

1. Auflage 2014
Stephan Wunderlich Verlag
Gorheimerstrasse 16
D-72488 Sigmaringen
Tel: +49 (0)7571 725736
Fax: +49 (0)3222 6268144
E-Mail: info@stephan-wunderlich-verlag.com
Internet: www.stephan-wunderlich-verlag.com

Autor: Heinz Grill, www.heinz-grill.de
Layout, Satz und Umschlag: Regina Spirkl
Titelbild: Andreashof; Zeichnung Empfindung zum Lichtäther
Fotos, Zeichnungen: Andreashof, Regina Spirkl, Stephan Wunderlich Verlag

ISBN 978-3-9815855-7-5

Heinz Grill

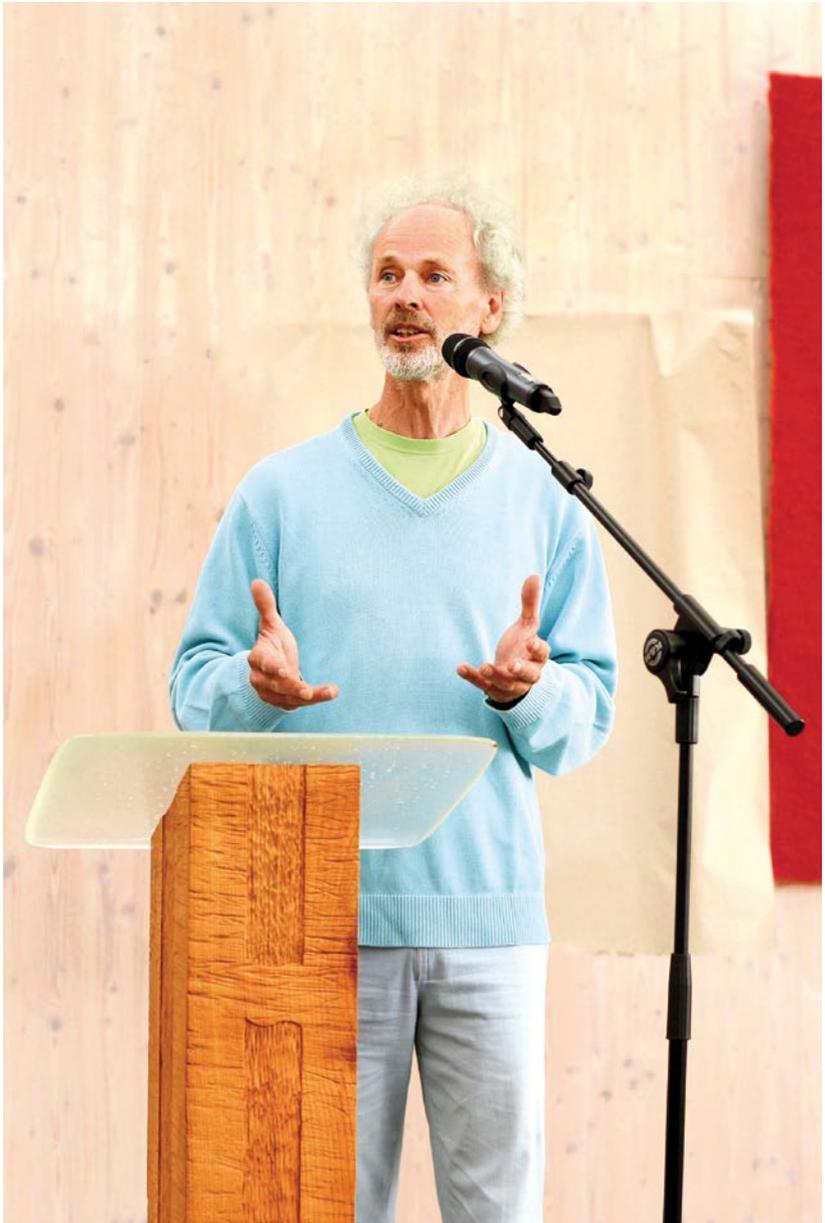
Licht- und Wärmekräfte in Mensch und Natur

Grundlagen zum Geistigen Schauen
und zum Aufbau der Ätherkräfte

Ein Vortrag von Heinz Grill am Sonntag, den 13. Juli 2014,
auf dem Andreashof in Überlingen.

Redigiert von Stephan Wunderlich, vom Autor nicht mehr durchgesehen.

Stephan Wunderlich Verlag



Licht- und Wärmekräfte in Mensch und Natur

Grundlagen zum geistigen Schauen und zum Aufbau der Ätherkräfte

Es freut mich außerordentlich, dass hier eine so umfangreiche Begegnung stattfindet. Dieser Ort hat mich bei der Ankunft unmittelbar überrascht, weil er so schön von der äußeren Sphäre licht wirkt und auch sehr schön in der Aufteilung, wie die Gärten angelegt sind und wie die verschiedenen Gebäude zueinander stehen, komponiert ist. Ich könnte ganz intuitiv als ersten Eindruck sagen, dass dies ein Ort ist, der nicht nur Biologisch-Dynamisches produziert, sondern der tatsächlich auch außerordentlich freundlich für Begegnungen unterschiedlichster Art ist, seien sie spiritueller oder anthroposophisch-fachlicher Art, seien sie für Geistschulungswege oder für andere Fachgebiete. Gerade dieser Ort, glaube ich, hat neben der Produktion eine sehr schöne Aufgabe, dass er Begegnungen fördern kann.

