

## **Die Menschheitsentwicklung und der achtegliedrige Pfad – Ein Beitrag zur anthroposophischen Psychotherapie**

Dr. med. Harald Haas, Bern

Beim heutigen Menschen tritt das Phänomen der sensibler werdenden Sinneswahrnehmungen und der damit verbundenen seelischen „Verletzlichkeit“ immer deutlicher hervor. Man bezeichnet diese Menschen auch als hochsensibel oder hochsensitiv. Daneben ist auch auffällig, dass das Übereinstimmen der Vorstellungen und Gedanken mit dem, was die Menschen tun, brüchig wird. Dabei gehen Denken, Fühlen und Wollen auseinander, wie dies Rudolf Steiner in seinen Vorträgen über die Psychoanalyse (1) darstellte. Im Folgenden soll versucht werden diese Veränderungen aus der gesamten Entwicklung des Seelischen in der Menschheitsentwicklung verständlich zu machen.

Der Kampf mit den Widersacher-Mächten um die Entwicklung der menschlichen Seele begann in der so genannten lemurischen Zeit. Zunächst wollten auf die Entwicklung der Sinneswahrnehmungen die luziferischen Wesenheiten derart wirken, dass die Welt viel zu stark in das Seelische hineingedrängt hätte. Die Möglichkeit, eine seelische Balance erreichen zu können war, wie dies Rudolf Steiner in den drei „Vorstufen des Mysteriums von Golgatha (2)“ beschreibt, damit verbunden, dass der Christus zusammen mit der so genannten Bruder- oder Schwesternseele des Adam, die später in Krishna (3) und dem nathanischen Jesusknaben wirkte (4), hier einen heilenden Einfluss darauf nehmen konnte. Einer weiteren Entwicklungsgefahr wurde mit dem Zurückdrängen von ahrimanischer Gier, Wollust und Ekel bezüglich der Triebe aus dem Bereich der Lebensfunktionen und -Organe in gleicher Art entgegen gewirkt. In der atlantischen Zeit musste die Christuswesenheit mit der „Krishna-Seele“ gegen beide Widersacher-Mächte um die Ausbildung des normalen logischen Denkens mit dem Ausgleich von Denken, Fühlen und Wollen ringen (2).

Rudolf Steiners Beschreibung der Entwicklung der Seelenfähigkeiten in der atlantischen Zeit im Buch „Aus der Akasha-Chronik“ (5) im Kapitel „Unsere atlantischen Vorfahren“ schildert, dass in jeder der so genannten „Unterrassen“ der Atlantier (der „Zivilisationen/Kulturepochen“ in der atlantischen Zeit) eine der Seelenfähigkeiten besonders entwickelt wurde. In der zeitlichen Reihenfolge waren dies: 1. das Gedächtnis und damit verbunden die Sprache, 2. das Andenken an Verstorbene und damit der Ahnenkult, 3. die persönliche Erfahrung und die Anerkennung von Persönlichkeiten, 4. die Beherrschung der Bewegungskräfte für eigensinnige Taten und später das Regeln der Wünsche und Begierden nach eigener Urteilskraft, 5. die Regelung der Antriebe zum Handeln aus dem menschlichen Inneren, 6. die Klugheit durch die Denkkraft mit der Einrichtung von Gesetzen und 7. die weitere Entwicklung der Denkkraft mit der Erinnerung und der Ausbildung des Glaubens.

Betrachtet man die einzelnen Seelenfähigkeiten, die in der atlantischen Zeit in der Menschheit erworben wurden, so wird deutlich, dass sie eine Entsprechung zu den Seelenqualitäten haben, die in den Übungen des achtegliedrigen Pfades des Gautama Buddha

errungen werden, welche Rudolf Steiner in den „Übungen für die Tage der Woche“ (6) wie folgt benannt hat: die rechte Wahrnehmung, die rechte Vorstellung, das rechte Wort, die rechte Tat, der rechte Standpunkt, das rechte Streben, das rechte Gedächtnis und die rechte Beschaulichkeit. Dabei wurden die Fähigkeiten in der atlantischen Zeit in der umgekehrten Reihenfolge entwickelt und bilden heute die Grundlage der „normalen“ Seelenkonstitution. In der Wiederholung dieser Entwicklungsschritte im achtgliedrigen Pfad am Beginn der vierten nachatlantischen Kulturepoche konnte sich ein geordnetes seelisch-leibliches Gefüge zeigen, welches erstmals vollständig im Leben und in den Lehren des Gautama Buddha von einem Menschen vereint wurde. Seitdem ist es den Menschen möglich, diese Seelenkonstitution zu erwerben (4).

