

Was ist Anthroposophie?

*Die Anthroposophie ist «Geistes-Wissenschaft». Sie wurde von Rudolf Steiner aus eigenen «übersinnlichen Erkenntnissen» sowie der «Theosophie» heraus entwickelt. Rudolf Steiner war ein österreichischer Naturwissenschaftler, Goethe-Forscher und Philosoph. Seine «Geistes-Wissenschaft» gründet auf «Wahrnehmungen höherer Welten» und auf einem folgerichtigen Denken. Einem klaren Denken, das an der Naturwissenschaft geschult wurde. Steiner selbst bezeichnete die Anthroposophie als einen «Erkenntnisweg, der das Geistige im Menschenwesen zum Geistigen im Weltenall führen möchte.» Was sich letztlich vor allem in einer veränderten Grundhaltung äussert. Wiederholt hat Rudolf Steiner darauf hingewiesen, dass seine Erkenntnisse zwar aus «übersinnlichen Wahrnehmungen» stammten. Sie aber von jedem*r mit gesundem Menschenverstand nachvollzogen und geprüft werden könnten. Man solle sie nicht einfach nur «glauben».*

Grunderkenntnisse und Menschenbild

Zentrale Erkenntnisse der Anthroposophie beziehen sich auf die geistige Natur des Menschen, die Unterscheidung von «Wesensgliedern» sowie den Gedanken an Reinkarnation und Karma. Diese Begriffe entstammen östlichen Weisheitslehren. Rudolf Steiner gab ihnen eine neue Bedeutung, die der Europäischen Geisteshaltung entspricht.

Für Rudolf Steiner ist die sinnlich wahrnehmbare Welt Ausdruck einer vielfältig gestuften «geistigen Welt». Welt und Menschen entwickeln sich gemeinsam ständig weiter. Es ist eine gemeinsame Evolution. Der Mensch ist für Steiner ein sich wiederholt verkörperndes geistiges Wesen. Sein*ihre individuelles ICH ist ein «Tropfen aus dem Meer der alles durchdringenden Geistigkeit», um es poetisch auszudrücken. Es verkörpert («inkarniert») sich in Leib und Seele.

So entstehen die «Wesensglieder»:

- Der «physische Leib», der materielle Körper.
- Der «Lebensleib» oder «Bildekräfteleib», der den physischen Leib formt und belebt. Er lässt uns atmen, wärmt uns, lebt im Stoffwechsel, der Regeneration und Fortpflanzung. Er gibt uns Form und lässt uns wachsen.
- Der «Empfindungsleib» oder «Astralleib», ein seelischer Innen-Raum, der uns Bewusstsein verleiht. Der uns Wahrnehmungen, Empfindungen ermöglicht. Und auch Emotionen und Gefühle, das ganze reichhaltige seelische Innen-Leben.
- Das ICH selbst lebt als «Empfindungsseele» in diesem Astralleib.
Als «Verstandesseele» wird es auf sich selbst aufmerksam.
Als «Bewusstseinsseele» wendet es sich dem «höheren Ich» zu. Dieses «höhere Ich» wird in der Anthroposophie auch «Geistselbst» genannt. Es ist der Teil von uns, der unverkörpert bleibt, mit dem wir in die «Geistwelt» ragen.

Lebenspraktische Auswirkungen

Die Kenntnis dieser «Wesensglieder» erlaubt einen differenzierteren Blick auf den Menschen. Gesundheit und Krankheit hängen damit zusammen, wie diese Wesensglieder ineinandergreifen. Ob sie miteinander harmonisieren. Oder z.B. eines die anderen dominiert. Das ermöglicht eine andere Form von «Diagnosen». Und eröffnet auch neue Wege zu «Heilung».

Dem Karma-Begriff der Anthroposophie können wir uns nähern, wenn wir unser alltägliches Leben betrachten: Womit sich jemand innerlich verbindet und beschäftigt, das prägt im weiteren Verlauf seines*ihres Lebens immer stärker seine*ihre Umgebung.