Vielleicht darf ich mich vorweg kurz vorstellen. Es wird sehr viel über mich geredet und es gibt eigenartige Bewertungen über meine Person, die allerdings immer von Dritten kommen, Bewertungen, die von dem schlimmsten Guru und allem nur erdenklich Negativen ausgehen, bis hin zu Personen, die mich – ich habe es gerade erst erfahren – mit der Inkarnation Rudolf Steiners vergleichen. Ich muss ganz deutlich sagen, wenn es nicht aus meinem Munde kommt, sollte man diese Aussagen auch nicht zu ernst nehmen. Ich habe noch nie über meine Inkarnationen gesprochen, denn sobald man sagen würde, man ist diese oder jene Inkarnation, ist damit eine Vorbelastung gegeben, so dass man die lernfreudige, schöne Begegnung, die man eigentlich hätte, gar nicht mehr wahrnimmt. Genauso ist es auch mit dem Guru. Der Begriff Guru kommt aus dem Osten und besitzt dort eine Tradition, die anerkennenswert ist. Hier aber in diesen Zusam-

menhängen und für eine lernaktive Begegnung, ist es nicht geeignet, mich zu einer guruähnlichen Person zu erheben, denn ich möchte von meinem Fachbereich ausgehend etwas sagen, aber nicht als der alleinige Vertreter einer Wahrheit gelten.

Auch für das Thema, das ich hier ausführen möchte, erscheint es wichtig, dass man sich von Mensch zu Mensch und unter fachlichen Voraussetzungen tatsächlich wahrnimmt. Denn es ist so wichtig für unsere Zeit, dass wir nicht autoritative, hierarchische Strukturen erbauen, sondern dass wir von wesentlichen fachlichen Elementen ausgehen, die beispielsweise von der Schau oder Kenntnisnahme der Ätherkräfte abgeleitet werden können. Wenn man die Ätherkräfte betrachtet, dann gibt es eine unendliche Vielseitigkeit mit verschiedensten Kräftewirkungen, aber es gibt nicht ein absolutes Oben und ein absolutes Unten. Es gibt nicht einen, der großartig im Fortschritt wäre und einen, der nur seine Kräfte dahingeben müsste. Das Studium der Ätherkräfte ist dahingehend wertvoll, dass man es auch auf die ganze menschliche Kultur und auf die Begegnung übertragen kann. Man kann Ätherkräfte beispielsweise in der Architektur studieren oder man kann Ätherkräfte studieren, wie sie innerhalb der menschlichen Begegnung entwicklungsfähig entfaltet sind.

Indem man sich diesen Begriffen „Ätherleib“, „Ätherkräfte“, „Ätherwirkungen“ – sie wurde im Wesentlichen von Rudolf Steiner ausgeführt – annähert, kommt man auf einige erstaunliche Umstände. Vielleicht kann ich heute nicht unbedingt ganz in das fachliche Detail dieser Möglichkeiten, die darin begründet sind, vordringen, aber einige dieser erstaunlichen Erkenntnisse oder Erfahrungen, die man schaffen kann, können hier in diesem Zeitrahmen von etwa eineinhalb Stunden sicher gut zur Darstellung kommen.

Das Studium der Ätherkräfte zeigt beispielsweise, dass diese ganz anders wirken, als wir das von den gewöhnlichen Sinneswahrnehmungen zur Welt kennen. Wir kennen beispielsweise auch von der Sinneswahrnehmung die vier Elemente. Diese vier Elemente – man braucht sie vielleicht nicht groß beschreiben, sondern nur einmal

aufzählen – sind das Feuer, das man als typische Flamme kennt, dann das Licht, immer verbunden mit dem etwas größeren Faktor der Luft, das Element des Wassers, das ein sehr sensibles, aufnahmefähiges und für alles Wachstum notwendiges Medium darstellt, und schließlich das Element der Erde.



Nun sind mit diesen vier Elementen auch vier Lebensbildekräfte verbunden. Im Sanskrit sagt man im Allgemeinen, es sind prana-Kräfte, und noch allgemeiner ausgedrückt, sind es sogenannte Energien. Indem man aber von Energien spricht, beschreibt man nicht mehr sehr viel, denn das gesamte Leben könnte man als verschiedene Formen der Energie und allgemein mit positiver und negativer Energie interpretieren. Man kann jedenfalls die Ätherkräfte in vier Bereiche detaillieren, den Wärme- oder Feueräther, den Lichtäther, den Wasseräther oder den chemischen Äther, wie er von Rudolf Steiner genannt worden ist, und schließlich den Erdenäther oder Lebensäther, den vitalen Äther, wie er im Italienischen benannt wird, so dass jedem Element schließlich eine feinere Grundlage mit den vier Ätherarten zugeordnet ist.

Interessant aber und für eine erste Betrachtung sehr wesentlich ist, dass diese vier Äther nicht unbedingt viel mit dem gemeinsam haben, was die äußeren Elemente darstellen. Wenn wir in diesem Zusammenhang einmal auf ein praktisches Beispiel, das man überall beobachten kann, zu sprechen kommen, so können wir in der letzten Zeit das Fehlen des Lichtäthers bemerken. Dieses Jahr und das letzte Jahr ist ein Mangel an Lichtäther ersichtlich. Das sieht man vielleicht nicht direkt, denn für das geistige Schauen müssen wir zunächst einige Grundbedingungen und Grundgedanken schaffen, damit man dieses Schauen nicht nur von den Sinneswahrnehmungen aus angeht.

