

1. Vortrag

(12.10.2004)

Einleitung

Die Anthroposophie, wie sie Rudolf Steiner gegeben hat, kann uns eine tiefgreifende Erkenntnis der geistigen Zusammenhänge geben, die das Weltgeschehen bestimmen. Das ist die grundlegende Voraussetzung für alles weitere, aber wirklich fruchtbar wird Anthroposophie erst dort, wo sie sich in der unmittelbaren alltäglichen Lebenspraxis bewährt. Für viele Lebensbereiche hat Anthroposophie schon Anregungen für die Praxis gegeben, etwa für die anthroposophisch erweiterte Heilkunst und Heilmittellehre, für den biologisch-dynamischen Landbau, für die goetheanistische Naturwissenschaft und Technik, für Die Waldorfpädagogik usw.

Unser Vortragszyklus soll Anregungen geben, wie jeder, egal in welchem privaten und beruflichen Umfeld er steht, Anthroposophie im täglichen Leben fruchtbar machen kann. Erste Voraussetzung dafür ist die energische Selbsterziehung unseres Seelenlebens. Unsere Seelenkräfte, das Denken, Fühlen und Wollen, können so weiterentwickelt und erweitert werden, dass sich dadurch nicht nur unser Verständnis für die geistigen Weltzusammenhänge vertieft, sondern dass wir dadurch vor allem lebensstüchtigere Menschen werden. Er soll hier weniger von einem „Einwegungsweg“ im großen Stil gesprochen werden, sondern es wird zunächst um ganz elementare Dinge gehen, die jeder mit der nötigen Konsequenz im Leben verwirklichen kann. Ein „anthroposophisches Glaubensbekenntnis“ wird dazu in keiner Form gefordert; die Anregungen, die gegeben werden, sollen sich dadurch beweisen, dass sie im praktischen alltäglichen Leben fruchtbar werden.

Über die Stellung des Denkens in der Welt

Da wir in einem ausgeprägt intellektualistischem Zeitalter leben und man sich gerade vom Intellekt die Lösung der anstehenden kleinen oder großen Probleme in der Welt erhofft, wird es gut sein, wenn wir uns zunächst näher mit der Natur des Denkens auseinandersetzen.

Das Denken gilt gemeinhin heute als etwas, was in den Köpfen der Menschen entsteht. In den menschlichen Hirnen werden die Gedankennetze gewoben, die wir der Welt überwerfen, um die wechselnden Erscheinungen in eine gewisse widerspruchsfreie Ordnung zu bringen. An die wahre Wirklichkeit kommen wir so freilich nicht heran, die „Dinge an sich“ im Sinne Kants bleiben uns unzugänglich, sie liegen *jenseits* unserer intellektuellen Erkenntnisfähigkeit. Im Grunde betreiben wir so eine etwas sonderbare Form von *spekulativer Metaphysik*. Letztlich können wir nur mehr oder weniger gut begründete Vermutungen über die Wirklichkeit anstellen und müssen es der weiteren Erfahrung überlassen, ob unsere Theorien was taugen oder widerlegt werden – und tatsächlich werden sie sehr häufig durch die Praxis widerlegt, falsifiziert, um mit Karl Popper zu sprechen.

