

Gunhild von Kries

Staunen, Mitgefühl, Gewissen

als Urbild, Seelenweg, Heilkraft und als den Jahreslauf begleitende Meditationsweisen

An einigen Stellen in seinem Gesamtwerk erwähnt Rudolf Steiner die Kultivierung und Entwicklung der menschlichen Seelenkräfte »Erstaunen, Mitgefühl und Gewissen« und weist zugleich in seinem einzigen diesem Thema ganz gewidmeten Vortrag vom 14. Mai 1912 in Berlin mit besonderer Eindringlichkeit darauf hin. In diesem Vortrag beschreibt er Staunen, Mitgefühl und Gewissen als eine Dreiheit, ohne deren Existenz, Pflege und Bildung im menschlichen Herzensraum die Erde als Christusträger ihr Ziel im Sinne der Schöpfung nicht erreichen würde:

Was sich in der Menschheitsentwicklung, die mit dem Mysterium von Golgatha begonnen hat, auf der Erde auslebt seit dem vierten nachatlantischen Kulturzeitraum an Erstaunen oder Verwunderung über die Dinge, alles, was in uns leben kann als Erstaunen und Verwunderung, das geht endlich an den Christus heran und bildet mit den Astralleib des Christus-Impulses, und alles, was in den Menschenseelen Platz greift als Liebe und Mitleid, das bildet den ätherischen Leib des Christus-Impulses, und was als Gewissen in den Menschen lebt und sie beseelt, von dem Mysterium von Golgatha bis zum Erdenziele hin, das

formt den physischen Leib oder das, was ihm entspricht, für den Christus-Impuls. [...] Was der Mensch auf diesen drei Gebieten sündigt, das entzieht zugleich dem Christus auf der Erde die Möglichkeit, sich voll zu entwickeln, das heißt, es lässt die Erdenentwicklung mangelhaft. [...] [D]as heißt aber, dass die Erde überhaupt nicht an das Ziel ihrer Entwicklung kommen kann.¹

Wie können wir diese von Rudolf Steiner genannten Seelenprozesse in einem tieferen Sinne verstehen und anfänglich mitvollziehen, wie sie mitschaffend an der Durchchristung der zukünftigen Erdenentwicklung wirken können?

Ich möchte im Folgenden versuchen, den inneren Vorgängen von Staunen, Mitgefühl und Gewissen seelisch beobachtend nachzuspüren, sie menschenkundlich zu beleuchten und sie als meditative Tore zu beschreiben, durch die wir die Inkarnation und den Erdenweg Christi zwischen der Taufe im Jordan und dem Geschehen auf Golgatha in den Monaten Januar, Februar und März in der Seele begleiten können.

In die heutige Zeit geschaut, kann man beobachten, dass jene Tugenden durchaus die Seelen der Menschen bewegen und durchziehen. »Empathie« ist für immer mehr Menschen eine Fähigkeit, der ein wichtiger Stellenwert beigemessen wird, worin sich die wachsende Bereitschaft zum Mitfühlen mit Menschen und der Natur, vor allem in der Alternativszene, ausspricht. Ganze psychologische und sozial-technische Methoden wie die »Gewaltfreie Kommunikation« oder die »Kontaktkunst« gründen sich in dem Entfalten von Empathie. Aspekte des Stauens zeigen sich in einer wachsenden Haltung von Offenheit und interessierter Unvoreingenommenheit. Und das Gewissen erwacht seit dem 20. Jahrhundert in tiefer Existenzialität und durchdringt teilweise die Generationen in immer jüngeren Jahren – als notwendiger Kontrapunkt zu einer sich epidemisch breit machen wollenden Gewissenlosigkeit, z.B. im Rahmen von Politik und Wirtschaft.

Als ich selbst jenen Vortrag Steiners vor 25 Jahren las, war ich tief getroffen von den weitreichenden Zusammenhängen, und das Thema ließ mich nicht mehr los. Es begleitete mich als Orientierung für Übewege und bei den Versuchen zu heilenden Taten im Künstlerischen und Therapeutischen, im menschlichen und wesenhaften Miteinander, bei der Arbeit an der Natur und im Umgang mit den Weltgeschehnissen.

¹ Rudolf Steiner: »Der irdische und der kosmische Mensch« (GA 133), Dornach 1989, S.113ff.

