

Der Lichtseelenprozess und die Entfaltung des Willens

Dr. med. Corinna Falk

Vortrag gehalten am 06.01.2011 an der Kunsttherapietagung in Dornach

Ich möchte Sie nach dem eben Gehörten einladen, mit mir noch ein kleines Stück weiter zu gehen und der Welt, in der die Verstorbenen leben, nachzulauschen.

Die Himmelsatmung

Rudolf Steiner beschreibt diesen Moment, in dem alles, was in den Sinnen der Verstorbenen noch vom Erdendasein nachklingt, um sich nachtodlich zu verwandeln, alles, was in der Erinnerung nachklingt, als ein Eintauchen in eine große „Himmelsatmung“, wie er es nennt.

Diese Himmelsatmung hat mich sehr beschäftigt: Es heißt, dass wir in der geistigen Welt in uns selbst hinein tauchen, in unsere Organe, in das Innenleben unserer Organe, dieser Organe, die wir auf der Erde nur von der Oberfläche her betrachten können: unser Gehirn, unsere Leber, unser Herz, unsere Lunge.

- Was treffen wird dort an, wenn wir hinein tauchen?

Wir treffen dort geistige Wesen, die höheren Hierarchien. In der Begegnung mit ihnen atmen wir in uns selbst hinein. Würden wir nachtodlich im Zusammenleben mit ihnen verbleiben, würden wir nicht zu uns selbst erwachen. Um zu uns selbst zu kommen, müssen wir wieder wie ausatmen: Wir atmen uns selbst aus, aus uns heraus. Wir erleben uns wie von außen, sind wie außer uns und nehmen uns doch selbst wahr, haben das Gefühl: Das sind wir selbst. Es ist ein einsames Erleben unserer selbst.

Diese große Himmelsatmung, bei der wir in uns selbst eintauchen und dort den höheren Hierarchien begegnen und wieder aus uns heraustreten und uns dabei selbst wahrnehmen, verklingt, wenn wir der Erde wieder näher kommen. Das Zusammenklingen mit den Hierarchien ist für uns dann immer weniger erlebbar. Wir entwickeln das Bedürfnis, uns auf etwas Physisches zu stützen, um uns in uns selbst halten zu können. Wir bilden uns einen Leib als Stütze heran, um nicht ohnmächtig zu werden.

Auf der Erde können wir zwei Seelenfähigkeiten entwickeln, die wie ein Nachklang der Himmelsatmung sind: Die Fähigkeit zu lieben als Nachklang unseres Zusammenseins mit den geistigen Hierarchien und die Fähigkeit uns zu erinnern als Nachklang unseres Selbsterlebens in der geistigen Welt. Diese Fähigkeiten sind wiederum Teil einer Atmung: Wir atmen zwischen lieben und erinnern.

Die Fähigkeit sich zu erinnern

Der Prozess der Gedächtnisbildung, das Bilden von Erinnerungen, hat sehr viel zu tun mit unserem Tagungsthema. Die Fähigkeit zu lieben natürlich auch. Wenn wir uns der Erde wieder nähern, wächst in uns das Gefühl, dass wir auf der Erde nur etwas erleben können, wenn wir eine physische Stütze dafür haben. Wir müssen uns auf eine Leiblichkeit stützen, um ein Gedächtnis bilden zu können.

Wir kommen also auf diese Erde, wir lernen gehen, wir lernen, uns auf dem Boden abzustützen, den Boden als Stütze zu erleben. Wer einmal ein heftiges Erdbeben erlebt hat, weiß, was es bedeutet, wenn dieses Gefühl des Gestützt-Werdens erschüttert wird. Wenn wir plötzlich das Gefühl bekommen, uns auf nichts mehr stützen zu können, weil die Erde vielleicht mehrmals hintereinander bebte. Eine solche Erfahrung erschüttert uns

und vermittelt uns deutlich, wie elementar das Gefühl ist, sich auf etwas stützen zu können – wir sind uns dessen nur meist nicht bewusst. So wie wir uns als Kind beim Krabbeln auf unsere Hände und Knie stützen, um uns aufrichten zu können, so stützen wir uns beim Sprechen-Lernen auf den Kehlkopf, der so erst durchgeformt wird. Wir stützen uns bei allen menschlichen Tätigkeiten auf das Gehirn, das sich dadurch erst ausformt. Rudolf Steiner bringt das Bild der kleinen Gehörknöchelchen, die sich am Trommelfell abstützen.

