

# Dehmelt denkt



PHOTO: HELMUTHERGARTEN.DE

VON SEBASTIAN GRONBACH

Anna-Katharina Dehmelt hat eine These. Ich habe an diese These nie geglaubt. Die These von Anna-Katharina lautet: „Üben nützt.“ Seit ungefähr acht Jahren schaue ich mir nun an, wie Anna-Katharina übt. Und ich muss heute sagen: Sie hat mich eines Besseren belehrt. Sie hat ein paar Indizien vorgelegt, die mich überzeugen – mehr noch: Sie hat etwas geschaffen, was mir so außergewöhnlich erscheint, dass ich gerne etwas darüber erzählen will. Wenn man verstehen will, worin das Besondere in ihrer Arbeit liegt, muss man wissen, dass Anna-Katharina eine Anthroposophin ist.

Was sind Anthroposophen? Ich weiß

von Anna-Katharina, dass sie damit einverstanden ist, wenn ich sage, dass man nur einen einzigen Satz Steiners unterschreiben muss, um die notwendige und die hinreichende Bedingung zu erfüllen, sich als Anthroposoph bezeichnen zu können – mehr ist nicht nötig, weniger unmöglich: „Anthroposophie ist ein Erkenntnisweg, der das Geistige im Menschenwesen zum Geistigen im Weltall führen möchte.“ In diesem ersten anthroposophischen Leitsatz liegt nicht nur das alle Anthroposophen Verbindende, sondern auch das Forschungsgebiet, auf dem die 52-Jährige so besondere Erfolge vorweisen kann. Und zwar genau *zwischen* dem Geistigen

# Eine Frau im Übergang

Wie die Anthroposophin Anna-Katharina Dehmelt denkt, was das mit Bob Dylan zu tun hat und warum manche Männer Angst vor dieser Frau haben.

im Menschenwesen und dem Geistigen im Weltenall. Letztlich bezieht sich Anna-Katharinas Motto „Üben nützt“ und ihre ganze Mission auf das kleine Wörtlein „zum“. Dieses Wörtlein ist die Schwelle. Diese drei Buchstaben sind die Grenze. Hier ist der magische Ort. Dies ist das „große Mysterium der menschlichen Psychologie“ (Ken Wilber), an dem sich alle Weisen versammeln und seit Menschenbeginn die Frage bewegen: Wie kommt man da rüber? Wie funktioniert Entwicklung? Wie finde ich Gott? Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten?

## LABORATORIUM UND TEMPEL

Anna-Katharina steht vor diesem Mysterium und sagt nur zwei Wörter: „Üben nützt.“ Vielleicht wird jetzt verständlich, warum ich nie daran geglaubt hatte. Ein riesiges Mysterium erschließt man sich nicht durch kleine Übungen. Oder vielleicht doch? Wie gesagt: Seit ungefähr acht Jahren schaue ich mir nun an, wie Anna-Katharina übt und – nein – sie hat das Tor zum Mysterium nicht mit einem finalen „Halleluja“ aufgestoßen. Oder um es in klassisch spirituellen Worten zu sagen: Sie ist nicht erleuchtet. Aber – und das ist ebenso wahr – sie ist auch nicht *nicht* erleuchtet. Und das ist sehr erstaunlich.

In einfachen Worten gesagt, besteht Anna-Katharinas Mission darin, die Grenze zu einem Laboratorium umzugestalten – einem Laboratorium, welches gleichzeitig ein Tempel ist. Sie macht die Schwelle zu einem Forschungsraum. Sie dehnt die

