

Angelika Oldenburg

## Der Geist des Übens

Zur dritten Meditationstagung zum Werk von Georg Kühlewind

Der Geist des Übens war anwesend, als nun zum dritten Mal in Stuttgart von der Akanthos Akademie eine Meditationstagung in Anknüpfung an den Ansatz von Georg Kühlewind veranstaltet wurde. Alle Vortragenden waren ihm mit ihrer eigenen Biografie eng verbunden. Diesmal stand der therapeutische Aspekt im Vordergrund. Hauptredner waren der Arzt und Psychotherapeut Hartwig Volbehr, der amerikanische Psychotherapeut und Autor Michael Lipton und der Hochschullehrer István Székely aus Budapest. Als Leiter von Arbeitsgruppen waren außerdem Rudi Ballreich, Salvatore Lavecchia und Laszlo Böszörményi an der Gestaltung der Tagung beteiligt. Etwa 80 Menschen waren der Einladung gefolgt.

In seinem Werk ›Vom Normalen zum Gesunden‹ (Stuttgart 2017), dessen Titel das Motto der Tagung war, hat Georg Kühlewind versucht, eine populäre Darstellung seiner Forschungsergebnisse zu verfassen. Sein seelenkundlicher Ansatz war es, mit einer Stärkung der Aufmerksamkeitskräfte, des Zentrums der Seele, das Seelenleben zu ordnen. Bevor wir uns den gewaltigen Kräften des Unbewussten zuwenden, müssen wir zuerst die Kräfte des Überbewussten, die lebendigen Kräfte der Aufmerksamkeit, ausbilden und so ein inneres Zentrum in uns schaffen – lebendig genug, um die Welt zu verstehen, und stark genug, um uns unsere Autonomie erleben zu lassen. Das ist die Quelle, aus der unsere seelischen Kräfte

immer wieder ins Gleichgewicht gebracht werden können. Diesen Ansatz gestalteten die drei Hauptreferenten individuell aus.

Der Therapeut *Hartwig Volbehr* begann am ersten Abend seinen Vortrag mit einer auto-biografischen Schilderung. Für ihn war die Begegnung mit Georg Kühlewind eine Erleichterung gewesen, nachdem er Anthroposophen immer als Menschen kennengelernt hatte, die »schon alles wussten«. Mit Bewusstseinsfragen hatte er sich schon durch das Werk Jean Gebbers beschäftigt und so die Voraussetzungen dafür erworben, den Ansatz Georg Kühlewinds verstehen zu können. Er berichtete aus seiner therapeutischen Erfahrung heraus, dass Menschen heute weniger mit spezifisch seelischen Problemen in die Praxis kommen als vielmehr mit einer chaotisierten Sphäre der Lebenskräfte. Diese sind in zunehmendem Maße bedroht, weil nur wenige stabilisierende Kräfte in unserer Gesellschaft vorhanden sind. War früher die Lebenssphäre des Menschen von Traditionen geprägt, die ihn vielleicht oft einschnürten, aber doch auch hielten, so ist der Mensch heute tendenziell frei. An die Stelle von Kultur, Kirche und Erziehung sind in zunehmendem Maße die modernen Medien getreten, die eine große Faszination ausüben. In dieser Faszination kann der Mensch sich verlieren. Der Ätherleib ist heimatlos geworden, verwaist. Die Informations- und Unterhaltungsmedien stürzen sich auf diesen verwaisten Ätherleib.

Die wichtigste Fähigkeit im meditativen Leben – und für den modernen Menschen überhaupt – ist die Fähigkeit geworden, innezuhalten und »Moment mal« sagen zu können, bevor er auf einen Reiz von außen reagiert. Dieses, sich selbst in seinen Reaktionen anhalten zu können, ist die wichtigste Voraussetzung und zugleich auch die Frucht der Meditation. Wir sind der Welt nicht ausgeliefert, müssen nicht auf jedes Angebot von außen reagieren.

Dies ist nicht als innerer Zwang gemeint. Indem wir die Kraft des Verstehens kultivieren, erleben wir die lebendigen Kräfte des Denkens. Verstehen kann man niemandem beibringen, jeder kann es nur in sich selbst erleben. Es ist die grundlegende Erfahrung des Kindes, dass die Welt verstehbar ist. Der Materialismus überspringt diese Stufe und will uns einreden, es gäbe nur fertige Produkte und keine Prozesse. Indem wir also die Kräfte des Verstehens ausbilden, leisten wir eine wichtige Arbeit. Wir können zu allem in Beziehung, in Resonanz treten, wir müssen vorher nur unser seelisches Instrument stimmen. Es ist eine gewaltige Aufgabe: Wir sind aufgefordert, die zehnte Hierarchie zu bilden. Dabei gilt es, authentisch zu sein und Momente der Ratlosigkeit auszuhalten. In dieser fließen uns Kräfte zu. Wir können so eine »Schöpfung aus dem Nichts« vollbringen. Dabei muss der Einzelne nicht alleine bleiben – Gruppen, die gemeinsam üben und meditieren, können eine große Hilfe sein.

