

## 59. Vortrag

(11.11.2008)

### **Das Herz als Zentrum unseres Wesens**

Wenn wir den Weg der geistigen Entwicklung gehen, der uns bewusst mit dem Christus zusammenführen soll, dann müssen wir unser Ich stärken, seine Kräfte konzentrieren. Wir dürfen uns nicht zerstreuen. Darum müssen wir auch in der Meditation die Sinneswahrnehmung ausschalten, denn durch die Sinne zerstreut sich unser Ich in die ganze Welt, verliert sich an die Peripherie. Wir müssen ganz bei uns sein, uns ganz im Inneren finden – aber wir dürfen dennoch nicht die Verbindung mit der ganzen Welt verlieren, denn sonst würden wir im schlimmsten Egoismus versinken. Wie ist das möglich? Wir müssen etwas finden, wo wir ganz bei uns selbst sind und dennoch zugleich die ganze Welt in uns tragen. Etwas, in dem sich die ganze Kraft unseres Ichs konzentriert und indem zugleich die ganze Welt auf geistige Art lebt. Und das haben wir auch – diese Etwas ist unser Herz.

Sie gucken in die Welt hinaus und sehen den Umkreis und fragen sich: Was ist da in diesem Umkreis, was wirkt aus diesem Umkreis herein? Wo finde ich irgend etwas in mir, was damit verwandt und gleicher Art ist? — Wenn ich in mein eigenes Herz hineinschaue! Da ist gewissermaßen der umgekehrte Himmel drinnen, das polarisch Entgegengesetzte. Während Sie hier das Peripherische haben, den, ich möchte sagen, ins Unendliche erweiterten Punkt, haben Sie den Kreis zusammengenommen im menschlichen Herzen. Die ganze Welt ist da drinnen. (GA 312, S 172f)

Betrachten wir das noch etwas genauer:

Das Blut ist das physische Werkzeug des menschlichen Ichs. Alles, was im menschlichen Ich an schöpferischen Kräften lebt, findet im strömenden Blut seinen unmittelbaren Ausdruck und das strömende, pulsierende Blut erbaut sich im Herzen sein lebendiges Zentrum. Und hier, im Herzen, hat das Ich seine eigentliche irdische Wohnung. Kann hier unser Bewusstsein in voller Klarheit erwachen, dann offenbart sich das Geheimnis unseres Ichs – und damit zugleich die tiefsten Geheimnisse der geistigen Welt.

Etwas davon muss Franz Grillparzer geahnt haben, wenn er Primislaus in seiner „Libussa“ zu Beginn des vierten Aufzuges sagen lässt:

und das Herz  
Es ist mein Reich, weit bis zum Sitz der Götter,  
Und eine Spanne groß nur in der Brust,  
Daß Raum für mich und alle meine Brüder.

Darin liegt weit mehr als eine schöne poetische Wendung, darin liegt eine tiefe esoterische Wahrheit. Könnte man das Herz umstülpen und das Innerste ganz nach außen kehren, so würde es sich weiten zu einer ganzen Welt, die wahrlich bis an den Sitz der Götter reicht. Nur ist das dann keine physische Welt mehr, sondern es ist die geistige Welt, jene geistige Welt, in der wir auch in der Zeit zwischen dem Tod und einer neuen Geburt gemeinsam mit den Toten und mit allen anderen geistigen Wesen leben. Rudolf Steiner drückt es so aus:

Wenn wir hier den Menschen so umstülpen könnten, daß wir sein Inneres nach außen wenden würden, daß also zum Beispiel das Innere, das Herz dann die Oberfläche des Menschen wäre — er würde dabei nicht leben bleiben als physischer Mensch, das können Sie ja glauben —, aber wenn man ihn umstülpen könnte, im Herzen innerlich anfassen und ihn so wie einen Handschuh umstülpen, dann bliebe er nicht ein solcher Mensch, wie er hier ist, dann vergrößerte er sich zu einem Universum. Denn wenn man sich in einem Punkt ins Herz hinein konzentriert und dann die Fähigkeit hat, im Geiste sich selber umzustülpen, dann wird man diese Welt, die man sonst erlebt zwischen dem Tode und einer neuen Geburt. Das ist das Geheimnis des menschlichen Inneren, welches nur in der physischen Welt nicht nach außen gestülpt werden kann. Aber das menschliche Herz ist eine umgestülpte Welt auch, und so hängt wiederum zusammen die physische Erdenwelt mit der geistigen Welt. (Lit.: GA 214, S 157)