- Worauf stützt sich nun das Gedächtnis?

Es stützt sich auf die Oberflächen der Organe. In den Vorträgen GA 205 „Menschenwerden, Weltenseele und Weltengeist“ gibt es sehr differenzierte Beschreibungen, wie sich das Gedächtnis auf die Organe stützt und wie die Erinnerungsfähigkeit von ihnen zurückgestrahlt wird: Wir nehmen einen Eindruck auf, er klingt in uns ab und wird Erinnerung. Unsere Erinnerungen werden auf unterschiedliche Weise reflektiert, je nachdem, von welcher Organoberfläche sie gespiegelt werden. Dieser Prozess der Gedächtnisbildung und worauf er sich stützt bis in die Organe hinein, erscheint mir von zentraler Bedeutung.

Das Innere der Organe ist uns auf Erden verhüllt. Das ist auch gut so: Das schützt uns davor, in etwas einzudringen, was wir noch nicht tragen und ertragen könnten.

Die Fähigkeit zu lieben

Die Fähigkeit zu lieben dringt mit dem Willenselement aus dem Organwesen herauf. Beim Prozess der Gedächtnisbildung dagegen dringt ein Eindruck in uns hinein, klingt ab und wird Erinnerung. Das Willenselement der Liebefähigkeit aus den Organen kommt der Erinnerungsfähigkeit also entgegen. Dazwischen muss sich eine Haut bilden, die nicht zerreißen kann. Unsere Liebefähigkeit strömt, vom Willen getragen, aus uns heraus. Wir dürfen uns jedoch nicht völlig verströmen, sondern müssen uns in uns halten können. Dazu dient der Sinnesschleier, durch den wir nicht ohne weiteres hindurch dringen und die geistige Welt wahrnehmen können: Er bildet während unseres Erdendaseins eine Art Haut nach außen hin, eine Hülle, die verhindert, dass wir aus Liebe völlig mit der Welt zusammenfließen. Nach innen zu den Organen hin verhindert die Haut, an der sich unser Gedächtnis reflektiert, ein Eindringen in die Organe.

In der Erinnerung lebt ein Nachklang des Vorirdischen, das sich uns eingepägt hat. In der Liebe dagegen lebt ein Keim dessen, was sich erst entfalten möchte: Wir müssen uns die Gemeinschaftsfähigkeit auf der Erde erst aneignen, die Fähigkeit uns zu verströmen ohne uns zu verlieren, die Fähigkeit uns einzufühlen in einen anderen Menschen oder in die Natur, ohne damit zu verschmelzen oder ganz in dem anderen aufzugehen. Wir müssen lernen uns in uns selbst zu halten und uns dabei in den anderen einzufühlen. So wird die Liebefähigkeit hier beschrieben.

Im Sinne der Atmung leben wir in einem ständigen Wechselspiel von Erinnerung und Liebe.

Zwischen Verfestigung und Auflösung – die Sinnesatmung

Es gibt noch eine weitere Atmung, auf die ich hinweisen möchte: Rudolf Steiner spricht von einer verfeinerten Atmung in der Wärme, die im Licht lebt, unserer Sinnesatmung: Wenn wir etwas wahrnehmen, wenn wir mit unserem Auge z.B. eine rote Farbe wahrnehmen, fließen wir ein Stück weit mit dem Wahrgenommenen zusammen. In uns wirkt dabei vom Haupt aus eine plastisch-ätherische Bildekraft, die jeden Eindruck erhalten möchte. Rudolf Steiner verwendet den Ausdruck: „eine Bildsäule aus mir machen“. Diese Kraft würde alle Eindrücke „einsalzen“, wenn sie alleine wirkte. Dem

entgegen wirkt die aus den Organen kommende Kraft, die dem Einsalzenden, dem Zu-stark-etwas-festhalten-Wollenden, mit Auflösung begegnet. Jedem Sinneseindruck, allem, was sich in uns festschreiben will, kommt dieser Strom entgegen. Rudolf Steiner spricht insbesondere von der Niere und der Leber, die der Tendenz, einen Eindruck festzuhalten, etwas entgegen strömen lassen, um ihn wieder aufzulösen. Er spricht von einem von Körperwärme getragenen pulsierenden Stoßen, das auflöst, was einen Eindruck zu stark festhalten will. Die Art, wie sich das Physisch-Ätherische der Niere z.B. und das Lebendig-Wässrige des Auges, bis zu dem es strömt, begegnen, dieses Wechselspiel zwischen den beiden Strömen, nennt er die menschliche Verfassung.

