

# SOLL MAN ÜBER GEISTIGE ERFAHRUNGEN SPRECHEN?

Das Sprechen über geistige Erfahrungen hemmt die Entwicklung der Geistorgane. Auf den Austausch zu verzichten heißt jedoch sich um das Korrektiv und die Inspiration der Gemeinschaft zu bringen.

Wenn es darum geht, ob man über spirituelle Erfahrungen sprechen soll, kann man zwei «Fronten» identifizieren.<sup>1</sup> Die erste: Man sollte lieber schweigen, als über seine eigenen Erfahrungen zu reden. Mit Bezugnahme auf Steiner betont man aus unterschiedlichen Gründen, dass geschwiegen werden soll und dass man weitermachen soll wie bisher. Auf der anderen Seite haben wir diejenigen, die glauben, dass es wichtig ist, über spirituelle Erfahrungen zu sprechen. Es wird etwa argumentiert, dass die Zeiten sich geändert haben und die Anthroposophie abhängig davon ist, weiterzugehen, was bedeutet, dass man beginnt, freier zu sprechen über das, was man wirklich erfahren hat. Auch diese Haltung kann mit Zitaten von Steiner gestützt werden. So haben wir eine konservative Front und eine, die progressiv ist.

Da ich mich über einige meiner eigenen meditativen Erfahrungen öffentlich ausgesprochen habe, gehöre ich wohl zur zweiten Front.<sup>2</sup> Zur gleichen Zeit trage ich einen Skeptiker in mir, der fast allergisch auf eine Menge von dem reagiert, was als spirituelle Erfahrung präsentiert wird. Dieser Skeptiker hat mehr für die erste Front übrig. Es ist besser, zu warten und zu arbeiten, langsam und vorsichtig, bis man etwas wirklich «Greifbares» und Unstrittiges auf den Tisch legen kann.

Man kann grundsätzlich nicht sagen, dass das Progressive besser ist als das Konservative. Wenn man vor einem Abgrund steht, ist es am besten, sich zurückzuhalten. Wenn die Erde hinter einem stürzt, kann es an der Zeit sein, einen Schritt nach vorne zu machen. Zugleich befindet man sich immer in einer Entwicklung und es kann schwierig sein, zu entscheiden, was in einer bestimmten Situation angemessen ist. Wenn man zu schnell geht, könnte man gezwungen werden, die früher durchgemachten Etappen zu wiederholen. Wenn es um die Frage geht, über die eigenen spirituellen Erfahrungen zu sprechen, kann auf positive und negative Aspekte hingewiesen werden, sowohl gegenüber der konservativen als auch der progressiven Haltung. Geduld hat ihren Platz, aber es braucht auch die Bereitschaft, etwas Neues auszuprobieren. Ich glaube, dass ein echter Fortschritt für die Anthroposophie in diesem Bereich nur kommen wird, wenn man Möglichkeiten findet, dass solche widerstreitenden Tendenzen zusammenwirken können. Diese Möglichkeiten entstehen, wo jeder Einzelne in sich selbst die Wege findet, die Fronten zu verinnerlichen.

Im Folgenden werde ich diesen Standpunkt rechtfertigen und versuchen aufzuzeigen, wie die positiven Aspekte kombiniert werden können. Ich werde auf meine eigenen Versuche eingehen,

die eigenen Erfahrungen zu beschreiben, und skizzieren, wie ich versuche, einen Dialog zwischen dem Konservativen und dem Progressiven in mir zu ermutigen.

## I Geduldig oder feige?

In «Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?» betont Steiner, dass man nicht über seine spirituellen Erfahrungen sprechen sollte, während man sich auf einem geistigen Entwicklungsweg befindet. Wenn man das tun würde, könnte es zu entwicklungsbedingten Ungleichgewichten führen. Vor allem muss man lernen, geduldig zu sein. Die meisten werden wohl etwas Allgemeingültiges darin wiedererkennen, dass es in bestimmten Fällen richtig ist, über etwas zu schweigen, was in Entwicklung ist. Obwohl es verlockend sein kann, zu reden, könnte dies dazu führen, dass Wurfhölzer zwischen die Räder geraten, die auf dem richtigen Weg sind. Gedanken und Worte können sich in die Umwandlungsprozesse einmischen, die ihren eigenen Zeitrahmen haben. Manchmal ist es jedoch wichtig, über Dinge zu sprechen. «Den Druck zu lindern», kann befreiend sein und die Eskalation von Konflikten verhindern. Andere Male ist der korrekte Druck eine notwendige Bedingung, damit Verwandlung stattfindet. Was richtig ist, ist situativ bedingt und basiert auf einem Ermessensspielraum in der Beurteilung.

