

Deutschland: Tagung «Meditation als Erkenntnisweg»

Verantwortliche Suche des Geists im Leben

Zur Tagung «Meditation als Erkenntnisweg – die Vielfalt anthroposophischer Ansätze» von 23. bis 25. Februar kamen rund 200 Teilnehmende in das Rudolf-Steiner-Haus in Stuttgart (DE). Veranstalter waren die Akanthus-Akademie und das Institut für anthroposophische Meditation.

Die Frage «Was ist anthroposophische Meditation?» ist nicht neu. Immer wieder ist anthroposophische Literatur erschienen, die die Schulung so beschrieb, wie sie Rudolf Steiner in seinen Grundwerken angelegt hat. Mittlerweile hat aber die «Konkurrenz» mit anderen Ansätze so zugenommen, dass unter dem Thema «Meditation» der anthroposophische Ansatz allenfalls unter ferner liefen auftaucht.

Was aber ist anthroposophische Meditation? Das war die Frage, die im letzten Erkenntnisgespräch beim Treffen (fast) aller deutschsprachiger, anthroposophischer Meditationskursleiter mit über 200 Teilnehmenden verhandelt wurde. Können derart individualisierte Kursleiter überhaupt miteinander in ein fruchtbares Gespräch treten, oder artet das in eine Werbekampagne für den eigenen Ansatz aus? Ja, es gab Werbestatements, aber im Großen und Ganzen fand Begegnung statt.

Wie konzentriert sich jeder

Die Podiumsgespräche waren Ausdruck von Verständigungsversuchen und methodischen Rückfragen. Obwohl mancher manchen Ansatz eher fremd fand, war deutlich ein Bemühen um Verständnis zu spüren. Es wurden ragen verhandelt, in denen die einzelnen Ansätze ihre Fruchtbarkeit erweisen konnten.

Nach einer kleinen grundlegenden Einführung in die höheren Erkenntnisarten von Andreas Neider begann das erste Erkenntnisgespräch (Podium) mit der Erweiterung der Naturerkennntnis. Zu Beginn forderte Dorian Schmidt alle Teilnehmenden auf, sich auf etwas zu konzentrieren. Dann bat er um eine Aufmerksamkeit darauf, wie sich jeder konzentriert. Wenn es gelingt, diese Wachheit aufzubringen, wird man auch manches entdecken können, was bei Natureindrücken das Bewusstsein modifiziert. Als Fußnote ergänzte er: «Lassen wir mal die leidige Frage: Woher weiß ich, dass ich das bin, der sich konzentriert?»

Leichtigkeit versus Bedächtigkeit

Thomas Meyer ging plötzlich vor das seitlich stehende Rednerpult und beschrieb anschaulich seinen «geleichterten» Eindruck an diesem Ort. Er führte diese Wirkung auf ein dort befindliches Elementarwesen zurück. Christoph Hueck befragte nun, vom Goetheanismus ausgehend, seine Erfahrungs- oder Deutungssicherheit.

Beim zweiten Podium ging es um Menschenerkenntnis. Hier wurden stilistische Pole deutlich: Der Inhaber der GmbH für angewandte Geistesforschung, Frank Burdich, deklinierte mit Leichtigkeit die vielen Stufen, die er für seine Wesensgliederbeobachtung jeweils durchläuft, während die Musiktherapeutin Gunhild von Kries in aller Bedachtsamkeit auf die spirituelle und therapeutische Dimension der Zeit hinwies und andeutete, wie man mit ihr spirituell umgehen könne. Diesmal beleuchteten Johannes Wagemann und Christian Hueck die Zugriffe auf die geistige Erfahrung.

Das Gespräch über Schicksal mit Agnes Hadorp und Andreas Heertsch war von wohlwollender Bemühung, aber nicht von einträchtigem Verständnis geprägt. Deutlich wurde trotzdem, dass das Ich durch das Meditieren immer deutlicher erfährt, dass es über sich selbst hinausreicht und sich sein Schicksal mit Hilfe anderer Menschen zuzieht, dass es also nicht nur im Leib inkarniert ist, sondern gleichzeitig auch in der Umgebung lebt und wirkt.

Zwischen Leibgebundenheit und -freiheit

Beim Erkenntnisgespräch zum Thema Selbsterkenntnis wurde beleuchtet, wie sich das Selbst in der Gegenwart erleben und verlieren kann, und welche Ansätze der Selbsterziehung die Anthroposophie bietet: von bewussten Gewohnheitsänderungen

über Ohnmachtserfahrungen bis zu Überlegungen zu einem psychologischen Propädeutikum als Vorbereitung auf den Schulungsweg. Deutlich wurde, dass Selbsterkenntnis, -erziehung und -verwandlung mehr und mehr zu Kulturtechniken werden müssen und auch bereits werden.

Das Schlussgespräch handelte von der Frage ‹Was ist anthroposophische Meditation?›. Anna-Katharina Dehmelt nannte drei Aspekte, denen sich alle Anwesenden verbunden fühlen können. So führt der anthroposophische Schulungs- und Meditationsweg über einen selbstreflexiven Weg idealerweise durch Imagination, Inspiration und Intuition weniger zu dem einen großen, einmaligen, lebensverändernden Erlebnis der Einheit von Mensch und Welt, sondern zu vielen kleinen, punktuellen, dafür alltagsnahen Einheitserfahrungen. Dabei gilt es, die Mitte zwischen Diesseits und Jenseits, zwischen Leibgebundenheit und Leibfreiheit zu halten – hier finden fortwährend Begegnungen mit dem Hüter der Schwelle statt. Und als drittes sucht die anthroposophische Meditation den Geist im Leben, im Diesseits, und sein Finden geht mit einer inneren Verantwortung dem Geistigen gegenüber einher.

Die Dichte dieser Zusammenkunft ist aus meiner Sicht ein Indiz dafür, dass Anthroposophische Meditation auf dem Weg ist, sich im Kulturbewusstsein der Gegenwart tiefer zu verankern.

Nächste Meditationstagung in Stuttgart zum Lichtseelenprozess vom 22. bis 24. März 2019.

Der Text erschien leicht gekürzt in "Anthroposophie weltweit Nr. 4/2018