Der Rhythmus 1:4

Rudolf Steiner kommt in unterschiedlichen Vorträgen immer wieder auf ein Phänomen zurück, das uns allen vertraut ist: Bei diesem Wechselspiel, zwischen der aus der Niere aufsteigenden auflösenden Kraft und der Tendenz, mit den Augen gemachte Eindrücke festzuhalten, tritt ein ganz bestimmter Rhythmus auf - der Rhythmus 1:4. Es ist der Rhythmus, der uns 1x einatmen lässt, während wir 4 Pulsschläge verrichten. Wir können aber auch sagen, dass der Rhythmus von 1:4 das Verhältnis von Erinnerung und Liebefähigkeit wiedergibt. Bei diesem Rhythmus von 1:4 wird das Schnellere, die Vier, von dem Langsameren, der Eins, wie gehalten. Auch in Bezug auf den Prozess der Zahnbildung beschreibt Rudolf Steiner den Rhythmus 1:4, wie die Magnesiumstrahlkräfte hineinwirken und vom Fluor wie abgerundet und gehalten werden. Dieser Rhythmus zwischen Puls und Atmung entspricht auch dem Verhältnis von Blut- und Nervenprozess. Da ließe sich noch viel ergänzen.

Es gibt unterschiedliche Darstellungen von Rudolf Steiner, die sich noch genauer erforschen ließen, inwiefern dieser Rhythmus durcheinander geraten kann:

- Der Atmungsrythmus z.B. kann zu langsam werden - das kann bis zu einer Ohnmacht gehen. Die ätherische Bildekraft dringt in dem Fall nicht von oben nach unten durch.
- Der Pulsrythmus kann zu schnell werden, wenn der von unten kommende Willensstrom heraufschießt und nicht gehalten wird. Es kann sein, dass die Organe, aus denen sich etwas herausbildet, wie durchgeschüttelt werden, wenn wir leidenschaftlich oder emotionell werden.
- Der warme Strom von unten, der die Eindrücke auslöschen will, der alles wieder verschwimmen lassen und auflösen will, kann so stark sein, dass er den Menschen zerfließen lässt. Er setzt in dem Fall dem oberen, formenden Pol zu viel entgegen. Rudolf Steiner bringt das Beispiel der Herzerweiterung: Substanz, die von unten heraufgestrahlt wird, findet nicht genug Formkraft und Beruhigung von oben, sodass die Substanzbildung des betroffenen Organs zu lange anhält und es zu spät in eine Form gebracht wird. Dadurch kann ein Organ zu groß geraten.
- Der obere Rhythmus, der von der Atmung und vom Nerven-Sinnes-System herkommt, wird zu schnell. Dann vibriert der Astralleib zu schnell hindurch in die untere Organisation von Gliedmaßen- und Verdauungssystem. Er durchzuckt sie und es kommt zu krampfartigen Erscheinungen.

Es ist wichtig, dass wir für diesen Rhythmus sensibel werden, um auch erkennen zu können, wenn zu viele Eindrücke in einen Menschen eindringen und nicht mehr richtig verdaut werden können.

- Wie zeigt sich das und wie können wir therapeutisch helfen, dass die Betroffenen wieder den richtigen Rhythmus finden?

Das Trauma-Gedächtnis, ein „perfektes“ Gedächtnis?

Um diese Frage zu beantworten, möchte ich noch einmal auf das Gedächtnis und einen Rhythmus im Zusammenhang mit der Gedächtnisbildung kommen:

- Was sind denn die Bedingungen für die Gedächtnisbildung?

Um bei dem Beispiel vom Auge-Niere-Bild zu bleiben: Wenn die Kraft von oben zu stark wirkt, werden die Eindrücke wie eingesalzen und wir verfügen über ein ganz hervorragendes Gedächtnis. Die Eindrücke sind dann so fest eingepägt, dass wir sie ganz genau abrufen können. Rudolf Steiner spricht von einem „Herunterratschen“ von Eindrücken - das hat etwas Automatenhaftes. Die Eindrücke nehmen uns aber zu sehr in Anspruch, wir werden unselbständig und können gar nichts Eigenes mehr hinzufügen.