Bezüglich der weiteren Menschheitsentwicklung erwähnt Rudolf Steiner, dass nach dem Beginn der Epoche der Bewusstseinsseele (1413) sich eine Lockerung des Ätherleibs entwickelt hat (7), wobei die Lockerung des Ätherleibs des Herzens seit dem Jahr 1721 erfolgt. Bis ins Jahr 2100 wird sich das „Ätherherz“ als Grundlage des „Herzdenkens“ (des sinnlichkeitsfreien Denkens) bei allen Menschen gelöst haben (8). Der Mensch hatte noch während der vorchristlichen Kulturepochen eine nicht so starke Verbindung des Ätherleibes zum physischen Leib. Dies ermöglichte ein übersinnliches Wahrnehmen, das seit der Zeit um Christi Erdenleben mit dem engeren Zusammenhang der Wesensglieder verloren ging. Jetzt haben wir eine umgekehrte Entwicklungsrichtung, bei der sich der Ätherleib wieder aus dem physischen Leib herauslöst.

Die Lockerung des Ätherleibes (im oberen Menschen) kann zu seelischen Problemen führen. In weiteren Vortragsschilderungen heisst es dazu, dass das Unharmonische der Aussenwelt auf dieser Grundlage, „als Zeichen der Nervosität, zu Hysterie und Ähnlichem“ führen kann (9). Wichtig sei dabei für die Entwicklung des einzelnen Menschen, dass er in einem früheren Leben den Christus mit dem Glauben aufgenommen hat, damit die Ätherleibs-Lockerung nicht zu einem „geistigen Tod“ führt (10). Problematisch sei auch, durch die Ätherleibs-Lockerung ein Erleben von geistigen Welten zu haben, ohne dass ein entsprechendes Bewusstsein davon vorhanden wäre. Dies würde dann „zu Nervosität, Neurasthenie und pathologischer Krankheitsfurcht“ führen (11). Des Weiteren habe sich durch das Wirken des Erzengels Gabriel (in der vormichaelischen Zeit) ein neues Organ im Gehirn für die Erinnerung an frühere Erdenleben entwickelt. Wenn jedoch der Mensch kein Verständnis für dessen Gebrauch ins nächste Erdenleben mitbringe, so würde dies ebenfalls zu Nervosität führen (12). Voraussetzung für die Benutzung dieses Organs sei das heutige Nachdenken über das eigene Selbst (13).

Vergleicht man die Qualitäten zur Ausbildung der sechzehnblättrigen Lotosblume, dem oben angeführten achtgliedrigen Pfad des Gautama Buddha, mit den Formen der Nervosität aus dem für diese Entwicklungsstörungen grundlegenden Vortrag „Nervosität und Ichheit“ (14), so findet man eine weitgehende Übereinstimmung mit den Themen der krankhaften Fehlentwicklung, die in der folgenden Reihenfolge aufgeführt sind:

- 1. „die Gedanken nicht ordentlich festhalten und verfolgen können“,
- 2. „nicht zu Entschlüssen vorrücken können“,

- 3. „Nervosität in Krankheitsformen, die zuweilen organische Krankheiten in einer täuschenden Weise nachbilden“,
- 4. „öffentliches nervöses Gebaren“,
- 5. „ein geringes Band von Interesse verbindet ... den menschlichen Seelenkern mit dem, was die Menschen annehmen“,
- 6. „eine geringe Verbindung ... zwischen den menschlichen Seelenkern und demjenigen, was der Mensch treibt“,
- 7. „die leichte (häufige) Vergesslichkeit“.
- Der 8. Punkt der rechten Besinnlichkeit“