Man bemerkt beispielsweise, wenn man hier vom Hof wegfährt – wir sind gestern Richtung Westen gefahren –, dass schon kurz danach das Gras, die Bäume, die gesamte Umgebung viel mehr grünt. Es ist ein Wucherwachstum in der Natur ersichtlich. Dieses Wachstum – und das muss ich einmal als Kompliment sagen – wird innerhalb der biologisch-dynamischen Wirtschaftsweise tatsächlich harmonisiert. Es ist nämlich hier am Hof nicht in diesem Maße sichtbar wie in der Umgebung. Hier ist das Wucherwachstum etwas zurückgehalten, das heißt, wenn man es nach den Äthern betrachtet, ist es offenbar durch die biologisch-dynamische Wirtschaftsweise möglich, dass die Äther ausgeglichener werden.

Nun ist es aber ganz besonders wertvoll auf eine ganz wesentliche Tatsache hinzuweisen: Man kann Äther schaffen, beispielsweise durch Produkte. Man kann ein Kieselprodukt an der Pflanze verwenden und damit den Lichtäther mehr zum Eingreifen bringen oder verschiedene Arbeitsschritte, bestimmte rhythmische Prozesse entfalten, damit man die Lebensbildekkräfte, die Ätherkräfte innerhalb der Landwirtschaft oder innerhalb des gesamten Arbeitens zum Aufbau bringt. Jetzt ist es aber das große Geheimnis, dass beispielsweise nicht nur über das Medium eines Produktes, einer Pflanze, eines Präparates, eines Heilmittels eine Wirkung erzeugt wird, sondern dass auch der einzelne Mensch gegenüber seinen Mitmenschen, gegenüber der Natur, grundsätzlich gegenüber dem Kosmos und der gesamten Weltenschöpfung ebenfalls befähigt ist, Ätherkräfte zu schaffen. Nicht nur indem man gute Nahrung konsumiert und sich damit eine gute Energie oder Gesundheit



Gerstenfeld im Licht – Wie ein an den Berührungspunkten zur Pflanze aufleuchtendes kristallines Funkeln und Strahlen kann der Betrachter das Lichtwirken erleben.

verschafft, sondern durch das Verhalten des Menschen und durch das, wie der einzelne Mensch Gedanken, Gefühle und letztendlich auch seinen Willensaufbau oder Willensstandpunkt bildet, werden Ätherkräfte, das heißt Lebenskräfte geschaffen. Es kann also der Mensch dadurch einen aktiven Beitrag zum Erbauen, zum Gesunderhalten des gesamten Weltenorganismus, der verschiedenen Umgebungsgebiete und seiner Mitmenschen leisten. Diese Tatsache, dass sich der Mensch in der Mitte der Schaffenskraft befindet, vergisst man nur allzu leicht. Nicht nur gute Nahrung oder gutes Wasser geben diese Möglichkeit, sondern der Mensch selbst kann einen Einfluss auf seine Umgebung ausüben und er kann auch Heilkräfte entwickeln, die einem Dritten bzw. universell jedem Menschen zugutekommen.

Hierzu ist es aber, um eine erste Grundbedingung einmal zu nennen, etwas ganz Wesentliches, dass sich der Mensch selbst in seinem Ringen um Fortschritt immer wieder frei machen muss vom physischen Leibe. Nun gibt es einen Begriff, der in der Anthroposophie nicht unbedingt gerade gerne gesehen wird, und das ist der Begriff des Yoga. Der Yoga sagte in alten Zeiten, tat tvam asi, das bist du. Du bist nicht

dieser Körper hier, sondern Du bist der Kosmos. Er deutete mit dem Finger zum Kosmos hin und sagte, „kümmere dich nicht zu sehr um diese Erdenbedingungen, diese gehören zu einer vergänglichen Dimension, sondern kümmere dich mehr um dein wahres Heil, das im Kosmos, in den jenseitigen Welten lebt.“

Zurecht hat Rudolf Steiner diesen Begriff des Yoga, der aus einer anderen Kultur gekommen ist, aber das wäre vielleicht nicht das Problem, sondern der aus einer anderen Zeit gekommen ist, kritisch benannt. Wenn ich heute davon ausgehe, dass man sich vom Körper frei machen muss, dann kann das durchaus praktisch eine Erklärung erhalten, denn die Ätherkräfte wirken am Körper, sind aber letzten Endes nicht unmittelbar im Ausgang des Körpers oder auch nicht abhängig vom Körper. Sie wirken am Körper, aber sie bilden eine eigene Sphäre, eine Lebenssphäre für sich. Der physische Teil steht im Wirkungseinfluss der Ätherkräfte. Die Ätherkräfte selbst bilden aber eine eigene Gesetzmäßigkeit und damit einen ganz eigenen Lebensrahmen für sich, und in diesem Sinne müssen sie auch gesehen werden. Sieht man die Ätherkräfte zu sehr abhängig vom physischen Körper, so entsteht damit ein Hindernis für den Fluss der Ätherkräfte. Die Ätherkräfte – und das wäre eine erste Formulierung, die man sich merken kann – wirken am günstigsten, wenn der Mensch sich auf geeignete Weise frei macht vom physischen Leib. Ich muss aber dazu sagen, dass er sich nicht im luziferischen, nicht im weltenfernen Sinne frei machen muss vom physischen Leibe, sondern in einem gesunden Sinne den physischen Leib ein Stück weit überwinden muss, damit er seine Schöpferkräfte etwas freier einsetzen kann. Ätherkräfte ziehen sich zurück ab dem Moment, ab dem man sie ergreifen möchte und der willentliche oder emotionale Zugriff des Menschen stattfindet.