### **Das Herz und die Ich-Aura des Menschen**

Sehr deutlich zeigt sich die Besonderheit des Herzens in der Aura des Menschen. Der ätherische Aurenteil geht bis zum Gehirn hinauf und strahlt sogar noch über den Kopf hinaus, während die Astralaura im Kopf aufgehalten wird und sich nur von außen eine Art astralische Kappe aus der

äußeren Astralwelt darüberlegt. Das wird dann als Heiligenschein dem geistigen Auge sichtbar. Die Ich-Aura hingegen wird schon in der Herzgegend aufgehalten und begegnet hier einer geistigen Strömung, die aus dem Makrokosmos kommt und sich mit der von unten aufsteigenden Ich-Aura verschlingt.

„Während der ätherische und astralische Aurenteil bis zum Gehirn heraufgeht und da der astralische Aurenteil aufgehalten wird, der ätherische wie als Korona heraustritt, sehen wir, daß der Ichteil des Menschen als innerliche Aura schon aufgehalten wird in der Herzgegend. Die eigentliche innere Ich-Aura wird schon in der Herzgegend aufgehalten, dringt nur bis in die Herzgegend herauf und verbindet sich mit einem der äußeren Aurenenteile der entsprechenden makrokosmischen Aurenenteile. Im Herzen verschlingen sich in der Tat zwei Elemente, das eine Element, welches aus dem Makrokosmos hereinkommt und welches mit der Ich-Aura zusammengeknüpft wird, die von unten herauf kommt, aber schon beim Herzen sich staut, schon beim Herzen aufgehalten wird. So wie die astralische Aura im Gehirn aufgehalten wird, so wird die Ich-Aura im Herzen aufgehalten und berührt sich dort mit einem äußeren Ich-Auren-Element. Daher kommt das eigentliche Ich-Bewußtsein des Menschen im Grunde genommen den Tatsachen nach nicht im Gehirn zustande. Was ich Ihnen gesagt habe für den alten atlantischen Menschen, daß sein Ich hineingezogen ist, das haben wir noch genauer vorzustellen als ein Hineinziehen des äußeren makrokosmischen Ich, das seit der alten atlantischen Zeit nun vorgedrungen ist bis zum Herzen, sich da verbunden hat mit einer anderen Ich-Strömung, die von unten heraufströmt und die im Herzen zusammenkommt, so daß wir im Herzen organisiert haben den Ort, wo durch das Werkzeug des Blutes das eigentliche Ich des Menschen, wie es in unserm Bewußtsein auftritt, zustande kommt.“ (GA 129, S 200f)

### **Das Herz als Intuitionsorgan**

Unser höheres Selbst, das Geistselbst oder Manas, das in gewissem Sinn eine Einheit bildet mit der geisterfüllten Bewusstseinsseele, steht in okkultur Beziehung zum menschlichen Herzen, so wie in ähnlicher Weise der Kehlkopf in okkultur Beziehung zum Lebensgeist (Buddhi) steht (Lit.: GA 92, S 67). Das Geistselbst entsteht durch die bewusste Umwandlung des Astralleibs, ähnlich wie die Empfindungsseele durch die noch unbewusste Arbeit des Ichs am Astralleib gebildet wurde. Wenn nun das Bewusstsein im Herzen erwacht, verwandelt sich die Empfindungsseele zur **Intuitionsseele** und durch die Intuition erwacht unser Bewusstsein *in* den geistigen Wesen, die uns umgeben.

Wenn wir vom Herzen als dem Zentrum unseres Wesens sprechen, in dem unser Ich lebt, und das sich, wenn das Bewusstsein hier zu erwachen vermag, zum Intuitionsorgan wandelt, so ist dabei nicht vom physischen Herzen die Rede, sondern von der zwölfblättrigen Lotosblume, vom Herzchakra, das in der Nähe des physischen Herzens liegt. Regelmäßig ausgebildet und aktiviert wird der Herzlotos vor allem durch die sog. **Nebenübungen**, von denen wir schon öfters gesprochen haben und durch die wir uns folgende **sechs Eigenschaften** erwerben sollen:

Gedankenkontrolle, Initiative des Handelns, Gleichmut des Gefühls, Positivität, Unbefangenheit und inneres Gleichgewicht.