Staunen

Das Staunen ist eine dem Kind von Natur aus geschenkte Seelenverfassung. In hingebener Offenheit empfängt es die Erdendinge als beglückende Neuerfahrung und erlebt diese – mehr oder weniger erinnerbar – in ihrer geheimnisvollen Verbundenheit mit dem Kosmos und der göttlichen Welt. Dabei ist seine Seele wie mit Flügeln im Umraum ausgebreitet und schaut Himmel und Erde als wesenhafte Ganzheit. Forschend und lernend nähert es sich den Erdendingen und webt träumend und erinnernd in deren Ursprung aus der göttlichen Schöpfung.

Auf dem Weg zur Schulreife, zum Jugendlichen und zum Erwachsenen wird dieser träumend geweitete, Himmel und Erde verbindende Seelenraum langsam verlassen. Die Seele zieht sich zusammen, um letztlich im Erwachsenenalter einen Konzentrations-Punkt im Innern zu bilden – als Basis für das Ich, dessen bewusste Führungskraft und individuelle Unabhängigkeit.

Das Ich im Zentrum der Menschenseele kann nun zum Ausgangspunkt werden, von dem aus der Erwachsene sich entschließen kann, die Kunst des Staunens neu zu erüben. Dabei wird es nicht darum gehen, in die kindliche Art und Weise zurückzukehren. »Kind werden« bedeutet Weiter-Entwicklung, es bedeutet einen seelischen Lern- und Bildeschritt, den wir – laut Steiner – nur als inkarnierte Menschen machen können.²

Der erwachsene Mensch entwickelt zunächst ein Alltagsbewusstsein, um den Lebensanforderungen standhalten zu können. Seine Seele ist dabei im eigenen Innenraum mehr oder weniger eingeschlossen, wodurch er die Sinneswelt als von sich selbst getrennt und unabhängig erlebt. Sie ist für ihn ein »gegenständliches« Gegenüber, bisweilen ein »Stein des Anstoßes«. Die ihn ständig fordernde Unüberschaubarkeit versucht er durch den unbewussten Vorgang der Begriffsbildung zu kompensieren. Dabei deckt er die ihn umgebenden Objekte schnell mit Begriffen ab und hält sie dadurch für sich fest. Dieser wie automatisch sich ereignende, subtile Machtgriff auf die Sinneswelt geschieht aus Angst vor Orientierungslosigkeit. Die Seele verschließt sich im Alltagsbewusstsein in sich selbst, indem sie die Dinge einerseits von sich fernhält und zugleich durch abstrakte Gedanken bindet. In dieser Verfassung ist der Astralleib in sich geschlossen und abgetrennt von seiner vorgeburtlichen Quelle: der Sternenwelt. Im Kopf und in persönlichen Emotionen fokussiert sich das Ich, und das Herz bleibt stumm.

Es ist ein Wunder, dass der Mensch die Freiheit und Möglichkeit hat, aus tiefstem, eigenem Entschluss aus dieser Enge herauszu-

2 Vgl. a.a.O., S. 105.

wachsen. Als erster Schritt wird das Herz »geweckt«, indem sich dieses sanft von den einzelnen Erscheinungen der Natur und deren Schönheit berühren lässt. Dabei müssen Begriffsbildungen, Sympathien und Antipathien, Urteile und selbstbezogene Emotionen – wie Angst und Schwelgen – schweigen. Im Astralleib wird es still. Und das nun im Herzen verankerte Ich als Tor zum Staunen ist höchst aktiv, um diese Stille und Herzensberührung aus dem Umkreis aufrechtzuerhalten. Das fordert hohe Willenskraft – jedoch nicht den Eigenwillen, sondern einen Herzens- und Umkreiswillen.