Nehmen wir dazu einmal ein Beispiel. Es möchte innerhalb einer menschlichen Begegnung eine Person von dem anderen etwas und möchte es auch willentlich durchsetzen. Indem einer von dem anderen willentlich etwas möchte, geschieht meistens bei der betroffenen Person ein gewisser Rückzug. Wenn einer den anderen beispielsweise missionieren möchte, ihn von einem Glauben überzeugen und damit

gewinnen möchte – die Mission ist ein typischer Willenszugriff –, dann ist die Reaktion fast immer so, dass der andere sich gegen diesen Willenszugriff verwehrt. Zurecht ist diese Abwehrreaktion gegeben. Auf die Ätherkräfte bezogen bemerkt man, wenn man das Schauspiel eines Willensübergreifens beobachtet, dass sich diese Lebenskräfte zurückziehen, weil der einzelne Mensch tatsächlich eine Art Blockade errichtet und der Äther sich aber frei entfalten möchte. Kommt aber ein Wesen des Übergreifens, erstickt es die freie Entfaltung dieses Äthers und somit entzieht sich der gesunde Äther- oder Lebenskräfteaufbau. Bei allen Handlungen bemerkt man diesen Willenszugriff. Wenn man beispielsweise etwas zeichnet, eine Zeichnung ausführt und physisch zu sehr verspannt ist, dann kommt vielleicht der Schwung nicht in die Zeichnung hinein. Oder wir finden dieses Verhältnis auch bei verschiedenen Übungen. Ich kann es vielleicht einmal kurz demonstrieren, weil es durch die Demonstration am besten sichtbar ist. Wenn ich eine Übung ausführe und beispielsweise sage, ich möchte sehr viel Luft aufnehmen – ich versuche das karikierend einmal zu demonstrieren – also ich möchte von der Physis ausgehend meine Vitalität steigern, ich möchte mich mit Luft anreichern, weil Luft gesund ist, ich möchte die Einatmung forcieren und mit der Sauerstoffeinatmung die Vitalkapazität erweitern, dann kann aber gerade durch diesen Willenszugriff das Verhältnis genau umgekehrt werden. Wenn ich auf diese Weise einatme, um möglichst viel Luft zu gewinnen, also die Luft willentlich einsauge, dann schaffe ich gerade das Gegenteil in Beziehung zu dem, was der Ätherleib möchte, weil der Ätherleib Kräfte in freier Verfügbarkeit schaffen will. Wenn sich der Wille des Menschen im Zugriff befindet, stört er diesen Ablauf. Das heißt, ich muss eigentlich anders einatmen, ich muss mich vielleicht für ein Räumliches, für ein Außenstehendes bereit machen oder in Kontakt treten, so dass dieser Prozess des Einatmens automatisch funktioniert, und indem er automatisch funktioniert, bleibt das Gedanken- oder Empfindungsleben freier und ich kann sogar besser einatmen und zuletzt ist auch Entspannung möglich. Also gerade der Zugriff zum Äther ist die größte Versuchung, wenn man denkt, man müsste mit der Energie irgendetwas willentlich bewirken. Das ist in esoterischen Kreisen leider sehr häufig, weil die Kenntnisse fehlen.

Man kann sich, um noch ein drittes Beispiel zu nennen, einmal die Frage stellen, warum gibt es eigentlich einen fliegenden Yogin? Es hat nicht sehr viel Bedeutung, aber die Personen, die dies weit entwickelt haben, – und es ist gar nicht so schwer zu entwickeln, wenn man die Prinzipien kennt – können den physischen Körper so loslassen, dass die Ätherkräfte in dem Moment auftreten und eine Levitation entsteht. So etwas könnte man praktizieren. Mit etwas guter Anleitung würde etwa die Hälfte des Saales schon in Andeutungen bemerken, wie das geht. Dies sei aber nur als Beispiel genannt. Für das eigene Praktizieren würde ich die Sinnhaftigkeit nicht unbedingt sehr groß einschätzen. Also nur einmal als Beispiel: Wenn man den Körper loslässt, dann wird er leichter, dagegen wenn man sich zu stark willentlich bis vielleicht sogar in das Verkrampfte hinein fixiert, dann wird natürlich die Anspannung immer größer, die gesamte Muskulatur fixiert sich und es entstehen eigenartige physische Blockaden. Der Äther will in freier Verfügbarkeit im Leben walten.