In Bezug auf die Erinnerungsfähigkeit stellt sich ja immer die Frage, ob jemand ein „perfektes“ Gedächtnis hat und alles abrufen kann, er selbst aber keinen eigenen Bezug zu dem Wiedergegebenen hat. Vor diesem Hintergrund sind die ganzen unseligen Diskussionen zum Trauma-Gedächtnis zu sehen, die sich mit der Frage beschäftigen, ob Erinnerungen nicht verändert wurden, ob sich alles genau so abgespielt hat, wie es erinnert wird.

Natürlich sind wir an der Gedächtnisbildung immer auch selbst kreativ beteiligt. Wir erzählen uns die Geschichte, die wir selbst erlebt haben. Das ist selten ein Herunterratschen von Eindrücken und Erlebnissen. Wenn sich aber wie beim traumatischen Erlebnis Eindrücke zu stark und isoliert eingepägt haben, hat man das Gefühl, dass etwas automatenhaft heruntergeratscht wird. Dieser Gedächtnisinhalt kann sich nicht verändern, er steht immer als genau gleiches Bild vor der Seele. Der Betroffene hat nicht das Gefühl, dass das erinnerte Erlebnis *sein* Erlebnis war. Es fügt sich nicht ein in seine selbst erlebte Geschichte. Es steht als Bild unveränderlich vor ihm und er ist jedes Mal aufs Neue wie unter Schock bei diesen „Intrusionen“ oder „Flash-backs“, wie man in der Fachsprache sagt.

Gesunde Gedächtnisbildung und Vergessen

Eine gesunde Erinnerung entsteht, wenn ein Eindruck abklingen darf, wenn er ein Stück weit wieder ausgelöscht wird. Es gibt sehr genaue Schilderungen, in welchem Rhythmus und in welcher Art und Weise eine gesunde Gedächtnisbildung vor sich gehen kann. Es ist deshalb nicht verwunderlich, dass der schönste Vortrag über das Gedächtnis in dem Buch „Geisteswissenschaftliche Menschenkunde“ (GA 107) den Titel trägt: „Über das Vergessen“. Das gesunde Erinnern hat immer damit zu tun, dass wir auch vergessen können.

Es ist gesund, wenn ein Eindruck, wieder ausgelöscht wird, wenn er höchstens ein bisschen im „Flüssigen“ erhalten bleibt. Jeder Eindruck wird in die erste Nacht mitgenommen, dann in den darauf folgenden Tag und die zweite Nacht. Erst nach der dritten oder vierten Nacht hat er sich als „gesunde Erinnerung“ konsolidiert.

Im zweiten Karmaband (GA 236, 7.Vortrag) beschreibt Rudolf Steiner im Zusammenhang mit einer Karmaübung sehr differenziert, wie die Gedächtnisbildung sich vollzieht, bzw. wie wir einen Eindruck durch vier Nächte hindurch verarbeiten können. Das hat mit dem bereits erwähnten Rhythmus zu tun, den er dort tatsächlich angibt: Wie der Prozess der Erinnerungsbildung durch drei Tage und drei Nächte hindurch geht und wie am vierten Tag etwas sichtbar werden kann. Ein Eindruck geht in diesen vier Tagen und Nächten durch die Wesensglieder hindurch, bis er Erinnerung wird: durch das Ich, den Astralleib, den Ätherleib bis hin zum physischen Leib.

Ich kann mir vornehmen, ein Erlebnis, das ich hatte, am Abend noch einmal in meiner Erinnerung genau wachzurufen, es im Seelischen noch einmal nachzuerleben:

- Wie klang die Stimme?
- Wie fühlte sich das Erlebte an?
- Wie sah es aus, wie hat es sich angehört?

Der Astralleib, der im Schlaf in die geistige Welt geht, nimmt dann diesen Eindruck mit und gestaltet ihn im Ätherischen des Kosmos etwas aus. Am nächsten Morgen kommt der „bearbeitete“ Eindruck wieder zurück und schreibt sich in das Ätherische des Menschen ein. In der zweiten Nacht wird er im Ätherleib weiter ausgearbeitet. Am dritten Tag und in der dritten Nacht wird der so umgestaltete Eindruck vom Ätherleib in den physischen Leib hinein gebildet. Ein Eindruck, der sich bis in den physischen Leib hinein stützt, dort quasi „einen Boden“ findet, kann zu einer gesunden Erinnerung werden. Er kann auch zu etwas werden, das wir vergessen und das doch irgendwo in unserm Leib lebt. Man spricht ja auch vom „Leib-Gedächtnis“, das „Körpererinnerungen“ bewahrt, die zu einem viel späteren Zeitpunkt wieder auftauchen können.

