfte aufrufen, so dass sie sich stark geltend machen, ist es nicht nutzlos. Wir haben dazu in der Tat stärkere Anstrengungen machen müssen.

Sind wir in diesem Leben noch nicht in der Lage gewesen, Ordnung herzustellen in irgendeinem Gebiete unseres Organismus, so sind wir stärker geworden. Wir haben Widerstand leisten wollen. Es hat nur nicht gereicht. Aber wenn es auch nicht gereicht hat, so geht es doch nicht verloren, was wir an Kräften aufgerufen haben. Das geht mit hinüber in die nächste Inkarnation, und das betreffende Organ wird stärker, als wenn wir die Krankheit nicht gehabt hätten. Und wir werden dann imstande sein, dasjenige Organ, das uns in diesem

Leben vorzeitig zu Tode gebracht hat, mit besonderer Stärke und Regelmäßigkeit auszubilden. Es wird also auch dann eine günstigere Wirkung da sein, wenn wir bei richtiger Behandlung der Krankheit diese nicht zur Heilung bringen können. ... Es handelt sich gerade darum, die Heilung so zu veranstalten, dass möglichst günstig die ausgleichenden Kräfte eingreifen können; das heißt also, dass wir so viel als nur möglich ist, zur wirklichen Heilung tun, ganz gleichgültig, ob eine Heilung eintritt oder nicht. Das Karma ist immer lebensfreundlich, niemals lebensfeindlich.⁵⁰

Vom Hineinschauen in den geistig-leiblichen Prozess in der Heileurythmie

Aber gerade wenn wir in einen solchen geistig-leiblichen Prozess hineinschauen wie den, der beim Eurythmisieren stattfindet, so können wir gar nicht anders, als auf tiefere geistig-physische Zusammenhänge auch hinweisen. ...

Wir müssen zunächst schauen auf den außermenschlichen Weltprozess, ... den man nicht verfolgt in Bezug auf dasjenige, was eigentlich innerlich tätig ist. (...) Diese Kräfte, die da durch den Äther wirken ... diese Kräfte können wir nennen die Bildungskräfte, die von außen her wirkenden Bildungskräfte. ... Ihnen stehen entgegen diejenigen Kräfte, welche beim Menschen und in der Erde diese Bildungskräfte aufnehmen und befestigen, sie gewissermaßen um einen Mittelpunkt herum versammeln, so dass eben die Erde entstehen kann. Also diese Kräfte, die da befestigen, wir können sie nennen die Kräfte des Befestigens. Im Menschen sind sie vorhanden als solche Kräfte, die plastisch die Organe bilden, während die anderen Kräfte, die Bildungskräfte, diejenigen sind, die mehr die Organe aus der geistig-ätherischen Welt in die physische Welt hineinschieben. ...

⁵⁰ R. Steiner: Der Christusimpuls und die Entwicklung des Ich-Bewusstseins.
GA 116; 22.12.1909

Und zwischen diesen beiden Prozessen drinnen liegt nun dasjenige, was das Vermittelnde ist, ... was man im weitesten Sinne Ab/Aussonderungsprozesse nennen kann; ... es wird von außen hereingebildet aber von innen her befestigt. Es wird verinnerlicht die Bildung. ... So dass wir diesen Befestigungsprozess, indem wir zu dem Geistig-Seelischen vorschreiten im Menschen, also zu den Organen des Geistig-Seelischen, zu den Sinnesorganen vorschreiten, dass wir diesen Befestigungsprozess sich vergeistigend haben, sich wirklich verseelend haben in der Wahrnehmung.

Das ist gewissermaßen der heruntersteigende Prozess, der bis zur Organbildung führt. Dann finden wir am untersten Ende den Wahrnehmungsprozess, das gegenständliche Wahrnehmen. Bildet sich das weiter aus, entwickelt es sich so weiter, dann wird das Wahrnehmen gegen das Befestigen zu, wenn es bewusst wird am Befestigen, wird es zur Imagination.

Wenn die Imagination sich weiter entwickelt und bewusst wird gegen den Aussonderungsprozess zu, dann wird sie zum Inspirieren.