Wenn sich jemand mit Yoga und Ayurveda verbindet, lernt er*sie Menschen kennen, die das auch tun. Er*sie geht in Kurse, in denen er*sie damit konfrontiert wird. Stellt sich Bücher darüber ins Regal, hängt sich Bilder, Poster auf: Seine*ihre Umgebung, seine*ihre Zukunft verändert sich gemäss dem, was in ihm*ihr lebt.

Und was von aussen auf ihn*sie zukommt, verändert das, womit er*sie sich innerlich beschäftigt. Ein «zufällig» in einer Buchhandlung gefundene Buch z.B. weckt das Interesse an Anthroposophie. Die Begegnung mit bestimmten Persönlichkeiten prägt seine*ihre politischen Überzeugungen massgeblich mit: Das innere (Er)leben verändert sich in Resonanz oder Widerstand auf das, was jemandem im Aussen begegnet.

Wenn man das über die Tore von Geburt und Tod hinaus weiterdenkt, landet man bei Aussagen Rudolf Steiners über die Wirkung von Karma.

In diesem Licht erscheint es vielleicht nicht als «blosser Zufall», wem ich begegne, wer seinen Weg z.B. in die Stiftung St. Beatus findet. Auch die Aufgabe verändert sich. Wir werden einander – für eine begrenzte Zeit oder für länger – Weggefährte*innen. Bei aller Professionalität schwingt noch eine andere, tiefere Ebene mit.

Anthroposophische Sozialtherapie

Deshalb hat anthroposophische Sozialtherapie einen «langen Atem». Wir sehen das Leben als einen Raum, in dem wir angetreten sind, Erfahrungen zu machen. Wir rechnen mit Entwicklung, Entfaltung, Wachstum, in langen Zeiträumen - und über das Lebensende hinaus. Wir sind davon überzeugt, dass unsere Handlungen heute wie Samen wirken, die später einmal aufgehen. Und dass an der Entwicklung, neben dem betroffenen Menschen selbst und anderen Menschen weitere Wesen mitwirken: das «höhere Ich» des betroffenen Menschen. Sowie geistige Wesen, die traditionell als «Engel» bezeichnet werden.

Natürlich können auch wir diese Wesen meist nicht wahrnehmen. Aber wir erahnen sie. Und manchmal wird uns etwas «Wesenhaftes» bewusst. Das «Wesen» eines Ortes wie der Stiftung St. Beatus. Das «Wesen» eines Kristalls. Aber nur, wenn wir die Dinge und Menschen, denen wir begegnen, offen, vorurteilsfrei auf uns wirken lassen und geduldig bleiben, bis sie ihr «Wesen» enthüllen.

Im Bewusstsein all dessen gestalten wir Entwicklungs-Räume, liebevoll und bis ins Detail. Wir formen und beleben eine Umgebung, die sinnlich anregend wirkt und zugleich beruhigend, ausgleichend; seelisch nährend. Auch dabei hilft uns das Wissen um die «Wesensglieder»:

- Dem Physischen Leib dient eine vollwertige, biologische und fleischarme Ernährung. Mit «äusseren Anwendungen» wie z.B. Bädern und Wickeln nehmen wir auf ihn gesundend Einfluss, berühren aber auch bereits den Lebensleib.
- Dem Lebensleib, der eine rhythmische Kraftgestalt ist, dienen Rituale. Deshalb achten und akzentuieren wir die Rhythmen des Tages, der Woche, des Jahres.
- Den Empfindungsleib nähren anregende, aber nicht überflutende Sinnes-Eindrücke. Wir dekorieren die Räume des Hauses, gestalten den Garten. Bieten sinnstiftende Tätigkeiten in den Ateliers und gestalten das soziale Zusammenleben bewusst.
- Und achtsame zwischenmenschliche Begegnungen ermöglichen, dass das Ich am Du des anderen erwachen und sich weiterentwickeln kann.

So bleiben wir am Ball, interessiert an jedem einzelnen Menschen. Und gehen mit ihm*ihr so weit mit, wie er*sie es zulassen kann und wir es verantworten können. Wir suchen, wir erkunden und begleiten ganz individuelle Wege. Weil wir um den tiefen Sinn eines jeden Menschenlebens wissen.

Jörg Undeutsch
*unter Verwendung von Texten und Rückmeldungen anderer Mitarbeiter*innen, darunter*
Jheronimus Heim und Klaus Brestowsky