

Stephan Stockmar

Von der Atlantis-Faszination zur Erkenntniswissenschaft

Ein Nachruf auf Ralf Sonnenberg

(* 6. Januar 1968 in Münster; † 1. August 2025 in Berlin)

Ralf Sonnenberg¹ war nicht nur seit 1997 regelmäßiger Autor von DIE DREI, sondern von 2000 bis 2007 auch Mitredakteur dieser Zeitschrift. Der Schreiber dieser Zeilen hatte die Redaktionsleitung im Herbst 1999 von Theo Stepp übernommen (bis 2015). Durch den Umzug der Redaktion im Januar 2000 von Stuttgart nach Frankfurt am Main war auch eine weitere personelle Neuaufstellung erforderlich. Auf eine entsprechende Anzeige hatte sich Ralf beworben, und wir haben dann nicht nur den Umzug gemeinsam gemeistert, sondern auch über sieben Jahre eng zusammengearbeitet – bis er auf eigenen Wunsch ausschied, um sich in Berlin, wo er bereits seit 1990 gelebt hatte, selbstständig zu machen, ab 2010 mit einem eigenen Lektoratsbüro.

Jeden Monat kam Ralf zur gemeinsamen Fertigstellung des Heftes nach Frankfurt: eine Woche intensives Arbeiten an der Zusammenstellung des Heftes, am Satz und Layout, begleitet von vielen Gesprächen und manchen Disputen. Die restliche Arbeitszeit – er hatte eine halbe Stelle – hat er in Berlin absolviert: Kontakte zu Autoren knüpfen und pflegen, redigieren von Artikeln, Korrekturen ... In diesen Zwischenzeiten haben wir regelmäßig telefoniert, oft auch zu dritt. Denn die ersten Jahre war noch Ruth Ewertowski aus Stuttgart mit einem kleinen Deputat im Boot, und dann Angelika Sandtmann aus Simmern im Hunsrück. Diese monatlichen Dreierkonferenzen

(immer wieder auch live in Frankfurt), in denen wir die nächsten Hefte konzipiert und auf das jüngst erschienene zurückgeblickt haben, waren für uns, die wir die meiste Zeit an verschiedenen Orten saßen, wichtige Höhepunkte! Beim Rückblick war auch oft Justus Wittich als erfahrener Zeitschriftenmacher dabei, damals noch als Geschäftsführer (bald zusammen mit Stephan Eisenhut) der gerade neu gegründeten »mercurial-Publikationsgesellschaft«, in der DIE DREI nun erschien. (Seit Herbst 2017 ist der Redaktionssitz wieder in Stuttgart, und seit 2025 erscheint DIE DREI erneut im Verlag Freies Geistesleben.)

Ralf konnte schreiben, und in die Herstellungstechniken haben wir uns gemeinsam eingearbeitet. Er war sich nie für etwas zu schade. Überhaupt war er ein sehr sympathischer, freundlicher, hilfs- und gesprächsbereiter Kollege mit oft dezidierten Ansichten. So war unsere Zusammenarbeit immer produktiv und er hat die Zeitschrift deutlich mit geprägt, z.B. durch die federführende Konzeption und Betreuung der Serie »Geist, Gehirn und Bewusstsein« von Heft 12/2004 bis Heft 3/2006, für die er ein breites Spektrum von Autoren gewonnen hat: Naturwissenschaftler, Mediziner und Philosophen – nicht nur aus der anthroposophischen Szene. Auch Themenhefte zu Europa und zu den USA hat er maßgeblich mit gestaltet und schließlich den aktuellen »Brennpunkt« eines jeden Heftes betreut.

Ein wichtiges Thema in diesen Jahren war für Ralf das Verhältnis von Anthroposophie und Judentum, nicht zuletzt angeregt durch das Studium der Religionswissenschaften und Neueren Geschichte, das er in Berlin 1990 aufgenommen hatte, u.a. bei Hartmut Zinser, den er als sauberen Methodiker schätzte, der aber die Religionswissenschaft völlig unspirituell betrieb. Mit ihm verband ihn eine Art Hassliebe. Seinen Abschluss in Geschichte machte er bei Wolfgang Benz, dem damaligen Leiter des Zentrums für Antisemitismusforschung.² Dieser Thematik galten auch manche Artikel und Rezensionen. 2009 erschien das von ihm herausgegebene Buch ›Anthroposophie und Judentum. Perspektiven einer Beziehung‹ im Info3-Verlag in Frankfurt am Main. Seine kritischen Auseinandersetzungen mit dieser Beziehung wurden in der anthroposophischen Welt nicht immer gut aufgenommen. Weitere wissenschaftliche Arbeitsfelder in dieser Richtung waren Holocaustleugnung und Esoterik sowie die Entstehungsgeschichte der Rassenhygiene.