Durch die Herzensberührung hat die Seele die Möglichkeit, aktiv hinauszuschwingen und bis zu dem Gegenüber, das bestaunt wird, hinzureichen. Sie bekommt Flügel. Dadurch löst sich die Gegenständlichkeit auf und es öffnet sich ein Raum, ein Seelenraum im Umkreis. Die weiterhin tätigen Sinnesvorgänge verwandeln sich. Sie gehen wie hinein – in die Blätter des Baumes, in das Licht, in den Klang, die Substanz des Holzes, den Geruch ... Alle nun lebendig gewordenen Sinneserlebnisse können zu Räumen werden, wobei die Sinne sich gegenseitig durchdringen und erhöhen: das Schauen wird hörend, das Hören schmeckend, das Riechen tastend etc. Dabei bleibt man mit seiner staunend geweiteten Aufmerksamkeit durchaus konkret auf bestimmte Objekte gerichtet – die Wolke, den Baum, das Tier – evtl. auch mit einer Frage. Um ein logisches Verstehen geht es dabei erst einmal nicht. Auch das Denken ist in den Seelenraum schauend hinein geweitet, und man ist ganz im Erleben, hingegen an etwas tief Geheimnisvolles, das in und um die Sinnesdinge webt – in einem erhöhten Gleichgewicht über dem ertötenden Intellekt und einem selbstbezogenen Genießen.

Erst allmählich zeigen sich dem in diesem Sinne leibbefreiten Bewusstsein neue Zusammenhänge aus dem Umkreis, die – auch am Tag – aus dem Astralraum der Nacht kommend an die Seele heranwehen. Diese ist wie ein großes Ohr, eine umhüllende Schale, in der die verwandelten Sinnesstätigkeiten und das geweitete Denken strömen und sich abspiegeln, um aus dem Umkreis heraus erkennend und befreiend wirken zu können. Mit neuen Augen, neuem Seelen-Werkzeug vermag man so auch auf das Erdenleben zu schauen, zu lauschen – z.B. in der Rückschau, auf schwer zu lösende Situationen, oder auf den eigenen Doppelgänger. Wenn ich in diesem soeben beschriebenen Sinne staune, durch-iche ich einen höheren Teil meines Astralleibes und schenke diesen zugleich in die Welt. Es wächst die Substanz

von Ich-bin-durchklugener Weltenastralität – als kleine Gabe an den Astralleib des Christus-ich-bin im Erdenwesen.

Aus den Gewohnheiten des Alltags kennen wir zunächst eine Art von selbstgebundenem Mitleid. Dabei machen wir uns die Leidens-Situation eines anderen Menschen oder Wesens deutlich, versetzen uns hinein, als wären wir selbst in jener Lage und leiden in diesem Sinne mit. Dabei projizieren wir unsere eigenen Gefühle auf die Situation des anderen Wesens, ungeachtet dessen, wie dieses wirklich sein Schicksal erlebt. In der gut gemeinten Annäherung an das fremde Dasein ziehen wir dieses in uns hinein, vermischen es mit unseren persönlichen Prägungen, beurteilen die Lage, verlieren uns darin und vermehren so das allgemeine Leid. Der bemitleidete Mensch empfindet dies bisweilen als unangemessen und unangenehm.

Beim wahren Mitfühlen jedoch geht es darum, möglichst genau in das Erleben des anderen Wesens hineinzulauschen und es zu verstehen. Damit dies gelingt, müssen alle persönlich gebundenen Emotionen in der Seele des Mitfühlenden zum Schweigen gebracht werden. Jegliche Selbstbezogenheit wird geopfert und weicht einer schenkenden Ich-Präsenz, einer Anwesenheit aus dem Herzen heraus. Durch eine bewusste Erweckung und Führung der Herzkkräfte macht man sich bereit, ganz für den Anderen da zu sein. Verbindliche Liebe lässt das Herz zum Wahrnehmungsorgan werden und baut die Brücke, auf der man mit dem Fühlen zum anderen Wesen hinübergehen kann. Die eigene Prägung wird dabei zurückgelassen, und Freilassenheit für den Anderen vermeidet jegliche Einmischung und Verurteilung. Bei selbstlosem, auch Ohnmacht ertragendem Hinlauschen kann sich ein tief umfassendes Verstehen des anderen Wesens auftun. Das geschieht durch einen Vorgang, den ich »Eingebung« nennen möchte, und der als »Aha-Erlebnis« mit Kraft ins Herz hereinströmt. Der Organismus kann darauf mit tiefer Einatmung reagieren. Nun wächst eine Herzens-Brücke zum Anderen hin, ein Herzäther-Strom, auf dem die eigene Seele zum anderen Wesen hinübergetragen wird. Ein heilsam erfüllter Raum von Wesensbegegnung wird erlebbar. Durch ein wirklichkeitsgetreues Wiederklingen des Anderen in der eigenen Seele entsteht Befreiung, ja Erlösung von gebundenem Leid.