Wenn wir einen Blick auf Aussagen Steiners über die geistige Entwicklung werfen, scheint die Situation klar zu sein. Steiner spricht «von oben nach unten»; er spricht als eingeweihter Lehrer zu einem Schüler. Man muss gutgläubig akzeptieren, dass es wichtig ist, zu schweigen, egal, wie viel Lust man hat, zu erzählen, was man erlebt hat. Aber was, wenn nichts passiert? Und was ist, wenn Steiner damit falsch liegt, dass man schweigen sollte? Dies könnte natürlich auch der Fall sein. Um wirklich zu prüfen, ob Steiners Aussagen stimmen, muss man selbst ein gutes Stück vorwärtskommen, man muss hellsehen können und möglicherweise bestätigen oder dementieren, dass es wichtig ist, dem Auskunftsdrang nicht zu gehorchen. Man muss selbst in der Lage sein, zu sehen, was dies mit den geistigen Organen macht, die in Entwicklung sind.

Falls man den Skeptiker hier zulässt, kann man sich vorstellen, dass Steiner dazu beiträgt, Menschen zurückzuhalten. Man kann sich vorstellen, dass es eine geistige Welt nicht wirklich gäbe oder dass die meditativen Methoden sehr schlecht wirken oder überhaupt nicht. Gleichzeitig gibt es eine Menge Menschen, die nicht berechtigt sind, über das, was sie erfahren, zu sprechen – oder gerade darüber, was ihnen an Erfahrungen mangelt. Keiner äußert sich,

außer der Meister selbst und niemand merkt, dass keine Fortschritte passieren. In einer solchen Situation benötigt man nicht Geduld, sondern dass jemand den Mut findet, zu sprechen. Besonders schlimm wird es, wenn alle schweigen, weil sie sich mit sich selbst und ihrer eigenen Entwicklung beschäftigen – es kann sich dann ein subtiler Egoismus einschleichen –, und so könnte man vielleicht sagen, dass man nur das bekommt, was man verdient, wenn man keine Fortschritte in seiner Entwicklung macht.

**Die Tatsache, dass man sich zurückgehalten hat, kann eine Menge Schaden verhindert haben. Es kann sich aber auch um verdeckte Feigheit, Autoritarismus oder um subtilen Egoismus handeln.**

Dies ist natürlich ein Zerrbild, aber ich fürchte, dass etwas daran treffend sein könnte. Man könnte einwenden, dass die anthroposophischen Methoden nur langsam Ergebnisse hervorbringen, weil sie sehr sicher sind. Dies ist möglich, zugleich ist es jedoch angebracht zu fragen, wer bestätigen kann, dass die Methoden funktionieren und dass sie tatsächlich zu Ergebnissen führen. Dafür ist es nötig, über geistige Erfahrungen zu sprechen.

Etwas Ähnliches kann über die Gefahr gesagt werden, die in der okkulten Entwicklung vorhanden ist. Wenn man ständig zurückhalten und sicherstellen soll, wird es wahrscheinlich einige Herausforderungen geben, die man nie überwinden wird. Manchmal muss man losen. Obwohl es möglich ist, durch die Übernahme von großen Herausforderungen zu irren, kann man auch irren, indem man zu kleine Herausforderungen auf sich nimmt. Ich denke, dass die anthroposophische Bewegung in den letzten hundert Jahren mehr durch das ›Zuwenig‹ als das ›Zuviel‹ fehlgeschlagen hat, in Hinblick darauf, was man meditativ bewirkt hat. Es gibt wahrscheinlich weniger geistige Missgeburten als es Anthroposophen gibt, die vor Schatten Angst haben.