Dieser Prozess des Verdauens von Erinnerungen und Eindrücken hat sehr viel mit unseren Heilkräften zu tun. Wir mobilisieren sie gerade dadurch, dass wir an einem Eindruck *nicht* festhalten. Denn im Festhalten eines Eindrucks müssen wir unsere Kraft in den Gedächtnisinhalt investieren, wir haften daran: Wenn wir nicht einschlafen können, weil uns irgendetwas gefangen hält, wenn unsere Gedanken anfangen zu kreisen, wir an Sorgen hängen bleiben und grübeln, weil wir etwas, das passiert ist, nicht vergessen können, sind wir an dieses Ereignis gefesselt .

Eine große therapeutische Frage und Aufgabenstellung lautet:

- Wie kann ich bei einem Menschen, der von einem starken traumatisierenden Eindruck gefesselt ist, die Starre wieder lösen und sie in eine rhythmische Bewegung, einen Verdauungsprozess umwandeln?

Es reicht nicht, das Bild nochmals hervor zu holen, weil es passieren kann, dass sich der Eindruck dadurch noch mehr verfestigt.

- Unter welchen Bedingungen kann etwas vergessen, d.h. weiter verdaut und wieder in einen Rhythmus gebracht werden?

Diese Fragen zeigen, dass Trauma-Therapie etwas ist, das sehr viel Behutsamkeit und Zeit erfordert. Etwas wird angehoben und darf wieder abklingen.

Vergessen und freie Beweglichkeit des Ätherleibs

„Der Segen des Vergessens“ von dem Rudolf Steiner im Zusammenhang mit der gesunden Erinnerung spricht, hat mit dem Hereinbilden unseres Gedächtnisses in das Ätherische, in die Organoberflächen, zu tun: Dass wir Eindrücke bis hin zum Vergessen dort hinein bilden, damit sie uns nicht ständig vor Augen stehen; dass wir durch das Verdauen der Eindrücke an der freien Beweglichkeit des Ätherleibes arbeiten.

Die freie Beweglichkeit des Ätherleibes hängt direkt mit den Heilungs- und Gesundungskräften zusammen. Zu viele Eindrücke können verfestigend und verhärtend auf die freie Beweglichkeit wirken, sei es z.B. durch schockartige Erlebnisse, sei es durch ein zu frühes In-Anspruch-Nehmen von Gedächtniskräften - bevor die Gedächtniskräfte im zweiten Jahrsiebt frei werden. In diesem Fall ist es schwer, Eindrücke zu verdauen und Heilungskräfte in dem betreffenden Menschen aufzurufen.

Dissoziative Störungen und Bewusstseinskontinuität

Ich möchte noch einen Schritt weitergehen und anknüpfen an das, was ich letztes Jahr darzustellen versuchte, die dissoziativen Störungen. Sie haben sehr viel zu tun mit den Gedächtniskräften.

In „Die Sendung Michaels“ (GA194) sagt Rudolf Steiner: *„Sich nicht erinnern an Erlebnisse, zerstört die Wesenheit des Menschen.“* Er sagt, dass bei einer Diskontinuität des Bewusstseins, einer Gedächtnisauslöschung, die Tore geöffnet werden für Wirksamkeiten, die von Ahriman quasi „geschoben“ werden. Davon sprach Rudolf Steiner in seinen Vorträgen nach 1914, weil er sich damals mit der Frage beschäftigte, was im Ersten Weltkrieg wirklich passierte. Er spricht in diesem Zusammenhang von „Bewusstseinskontinuität“. Bewusstseinsauslöschungen liegen vor, wenn jemand sein Bewusstsein tagsüber nicht halten kann, wenn es Brüche gibt, wie sie beim Gesunden im Schlaf auftreten - wo wir in der Regel nicht bewusst sind. Das Gedächtnis hält ja auch unsere Persönlichkeit zusammen: Ob ich mich an etwas erinnern kann, hat einen großen Einfluss darauf, wie ich mein Leben, meine Biografie, meine Persönlichkeit erlebe und gestalte. Bewusstseinsauslöschungen, die in abnormer Weise auftreten, sind wie Brüche, sind etwas Furchtbares für den Menschen. Er spricht viel davon im sogenannten pastoralmedizinischen Kurs (GA318).