Spekulative Metaphysik

Man kann die Sache aber probeweise auch ganz anders betrachten. Dazu gilt es zunächst, ein ganz spezifisches, starkes Gefühl dem Denken gegenüber zu entwickeln. Auf die Schulung dieses energischen Gefühls kommt zunächst alles an; man darf das nicht leichtfertig nehmen, indem man es bloß verstandesmäßig anerkennt, sondern muss sich konsequent erziehen, bis es zu einer tiefen gefühlsmäßigen Überzeugung wird. Und dieses Gefühl ist folgendes: **Das Denken ist etwas, was tief in der Wirklichkeit verwurzelt ist, und nicht bloß etwas, das unseren Köpfen entspringt.** Liegt der Wirklichkeit nicht das Denken zugrunde, dann macht es keinen Sinn, gedanklich etwas über die Welt erfahren zu wollen. Man kann Gedanken nur dort herausholen, wo sie auch drinnen sind. Freilich ist dieses Denken, dass in der Welt waltet, etwas ganz anderes als das, was wir in unserem denkenden Bewusstsein erleben. Was unseren Hirnen entspringt, sind kraftlose blasse gedankliche Schemen; **das Denken in der Wirklichkeit ist eine reale gestaltende Naturkraft.** Wir kennen *dieses* Denken zunächst nicht, aber vielleicht lassen sich Wege finden, durch die sich in *unserem* Denken ein klares und deutliches Abbild dieses Weltendenkens formt, so dass letzteres schließlich zu einem **Wahrnehmungsorgan für das Weltendenken** wird. Wenn es gelingt,

Ein spezifisches Gefühl, dass man dem Denken gegenüber entwickeln kann.

vereinigen wir uns im Denken mit der wahren Wirklichkeit, und dann gilt der Ausspruch, den Rudolf Steiner schon in jungen Jahren so getan hat:

Das Gewahrwerden der Idee in der Wirklichkeit ist die wahre Kommunion des Menschen. (GA1, Kapitel VI)

Dieses Weltendenken, dieses kosmische Denken wird von Michael verwaltet. Und im michaelischen Sinne denken lernen heißt, sich zum Wahrnehmungsorgan für dieses kosmische Denken zu machen.

Praktische Ausbildung des Denkens

Rudolf Steiner hat eine Reihe einfacher Übungen gegeben, das Denken wirklichkeitsgemäßer auszubilden.

GA 108, 18.1.1909

Eine erste Übung kann man insbesondere Naturvorgängen gegenüber machen, deren innere Gesetzmäßigkeit man vorerst noch nicht überschauen kann. Man beobachtet beispielsweise die Witterung am Abend, die Wolkenkonfiguration, die Art, wie die Sonne untergegangen ist und hält diese Beobachtungen im Gedächtnis möglichst detailgetreu und bildhaft fest, der Abstraktion enthält man sich so weit als möglich. Am Morgen macht man sich wiederum ein deutliches Bild von den Witterungsverhältnissen, und so kann man das dann weiter fortsetzen. Auf jeglicher Spekulation verzichtet man sich, aber man lässt immer wieder im seelischen Nacherleben die aufeinanderfolgenden Bilder ineinander übergehen. Man entwickelt dadurch „**Anschauende Urteilskraft**“, wie sie Goethe in hohem Maße zueigen war. Seine naturwissenschaftlichen Arbeiten, etwa seine Farbenlehre, seine Metamorphosenlehre oder seine Witterungslehre sind aus dieser denkenden Anschauung, aus diesem anschauenden Denken hervorgegangen.

Anschauende
Urteilskraft

Gegebenheiten gegenüber, die leichter zu durchschauen sind, soll man aber auch das kausale Denken schulen. Man beobachtet etwa einen Menschen bei dem, was er heute tut, und versucht darauf zu schließen, was er morgen als Folge dieser Handlungen vollbringen wird. Anfangs wird man dabei wahrscheinlich öfter danebenliegen, aber mit der Zeit wird das Urteil immer treffsicherer werden. Man kann die ganze Übung auch umgekehrt machen, indem man aus dem heute Beobachteten auf die vorangegangenen Ursachen dafür schließt. Das macht allerdings nur Sinn, wenn es möglich ist, sich nachträglich über diese Ursachen zu informieren. Ähnliches tut man an sich tagtäglich, das ist gar nichts Ungewohntes, es gilt nur, das konsequenter und systematischer auszubilden.