Und das ist gut so, könnte man sagen. Die Tatsache, dass man sich zurückgehalten hat, kann eine Menge Schaden verhindert haben. Da ein Schiffsbruch auf einer spirituellen Entwicklungsreise sehr negative karmische Folgen haben könnte, kann man sagen, dass alles genau genommen in Ordnung ist, wie es ist. Geduld, Rücksichtnahme, Zurückhaltung und Nüchternheit sind allesamt ›konservative‹ Tugenden, sodass man allzu großen Sackgassen ausweichen kann und indessen den Grund für dauerhaften Fortschritt legt. Auf der anderen Seite aber kann es sich auch um eine Frage der verdeckten Feigheit, des Autoritarismus und des subtilen Egoismus handeln.

## II Pionier oder Pfau?

Eine der ursprünglichen Behauptungen der Anthroposophie ist, dass jeder Mensch die Möglichkeit in sich hat, eine größere geistige Wirklichkeit zu erkennen. Wenn dies keine leere Idee sein soll, müssen Menschen kommen, die es schaffen, auch nach Steiner, eine solche Erkenntnis und Teilhabe zu realisieren. Man weiß nicht genau, warum es so langsam geht. Vielleicht gibt es etwas grundlegend Mangelhaftes darin, wie man sich der Möglichkeit der übersinnlichen Erfahrung nähert?

Diejenigen, die von ihren eigenen Erfahrungen berichten, können als Pioniere gesehen werden, als Menschen, die sowohl versuchen, ihren eigenen Weg zu gehen, als auch das Kernanliegen der Anthroposophie weiterzuführen. Man kann gleichwohl leicht erkennen, dass der Weg nicht weit entfernt ist vom Versuch, Pionierarbeit zu leisten, bis zu dem, dass man als ein Pfau wahrgenommen wird. Wie bekannt ist, hat der Pfau ein erstaunliches Gefieder, aber die Frage ist auch, wie viel Substanz sich in der Pracht ausdrückt. Das alles kann wie ein Versuch anmuten, dass man die Blicke der Zuschauer auf sich selbst lenken will und dass dieses auf sich selbst bezogene Interesse die Hauptsache sei.

Eine der positiven Seiten des ›progressiven Anthroposophen‹ ist der Erkenntnismut. Man bemüht sich faktisch darum, etwas Wesentliches beizutragen, ohne dass der Beitrag perfekt sein muss und Erkenntnisse aus den höchsten Geisteshöhen repräsentiert. Der Nachteil ist, dass man am Ende zu viel von den eigenen Erfahrungen hält. Man kann leichtsinnig, eitel, empfindlich und unseriös werden. Dies hat mit der Eigenartigkeit geistiger Erfahrungen zu tun. Es ist schwer, spirituelle Erfahrungen sprachlich zu vermitteln. Indem man es versucht, schwindet etwas von der Überzeugungskraft. So schmiert man womöglich ein bisschen extra drauf. Man erlebt, in Kontakt mit einer größeren Wirklichkeit zu sein, und fühlt sich vielleicht auserwählt. – Es wird gesagt, dass für das Geistige andere Gesetze gelten. Es ist nicht leicht, im Geistigen zwischen dem Subjektiven und dem Objektiven zu unterscheiden. Man wird an der Außenwelt in größerem Umfang beteiligt. Folglich ist es vielleicht nicht so einfach, zwischen dem glauben, dass man auserwählt ist, und der Tatsache es wirklich zu sein, zu unterscheiden. Geistig gesehen, kann man vielleicht wählen, auserwählt zu sein (›subjektiv‹), und es dadurch tatsächlich sein (›objektiv‹). Überträgt man dies in einer ungefilterten Weise auf die alltäglichen Kontexte, kann jedoch dem kleinen ›Ich‹ mehr zugesprochen werden, als was ihm eigentlich zukommt.