Ich habe mehrere Patienten behandelt, die unter schweren Dissoziationen litten. Steiner sagt, dass solche Zustände bei genauerem Hinsehen viel öfter auftreten, als man denkt. Das betreffe nicht nur die schweren dissoziativen Störungen, wenn Menschen lange Erinnerungslücken haben und sich im Leben kaum noch zurechtfinden, weil immer Teile wie fehlen. Er führt aus, wie diese Kontinuität des Bewusstseins mit dem Gedächtnis zusammenhängt und wie beim Auslöschen und Verdunkeln des Bewusstseins das Tor geöffnet würde für ahrimanische Kräfte, die auf den Willen wirken.

Überpersönlich wirkende ahrimanische Kräfte

Im Zusammenhang mit dem Wirken dieser Kräfte, die durch das Tor des Willens in einen Menschen „hineingeschoben“ werden, der sein Bewusstsein nicht aufrecht erhalten konnte, weil es nicht genug Stütze in ihm fand - Bewusstsein stützt sich immer auf die Leiblichkeit - kann man im Hinblick auf die Betroffenen nicht mehr uneingeschränkt sagen, sie würden ihrer „persönlichen Aufgabe“ oder ihrem „Schicksal“ begegnen. Sie haben vielmehr mit Kräften zu ringen, die wir am normalen Schicksalsverlauf gemessen nicht mehr verstehen können. Das zu betonen ist wichtig, gerade im traumatherapeutischen Bereich.

Ich bin Menschen begegnet, die ihre Traumatisierung zu überwinden versuchten, indem sie sich sagten, dass sie sich alles, was ihnen widerfuhr, ausgesucht hätten, auch ihre Eltern, die Menschen, die ihnen etwas angetan haben. Es ist wichtig, dass ein traumatisierter Mensch weiß, dass es Kräfte gibt, von denen Menschen besetzt sein können, die sich „hineinschieben“ in den Willen, der nicht mehr im Zusammenhang mit dem Denken und Fühlen steht. Das heißt, dass ahrimanische Kräfte in den Menschen hineinwirken und Verletzungen veranlassen, die für die Betroffenen zwar eine besondere Aufgabe darstellen, die aber ein umfassenderes Verständnis brauchen.

Schuldgefühle bei Traumatisierten

Bei traumatisierten Menschen gibt es einerseits die Opferhaltung, dass die Welt an allem schuld sei, aber es gibt vor allem das ganz große Thema des Sich-selbst-schuldig-Fühlens: Dass jemand empfindet, er hätte sich wirkungsvoller wehren müssen, hätte schreien müssen, usw.

Als man Vietnam-Veteranen befragte, stand die noch junge Trauma-Forschung Kopf, weil man nicht verstand, warum sich die Betroffenen schuldig fühlten. Bei näherer Befragung sagten alle, sie hätten einen Befehl gehabt, sie wären in ausweglosen Situationen gefangen gewesen, sie hätten nicht anders handeln *können*. Schuldgefühle machen ja nur Sinn, wenn die Betroffenen die Möglichkeit gehabt hätten anders zu handeln.

- Warum fühlt sich denn ein kleines Kind, das einer Gewalttat ausgesetzt war, das keine Möglichkeit der Gegenwehr hatte, schuldig?

Diese Frage wurde im Kontext der Bindungsforschung näher erforscht: Das Kind schützt als abhängiges Wesen immer die Bindung. Wenn einem Kind seitens einer Beziehungsperson etwas widerfährt, zieht es zur Rettung der Situation sehr schnell den Schluss: „Mit *mir* stimmt etwas nicht. *Ich* muss falsch und böse sein.“ Ein Kind denkt dass es *seine* Schuld sei, wenn ihm ein Erwachsener, von dem es abhängig ist, etwas antut.

Ich finde diese Schuldfrage generell sehr heikel. Wir müssen aufpassen, dass wir die Tendenz, sich schuldig zu fühlen, nicht verstärken gerade bei Menschen, die sich mit der Anthroposophie beschäftigt haben und meinen: „Das habe ich mir so mitgebracht, ich habe mir diese Eltern ausgesucht.“ Für sie ist es äußerst wichtig, um diese Kräfte zu wissen, die sich wie hineinschieben, die den Menschen in einer besonderen Weise herausfordern - was zwar auch mit dem Schicksal zusammenhängt, aber in einer anderen Form, die wir nicht verkürzt sehen dürfen.