Kausales Denken

Vielen Menschen fällt im rechten Moment nicht das Richtige ein. Das passiert besonders Menschen, die ihr Gedankenleben nicht recht in der Hand haben und gerne die Gedanken frei umherschweifen lassen. Man kann aber auch die Schlagfertigkeit des Denkens schulen. Immer, wenn sich eine Gelegenheit dazu ergibt, etwa wenn man auf den Bus wartet oder sonst wie eine Pause macht, rückt man ganz willkürlich einen völlig frei gewählten Gedanken egal welcher Art, es kann etwas ganz Banales sein, in den Mittelpunkt des Bewusstseins und versucht sich allein mit diesem zu beschäftigen und alle anderen Gedanken fernzuhalten. Man muss aber den Gedanken, auf den man sich derart konzentriert, wirklich völlig frei wählen, er soll sich nicht zwangsläufig aus den momentanen Lebensnotwendigkeiten ergeben. Je unscheinbarer und langweiliger das ist, worüber man so nachdenkt, desto fruchtbarer ist die Übungen; es sollen also ganz und gar nicht irgendwelche hochgestochenen philosophischen Erwägungen sein. Diese Übung zur Gedankenkontrolle ist so wichtig, das Rudolf Steiner sie auch als erste der sogenannten Nebenübungen gegeben hat, die jede geistige Schulung begleiten müssen. Wir werden uns mit den weiteren Nebenübungen im Laufe dieser Vorträge noch näher beschäftigen, da sie allesamt einen ganz unmittelbaren lebenspraktischen Wert haben.

Schlagfertigkeit des
Denkens erfordert
Gedankenkontrolle.

Nebenübungen

Wichtig ist auch die Schulung des Gedächtnisses. Man ist etwa gestern auf der Straße einem Bekannten begegnet, hat ihn kurz gegrüßt, und ist dann weiter gegangen. Man versucht sich nun heute ganz detailgetreu an diese Begegnung zu erinnern. Wie war er gekleidet, welche Farbe hatte das Gewand, trug er einen Hut? Man wird bald merken, dass man sich meist nur an wenige Details erinnern kann. Man versuche nun, sich die fehlenden Details durch die Phantasie möglichst bildhaft zu ergänzen. Auf die Bildhaftigkeit kommt dabei alles an. Man stellt ihn sich

Gedächtnisübungen

beispielsweise vor im dunklen zweireihigen Anzug, mit Krawatte und Hut am Kopf; die Wahrheit trifft man dadurch zwar nicht, aber man wird so die Aufmerksamkeit für künftige Beobachtungen schulen und das Gedächtnis wird nach und nach immer getreuer werden. Bildhaftigkeit ist dabei übrigens sehr allgemein aufzufassen; man kann auch versuchen, sich den Klang der Stimme und die genaue Wortwahl auszumalen, obwohl das meist noch schwieriger ist, als die bildhafte Erinnerung im engeren Sinn.

Besonders bedeutsam ist die Geduld, die man beim Denken aufbringt. Diese mangelt dem Intellekt meist sehr. Wir wollen sehr rasch zu einem Ergebnis unserer Überlegungen kommen. Besser ist es, sich zunächst mehrere sehr unterschiedliche Möglichkeiten auszumalen, wie man zu einer Lösung kommen könnte, und dann die Sache ruhen zu lassen. Am besten, man überschläft das Ganze, und kommt erst am nächsten Tag wieder darauf zurück. Bei sehr bedeutsamen Dingen kann die Frist, während der man des Denken darüber ruhen lässt, noch viel länger sein – das alles geht natürlich nur insoweit, als es die Lebensanforderungen zulassen, aber man soll es eben üben, so gut es geht. Entscheidungen, die man so trifft, werden sich stets als viel tiefer begründet erweisen, als wenn man sie überhastet aus dem Augenblick heraus trifft. Später wird das allerdings auch dazu führen, dass man gegebenenfalls auch ganz spontan und unmittelbar sehr fundierte Entscheidungen treffen wird.

Geduld beim Denken