## III Geduldige Pioniere

Wirkliche Fortschritte werden in dem Maße geschehen, als es die erste und zweite Front schaffen, sich näher zueinander zu bewegen und einander ihre besten Qualitäten zu geben. Dann wird man das bekommen, was man ›geduldige Pioniere‹ nennen könnte. Man muss in der Lage sein, der Tradition zuzuhören, während man wagt, experimentelle Schritte zu gehen. Ein Beispiel: Man kann bestimmte Erfahrungen auswählen, über welche man spricht, und andere, über welche man bewusst nicht spricht. Was erlebt man von den Unterschieden? Welche Auswirkungen hat es auf einen selbst und auf andere, dass man sich öffnet? Welche Auswirkungen hat es, sich zurückzuhalten? Könnte es vielleicht richtig sein, tatsächlich etwas von den eigenen geistigen Erfahrungen zu nehmen und darüber zu reden, obwohl dies in der Praxis bedeutet, dass die eigene Entwicklung zu einem gewissen Grad zurückgehalten wird? Kann man lernen zu unterscheiden zwischen dem Drang der Mitteilung und dass das Teilen mit anderen diese in ihrer eigenen Arbeit vorwärtsbringen kann? So könnte man sowohl bedacht sein auf das, was durch die Ratschläge von Steiner gegeben worden ist, und gleichzeitig selbstständig sein.

Eine Voraussetzung, dass sich ein solcher Ansatz mit der konservativen Front verbinden kann, ist, dass diese sich dafür öffnet, mit den

alten Methoden auf eine neue Art umzugehen. Man muss erkennen, dass die Geduld eine Grenze haben kann und dass es vielleicht sinnvoll wäre, sich für neue Anregungen zu öffnen. Die progressive Front muss jedoch erwidern: Wenn man eigene Erfahrungen präsentiert, muss man bereit sein, sich zu stellen: Welche meditativen Methoden hat man benutzt? Ist man Steiners Angaben streng gefolgt oder hat man sie umgestaltet? Wie lang hat man meditiert?

Obendrein müsste die progressive Front besser werden, ihre Behauptungen der geistigen Erkenntnis zu ergänzen mit phänomenologischen Beschreibungen dessen, was während der Meditation und während des Erfahrungsprozesses passiert. Man kann sich vorstellen, dass man eine Mitteilung von einem Engel bekommen hat, die zu einem bestimmten Handlungsverlauf auffordert. Wenn dies mit einer phänomenologischen Beschreibung von dem, was erfahren wurde, ergänzt wird – etwa von einem blitzschnellen Bild der inhärenten Bedeutung, die in Worte gekleidet werden kann, die in Richtung einer spezifischen Vorgehensweise zeigt –, ist es viel einfacher, sich zu einer solchen Mitteilung frei zu verhalten.

Man kann Erfahrungen auswählen, über die man spricht, und andere, über welche man bewusst nicht spricht. Was erlebt man von den Unterschieden? Welche Auswirkungen hat es auf einen selbst und auf andere, dass man sich öffnet oder zurückhält?

Es ist auch viel weniger wahrscheinlich, dass derjenige, der die Meldung macht, wie ein Pfau erscheint. Es wird weniger sensationell, und möglicherweise weniger attraktiv für diejenigen, die «glauben wollen», aber es wird viel leichter sein, die vorgeschlagene Vorgehensweise auszuprobieren, um dann offen zu sein für neue Mitteilungen oder für die Korrektur aus der Wirklichkeit.

Eine wichtige Eigenschaft, die bei beiden Fronten vorhanden sein muss, ist die Fähigkeit, sich gegenstandslos zu stellen. Damit meine ich die Fähigkeit, eine Klammer um schon hervorgebrachte Behauptungen zu setzen und sie neu zu bewerten von einem Standpunkt, der so neutral wie möglich ist. Man muss sowohl seine eigenen Berichte spiritueller Erfahrungen sowie die der anderen überdenken können, einschließlich der eigenen Überzeugungen darüber, was Anthroposophie ist oder sein sollte. Man braucht ein ausgewogenes Verhältnis zur Unsicherheit. Vieles kann sehr anders sein, als man beim ersten Blick denkt, und es gibt sehr wenig, das sich ein für alle Mal beurteilen lässt.

Dies ist nicht nur ein Weg, die Fronten einander näherzubringen, sondern eine Qualität, die es wahrscheinlich braucht, um der geistigen Welt zu begegnen. Steiner beschreibt, dass der Geistesschüler zu einem Gebiet kommt, wo er die Fähigkeit verliert, zu bestimmen, was real ist und was ein Traum.<sup>3</sup> Kann man überhaupt geistige Erfahrungen mit den üblichen Wahrheitskriterien, wie dem Kontradiktionsprinzip, beurteilen? Man muss in der Lage sein, solche Bedingungen auszuhalten, in denen man nicht entscheiden kann. So gesehen wird die Aufgabe, die Fronten näher zueinander zu bringen, eine Übung, die gerade die Qualitäten entwickelt, die erforderlich sind, um den Einzelnen näher an geistige Erfahrungen zu bringen.