Von den Kräften der Verwandlung sprach auch der amerikanische Psychotherapeut *Michael Lipton*. Er berichtete aus seiner Praxis, dass selbst Menschen mit schweren seelischen Verwundungen diese in innere Kräfte verwandeln können, wenn sie ihre Wunden annehmen. Einer Klientin gelang es, jene Kräfte, die sonst in ihren Zwangsgedanken gebunden waren, für das Lernen langer Gedichte einzusetzen; eine andere, die in ihrer Jugend Missbrauch und Vernachlässigung ausgesetzt gewesen war, begann Menschen zu betreuen, die ebenfalls seelische Schäden erlitten hatten.

Wir können lernen, die Identifikation mit unserem Körper zu überwinden und müssen uns nicht als Getrennte erleben. Wir können uns

einander zuwenden. Auch hier tauchte, wie bei Hartwig Volbehr, der Impuls der Gemeinschaftsbildung auf, die möglich wird, wenn wir ein starkes, bewegliches Zentrum bilden und uns nicht länger mit unseren trennenden Hüllen und mit unseren Unterschieden identifizieren. Michael Lipton berichtete von einem Nahtoderlebnis, von dem die Betroffene berichtete, dass sie ihr ganzes, bisheriges Leben plötzlich wie »einen langweiligen Mantel« hinter sich lassen konnte. Diesen »langweiligen Mantel« können wir alle lernen, durchlässiger zu machen.

Georg Kühlewind, so Lipton, habe am Ende seines Lebens, nach jahrzehntelanger Meditation, lediglich nüchtern konstatiert: »Ja, jetzt bin ich fast den ganzen Tag präsent, da.«

### *Seelische Substanz*

Georg Kühlewinds Sohn István Székely setzte bei dem letzten Werk seines Vaters an und war auf der Suche nach dem »leeren Bewusstsein« – vor und mit dem zuhörenden Publikum ein nicht einfaches Unterfangen!

Das Kind erlebt eine Pause, wenn es sich von einem Ding ab- und einem anderen zuwendet. Diese Pause können wir auch als Erwachsene kultivieren und so die Erfahrung unserer eigenen Denkkräfte machen, bevor wir sie in den Dienst der Sache stellen. Wir bemerken normalerweise nicht, welche inneren Griffe wir tun, um uns etwas zuzuwenden zu können, und wachen immer erst auf, wenn wir schon die fertigen Dinge benannt haben. Das ist gewissermaßen unser Grab. Die Auferstehung bestünde darin, unser lebendiges Denken zu erfahren, bevor es in die Dinge hinein stirbt.

Am Samstagabend gab es eine Veranstaltung mit Worten aus Werken Rudolf Steiners und Georg Kühlewinds, vor allem aber mit Auszügen aus »Die Antwort der Engel« von Gitta Malasz. Dieses Werk berichtet von Erfahrungen, die vier junge Ungarn im Budapest der vierziger Jahre unter deutscher Besetzung gemacht haben. Unter dem Druck dieser Zeit empfing eine junge Frau aus diesem Freundeskreis die ermutigenden Botschaften von Engeln. Georg Kühlewind, der allen esoterischen Botschaf-

ten eher skeptisch gegenüberstand, hat diese Botschaften als authentisch empfunden. Sein Freund und Schüler Böszörményi, Verfasser einer Biografie Georg Kühlewinds,<sup>1</sup> hat Aussagen der Engel ausgewählt, die von der Freude unter großer seelischer Bedrückung erzählten. Der schöpferische Funke der Seele kann trotz Gefahr und Tod nicht ausgelöscht werden. Das Ensemble ›jo.FEUERBACH‹ (Angelika Remlinger, Andreas Krennerich & Thomas Reuter) begleitete die Sprache mit musikalischen Improvisationen. So hatte die Tagung einen künstlerischen Mittelpunkt.

Es ist viel gesprochen worden. Aber im Abschlussplenum konnte man bemerken, dass sich zwischen den Worten eine seelische Substanz gebildet hatte. Ein Netzwerk von Menschen zeigte sich, die schon lange in verschiedenen Gruppen anhand des Ansatzes von Georg Kühlewinds üben.<sup>2</sup> Annegret Holland hatte im Hintergrund gewirkt, um möglichst viele Übende zusammenzuführen.

Und überhaupt waren die Vorträge, von denen hier berichtet wurde, nur Kristallisationspunkte; zu eigenen Erfahrungen konnten vor allem die Meditationsgruppen führen. Einige Teilnehmer jedenfalls, die bisher noch gar keinen Kontakt zu Kühlewinds Werk gehabt hatten, äußerten ihre Freude darüber, hier einen ganz neuen Zugang zur Anthroposophie gefunden zu haben. – Andreas Neider kündigte für den 22.-24. Oktober 2023 die nächste Tagung in Stuttgart zu Georg Kühlewind an; zu dessen 100. Geburtstag wird 2024 eine große Tagung in Budapest stattfinden.

*Angelika Oldenburg, Dozentin, Waldorflehrerin und Journalistin, interessiert vor allem an Menschen, Literatur und Spiritualität.*

1 Laszlo Böszörményi: ›Georg Kühlewind – Ein Diener des Logos‹, Stuttgart 2022.

2 [https://: uebungsgruppe-kuehlewind.de](https://uebungsgruppe-kuehlewind.de)

Anzeige



**Jetzt einen Monat kostenlos kennenlernen!**

**Das Goetheanum** Wochenschrift für Anthroposophie seit 1921

Papier & Digital ab 7,80€ monatl.  
[dasgoetheanum.com](http://dasgoetheanum.com)