Verglichen mit dem sich weitenden Staunen ist das Mitfühlen eine sich sammelnde Gebärde, ein Gehen auf der schmalen, fließenden Herzäther-Brücke zum Anderen hin. Die Seele »stürzt«

Mitgefühl

gleichsam bei der Eingebung in den Ätherstrom hinein, was Schmerz erzeugen kann. Voraussetzung ist eine dem musikalischen Hören ähnelnde punktuelle Genauigkeit im aufnehmenden Begreifen, jedoch nicht als Sinnesvorgang, sondern als meditative Seelengebärde.

In der Lebenspraxis erweist es sich, dass auch die Gelegenheiten des Mitfühlers genau zu entscheiden sind. Beide Seiten, der Mitfühlende und der Empfangende, müssen einverstanden sein können. Mitfühlen kann man nicht fordern und auch nicht überstülpen. Berechtigung geben mag ein Hilfesuch, eine Aussprache, bestenfalls eine Verabredung. Zum Mitfühlen wird man immer bereit sein und sich zugleich niemals dazu zwingen lassen. Beide Seiten sind stets gleich würdig im Teilen der Erdennöte, im Ringen zwischen Licht und Finsternis. Dann werden diese feinsten Rechtsstrukturen zum sozialen Kunstwerk, zum Tempel der heilenden Begegnung. Wo zwei »in Seinem Namen« durch die Ätherherz-Brücke des Mitfühlers versammelt sind, da möge Herzäther überfließen, als bescheidene Mithilfe für den Ätherleib der neuen Erde als Christus-Träger. Mitfühlen ist pure Gegenwärtigkeit, eine erhöhte Mitte zwischen identifiziertem Verschmachten und Unverbundenheit. Das urteilsfreie Ankommen beim »Ist« öffnet das Tor für die Wandelkraft der Zukunft.

Gewissen Wir kennen das Gewissen zunächst als Produkt von Erziehung und religiöser Tradition. An von diesen Bereichen stammenden Kriterien messen wir, ob etwas »gut« oder »schlecht« ist. Hierarchische Strukturen bestimmten in vergangenen Zeiten die Gehaltssinhalte der Menschen.

Hier trat im 20. Jahrhundert eine Wende ein. Von Generation zu Generation verstärkte sich die innere Sicherheit, zwischen Gut und Böse selbst entscheiden zu können und zu wollen. Schon zum Ende des 19. Jahrhunderts gelang es Rudolf Steiner, diesen notwendigen Schritt in der Entwicklung der Menschheit philosophisch zu fassen. Er beschreibt in seiner »Philosophie der Freiheit« den »ethischen Individualismus«, die moralische Selbstbestimmung als eine dem Menschen mögliche Seelenkraft, die ihren schöpferischen Boden in der bewusstseinsmäßigen Durchdringung des Denkens als Prozess hat. Die Wiederkehr des Christus im Ätherischen, auch im Ätherischen des Denk-Prozesses, schenkt den kosmischen Raum für diese neue Stufe des Menschseins. Zugleich werden wir seit dieser Zeit zunehmend an die Abgründe einer kaum fassbaren wütenden

Gewissenlosigkeit geführt – mit der Möglichkeit, daran in den eigenen Gewissensräumen zu erwachen.

Noch tiefer als das Mitgefühl wurzelt das Gewissen im Herzen. Dort ist es weder »gut« noch »schlecht«. Es ist eine Instanz des »eigentlichen Wissens«, die jeder Mensch in sich auffinden kann. Eine Schwelle liegt davor, die einen nicht zum Eigentlichen vorstoßen lassen will: der persönliche Schatten, der Doppelgänger, der sich in individueller Prägung als Zweifel, Angst, Unmut, Trägheit, Lieblosigkeit etc. zeigt.

Zunächst kann man das Gewissen meditativ als konzentrierten Punkt unterhalb des Herzens, als vertiefte Herzqualität erfahren. Auch ohne konkreten Inhalt oder Frage ist es als kraftvolle, schöpferische, ja religiöse Instanz erlebbar. Das Herzens-Ich ist dabei höchst anwesend und balanciert zwischen Oberflächlichkeit und aufkeimen wollendem Allmacht-Bestreben. Nur vom Herzen aus findet sich die Mitte. Es ist ein geheimnisvoller Ort in uns, durch den wir lernen können, dem individuellen Gewissen, dem Wort des Ich-Bin, zu begegnen.