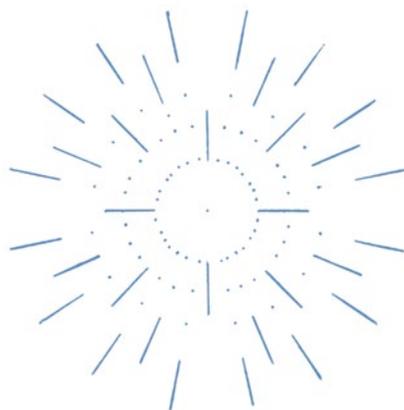
Nun gibt es im Gesamten vier Arten von Äther. Wenn wir auf den Feuer- oder Wärmeäther kommen und diesen ersten Äther einmal herausgreifen, dann ist mit diesem ersten Äther die Wärme verbunden, wie der Name sagt. Wenn wir aber ein Feuer danebenstellen und den Wärmeäther auf wissenschaftliche Weise messen könnten, dann würden wir feststellen, dass es zwei ganz verschiedene Entitäten oder verschiedene Ausdrucksformen sind. Der Wärme- oder Feueräther ist deshalb einerseits schon ein geeigneter Ausdruck, aber andererseits gibt dieser Ausdruck durchaus auch eine Verführung für das Denken. Wenn man den Wärmeäther erlebt – wir können auf ein Erleben Wert legen und schließlich auf eine Gedankenbildung, die diesen Wärmeäther mit der Zeit in eine Empfindung und schließlich in letzter Konsequenz in eine Schauung rückt – also wenn man den Wärmeäther beispielsweise erlebt, dann erlebt man nicht einen Hitzewall, so dass der Stoffwechsel geradezu hochwallt und bis in den Kopf hinein die Rötung entsteht und die Gliedmaßen pulsieren. So ist das nicht, sondern man erlebt den Wärmeäther mit einem Paradoxon, mit einer sogenannten kühlenden Innerlichkeit, die aber in der Folge Entspannung und ein feinstes, fast unmerkliches Wärmefluten gibt.

Auch für die Medizin ist es wesentlich, dass man die Wärme immer zum Eingreifen bringen muss. Wir leben heute in einer Zeit, in der mehr kühle Krankheiten, das heißt Krebsgeschnehnisse, Abbauprozesse und Degenerationen entstehen, Krankheiten, die nicht mit Fieber, nicht mit guten Wärme-Immun-Reaktionen einhergehen, sondern mit einem Mangel an Wärme. Nun kann man natürlich mit Wärmezufuhr von außen arbeiten, man kann Wärme dem Menschen naheführen oder sogar im Bedarfsfall therapeutisch gezielt verwenden, man kann z.B. die Hypothermie praktizieren. Durch die Innerlichkeit der Wärme aber, wenn der Wärmeäther direkt zum Eingreifen gebracht wird, wirkt dieser jedoch am besten und intensivsten bis hinein in das Zellsystem.

Nehmen wir einmal das Beispiel des Hofes hier, so wie ich es jetzt beobachte. Es muss nicht gleich meine erste Beobachtung immer absolut richtig sein, aber ich glaube, sie könnte einigermaßen nachvollziehbar sein. Ich hatte gefragt: Gibt es auf dem Hof ein Zentrum, von dem ausgehend alles Weitere gestaltet worden ist? Frau Hahn sagte, „ja, das haben wir mehr intuitiv gemacht.“ Dann muss ich sagen, es ist intuitiv gelungen. Denn man bemerkt nicht etwas Abgeschlossenes nach außen, nicht wie eine Burg, die mit Mauern umzingelt wäre, sondern man bemerkt ein sehr schönes Fließen nach außen und trotzdem bemerkt man auch, es gibt etwas, das auch nach innen gerichtet ist, es gibt auch ein Zentrum. Das Zentrum kann man nur zum Teil lokal festlegen. In der Architektur legen wir beispielsweise auch lokal ein Zentrum fest, von dem wir dann die Peripherie weiter gestalten, so dass wie in der platonischen Architektur rechnerisch die gesamten weiteren Bedingungen bis hinein sogar zu den Mauern im Garten mit dem Zentrum zusammenhängen. Es handelt sich aber nicht um ein örtliches, um ein lokales Zentrum, sondern um eine inhaltliche Mitte, aus der alles weitere gestaltet wird.

Wenn man den Wärmeäther betrachtet, kann man ihn mit einem Kreis und einem Mittelpunkt ganz einfach bezeichnen. Das einfachste Symbol für den Wärmeäther ist dieser Kreis, der die einzelne Sache umschließt, der aber nach außen nicht abgeschlossen ist und doch gleichzeitig über ein Zentrum verfügt. Denn es könnte auch das Gegenteil

der Fall sein, dass etwas offen ist ohne Zentrum. Wenn aber etwas in sich geordnet und in einer bestimmten Komposition aufgebaut ist, zusammenhängend im Gesamten der Einzelteile und schließlich aber einen Mittelpunkt, gewissermaßen ein Herz besitzt, in dem sich gleichsam die Arterien und Venen sammeln und ein inneres Zentrum bilden, dann entspricht dies dem Wärmeäther. Der Wärmeäther ist tatsächlich mit dem Herzen verbunden.



Nach außen offen und gleichzeitig zentriert zu einem Zentrum zeigt sich der Wärmeäther in seinem Wirken.

Der Wärmeäther ist aber auch insofern interessant, als er den ersten kosmischen Teil des Ätherleibes bildet und vielleicht auch den am leichtesten zugänglichen Teil. Man kann sich einmal auf den Menschen bezogen die Frage stellen – und damit beginnt ein erstes Wahrnehmen oder Schauen des Wärmeäthers –, warum ein Baum im Wald nicht als eine Einzelheit für sich erlebt wird, wobei er doch für sich eine Einzelheit repräsentiert. Warum wird auch der Grashalm oder die Getreideähre im Verband mit der gesamten Umgebung erlebt? Man könnte diese Frage stellen, warum erlebt man, wenn man auf eine Einzelheit der Natur blickt, nicht die Einzelheit isoliert, sondern warum erlebt man diese Einzelheit in einem Zusammenhang? Diese

Frage mag vielleicht so selbstverständlich für uns sein, weil wir sie von der Optik her erklären. Wir sehen den einen Grashalm, nebenan ist wieder ein weiterer Grashalm, wir sehen eine Ähre und nebenan weitere Ähren usw. Das Einzelne tritt hervor, aber auch das Vielseitige, das Multiple tritt in jeder Weise ebenfalls hervor. Man könnte sagen, das ist einfach so. Es ist aber doch ein Geheimnis damit verbunden, dass es ein Einzelnes, ein Einzigartiges gibt, apersonal in der Natur und personal im Menschen, und dass diese Einzigartigkeit nicht getrennt von der anderen, also von den übrigen Naturbedingungen, ist. Diese Frage könnte man sich als Grundlage für die Schau des Wärmeäthers stellen, denn gerade diese Frage hat mit der Wärme zu tun.