Und wenn das Inspirieren sich weiter entwickelt gegen den Bildungsprozess zu und da bewusst an den Bildungsprozess herantößt, also die Bildung durchschaut, dann wird sie zum Intuitieren. Man kann entwickeln diese Stufenfolge des seelischen Lebens vom gegenständlichen Wahrnehmen zum Imaginieren, zum Inspirieren, zum Intuitieren. Aber diesem Prozess, den man da entwickelt im Seelischen, dem liegt ja der Werdeprozess zugrunde. Er ist nur, wie sie hier auch sehen, die Umkehrung des Werdeprozesses. Man tritt dem Gewordenen entgegen und steigt wiederum hinauf ins Werden in umgekehrter Richtung. Das Bilden geht in absteigender Richtung. Man steigt in umgekehrter Richtung hinauf, man schreitet dem Werden entgegen. So dass das, was man als Wahrnehmen und Erkenntniskräfte in Imagination, Inspiration, Intuition ausbildet, dass immer seine Gegenwirkungen hat in den schöpferischen Kräften, die sich in den Bildekräften, in den Aussonderungsprozessen, in den Befestigungsprozessen ausdrücken.⁵¹

⁵¹ R. Steiner: Heileurythmie. GA 315; 18.4.1923/ Zweiter Ärztekurs

Schau, was kosmisch sich fügt

Schau, was kosmisch sich fügt: Mond
Du empfindest Menschengestaltung.

Schau, was luftig dich bewegt: Sonne
Du erlebest Menschenbeseelung.

Schau was irdisch sich wandelt: Saturn
Du erfassest Menschendurchgeistung.⁵²

⁵² R. Steiner: Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst.
GA 316; 22./23.4.1924

Was tut der Schöpfer in mir als Mensch aus dem Urwesen der Welt heraus?

Wenn Sie auf das eine Antwort geben wollen, so müssen Sie die eurythmischen Formen bilden. Gott eurythmisiert, und indem er eurythmisiert, entsteht als Ergebnis des Eurythmisierens die Menschengestalt. ... gerade bei der Eurythmie sieht man, weil sie sich des Menschen als eines Teiles, als eines Werkzeuges bedient, am tiefsten hinein in den Zusammenhang des Menschenwesens mit dem Weltwesen.

... Wenn man den kleinen Menschen, das Kind vor sich hat, das noch nicht fertig ist, das erst ein voller Mensch werden soll – man soll nachhelfen der Gottheit, damit die Form richtig weitergebildet werde, welche die Gottheit veranlagt hat beim Kinde -, was muss man denn für Formen anwenden im Unterricht, in der Erziehung?

Eurythmieformen. Das ist die Fortsetzung des göttlichen Bewegens, des göttlichen Formens des Menschen.

Und wenn der Mensch krank wird in einer gewissen Weise, da werden schadhaft die Formen, die seinem göttlichen Urbilde entsprechen. Sie werden in der physischen Welt anders. Was sollen wir tun?

Wir gehen zurück zu den göttlichen Formen, helfen nach, lassen den Menschen diese göttlichen Formen wiederum machen. Das muss so zurückwirken auf ihn, dass die schadhaften Formen wiederum ausgebessert werden.

Wir haben es in der Eurythmie als einer Heilkunst zu tun, (...) wenn man den Menschen die Bewegungen machen lässt, die seiner Organbildung entsprechen, wobei man nur wissen muss, wie diese Bewegungen sind – z. B. gewisse Fuß- und Beinbewegungen entsprechen gewissen Formungen selbst bis in den Kopf hinauf - , wenn man das alles nachbilden lässt, dann entsteht dieser dritte Aspekt der Eurythmie, die Heileurythmie.

Ich wollte dieses heute vorausschicken, damit jeder, der nun in der Eurythmie tätig ist, eine ursprüngliche Empfindung, ein ursprüngliches Gefühl davon hat, was er eigentlich tut, nicht hinnimmt die Eurythmie als etwas, was man nur konventionell lernen kann, sondern hinnimmt als etwas, wodurch der Mensch tatsächlich näher an das Göttliche herankommt, als er es ohne Eurythmie kann, ...⁵³

Nachhelfen der Gottheit die Formen zu bilden ... heißt ...

Nicht nur das Bewusstsein seiner selbst zu haben, sondern das Bewusstsein von der Schöpfung seiner selbst.⁵⁴

⁵³ R. Steiner: Eurythmie als sichtbare Sprache. GA 279; 24.6.1924

⁵⁴ R. Steiner: Geisteswissenschaftliche Menschenkunde. GA 107; 17.6.1909

MEDITATIONEN UND MANTREN

Meditieren Sie einmal über die Idee:

„Ich denke meine Gedanken. – Und ich bin ein Gedanke, der von den Hierarchien des Kosmos gedacht wird. Mein Ewiges besteht darin, dass das Denken der Hierarchien ein Ewiges ist. Und wenn ich einmal von einer Kategorie der Hierarchien ausgedacht bin, dann werde ich übergeben – wie der Gedanke des Menschen vom Lehrer an den Schüler übergeben wird – von einer Kategorie an die andere, damit diese mich in meinem ewigen, wahren Wesen weiter denke. So fühle ich mich drinnen in der Gedankenwelt des Kosmos.“⁵⁵

Wie waltet in mir Göttlich-Geistiges?

