

Zusammenfassung vom online-Treffen 07.11.2023

Wir haben am Kapitel „Erkenne Dich selbst“ weitergearbeitet. Zuerst war das Thema die Selektivität der Aufmerksamkeit: „Die bewußte Aufmerksamkeit ist immer selektiv...“ Das Thema der Aufmerksamkeit wird uns meistens von außen wie aufgezwungen. Die Selektivität des Tiers ist vorgegeben: Ein Wolf interessiert sich für die Feldblumen nie. Die Selektivität des Menschen kann sich auf einen ganzen Bereich (z. B. wo man Experte ist – ein Gärtner sieht einen Garten anders als alle Andere) beziehen. Manchmal wählen wir das Thema selbst. Die höchste Form der Selektivität ist, wenn wir eine „Richtung“ selbst wählen und versuchen die Aufmerksamkeit intensiv und offen in dieser Richtung halten – bis eine Antwort, eine „Offenbarung“ (Steiner) kommt. In jeder Übung brauchen wir gerade diese Art der Selektivität.

Nächstes Thema war die Autonomie im Erkennen der Wahrnehmungswelt: „Die Autonomie im Erkennen der Wahrnehmungswelt besteht.“ ... „Gibt es eine ähnliche Autonomie des forschenden Bewußtseins auch in Bezug auf die Beobachtung der Seelenphänomene?“ Durch die Bildung des „Eigenlebens der Seele“ (Steiner) erlangt der Mensch eine Distanz zu den Wahrnehmungen. Erstes Zeichen dafür ist die Höhlenmalerei. Diese Distanz und Autonomie haben wir den eigenen Gefühlen (Emotionen) gegenüber nicht – erst, wenn sie abgeklungen sind. Erkennen (Denken und Wahrnehmen) haben – zunächst – Vergangenheitscharakter, deshalb sind wir ihnen gegenüber teilweise autonom. Die Gefühle bleiben lebendig und lassen uns keine Distanz zu.

Nächstes Thema war: Helligkeitsunterschiede im Bewusstsein: „Daß das Bewußtsein diese Unterschiedlichkeit erleidet – sie nicht hervorruft – und daß die Helligkeitsunterschiede alle für ein bestimmtes bewußtes Subjekt da sind, dies ist der Grund, weswegen seelische Probleme und damit Psychologie überhaupt existieren.“ Es ist interessant, dass wir die Helligkeitsunterschiede innerlich wahrnehmen können. Wie, mit welchem „Organ“? – können wir kaum sagen. Es ist auch interessant, dass diese individuell sind – das könnte man vereinfacht „Biographie“ oder „Schicksal“ nennen. Das Denken ist durchsichtig, hell – ich weiß genau, was ich verstehe bzw. verstanden habe, auch im nahhinein. Fühlen ist nicht durchsichtig, nicht „verständlich“ – dafür lebendig. Das dualistische Bewusstsein trägt eine Reihe von Spaltungen, „Wunden“ in sich. Eine solche ist die Trennung von Helligkeit (Verständlichkeit) und Dunkelheit, bzw. Lebendigkeit (Gegenwart) und Tod (Vergangenheit). Denken ist hell aber tot, Fühlen ist lebendig aber halbdunkel. In der Meditation wird auch diese Dualität überwunden: Es entsteht das „erkennendes Fühlen“ (GK), ein Verstehen im Fühlen, oder Fühlen im Verstehen. Auf der höchsten Stufe der Konzentrationsübung taucht die Idee als eine verständliche Gefühlsgestalt, Lichtgestalt auf. Gleichzeitig das wahre Subjekt, dessen Gestalt die Idee ist (Geistiges Grunderlebnis).

Letztes Thema war: „Wenn das Denken in reiner Form im Bewußtsein auftritt, nicht vermengt mit ihm fremden Gefühlen oder Willensimpulsen – das Denken selbst ist immer gewollt, seine Evidenz gefühlt –, dann ist es für sich durchsichtig, ist zugleich selbstbeobachtend...“. Der reine Wille des Denkens (Halten des Themas, der Richtung) und das Evidenzgefühl gehören zum Denken. Alle anderen Gefühle und Willensimpulse, Motive verunreinigen das Denken. Deshalb irren wir uns, deshalb belügen wir uns. Das führt weiter zum Thema „Selbstbewusstsein“, womit wir das nächste Mal anfangen.

Wir sehen uns am 8. Dezember, 18 Uhr wieder.

Wir setzen die Arbeit am Thema „Erkenne Dich selbst“ fort.