Dieser innere Gewissenspunkt ist auch als Schale erlebbar, die, nach oben geöffnet, bereit ist, die Kraft des höchsten Geistigen in sich hereinklingen zu lassen. Wie eine lichte Säule konzentriert sich dieses aus dem Kosmos heraus um den ganzen Leib herum und durchdringt diesen in kaum erträglicher Intensität. Nur ein gesund sein wollender Leib kann dem standhalten. Und es zeigt sich, dass leibgemäße Ernährung und hygienische Lebensführung durch Rhythmus, Bewegung, körperliche Arbeit, Kunst, Natur etc. eine notwendige Basis für eine zukunftsgerechte Gewissensbildung und heilsame menschliche Taten bieten.

Von dieser meditativen Erfahrung aus kann man versuchen, den »Gralsraum« des Gewissens mit konkreten Lebenssituationen und -fragen in Beziehung zu bringen. Wie fern sind wir davon im Alltag entfernt, indem wir orientierungslos grübeln, uns in blindem Tun verlieren und erfahren, dass unsere Taten oft nicht zu den gut gemeinten Zielen führen. Wie in einem neuen Gebäude finden wir tastend den Weg zu einem wahren, freien Entschluss, bei dem sich Denken, Empathie und Tat im Herzen und im ganzen Leib begegnen. Das kosmische Weltenganze, wiederum als nächtlicher Raum, klingt hier herein, so dass wir lernen können, unser Schaffen aus den Zusammenhängen der Schöpfung zu gestalten. Das Gute ist niemals einseitig oder isoliert.

Eine Tat in diesem Sinne wird ein Opfer für das Weltenschicksal sein, indem das Persönliche zurückgestellt wird. Das Welten-

ganze, das als wahrer Impuls zur Tat in den Leib hereintönt, klingt so auch in die Erde, den Leib des Christus, für eine Christus-Leib-Werdung in alle Zukunft hinein. Auch dem eigenen Wesen gegenüber, im Sinne seiner Weiterentwicklung, kann Gewissen walten, kann ich »ein Herz haben«, indem ich es gesund erhalte und zugleich durch wache Selbstbeobachtung bereit zur eigenen Verwandlung werde.

Die Dreiheit

Die soeben beschriebenen drei Seelentaten Staunen, Mitgefühl und Gewissen bilden gemeinsam ein Dreigestirn, das in tiefem Zusammenhang zu dem Bilde-Geheimnis unserer Entwicklung steht, dem Urbild der Dreiheit, Dreigliederung und Drei-Einigkeit. In vielfältiger Weise lassen sich Zusammenhänge mit anderen auf der Dreiheit aufgebauten Lebensprinzipien finden: Verbunden mit den Schritten des Zeitenganges öffnet sich das Staunen der Vergangenheit als ahnende Erinnerung an die Quellen des Seienden. Das Mitgefühl ist verbunden mit hoher Gegenwärtigkeit, während die Gewissensfindung die Grundlage zu einer Zukunft im Sinne des Guten schenkt. Die Seelenprozesse Denken, Fühlen und Wollen stellen sich zur Verfügung, um, zugleich erweitert, über sich hinausgeführt und in kosmische Zusammenhänge eingebettet zu werden. So setzt das Staunen am Denken an und befreit dieses in den Umkreis hinein. Das Fühlen findet im Mitfühlen sein Zentrum im Herzen, und das Wollen kann durch die Verbindung zum Wesentlichen im Gewissen in Leib und Kosmos wurzeln.

Frieden stellt sich in der einzelnen Seele beim Staunen ein. Das Mitfühlen bildet Frieden zwischen den Wesen. Durch das Gewissen will Frieden für das Weltganze geschaffen werden. Einsamkeit, Gemeinschaft und Welt-Ganzheit in diesem Sinne sind in ihrer Gleichgewichtung für jeden Menschen eine gesunde Dreiheit von Lebens- und Schaffens-Räumen.