sen schmalen Grat zu einem weiten Feld. Wer diese Frau finden will, der findet sie weder im fallenden Ego, noch findet er sie im alles übersteigenden Geist – sie lebt bewusst dort, wo die meisten Menschen heute unbewusst leben: In einem Dazwischen, in dem Spannungsfeld der Postmoderne. In der Bewusstseinsseele. Bildlich gesprochen ist dieser Ort ein waches Herz, in dem das Klima einer gedankgetragenen Seelenklarheit schier Unmögliches zulässt: Nämlich selber ein Ort für den Übergang zu werden – nicht nur für sich, sondern für alle Menschen, die eines guten Willens sind. Ohne erwachten Willen ist dieser Übergang ein vollkommen unhaltbarer Zustand – doch Anna-Katharina hält diesen Zustand. Damit schafft sie einen Raum, in dem der moderne Mensch nach Gott suchen kann, ohne die Errenschaften der Aufklärung zu verleugnen. In diesem Innenraum, wo der Übergang zum Lebensprinzip wird, kann der moderne Mensch mit ihr meditieren und forschen und dabei gleichermaßen kritisch reflektieren und vorbehaltlos sich dem Unbekannten hingeben.

Vielleicht war dies alles nie das Ziel ihres Übens, aber es ist das Ergebnis. Begleitet hat sie auf ihrem Weg vor allem die von Rudolf Steiner initiierte Rosenkreuz-Meditation und die Tagesrückschau, die sie in vielen Variationen und Vereinfachungen auch mit anderen Menschen übt. Einen dynamischen Wachstumsschub – so meine Beobachtung – erfuhr sie durch die Begegnung mit dem spirituellen Leh-

rer Andrew Cohen und der Arbeit mit seinem Schülerkreis. Alles Wissen, Üben und Denken bekam hier eine tiefere Gründung und höhere Ausrichtung und stützt zugleich ihre Treue und Loyalität zur Anthroposophie und zur Übungspraxis selbst. Und noch etwas wurde bestärkt: Die Bereitschaft, immer wieder bei sich selbst zu beginnen: „Sieh allem ins Auge und vermeide nichts“, wie einer der Leitsätze Andrew Cohens lautet.

## DER SCHATTEN DER ANTHROPOSOPHIE

Wer so lebt und bei sich selbst beginnt, hat eine Menge zu tun. Ich kenne viele Menschen, die sprechen davon, dass sie ihre „niederen Triebe veredeln“ wollen. Ein wissenschaftliches Wort dafür ist „Sublimierung“ und für mich klingt es immer auch nach Verdrängung. Unverblümt gesagt: Weil man vor seinen sexuellen, animalischen und wilden Energien Angst hat, dressiert man sie. Ich weiß nicht, ob Anna-Katharinas Übungsweg so begonnen hat, aber ich weiß, wohin sie dieser Weg geführt hat: Zu einem Denken, welches sich von den Tabus eines bürgerlichen Intellektualismus befreit und damit beginnt, alles zu integrieren und zu transzendieren: Die Leidenschaft des Beckens, die Fülle des Bauches, die Güte des Herzens, die feingliedrige Differenziertheit des menschlichen Antlitzes und die Verbindlichkeit von Hand und Fuß. Anna-Katharina kann mit allen Kräften denken – und so ein Denken hat Auswirkungen.

*„Ihr Denken schafft einen geistigen Raum, in dem sich das Denken selbst beim Denken begegnen kann und dabei zur Meditation wird, zur Quelle aller Lebenspraxis.“*

Normalerweise haben Gedanken keine Auswirkungen – sie entstehen im Kopf und sie bleiben im Kopf und sie vergehen im Kopf. Anthroposophen haben diesen kopfinternen Kreisverkehr mitunter zu besonders possierlichen Blüten getrieben und sind nicht selten stolz auf ihre komplizierten Gedankenverrenkungen – die Kompliziertheit täuscht aber darüber hinweg, dass sich auch die verzwicktesten Gedanken letztlich im Kreise drehen. Wenn ein Gedanke allerdings bewusst aus den Tiefen der menschlichen Kräfte gespeist wird, dann hat er die Kraft, über den Intellektualismus hinauszugehen. Dann schafft es die Denkrakete bis zum Geistigen im Weltenall.