G öttlich-Geistiges Von obern Weltenorten Durchstrahlet es mich;	Die Sterne von oben tragen Göttlich-Geistiges durch mich
---	---

Göttlich-Geistiges Aus weitem Welten-Umkreis Durchwellet es mich.	Die Sonne Umkreisend Senket Göttlich-Geistiges In mich
---	---

Göttlich-Geistiges Aus tiefen Erdenklüften Durchströmet es mich.	Die Erde Von unten Stützt Göttlich-Geistiges In mir. ⁵⁶
--	---

⁵⁵ R. Steiner: Der menschliche und der kosmische Gedanke. GA 151; 23.1.1914

⁵⁶ R.Steiner: Mantrische Sprüche - Seelenübungen II. GA 268; Notizblatt 1924, S.114

Ich bin aus Gott wie alles Sein geboren

Ich bin aus Gott wie alles Sein geboren,
ich geh im Gott mit allem Mein zu sterben
ich kehre heim, o Gott, als Dein zu leben.
Erst wurde ich aus deinem Ich gegeben,
dann galt es dies Gegebne zu erwerben
Dir als ein DU es Brust an Brust zu heben.
Da wollte Stolz es mittendrin verderben,
und es ward Dir, und Du warst ihm verloren . . .
Bis dass Du übermächtig mich beschworen!
Da ward ich Dir zum andernmal geboren:
Denn ich verstand zum erstenmal zu sterben,
denn ich empfand zum erstenmal zu leben.⁵⁷

⁵⁷ Christian Morgenstern: Wir fanden einen Pfad

Im Geiste lag der Keim meines Leibes

Im Geiste lag der Keim meines Leibes.
Und der Geist hat eingepägt meinem Leibe
Die sinnlichen Augen,
Auf dass ich durch sie schaue
Das Licht der Körper.
Und der Geist hat eingepägt meinem Leibe
Empfindung und Denken
Und Gefühl und Wille
Auf dass ich durch sie wahrnehme die Körper
Und auf sie wirke.
Im Geiste lag der Keim meines Leibes.

In meinem Leibe liegt des Geistes Keim.
Und ich will eingliedern meinem Geiste
Die übersinnlichen Augen,
Auf dass ich durch sie schaue das Licht der Geister.
Und ich will einprägen meinem Geiste
Weisheit und Kraft und Liebe,
Auf dass durch mich wirken die Geister
Und ich werde das selbstbewusste Werkzeug
Ihrer Taten.
In meinem Leibe liegt des Geistes Keim.⁵⁸

⁵⁸ R. Steiner: Aus den Inhalten der esoterischen Stunden. GA 266/1; S. 83

Seele bist du

Seele bist du
Körper ist Gottes
Wesen in dir

Deiner Seele
Wohnet inne der Geist
Deinem Körper
Wohnet inne der Geist

Doch lasse in des Körpers Geist
Die Gottheit walten
Und lasse in der Seele Geist
Die Ichheit walten

Denn nimmt deiner Seele Geist
Deinen Körper für sich als Kraft
So bist du körperkrank
Und nimmt deines Körpers Geist
Deine Seele für sich als Kraft
So bist du seelenkrank.⁵⁹

⁵⁹ R. Steiner: Mantrische Sprüche – Seelenübungen II. GA 268; Januar 1924, S.302 - Notizbuch

In meinem Denken leben Weltgedanken

In meinem Denken leben Weltgedanken
In meinem Fühlen leben Weltenmächte
In meinem Wollen wirken Willenswesen

Erkennen will ich mich
In Weltgedanken
Erleben will ich mich
In Weltenmächten
Erschaffen will ich mich
In Willenswesen

So ende nicht bei Weltenenden
Und nicht bei Raumesweiten
Ich beginne bei Weltenenden
Und bei Raumesweiten
Und ende erst bei mir
Erkennend mich in mir.⁶⁰

⁶⁰ R.Steiner: Mantrische Sprüche - Seelenübungen II. GA 268; 1912, S. 49

Im Denken erwache

Im Denken erwache: du bist im Geisteslicht der Welt.
Erlebe dich als leuchtend, das Leuchtende *tastend*.