Auf den Menschen bezogen wird es nun schon etwas deutlicher, denn auf den Menschen bezogen kann man manchmal Beobachtungen machen, die beispielsweise beschreiben, dass ein Mensch abgeschlossen ist, dass er nicht wirklich einen Teil eines Ganzen darstellt, sondern einen Teil für sich und sich aus einem Gesamten mehr herausnimmt. Es kann natürlich auch sein, wenn man es ganz aus jeglicher moralischen Bewertung herausnimmt, dass ein Mensch so erschöpft ist, dass er sich in sich selbst wie im Körper gefangen fühlt und dadurch die verbindenden Wärmeströme nach außen gar nicht mehr automatisch zirkulieren können. Was geschieht aber, wenn jemand sich nicht mehr in Verbindung fühlt, wenn sich jemand in seiner gesamten Lebenssituation wie eingeschnürt im Körper gefangen fühlt? Er kann in diesem Sinne kein Zentrum in sich fühlen und er wird vielleicht ganz umgangssprachlich sagen, „die Mitte ist verloren gegangen“, denn diese Mitte bedarf des Zusammenhangs nach außen. Man kann sagen, die Wärme führt den Menschen zu seiner Mitte im Herzen, zu einer natürlichen Empfindungsmitte, zu einem natürlichen Zentriertsein, während aber dieses Zentriertsein nicht für sich steht, sondern entsteht, wenn der Mensch in einer sozialen oder in einer guten Beziehungsfähigkeit nach außen in Kontakt steht. So kann man tatsächlich sagen, die Wärme ermöglicht dem Menschen das sich Einzigartigfühlen und gleichzeitig auch das Einzigartigfühlen in der Weltschöpfung in Verbindung mit anderen. Die Wärme ermöglicht die Beziehung

nach außen und gleichzeitig das Fühlen eines Zentrums. Leidet diese Wärme aus Gründen des Erschöpfenseins, was wir alle sicher kennen, dann fühlt man sich wie isoliert, aber nicht nur isoliert von anderen, sondern man fühlt sich auch aus seiner Mitte entfernt, man findet nicht mehr zu seiner Mitte hin.

Deshalb kann man dieses einfache Symbol des Kreises sowohl nach außen denken, dass es nach außen offen ist, aber auch nach innen zirkulierend. In diesem Sinne kann man Beobachtungen anstellen auf das Menschsein und auf das gesamte Dasein, sowohl auf die Natur, in der apersonal die Ätherkräfte von oben nach unten arbeiten, als auch personal auf den Menschen bezogen, kann man beispielsweise erleben, wie eine gute Kontaktbeziehungsfähigkeit nach außen dem Menschen wieder ein Zentrum nach innen vermittelt. Es sind auch sehr viele meiner Bemühungen dahin gerichtet, dass der einzelne Mensch in einen Dialog findet, aber in einen Dialog, in dem er nicht nur freundlich dem anderen gegenübertritt, sondern in dem er auch selbst ein Zentrum findet.

Vielleicht zum Verständnis, weil hier doch sehr viele zusammen sind. Es gibt viele Diskussionen von der Anthroposophie zum Yoga und innerhalb des Yoga. Ich bin ja im Yoga nicht unbedingt der, der gut angesehen ist. Vor 10 Jahren wurde ich bei einer öffentlichen Tagung in Stuttgart sogar freundlich aus dem Saal hinausgebeten, weil ich Elemente im Yoga für unsere Zeitentwicklung in Frage gestellt habe. Es war dort aber mehr eine Bewegung, die nur für sich gestanden ist. Indem Bewegungen nur bei sich ansetzen und nicht in den Dialog treten, schwächt sich der Wärmeäther. Es ist deshalb so wichtig, dass man den anderen wahrnimmt und am besten sogar den anderen im Stand oder in seinen inhaltlichen Möglichkeiten fördert, weil der Stand im Grunde auch ein Inhalt ist, den der Mensch entwickelt.

Wenn heute jemand etwas gelernt hat und das in seiner Seele flexibel gestalten kann, dann gibt es ihm und auch den Mitmenschen einen Stand. Wenn jemand umgehen kann beispielsweise mit einer pädagogischen Art zu arbeiten, dann gibt es ihm Wärme und