Es berührte mich sehr, als mir eine Patientin aus anthroposophischen Zusammenhängen sagte: „Sie sind die Erste, die meint, das wäre nicht meine Schuld, es läge nicht allein daran, dass ich mir meine Eltern so ausgesucht hätte.“ Ich war bestimmt nicht die Erste, sie begriff es nur zum ersten Mal. Das war für sie wie eine Erlösung und das gab ihr wiederum die Möglichkeit, wirklich Verantwortung zu übernehmen. Schuld bindet, so wie die Unfähigkeit zu vergessen, und verhindert Verwandlung und Veränderung.

Der Licht-Seelen-Prozess

Ich habe meinen Vortrag „Licht-Seelen-Prozess“ genannt, weil darin etwas ausgedrückt wird, was meiner Meinung nach sehr heilsam sein kann. Darauf möchte ich noch im letzten Abschnitt kommen.

Heute wehte ein herrlicher Wind. In „Die Sendung Michaels“ (GA194) beschreibt Rudolf Steiner wie früher das Seelische im Wind mitlebte und mitwehte. Der Wind draußen und die Atmung drinnen waren verbunden. Es gab die Trennung zwischen Außen und Innen noch nicht. Der Mensch fühlte sich im Wehenden des Atems und des Windes mit allem verbunden und hatte noch ein Bewusstsein von seiner vorgeburtlichen Existenz. Im Laufe der Entwicklung verschwand diese Fähigkeit, das Seelische im Wind und in der Luft zu fühlen.

Sinneseindrücke als Träger des Seelischen

Heute ist das Seelische in etwas anderem zu finden, das mit der verfeinerten Sinnesatmung zu tun hat - im Licht. Es wäre unsere Aufgabe als Mensch, das Seelische mit dem Licht, mit allen Sinneseindrücken, die auf uns einströmen, wieder empfangen und empfinden zu lernen. Es gibt zwar den Sinnesschleier, aber wir können - nicht weil wir immer schon das Wesenhafte sehen konnten, sondern aus einem freien Impuls heraus, aus dem Licht-Seelen-Prozess heraus, wie Rudolf Steiner ihn nennt - das Seelische, das Beseelte mitempfangen lernen mit den Sinneseindrücken. Er sagt, wenn wir in der Sinnesanschauung mit den Eindrücken aus der Natur das Seelische

mitempfangen lernen, werden wir in ein Christus-Verhältnis zur äußeren Natur treten, in eine Art geistiger Atmungsprozess. Dann werden wir auch etwas von dem Vorgeburtlichen in uns hineinnehmen. Was sich hinter dem Sinnesschleier verbirgt, kann dann wieder hervorklingen. Das ist die eine Seite.

Ich meine, dass sie sehr viel mit dem psychotherapeutischen oder kunsttherapeutischen Wirken zu tun hat. Das ist ja gerade der Boden, den wir anbieten können - einen Sinneseindruck in irgendeiner Form: etwas Ertastetes, eine Farbe, etwas, das wir hören. Man müsste noch genau zu differenzieren lernen, wann welcher Sinneseindruck am besten den nötigen Boden schafft, um darüber das Seelische zu empfangen. Wir müssen uns dafür sensibilisieren, wann in der Begegnung mit der Natur etwas mitschwingt, das dem Patienten hilft, einen Sinneseindruck nachschwingen zu lassen, ihn abklingen zu lassen, um ihn bis zum Vergessen in den Leib sich einschreiben zu lassen.

Wahrnehmung als Willenstätigkeit

Es kommt aber noch etwas anderes hinzu. Beim Einschreiben- und Nachklingen-Lassen haben wir es wieder mit dem Gedächtnis zu tun. Rudolf Steiner sagt, es gehe um das Abklingen des Sinneseindrucks, es gehe aber auch darum, dass wir in dem, was wir aufnehmen, unseren Willen wieder empfinden lernen, dass wir an dem, was sich in der Außenwelt entfaltet, unseren Willen spüren. Dabei überkreuzen sich Gedächtnisfähigkeit und Liebe und Sinneseindruck und Willen. Denn wir sehen nichts, wenn Eindrücke nur auf uns einströmen. Wir müssen auch immer *aktiv* in die Welt hinaus schauen. Wir empfangen keinen Eindruck, wenn wir ihm nicht eine innere Willenstätigkeit entgegenbringen.