Im Fühlen erwache: du bist in den Geistestaten der Welt.
Erlebe dich, die Geistes-Taten *fühlend*.

Im Wollen erwache: du bist in den Geistes-Wesen der Welt.
Erlebe dich die Geisteswesen *denkend*.

Im Ich erwache: du bist in deinem eignen Geistes-Wesen.
Erlebe dich sein von Göttern empfangend

Und dir selbst gebend.⁶¹

Im Urbeginne war das Wort

Im Urbeginne war das Wort
Und in dem Wort war ich selbst,
Und das Wort war bei Gott.
Und mit dem Wort war ich selbst bei Gott.
Und ein Gott war das Wort.
Und ein Gott schaute mich in dem Wort,
Und das Wort soll leben in meiner Seele.⁶²

⁶¹ R. Steiner: Zur Geschichte der esoterischen Schule II GA 265; 3.1.1924, S.477

⁶² R. Steiner: Mantrische Sprüche – Seelenübungen II. GA 268; S. 210

Im Urbeginne ist der Gedanke

Im Urbeginne ist der Gedanke,
Und ein Unendliches ist der Gedanke,
Und das Leben des Gedankens ist das Licht des Ich.
Erfüllen möge der leuchtende Gedanke
Die Finsternis meines Ich,
Dass ihn die Finsternis meines Ich ergreife,
Den lebendigen Gedanken,
Und lebe und webe in seinem göttlichen Urbeginn.⁶³

„Im Urbeginne *war* das Wort, und das Wort *war* bei Gott, und ein Gott *war* das Wort.“

Also müsste man sagen: Da im Urbeginn das Wort *war*, ist es jetzt nicht mehr. – Sonst würde es heißen: *Jetzt* ist das Wort. Und das Wort ist nicht bei Gott, es *war* bei Gott. Und es *war* ein Gott das Wort. Es *ist* also jetzt nicht mehr. (...)

Wollte man ein Gegenwärtiges aussprechen, dann müsste man eigentlich sagen: Es suche der Mensch den Geist, der sich im Worte offenbart. Denn der Geist *ist* bei Gott. Und der Geist *ist* ein Gott.⁶⁴

⁶³ R. Steiner: Mantrische Sprüche – Seelenübungen II. GA 268; 7.3.1914; S.333

⁶⁴ R.Steiner: Soziales Verständnis aus geisteswissenschaftlicher Erkenntnis. GA 191; 2.11.1919

Schreitend bewegst du durch des Denkens Macht

Schreitend bewegst du durch des Denkens Macht dich auf
Den Fluten des Sonderseins und folgst sieben Richtkräften
unter der *Wahrheit* Führung;
Lust zieht dich hinab, die Richtkräfte stellend in des
Unglaubens Gewalt;
Geist zieht dich hinan, die sieben hebend zu der
tönenden Sonne.⁶⁵

Ein Welten-Ton bin ich

Ein Welten-Ton bin ich
Tönend im Weltenraum.
Lebend im Ton als Weltgefühl
Kraftet aus mir das Wort hervor.⁶⁶

⁶⁵ R. Steiner: Mantrische Sprüche – Seelenübungen II. GA 268; Notizbuch 1903

⁶⁶ R. Steiner: Mantrische Sprüche - Seelenübungen II. GA 268; S. 39, ca. 1910

Sieh, du mein Auge

Sieh, du mein Auge
Der Sonne reine Strahlen
Aus der Erde Formenwesen;

Sieh, du mein Herz
Der Sonne Geistgewalten
Aus des Wassers Wellenschlägen.

Sieh, du meine Seele
Der Sonne Weltenwillen
Aus der Lüfte Glanzgeflimmer;

Sieh, du mein Geist
Der Sonne Götterwesen
Aus des Feuers Liebeströmen.⁶⁷

⁶⁷ R. Steiner: Mantrische Sprüche - Seelenübungen II. GA 268; September 1924, Notizbuch

Was ich spreche von meinem physischen Leib aus, ist Schein –

Was ich spreche von meinem physischen Leib aus, ist Schein –
Ich muss sprechen von meinem Ätherleib aus,
zu dringen in die wahre Wirklichkeit:

1. Ihr Geister unter der Erde drückt auf meine Fußsohlen.
Ich schreite über euch hinweg.
2. Ihr Geister der Feuchtigkeit streichelt meine Haut.
Ich drücke euch nach allen Seiten.
3. Ihr Geister der Luft füllet mein Inneres an.
Ich verbinde mich mit euch.
4. Ihr Geister der Wärme beseelt mein Inneres.
Ich lebe mit euch.
5. Ihr Geister des Lichtes durchgeistet mein Inneres.
Ich denke mit euch.
6. Ihr Geister der (chemischen) Kräfte lähmet meine Kräfte.
Ich will euch überwinden.
7. Ihr Geister des Lebens tötet mein Leben.
Ich erwarte euch im Tode.