Auch die drei mal drei Hierarchien der Engelwesen durchdringen diese Räume und Vorgänge. Gleichsam zart berührend erlebe ich die Flügel der Engel an den Seelen-Flügeln bei dem sich befreienden Denken im Staunen. Im Mitfühlen tauchen die Erzengel mitfühlend in die Wesensbegegnung ein, wie ein strömender Klang. Und dankbar ahnen kann ich das Mittragen von gewissensdurchdrungenen Erdentaten durch die Archai.³

Im Staunen verwandelt sich der Astralleib und erhält durch seine Verbindung zum Sternenraum anfängliche Geistselb-Elemente. Durch das Mitfühlen wird der Ätherleib von Herzkraft

³ Vgl. Gunhild von Kries: ›Zeit heilt. Begegnungen mit dem Klang der Zeit‹, Schaffhausen 2003, S. 156ff.

erfüllt und beginnt im Lebensgeist zu strömen. Eine allmähliche Verwandlung des physischen Leibes zum Geistesmenschen ereignet sich in der Gewissensfindung. Sowohl die göttliche Trinität als auch die drei Gruppen der neun Hierarchien leben in diesen Metamorphosen.

Staunen, Mitgefühl und Gewissen bilden einen inneren Weg, bei dem das im Herzen verwurzelte Ich immer tiefer eindringt, von der Seele über den Ätherleib in den Leib und von der Weite in die Innerlichkeit und die Urkraft des Seins. Zugleich wächst eine Verbundenheit zur Natur, zu den anderen Menschen und zum Göttlichen. Im Staunen weitet sich das Ich zum nächtlichen Raum der Sternenwelt, es kann im Mitfühlen tief in die Nöte des Erden-Seins eintauchen und empfängt durch das Gewissen aus dem Kosmos Impulse zur Tat.

Diese Dreiheit zeigt sich so als vielfältige Struktur, die in ihrem räumlichen und prozesshaften Aufbau es dem Menschen ermöglicht, sich auf freie, liebevolle und schöpferisch dienende Weise in die geheimnisvolle Gestalt des Himmel, Mensch und Erde umfassenden Welten-Seins hineinzustellen. Sie ist ein immer neu zu bauender Tempel, in dem der Mensch sein eigentliches Sein und seine Aufgaben finden und erfüllen kann. Mit diesem Tempelbau aus dem Herzen heraus in die Welt hinein können wir zum Bau des kosmischen Tempels beitragen, dem Ort für das Christus-Werden der Erde.

Im letzten Vortrag des im August 1924 gehaltenen Zyklus ›Das Initiatenbewußtsein⁴ schildert Rudolf Steiner, nachdem er auf Richard Wagners ›Parsifal‹ eingegangen ist, eine musikalische Intervallmeditation. Diese lässt den Meditanden sich zuerst durch wachsende Intervalle aus seiner persönlichen Gebundenheit herauslösen, um von da aus in einer von Steiner so benannten »Mollgebärde« mit Hilfe einer bestimmten Folge kleiner werdender Intervalle die »Inkarnation Christi« mitfühlen zu können. In einem vertieften Erleben der Monate Januar, Februar und März als Inkarnationsweg Christi vom kosmischen Dasein durch die Hüllen der Erde bis ins Innere der Erde zeigt sich eine erweiterte Möglichkeit, den »mollartigen« Inkarnationsweg Christi und das Christuswerden der Erde durch die Seelenkräfte Staunen, Mitgefühl, Gewissen heilsam mitzutragen.

Seit dem Wieder-Erscheinen des Christus im Erdenäther wächst gleichsam ein Gralsraum für ein vertieftes religiöses Erleben der Natur im Wandel des Jahreslaufes. Das Christuswesen ist unmit-

Inkarnation und Erdenweg Christi – Januar, Februar, März

4 Rudolf Steiner: ›Das Initiaten-Bewusstsein‹ (GA 243), Dornach 1993, S. 218ff.

telbar darin zu finden. Und indem wir mit Seinem Erleben dieses Äther-Wandels mitfühlen, durchschreiten wir eine Vielfalt von Wegen, die in früheren Zeiten als verschiedene Einweihungs-Weisen im Volkstum oder in den Mysterien, im Norden oder im Süden erfahren wurden. Heute können mit Hilfe des ganzen Jahres die Verschiedenheiten zusammenweben. So durchleben wir im Sommer eine Natur-Initiation und erwachen im beginnenden Herbst zu unserem Mensch-Sein. Diesem können wir an Michaeli in seinen kosmischen Tiefen und durch ein Überschreiten der Schwelle hin zu einer wahren Ich-Geburt zu Weihnachten begegnen. Von da aus können wir in selbstloser Weise den Erdenweg des Christus mitgehen, was das eigentliche Anliegen der ursprünglich christlich-mystischen Einweihung war.⁵