In der feinen Atmung, die diesem Willensprozess zugrunde liegt, kann etwas zutiefst Heilsames stattfinden: eine Begegnung, in der wir Wollen, Denken und in der Mitte das Fühlen wieder zusammenfügen können, wodurch das eine im anderen erlebbar und spürbar wird. Heute Morgen ist angeklungen, dass Denken, Fühlen und Wollen im Schwellenerlebnis auseinanderreißen.

Es ist heilsam, uns zu fragen, wie wir mit einem Sinneseindruck umgehen: Egal, ob wir willentlich und aktiv auf etwas blicken oder ob wir auf eine Art lauschen, dass uns etwas Wahrgenommenes wie entgegenkommt - immer haben wir diesen doppelten Prozess, diese Überkreuzung, von der Steiner sagt, dass sie uns wieder etwas Subjektiv-Objektives eröffnet. Und wir werden auch das Vorgeburtliche wieder schauen lernen und mit einbeziehen können.

Aus freiem Entschluss mit den Hierarchien leben

Ganz am Ende des Zyklus GA 205 schreibt Steiner, wie wir uns dem hingeben können, was der Engel in uns denkt, was der Erzengel in uns fühlt und was der Archai durch uns will, wenn wir im Schoß der Wesenheiten leben.

Durch die Ich-Erweckung ist uns dieser Zustand nicht mehr selbstverständlich gegeben. Wir haben die Freiheit, den Anschluss an die geistige Welt der Hierarchien selbst zu suchen. Es ist heutzutage eine Notwendigkeit für den Menschen geworden, aus freier Kraft, zur geistigen Welt hinauf zu streben, um die auseinander drängenden seelischen Glieder mit Hilfe der Wesen, die diese Kräfte ordnen, zusammenzuhalten. Die Verbindung zu den höheren Hierarchien, die es ihnen möglich macht, mit dem Menschen in seinem Bewusstsein zu leben, ist nicht mehr einfach gegeben.

Es ist ganz wichtig, dass auch wir als Therapeuten uns anschließen an diese Hierarchienwelt. Um in der heutigen Zeit unser Bewusstsein halten zu können und nicht in diese Trübungen, in dieses Zerrissen-Werden zu geraten, brauchen wir Hilfe aus der

geistigen Welt. Wir bekommen sie nur, wenn wir aktiv werden und diese geistige Welt wieder einladen. Wir können es nicht „machen“, so wie wir nicht „heilen“ können, aber wir können die geistigen Hierarchien aus einem freien Entschluss heraus einladen, wieder mit uns zu wirken, so wie wir die Kräfte, gesund werden zu wollen, beim Patienten anregen können durch unsern Heilerwillen. Auch da wissen wir, es ist der Christus, der als Heiler wirkt und mitwirkt und uns hilft, das Bewusstsein durchzutragen und auch das zu tragen, was uns manchmal verzweifeln lässt. Das trifft insbesondere zu, wenn man das Gefühl hat, man begegnet in einem Menschen Kräften und Mächten, denen wir uns nicht gewachsen fühlen. Dieses Zusammenleben und Sich-Verbinden mit der geistigen Welt können wir aufrufen und vorbereiten. Es wird uns dann in der Nacht geschenkt und morgens können wir auf das lauschen, was uns geschenkt wurde.

Literatur

- **Steiner, Rudolf:** Geisteswissenschaftliche Menschenkunde. Vortrag: Über das Vergessen, GA 107. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 5. Aufl. 1988
- **Steiner, Rudolf:** Die Sendung Michaels. GA 194. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 4. Aufl. 1994
- **Steiner, Rudolf:** Menschenwerden, Weltenseele und Weltengeist. Erster Teil. GA 205. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 2. Aufl. 1987
- **Steiner, Rudolf:** Esoterische Betrachtungen karmischer Zusammenhänge. Zweiter Band. GA 236, 7.Vortrag. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 6. Aufl. 1988
- **Steiner, Rudolf: Das Zusammenwirken von Ärzten und Seelsorgern.** Pastoral-Medizinischer Kurs. GA 318. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 4. Aufl. 1994