Ralf Sonnenberg (1968–1925)

Erkenntniswissenschaft und Esoterik

Ralf Sonnenberg war ein wacher Zeitgenosse, der sich mit manchen weiteren heißen Eisen beschäftigt hat, von der Migrationsfrage (mit der er auch in seinem Berliner Umfeld persönliche Erfahrungen gesammelt hat) bis hin zur Sterbehilfe-Diskussion. Manche Reisen führten ihn in Länder des ehemaligen Ostblocks.

Sein besonderes Interesse, das zunehmend in den Vordergrund trat, galt der Erkenntniswissenschaft – der Suche nach einem in jedem Schritt durch saubere Beobachtung und Denken abgestützten Weg in die geistige Welt, ausgehend von Rudolf Steiners Werk ›Die Philosophie der Freiheit. Grundzüge einer modernen Weltanschauung. Seelische Beobachtungsergebnisse nach naturwissenschaftlicher Methode‹. Ein wichtiger Bezugspunkt dabei war ihm die von Herbert Wittenmann ausgearbeitete Methodik. Dessen Werk ist er in den 1990er Jahren in Berlin begegnet, u.a. durch Peter Witt und Lutz Liesegang. Er hat diesen Ansatz bis in jüngste Zeit offensiv vertreten. Es ging ihm im

Sinne Wittenmanns um die Herstellung einer Voraussetzungslosigkeit als Voraussetzung jeden Erkennens, um »das vollbewusste Hervorbringen von Denkinhalten und die Rückbestimmung der eigenen Hervorbringungstätigkeit« – und damit um ein »unhinterschreitbare[s] Urgeschehen«. Nur einem solchen Erkennen seien keine Grenzen gesetzt: »Wo von solchen trotzdem gesprochen werden kann, da handelt es sich nur um vorläufige, dem individuellen Entwicklungsstand geschuldete.«³

In diesen Fragen war Ralf Sonnenberg ein Einzelkämpfer, doch hatte er es meiner Wahrnehmung nach nicht immer leicht, sich von seinem selbstständig erarbeiteten Maßstab aus auf die Erkenntnisansätze und Denkräume anderer einzulassen. So war er in der Methode oft ein Fordernder, in inhaltlichen Fragen ein scharf argumentierender Analytiker. Trotzdem hat er in Erkenntnisfragen auch gerne mit anderen zusammengearbeitet, und das war immer produktiv. In Berlin nahm er über lange Zeit und so lange er konnte an einer seminaristischen Arbeit zur ›Philosophie der Freiheit‹ teil.

Dieser methodischen Stringenz steht wie polar die in jungen Jahren durchlebte Begeisterung für pseudowissenschaftliche Esoterik gegenüber, worüber Ralf Sonnenberg selbst in einem Artikel aus dem Jahr 2022 in dieser Zeitschrift berichtete: Seine kritische, doch erstaunlich liebevoll geführte Auseinandersetzung mit Andreas Delors Buchreihe ›Atlantis nach neuesten hellseherischen und wissenschaftlichen Quellen‹ leitete er mit einer ausführlichen autobiographische Bemerkung ein. Dort schildert er, wie er als Jugendlicher, der in einem »regelrecht spiritualitätsfeindlichen Umfeld« aufgewachsen ist, sich für die Atlantisfrage und die mit ihr verbundenen Rätsel begeistert hat. Zusammen mit seinem Cousin stürzte er sich auf alle damit verbundenen Mythen und (vermeintlichen) archäologischen wie parapsychologischen und geisteswissenschaftlichen Befunde – von Platon über die (zum Teil zweifelhaft überlieferten) Erzählungen der Hopi-Indianer, die Readings des »Mediums« Edgar Cayce bis hin zu William Scott-Elliots ›Atlantis nach okkulten Quellen‹ und Rudolf Steiners Schrift ›Aus der Akasha-Chronik‹. Letzterem begegnete er auf diesem Wege zum ersten Mal, auch wenn ihn zunächst dessen Nüchternheit befremdet hat. Seine »Beschäftigung mit dem Atlantiskomplex gipfelte schließlich darin«, dass er manche Kontakte zu Protagonisten dieser Szene knüpfte, übrigens auch zu Erich von Däniken, der es als »technikaffiner« Interpret unerklärlich erscheinender Phänomene zu einer »fragwürdigen Meisterschaft« gebracht hat.⁴