Die drei Monate Januar, Februar und März sind ein Spiegel der drei Jahre, in denen der Christus in den leiblichen Hüllen des Jesus das Erdensein durchlebte. Dabei zeigt sich der Januar mit der Taufe im Jordan als Eingangstor und Raum erster, gleichsam kindlich peripherer Erfahrungen und Begebenheiten. Mit der Verklärung und Seinen heilenden Taten offenbart sich der Christus in Seiner ganzen Gegenwärtigkeit, um dann in die den März prägenden Passionsgeschehnisse einzutauchen.

In dem keimhaft steigenden Licht des Januar, das wie um die Erdendinge herumwebt, kann man mit vertieftem Blick das zart webende Christus-Ich im Seelenraum der Erde erfahren. Dabei versucht man staunend die Sinne zu weiten und wach das Lebendige in der Erdenaura und in den Substanzen aufzunehmen. Das Denken wird dabei in der Weise vom Ich geführt, dass es das Fixieren von Formen unterlässt. Verfestigungen in der eigenen Seele werden dadurch gleichsam durchatmet und es entsteht ein Seelen-Raum, der die vom Christus durchlebte Aura aufnehmen, Ihm Heimat geben kann.⁶

Zu Lichtmess am Beginn des Februar bündelt sich das Licht, wächst und wird flutend bewegt. In großer Schönheit und feierlich belebter Stimmung ist die Landschaft wie erhoben. Indem man darin selbstlos mitführend, mitbewegend eintaucht, wird das Licht als Liebe und der Christus, den Landschaftsäther bewegend, mit kraftvoller Anwesenheit erlebbar. Das Welten-Ich-Bin tönt im Herzen, um zum inneren Gespräch zu wachsen. Im Herzensäther-Raum des Februar kann das Mitfühlen zur hörenden Begegnung mit dem Christuswesen werden.⁷

Im März wird die Natur regsam und die Erde fängt an sich zu leben. Sie erscheint plastisch und konkret, und man beginnt sie

5 Vgl. von Kries: op. cit., Kap. »Der Jahreslauf als innere Bewegung«, S. 111ff.

6 Vgl. a.a.O., S. 156ff

7 Vgl. a.a.O., S. 163ff.

8 Vgl. a.a.O., S. 168ff

zu bearbeiten. Indem der tätige Wille aktiv werden will, steigt man tiefer in seinen Leib hinunter und wird zugleich mit den Schatten seines Erden-Seins konfrontiert – mit Schwäche und Schuld. Menschliche Schuld verwandelt der Christus durch göttliche Liebe auf Seinem Leidensweg der Passionszeit. Indem wir Ihn darin begleiten, kann das Gewissen im Willens-Herzraum für das Wesen der Schöpfung erwachen und die Erde wie einen Teil des eigenen Leibes erleben. Verantwortung wächst daraus und ein Mittun bei stillem Lauschen auf das Wesentliche.⁸

GUNHILD VON KRIES ist Musikerin, Therapeutin, Imkerin, Dozentin und Autorin. Publikationen: ›Zeit heilt‹ (Oratio Verlag 2003) und ›Aus Liebe zur Musik. Schritte in ein neues Zeitalter‹ (Novallis Verlag 2012). Außerdem Entwicklung neuer Musikinstrumente (»Tähtivirta«) und Forschung am Thema Zeit, langjährige Erfahrung in alternativer Gemeinschaftsbildung und Geldstrukturierung auf Grundlage eines verwandelten Zeiterlebens. Seminarangebote zu den Themen Neue Musik, Heilung, Zeit und Zukunft. Wohnhaft bei Berlin und in Tschechien.



Hans Holbein d.Ä. (um 1465; † um 1524): Darstellung des Herrn, 1501, Fichtenholz, Hamburger Kunsthalle*