## IV Vorstöße von der anderen Front

Es ist mein Eindruck, dass man das Anliegen der Anthroposophie, reelle hellseherische Fähigkeiten zu entwickeln, nicht besonders ernst nimmt. Oben bezog ich mich darauf, dass man auf dem Weg in die geistige Welt zu einem Punkt kommt, wo man nicht mehr kontrollieren kann, was real ist und was Traum. Dies ist ein Fingerzeig darauf, dass man verrückt ist. Die Ambition ist, dass man einen Zustand des Wahnsinns ertragen soll, ohne die Gelassenheit zu verlieren. Man möchte gern versuchen, ein wenig darüber nachzusinnen, was dies bedeutet. Es erfordert Kräfte, die man in der Regel nicht während des Alltags entwickelt. Durch Meditation ist es möglich, solche Kräfte zu entwickeln.

Ich wünsche mir, dass es mehrere Beschreibungen individueller Entwicklungspfade gibt. Man braucht freilich nicht alles teilen, aber ich denke, es ist wichtig, dass es zu mehr Klarheit darüber kommt, darüber wie Menschen tatsächlich meditieren, was funktioniert, wie lange man gearbeitet hat, bevor man begann, Ergebnisse zu sehen. Besonders interessant ist, was der Einzelne als seine Standards benutzt, wenn es etwa darum geht, herauszufinden, was von verschiedenen spirituellen Wesen kommt und wie man mit den möglichen Illusionen umgeht. Es ist wichtig zu klären, was man als reale Gefahren betrachtet, was schlecht funktioniert oder überhaupt nicht. So gesehen, sind die Geschichten, wie die Dinge schiefgehen, genauso wichtig wie die Erfolgsgeschichten.

So wie die Situation jetzt ist, denke ich, ist es wichtig, zuerst die Klarheit darüber zu bekommen, wie einzelne Individuen vorgegangen sind. So ließe sich sehen, ob man sich auf Standards einigen könnte. Schließlich – und dies denke ich, ist eine sehr wesentliche Aufgabe – kann man eine Art Landkarte der Stufen eines meditativen Entwicklungswegs entwerfen, basierend darauf, was Menschen tatsächlich erlebt haben. Vermutlich wird man nicht nur in der Lage sein, allgemeine Merkmale zu identifizieren, sondern auch zu erkennen, dass es verschiedene Entwicklungspfade und Meditationen gibt, die für verschiedene Personen passen.

Wir können auf den Zweifel zurückkommen: Was ist, wenn es wirklich richtig ist, zu schweigen? Dazu denke ich, könnte man die folgende Antwort geben: Jetzt hat man mehr oder weniger hundert Jahre geschwiegen. Wie wäre es nun, zu versuchen, für hundert Jahre mehr offenherzig zu sprechen? Dann wird man schließlich eine gute Grundlage für den Vergleich haben.

<sup>1</sup> Dieser Text ist eine kürzere Fassung eines Textes, der in dem Mitgliederblatt der Anthroposophischen Gesellschaft in Norwegen erschienen ist. Der Text wurde aus dem Norwegischen übersetzt von Jostein Sæther. Das Bild «der Pfau» stammt von Frode Barkved. <sup>2</sup> «Aus der Werkstatt. Wissenschaftliche Haltung und Meditationspraxis» In: Die Drei, 8, 2012. <sup>3</sup> Aus der dritten Klassenstunde: «Aber so, wie Sie sich fühlen würden, wenn Ihnen das Leben auf Schritt und Tritt die genaue Kontrolle entzöge, ob Sie träumen oder ob Sie der Wirklichkeit gegenüberüberstehen, so ist es, wenn zunächst der Schüler an der Pforte, an der Schwelle der geistigen Welt steht.»

Terje Sparby, 1979, Philosoph, zuletzt Postdoc an der Humboldt-Universität zu Berlin und Junior Visiting Scholar am Mind and Life Institut, USA. Forschungsschwerpunkte: Deutscher Idealismus, Anthroposophie, Meditation. Mitarbeit im Institut für anthroposophische Meditation.