Mit dieser Jugenderfahrung wollte er deutlich machen, »dass es sich beim Thema Atlantis, trotz Betrugsmanöver und diverser Störfeuer, um ein über das gewöhnliche Geschichtsinteresse hinausreichendes Sujet handelt, das schon immer Menschen – vor allem solche mit spirituellen Neigungen – zu faszinieren vermochte. In meinem Fall stellte es eine wichtige Wegmarke einer frühzeitig einsetzenden Sinnsuche dar, die mich schließlich als junger Erwachsener in die Anthroposophische Gesellschaft führen sollte. Die Atem- und oft auch Wahlllosigkeit, mit der ich seit der Kindheit alles verschlungen hatte, was über ›versunkene Kulturen‹ in Erfahrung

zu bringen war, erscheint mir rückblickend wie die Entfaltung eines vorgeburtlichen Entschlusses, der mich die Anthroposophie hat suchen und auch verhältnismäßig rasch (wieder) finden lassen. Aus der Zeit der abenteuerlichen Begegnungen mit parawissenschaftlichen Autoren und ihren teils anregenden, teils haarsträubenden Spekulationen blieb bis heute eine gewisse Reserve gegenüber Spielarten der voraussetzungs-vollen, assoziativ-kombinierenden Esoterik, wie ich sie als junger Mensch weitgehend ungehemmt und naiv praktiziert hatte.«⁵ So deutet er selbst eindrucksvoll an, wie sich sein Streben nach einer im obigen Sinne voraussetzungslosen Erkenntnis folgerichtig aus seinen Jugenderfahrungen ergeben hat.

Eine Bejahung des Lebens

Trotz seiner kämpferischen Haltung in geistigen Fragen hatte Ralf Sonnenberg die Möglichkeit, mit einer gewissen Leichtigkeit Kontakte zu Menschen ganz jenseits aller intellektueller Auseinandersetzungen zu knüpfen. Er hatte eine große Fähigkeit, sich empathisch anderen Menschen zuzuwenden und wurde manchen ein treuer Begleiter, auch in schwierigen Zeiten – so zu Mita Müller, die lange Zeit die Abonnenten im Frankfurter Redaktionshaus betreut hat und 2019 an ihrer schweren Krankheit verstarb.⁶ Damit korrespondiert vielleicht seine ganz elementare Beziehung zum Religiösen und Kultischen, die zunächst in der jugendlichen Begeisterung für Okkultes ihren Ausdruck fand. Von letzterer musste er sich wieder abstoßen, doch hat er sie auf einer anderen Ebene offenbar auch verwandeln können.

Das Verhältnis Ralf Sonnenbergs zu seinen Eltern war zeitlebens ausgesprochen schwierig. Sie zwangen das Kind zum Sport, was ihn, der sein seelisches Verhältnis zum eigenen Körper einmal wie das zu einem Stück Holz charakterisiert hat, nur noch mehr von seiner Leiblichkeit entfremdete. Für sein schon früh sich zeigendes spirituelles Bedürfnis hatten sie wenig Verständnis, und auch in der Schule fand er keine diesbezügliche Nahrung. So rettete er sich in das Anhören und Lesen von Grimms

Märchen, die Lektüre einer Kinderfibel oder einer Lutherbibel, die er sich aus dem Nachlass seiner Greifswalder Großmutter erbeten hatte – und schließlich in die Beschäftigung mit alten und fremden Kulturen. In einem Atlantis-Buch fand er Bilder von Rudolf Steiner und dem ersten Goetheanum, an denen er spontan etwas Vertrautes erlebte. Mit 19 Jahren war er sich sicher, Anthroposoph werden zu wollen und trat mit dieser »glasklaren Überzeugung« in die Anthroposophischen Gesellschaft ein, noch in seinem Geburtsort Münster.