Immer wenn dies in der Geschichte der Anthroposophie gelang, wurde daraus eine wundervolle Lebenspraxis: Waldorfschulen, Demeter, Weleda und Co. sind die Früchte dieser lebendigen Gedanken, die aus Fülle und Verbundenheit geboren wurden. Entweder führt anthroposophisches Denken zu einer wundervollen und segensreichen Lebenspraxis – oder zu nichts.

Anna-Katharinas Lebenspraxis ist der Mensch selbst – der Mensch im Übergang. Weder fließt ihr Denken in ein äußeres Projekt, noch dreht sich ihr Denken im Kreis. Ihr Denken schafft einen geistigen Raum, in dem sich das Denken selbst beim Denken begegnen kann und dabei zur Meditation wird, zur Quelle aller Lebenspraxis.

Anna-Katharinas Denken hat also zunächst keinen Nutzen und erbaut keine äußeren Tempel. Doch „die wichtigsten, die wesentlichsten Tempel haben nicht Ort, haben nicht Zeit. Man kommt zu ihnen, wenn man in der Weise seine Seele übt, wie es hier und wie es zu allen Zeiten

in den Mysterien angedeutet worden ist.“ Hier – in den Worten Rudolf Steiners – ist es wieder: Das Üben, die Seele, das Mysterium.

Dieses Wort – Mysterium – hört sich nach Harry Potter an, nach Magie und Zauberei. Und tatsächlich, da ist etwas sehr Geheimnisvolles. Aber es ist keine Harry Potter-Magie. Es ist, wie Bob Dylan über seine Poesie sagt, „eine alles durchdringende Magie, eine kosmische Quelle der Kreativität“.

Die „kosmische Quelle“, die Dylan als Ursprung seiner Texte nennt, spricht sich auch im wahren Denken aus. Wenn Anna-Katharina denkt, dann muss man ihr zuhören, wie man Bob Dylan zuhört, oder Rudolf Steiner, oder auch Christian Grauer: „Das Denken ist das Brennen selbst und nichts als das Brennen. Und das, auf dem die Flamme ruht, das wird vom Feuer zerstört. Es hat kein anderes Sein, als das schiere Brennen, es besteht im Vernichten von Materie und es ist nur sofern es brennt.“

Wenn man Anna-Katharina trifft und ihr anfängt zuzuhören, dann klingt zu Beginn alles ganz nüchtern, sehr konkret und analytisch – eher kühl als feurig. Erst wenn man sich auf sie einlässt, wenn man über das Bekannte hinausgeht und sich in diesem Unbekannten vom Gedankenstrom tragen lässt ... dann springt der Funke über. Sie beleuchtet mit diesem Feuer das Konkrete und in diesem Feuer wird das Geistige sichtbar. So dient ihr Feuer: indem es den Übergang erleuchtet. Und zugleich zerstört es: alles, was sich dem Übergang in den Weg stellt. Jetzt – hier – ist Anthroposophie: In der Spiritualisierung des Denkens. Und das hat seinen Preis. Man wird total abhängig. Und zwar von der Wahrheit.

## DAS UNBEKANNTE DENKEN

Ich war sehr oft dabei, wenn Dehmelt gedacht hat. Und ich habe die ganzen Jahre nie verstanden, was da immer wieder und immer wieder los war. Besonders Männer fühlen sich von ihr bedroht und angegriffen. Mittlerweile glaube ich verstanden zu haben, was da passiert: Man kann den Gedanken dieser Frau nicht nur mit Gedanken aus dem eigenen Kopf begegnen. Wenn man sich für ihr Denken öffnet und sie einlädt wirklich zu denken (sie strahlt dann und beginnt wunderschön zu glühen und manchmal lacht sie dann laut) dann wird ihr Denken plastisch und sinnlich. Dabei fällt sie niemals hinter den aufgekklärten Verstand zurück, aber versucht immer darüber hinaus zu gehen. Und das geht so: Sie greift nach einem Wort. Betastet es, strömend, webend, vibrierend, so dass wir uns hineinverwoben fühlen in das Wort, den Gedanken oder die These. Sie gleitet an einzelnen Lauten entlang und liebkost die Logik. Sie verbindet sich sprechend mit der Kraft der Phantasie und des Gefühls, um das Wort in allem, wovon es spricht, lebendig, erlebbar, anwesend zu machen.