er kann Ätherkräfte nach außen erzeugen, so dass der andere auch einen Stand findet. Grundsätzlich ist der Dialog so wichtig, dass man nicht davon spricht, „wir sind Anthroposophen“, „wir sind Yogaanhänger“, „wir sind dies oder jenes“, „wir sind schon Inkarnationen von dieser Richtung“ oder „wir sind berufen zur Nachfolge in jene Richtung“, sondern wer Anthroposophie als seine Grundlage wählt, sollte auf keinen Fall zum Yoga überwechseln. Und umgekehrt, wenn man Yoga als Grundlage gewählt hat, dann sollte man nicht einfach für die nächsten 10 Jahre eingeschworener Anthroposoph werden, sondern aus dem, was man gelernt hat, auch einmal durch den Dialog etwas Konstruktives entwickeln, so dass der Kreis ein Zentrum bildet, aber der Mensch auch offen ist. Auf diese Weise können die verschiedensten Möglichkeiten entstehen unter den differenzierten, unterschiedlichen begrifflichen Festlegungen. Der Prozess hierzu ist immer ein Beziehungsprozess und nimmt den anderen wahr, man nimmt aber auch wahr, was man selbst hat. Gerade indem man den anderen wahrnimmt, nimmt man auch sich selbst wieder mehr wahr. Das heißt das Außen wirkt rückwirkend nach innen und das Innen wirkt wieder nach außen, so dass ein Kreis das Zentrum bildet und das Zentrum wieder den Kreis expandiert.

Diese Wahrheit wird ganz besonders dann deutlich, wenn man die Aufmerksamkeit auf den Lichtäther wendet, denn der Lichtäther ist eine doch sehr wesentliche Entität, die uns in der Regel von morgens bis abends umgibt und die noch einmal sehr viel Gemeinsamkeit mit Beziehung besitzt. Der Lichtäther ist aber wieder nicht mit dem äußeren Licht direkt zu verwechseln. Man könnte sagen, wir haben heute ein Wucherwachstum, es ist unglaublich, welches Wucherwachstum besteht. Ich bin als Bergsteiger sehr viel in den Wänden unterwegs und hatte vor 5, 10 oder 20 Jahren noch nicht dieses Problem, das in letzter Zeit erst entstanden ist. Wir eröffnen in Italien auch neue Touren und erschließen manche Gebiete. Wir haben dabei in den letzten zwei Jahren das Problem des Wachstums der Vegetation in den Wänden. Man glaubt es nicht. Der Fels wird zugedeckt durch üppigstes Wachstum. Es ist eine expandierende Erscheinung, vor allem dieses und das letzte Jahr. Man möchte im wahrsten Sinne, um

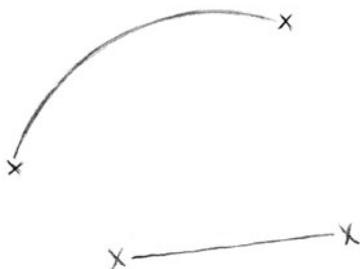
es scherzhaft zu sagen, eine Sünde gegen die Biologie aufbauen und Gift in die Wand sprühen, damit es nicht mehr so wächst und der Fels noch gerettet wird. Aber dieses Wachstum entsteht nicht direkt durch das Licht, sondern durch andere Lebensbedingungen, weil eben der Lichtäther nicht ausreichend zum Eingreifen gebracht wird. Es ist genügend Licht vorhanden, die Tage sind genauso lange wie früher, das heißt von morgens bis abends scheint die Sonne, nur der Himmel ist vielfach bedeckt, vielfach etwas eigenartig umhüllt, so dass dieses Schöne, Klare des Lichtes sehr häufig fehlt. Dieses kristallene Licht ist seltener geworden. Anstelle dessen kommt immer mehr eine verhüllte Form in der Lichtsphäre auf. Grundsätzlich dürfen wir aber das äußere Licht in der Quantität nicht verwechseln mit dem Lichtäther.

Der Lichtäther wirkt nach einem ganz besonderen inneren Prinzip. Er wirkt nach dem, wie der Raum geöffnet wird, er wirkt raumschaffend. Diese Tatsache bemerkt man beispielsweise in einer Veranstaltung. Wenn der Raum, in dem Menschen sich aufhalten, enger wird und die Atmosphäre dichter wird, dann wirkt das so, dass so manch einer vielleicht so etwas wie Ängste oder Klaustrophobie bekommt. Die Wirkungen des Äthers sieht man auch in der Architektur. Die Empfindung der Weite gehört zum Lichtäther. Auch die Empfindung, dass etwas lang wird, gehört ebenfalls zum Lichtäther. Nun kann man sich wieder für die erste geistige Schau Gedanken aneignen, die wesentlich sind, damit man sein Bewusstsein vorbereitet, nicht nach den physischen Sinnen allein die Tatsachen zu beurteilen, sondern über den Gedanken eine Entwicklung zu schaffen, so dass man mit der Zeit erlebnisreich, empfindungsreich und schließlich sogar in bewusster Wahrnehmung Dinge erlebt, die hinter dem physischen Geschehen als Bildekräfte oder Lebenskräfte wirken. Hierzu braucht man eine – wenn man es so bezeichnet – bestimmte Art Schlüssel des Gedankens, der das Schloss des Physischen öffnet. Wenn dieser Schlüssel fehlt, dann rätselt man sehr viel. Der Lichtäther macht eigentlich eine Bewegung im Inneren des Lichtes. Es gibt im Licht etwas, das sich in sich öffnet. Diese Vorstellung gibt es normalerweise nicht, denn man denkt in der Regel als erstes, dass es eine Sonne gibt und die Sonne Wärme und Licht auf die Erde sendet. Das ist sicher nach der

Sinnesbeobachtung richtig und man wird es auch von der wissenschaftlichen Forschung nicht in Frage stellen. Wenn man aber auf die Lebenskräfte zu sprechen kommt und diese erforschen möchte, dann muss dieses Bild, wie es im Äußeren sichtbar ist, noch einmal gewissermaßen überwunden werden. Das Licht beispielsweise, das auf ein Pult oder eine Wand trifft, reflektiert sich. Es wird damit eine Farbe offenbart, sowie die Form des Gesamten, aber dieses Licht selbst besitzt in sich Äther und der Äther ist nun nicht etwas, das nur transportiert werden würde, wie etwa eine Lastwagenfracht von Norden nach Süden transportiert wird, so transportiert die Sonne nicht das Licht direkt hierher, sondern das Licht im Äther besitzt in jedem Partikel die Kraft, aus sich selbst zu expandieren. Also aus sich selbst gestaltet das Licht eine Art Offenbarung.