Mit seinem cholerischen, 1993 plötzlich verstorbenen Vater, der als Jugendlicher am Ende des Zweiten Weltkriegs aus Westpreußen vor der Roten Armee flüchten musste, hatte er sich noch aussöhnen können. Dass dies mit der Mutter, die sich 2018 das Leben genommen hat, nicht mehr möglich war, hat ihn sehr belastet. Der einzige Mensch in der Familie, mit dem ihn etwas verband, war seine drei Jahre ältere Schwester, die jedoch schon 2016 nach einer Erkrankung starb.

2012 hatte Ralf Sonnenberg auf einer Veranstaltung in der Berliner Urania zum Thema »Rosenkreuzertum, Integrale Bewegung und Anthroposophie« seine spätere Frau Nicole kennengelernt. Sie fanden durch intensive Gespräche zueinander, und Nicole wurde ihm durch die Höhen und Tiefen der folgenden Jahre eine liebevolle und vertraute Begleiterin.

Im Jahr 2021 ergaben Untersuchungen anlässlich von Rücken- und Kopfbeschwerden die Diagnose eines aggressiven Hirntumors. Während des Kampfes mit dieser Erkrankung blieb Ralf Sonnenberg nicht nur geistig regsam, sondern entfaltete noch eine erstaunliche Produktivität, wie seine in dieser Zeit entstandenen Veröffentlichungen zeigen. Seit Sommer 2024 verschlechterte sich sein Zustand jedoch deutlich. In den Morgenstunden des 1. August 2025 erlag schließlich der am Dreikönigstag 1968 in Münster Geborene seiner Erkrankung.

In seinem 2001 erschienenen Artikel »Der verwilderte Tod. Krankheit, Tod und Sterben im Wandel der Geschichte« beschäftigt sich Ralf Sonnenberg mit der »Medikalisierung und Technifizierung von Sterben und Tod«, mit Eu-

thanasie und Sterbehilfe sowie den sich daraus ergebenden Fragen nach einer situations- und individualitätsbezogenen Verantwortungsethik im Sinne der »Philosophie der Freiheit. Der Artikel endet mit den Worten: »Vor dem Hintergrund der oben skizzierten technischen und wissenschaftlichen Veränderungen und der sie begleitenden Umbrüche eröffnen sich nicht zuletzt auch neue Perspektiven in Bezug auf die Frage, was eigentlich Leben sei. Indirekt zielt diese natürlich auch auf die uralte Frage nach dem Wesen des Todes, der nicht nur Negation, sondern ebenso Bejahung, Bestandteil des Lebens ist.«⁷ Mit dieser Haltung, völlig ohne mit seinem Schicksal zu hadern, ist Ralf Sonnenberg nun selbst über die Schwelle gegangen.

Stephan Stockmar, *1956, studierte Biologie und Geografie, 2000 bis 2015 Chefredakteur der DREI, Kulturwissenschaftler und Publizist.

1 Für manche Hinweise und Informationen danke ich Nicole Sonnenberg, die mir auch Ralf Sonnenbergs im Januar 2025 verfassten Lebenslauf zur Verfügung gestellt hat.

2 In dem von Wolfgang Benz herausgegebenen »Jahrbuch für Antisemitismusforschung« Band 12 (2003) erschien Ralf Sonnenbergs Aufsatz »Keine Berichtigung innerhalb des modernen Völkerlebens«. Judentum, Zionismus und Antisemitismus aus der Sicht Rudolf Steiners« (S. 185-209).

3 Ralf Sonnenberg: »Voraussetzungen der „Voraussetzungslosigkeit“«, in: »Anthroposophie« Weihnachten 2024, S. 307-317. Vgl. zu dieser Thematik ders.: »Experiment mit ungewissem Ausgang. Die Weihnachtstagung zur Neugründung der Anthroposophischen Gesellschaft 1923/24 und Rudolf Steiners Hochschulimpuls«, in DIE DREI 1/2024, S. 33-45.

4 Ders.: »Nachtmeerfahrt mit Kompass. Zu der Buchreihe »Atlantis nach neuesten hellsichtigen und wissenschaftlichen Quellen« von Andreas Delor«, in DIE DREI 2/2022, S. 87-99.

5 A.a.O., S. 90f.

6 Vgl. den Nachruf auf Mita Müller von Stephan Eisenhut: »... mit deinen Lichthänden«, in: DIE DREI 7-8/2019, S. 3-5.

7 Ralf Sonnenberg: »Der verwilderte Tod. Krankheit, Tod und Sterben im Wandel der Geschichte«, in: DIE DREI 11/2001, S. 41.