Ihr im Denken begegnen zu wollen, würde heißen, ihr als ganzer Mensch begegnen zu müssen. Man müsste bereit sein sich auf ein Denken einzulassen, das einerseits den ganzen Menschen erfasst und andererseits über den Menschen hinausgeht – man müsste bereit sein, die kosmische Kraft der Gedankenflamme in sich zu fühlen, die alles verbrennt. Was bleibt von dem, was man der Flamme aussetzt? Es bleibt nichts als die Flamme selbst – ein Gefühl von Licht und Wärme.

Eine Frau, die ihr Denken ganz bewusst, mit der vollen Stärke ihres Willens flutet, deren Gedanken im besten anth-



roposophischen Sinne Lebendigkeit, Esprit und somit immer auch einen Grad an Wildheit versprüht, die also letztlich die femininen Eigenschaften der Anthroposophia verkörpert, so eine Frau ist eine Bedrohung für jeden Mann, der nicht aufrecht in seiner Kraft steht. Wenn so eine Frau das kollektive Feld von intellektuellen Männerritualen, eingefahrenen maskulinen Denkgewohnheiten und ritualisiertem Herrschafts-Philosophieren betritt, dann kann die Panik so groß werden, dass bisweilen auch ein distinguierter Anthroposoph in ganz gewöhnliche, machohaft Beißattacken zurückfällt. Denn plötzlich merken sie: Diese Frau steht für ein weibliches Prinzip, das sich mit nichts weniger zufrieden gibt, als alles – auch das Denken – für eben jene evolutionäre Übergangskraft zu öffnen, die vor nichts, aber auch gar nichts halt macht. Nicht davor, sein wertvolles Leben endlich aus den richtigen Gründen ernst zu nehmen. Nicht vor dem Schmerz, der da-

bei entsteht, und nicht vor der Liebe darin. Nicht vor dem Scheitern und nicht vor überraschenden Entdeckungen. Wer anfängt mit einem anderen Menschen so zu denken, wer sich mit dem anderen Menschen verliert, um sich im Denken selbst zu finden, der wird fühlen: Uns denkt jetzt ein Gotteswesen. Dieses Gotteswesen ist ein geschlechtsloses Unbekanntes – und wenn man im wahren Denken lebt, muss man diesem Unbekannten die Tür öffnen. Man muss das Unbekannte denken. Wenn zwei in dieser Art denken, dann denkt das Eine ohne ein Zweites und dann wird von ihnen nichts bleiben, als diese lebendige Essenz: „Ich möchte jeden Menschen / aus des Kosmos' Geist entzünden, / dass er Flamme werde ...“ (Rudolf Steiner). Und wie macht man das? Gehen Sie mal zu Anna-Katharina, die wird es mit ihnen erforschen: „Üben nützt.“

#### ZUM WEITERFORSCHEN:

In diesem Monat geht das von Anna-Katharina Dehmelt betriebene „Institut für anthroposophische Meditation“ online. Es ist ein Forschungszusammenhang von Menschen, die sich mit anthroposophischer Meditation beschäftigen. Neben verschiedenen Informationen und Veranstaltungen zum Thema Meditation, Entwicklung und Bewusstsein, findet man auch weitere Informationen und Angebote von Anna-Katharina Dehmelt.

[www.InfaMeditation.de](http://www.InfaMeditation.de)