Durch fortgesetzte Übung wird das Herzchakra allmählich zum Seelenorgan, durch das wir in der Intuition in das Bewusstsein der uns umgebenden geistigen Wesen eintauchen können.

Versuchen wir uns das möglichst konkret vorzustellen und betrachten wir dabei zunächst den naheliegendsten Fall, dass wir uns intuitiv in das Bewusstsein eines hier auf Erden lebenden Mitmenschen versetzen. Dann wacht also unser Bewusstsein in ihm auf, wir erleben ihn dann gleichsam von innen her. Das hat aber gar nichts damit zu tun, dass wir nun in unserem Bewusstsein genau dasselbe erleben, was er gerade bewusst durchlebt. Wir erleben nicht die momentanen Gedanken, Gefühle oder Erinnerungen, die seine Seele durchziehen. Intuition hat nichts mit einer Art des primitiven Gedankenlesens, hat nichts mit Telepathie zu tun. Da hätte man es nicht mit einem besonderen geistigen Erleben zu tun. Das sind Dinge, die sich bloß auf der physisch-ätherischen Ebene abspielen und kaum mehr als eine gesteigerte sinnliche Wahrnehmung sind. Auch liegt in diesen momentanen Gedanken und Gefühlen nicht sein wahres geistiges Wesen. All das sind nur vergängliche, flüchtige, unwesentliche Erscheinungen, die mit seinem ewigen Wesen, d.h. mit seinem wahren Ich herzlich wenig gemein haben. So wie das Bewusstsein der Menschen heute im Allgemeinen geartet ist, findet sich in dem, was sie bewusst erleben, nicht ihr wahres Ich. Darum fällt uns auch die Selbsterkenntnis so schwer. In Wahrheit wissen wir nichts von uns selbst.

In der Intuition erwacht unser Bewusstsein gerade in jenem Teil seines Wesens, der dem anderen, sofern er nicht in seiner geistigen Entwicklung schon sehr weit vorangeschritten ist, völlig unbewusst bleibt. Wir lernen ihn dadurch besser kennen, als er sich selber kennt!

Mit den gewöhnlichen Bewusstseinsinhalten hat die Intuition also nichts zu tun, weder mit dem, was wir unmittelbar augenblicklich durch die Sinne, durch unser Denken und unsere Gefühle erleben, noch mit dem, was wir als Erinnerungen in unser Bewusstsein heben. Unser irdisches Gedächtnis entsteht, wie Rudolf Steiner ausführlich beschrieben hat, dadurch, dass sich unsere Seelenerlebnisse an der Oberfläche unserer inneren Organe in sehr differenzierter Weise zurückspiegeln, und zwar nicht räumlich, sondern in der Zeit zurückspiegeln. Abstrakte Gedanken etwa prägen sich dadurch dem Gedächtnis ein, dass sie an der Lungenoberfläche zurückgespiegelt werden, emotional gefärbte Gedanken an der Leberoberfläche und an der Herzoberfläche spiegeln sich unsere Gewissensbisse.

Im Inneren des Herzens aber konzentrieren sich jene Kräfte, die zu karmischen Anlagen werden. Diese gehen - natürlich nicht stofflich, sondern kräftemäßig – in die nächste Inkarnation hinüber. Anders ist es etwa mit dem Gehirn. Dieses wird durch die geistigen Kräfte unmittelbar aus dem Kosmos heraus gebildet – und zwar in jeder Inkarnation neu. Während des Erdenlebens wird zwar das Gehirn individualisiert, aber diese Kräfte fallen mit dem Tode ab und gehen nicht in die nächste Inkarnation hinüber.

In dem, was von Herz zu Herzen webt, lebt unser Schicksal, das uns mit den anderen Menschen verbindet. Im Herzen und durch das Herz können wir unser Karma ergreifen. Nur durch Intuition eröffnen sich die Geheimnisse von **Reinkarnation** und **Karma** dem bewussten Erkennen.