So kann man vom Physischen ausgehend sagen, dass das Licht von der Sonne zur Erde strahlt. Die Sonne steht am Firmament und die Erde steht ihr als Erdenkörper gegenüber. Auf den Äther bezogen ist aber diese räumliche Verteilung nicht in dieser Hinsicht gegeben, sondern man würde sagen, die Sonne des Äthers ist dort, wo dieses Licht sich aus sich selbst aufschlüsselt. Das heißt, was hier am Andreashof an Licht besteht, das schlüsselt sich unmittelbar, wenn man den Äther betrachtet, auf. Das ist wie eine Sonne, die aus sich heraus strahlt. Sie strahlt nicht von oben nach unten, sondern sie strahlt aus dem Licht selbst heraus. Dieses aus sich selbst Öffnen des Lichtes ist ein sehr sensibler Vorgang. Das Licht bringt, indem es sich aufschlüsselt, eine unmittelbare Weite.

Man könnte es so bezeichnen: die Wärme kommt vom Kosmos langsam ins Fluten, sie geht schon einher mit den äußeren Bedingungen, aber die Wärme lebt auch innerlich im Menschen. Diese Wärme schafft zwischen zwei Punkten, die getrennt sind, eine Verbindung. Würde man beispielsweise die Sonnenblume hier auf der linken Seite mit der Sonnenblume rechts geometrisch verbinden, so würde man für die kürzeste Verbindung eine Gerade ziehen. Die Gerade wäre geometrisch die kürzeste Verbindung. Im Äther gibt es aber diese Dimension nicht, sondern im Äther ist die kürzeste Verbindung nicht die Gerade.



Der Wärmeäther verbindet die zwei Punkte in Bogenform und schafft damit eine ganz andere, den Umkreis mit einschließende Qualität des Verbundenseins als die direkte Verbindungslinie, welche zwar eine Verbindung schafft, aber gleichzeitig den Umkreis ausschließt.

Ich glaube, das hat Rudolf Steiner bereits in einem anderen Zusammenhang so ausgedrückt: die kürzeste Verbindung muss der Kreis sein. Die kürzeste Verbindung zwischen diesen beiden Polen bildet der Kreis über den Äther, weil der Wärmeäther Kreise bildet. Man kann sagen, wenn eine gute Wärmeätherkraft im Menschen entsteht, dann umspannt ein schöner, meist wie ins Bläuliche gehender Bogen den Menschen und verbindet ihn mit der Umgebung. So wird der einzelne Grashalm mit dem anderen und der eine Gegenstand mit dem anderen in der Natur rund verbunden. Deshalb muss man von dem Runden und den Kreisbildetendenzen als verbindende Bewegung ausgehen, wenn man den Wärmeäther schauen möchte. Man muss sich das vorstellen, wie Wärme sich in Rundungen erbaut, denn dann wird man bemerken, dass der einzelne Grashalm mit dem anderen deshalb verbunden ist, weil sie in einer feineren ätherischen Ebene durch den Kreis, durch die Wärme miteinander verbunden sind.

Der Lichtäther aber macht etwas anderes. Den Lichtäther kann man mit der Fragestellung erforschen: Was ist es eigentlich, das die Wirbelsäule leicht aufrichten lässt? Es gibt Augenblicke, in denen sich die Wirbelsäule ganz leicht aufrichtet und dann gibt es wieder Augenblicke, da sagt man zu seinem Nebenmann: „Richte dich auf!“, und er zieht sich förmlich mit der Muskulatur hoch. Es kann also leicht gehen, fast ohne Zutun des physischen Leibes oder es kann richtig

schwer gehen. Ich könnte eine Übung machen, bei der ich mich ganz leicht aufrichte oder es kann auch richtig schwer sein. [Das Aufrichten der Wirbelsäule wird demonstriert.] Nun ist auf ganz einfache Weise beobachtbar, wenn jemand Lust zu einer Sache oder Begehren zu einer Sache hat, dann richtet es ihn ganz von alleine auf. Wenn aber jemand kein Begehren zur Sache hat, dann kann man natürlich investieren und mit allerlei Überredungskünsten arbeiten, aber es wird dann doch heißen: „Ja, es ist so schwer.“

Das Aufrichten korrespondiert also mit dem, was man in der Weltenschöpfung Interesse nennt. Wenn Interesse als Attraktion vorhanden ist, dann schwingt die Wirbelsäule hoch, aber fehlt das Interesse, wird es wieder schwer, drückt es den Menschen viel leichter in den Körper wieder zurück. Auf Übungen bezogen kann man bemerken: man kann sich schwerer oder leichter machen, je nachdem wie die Bezüge und Interessenslagen sind.



Das Aufrichten der Wirbelsäule aus der Umkreis kraft des Interesses enthebt den Menschen aus der Schwere, während der willentliche Versuch zur Disziplinierung der Aufmerksamkeit weiterhin der Schwere unterliegen muss.