So bin ich, dies sagend, im Ätherleibe.
Und ihr könnt kommen: Farben, Töne, Worte
der ätherischen Welt.⁶⁸

⁶⁸ R. Steiner: Mantrische Sprüche – Seelenübungen II. GA 268; Für Ita Wegmann –
Oktober 1923

In dir lebt das Menschenwesen

- In dir lebt das Menschenwesen**
- A Das Gott von Angesicht zu Angesicht schauet,
das ewig ist,
Und das im Kreise der sieben großen Geister ist
- B Es ist über allem, was in dir
zornig oder furchtsam ist
- c
G Es herrscht mit den Kräften der oberen Welt
Und ihm dienen die Kräfte der unteren Welt
- i
D Es verfügt über sein eigenes Leben und seine
eigene Gesundheit und kann das auch bei
anderen
- o
H Es kann durch nichts überrascht; von keinem
Missgeschick
befallen werden; es kann nicht in Verwirrung
gebracht und nicht überwunden werden
- u
V Es kennt die Wesenheit des Vergangenen,
Gegenwärtigen und Zukünftigen
- Z Es hat das Geheimnis der Erweckung vom Tode
und von der Unsterblichkeit im Besitz.⁶⁹

⁶⁹ R. Steiner: Mantrische Sprüche - Seelenübungen II. GA 268; Notizblatt ca. 1924

Mein Haupt trägt der Ruhesterne Sein

Mein Haupt trägt
Der Ruhesterne Sein
Meine Brust birgt
Der Wandelsterne Leben
Mein Leib west
Im Elementenwesen
Das bin Ich⁷⁰

Ein Atemzug aus der Geisterwelt

Ein Atemzug aus der Geisterwelt ist
Was im Erwachen in den Leib
Was im Einschlafen aus dem Leib
Als Wesen des Ich einströmend
Erlebt sich im Wechselsinn des Daseins.

Im Atmen des Geisteswebens bin ich
Wie Luft ist im Lungenleibe
Nicht Lunge bin ich; nein Atemluft
Doch Lunge ist, was weiß von mir:
Erfass ich dies – erkenne ich
Mich im Geist der Welt.⁷¹

⁷⁰ R. Steiner: Mantrische Sprüche - Seelenübungen II. GA 268; April 1924 – Für Walter Johannes Stein

⁷¹ R. Steiner: Mantrische Sprüche – Seelenübungen II. GA 268; Für Marie Steiner, 15.3.1916

Gib mir den Anblick deines Seins, o Welt

Gib mir den Anblick deines Seins, o Welt . . .
Den Sinnenschein lass langsam mich durchdringen . . .
So wie ein Haus sich nach und nach erhellt,
bis es des Tages Strahlen ganz durchschwingen –
und so wie wenn dies Haus dem Himmelsglanz
noch Dach und Wand zum Opfer könnte bringen –
dass es zuletzt, von goldner Fülle ganz
durchströmt, als wie ein Geisterbauwerk stände,
gleich einer geistdurchleuchteten Monstranz:

So möchte auch die Starrheit meiner Wände
sich lösen, dass dein volles Sein in mein,
mein volles Sein in dein Sein Einlass fände –
und so sich rein vereinte Sein mit Sein.⁷²

⁷² Christian Morgenstern: Wir fanden einen Pfad



Welt-Heileurythmie-Konferenz des Forum Heileurythmie
in Kooperation mit dem Jungmedizinerforum
„Die Kunst des Heilens auf der Grundlage der Wissenschaft des Lebendigen“

16. - 21. Mai 2016 in Dornach, Schweiz

Impressum

Herausgeber:
Angelika Jaschke
Internationaler Fachbereich Heileurythmie
Medizinische Sektion am Goetheanum
E-Mail: sekretariat@heileurythmie-medsektion.net
www.heileurythmie-medsektion.net

Zusammenstellung:
Elke Neukirch

Übersetzung:
David Macgregor / England

Layout:
Regina Delattre

Druck:
Wir-machen-Druck.de

Druckkosten:
Wala Heilmittel GmbH