wird im Vortrag „Nervosität und Ichheit“ nicht so offensichtlich erwähnt. Diesen kann man jedoch zu Beginn und am Ende des Vortrags, sowie in einigen Zwischenbemerkungen finden, wo die Bedeutung des Verständnisses der Wesensglieder des Menschen für das menschliche Leben und die Wirkungen der Übungen gegen die Nervosität beschrieben werden. Die thematische Übereinstimmung der acht Punkte der „Ausbildung der sechzehnblättrigen Lotosblume“ mit den typischen Formen der Nervosität dürfte sonst aus der Formulierung, mit Ausnahme des 3. Punktes, durchwegs einleuchtend sein. Dort findet man die Bedeutungsverwandtschaft durch die der Nervositätsform entsprechende Übung, „die Unterdrückung von Wünschen, wenn die Nichtausführung der Wünsche keinen Schaden bringt“ (14) sodass dieses zutreffend für den Bereich der „richtigen Rede“ des achtgliedrigen Pfades angesehen werden kann. Die „richtige Rede“ kann durch das Zurückhalten der eigenen Wünsche verstärkt werden (15).

In der weiteren Entwicklung ist die Menschheit als Ganzes nach dem Beginn der Michaelzeit 1879 und dem Ende des Kali Yuga 1899 seit den dreissiger Jahren des 20. Jahrhunderts unbewusst über die Schwelle der geistigen Welt gegangen, wodurch das Gefüge der seelischen Fähigkeiten weiter auseinandergeht. Dies bedeutet, dass das Luziferische und das Ahrimanische verstärkt in das Seelische hineinwirken können, wie es in den oben angeführt Formen der Nervosität deutlich werden kann.

Im Fünften Priester-Kurs: „Apokalypse und Priesterwirken“ (16) heisst es dazu:  
*„Wir können sagen: Die sich entwickelnde Menschheit, die lebt ja in dem Unterbewußtsein jedes einzelnen Menschen, aber das steigt eben nicht in das gewöhnliche Bewußtsein herauf, und sie macht ähnliche Etappen ihrer Entwicklung durch wie der einzelne Mensch. Und eben jetzt in unserem Zeitalter wird im Entwicklungsgang der Menschheit so etwas durchgemacht wie der Übergang über die Schwelle und die Spaltung in drei [Seelentätigkeiten]. Dasjenige, was für den einzelnen Menschen das Vorbeigehen an dem Hüter der Schwelle ist, das muß der Mensch im Bewußtseinsseelenzeitalter sich aneignen, wenn er es haben will. Die Menschheit aber geht, für den einzelnen unbewußt für unser Zeitalter, an dem Hüter der Schwelle vorbei. Die ganze Menschheit macht das durch, was der Übergang über die Schwelle ist. Während die physische Leiblichkeit bis zum Ende des 18. Jahrhunderts herauf noch immer durch die ihr innewohnenden elementarischen Wesen dem Menschen etwas gegeben hat auf Erden, muß der Mensch in der Zukunft alles das, was er produktiv innerlich finden wird, auch seine Tugenden, aus der geistigen Welt herausholen, nicht als einzelner Mensch, sondern als Menschheit. ...“*

*Immer mehr Menschen wird es geben, die neben dem Gefühl, das der Mensch entwickeln kann, wenn das Gesunde an das Pathologische angrenzt, die andere Empfindung haben werden: Meine Gedanken wollen mir davonlaufen, meine Füße werden durch die Erdschwere nach unten gezogen. — Es gibt in der Gegenwart viele Menschen, die eigentlich dieses Gefühl sehr stark haben, ihre Gedanken fliegen ihnen davon, ihre Füße werden von der Erde übermäßig angezogen. Nur wird so etwas durch unsere heutige Zivilisation dem Menschen ebenso ausgedet, wie es den Kindern ausgedet wird, wenn sie irgendwelche Visionen haben, die auf realer Grundlage beruhen. “*

Wir müssen davon ausgehen, dass die Folge dieses unbewussten Schwellenübergangs der heutige „Normalzustand“ ist, bei dem die oben geschilderten verstärkten Sinnes- und auch übersinnlichen Sensibilitäten zu Tage treten. Die Gefahr des brüchig-Werdens der menschlichen Konstitution war vor dem Gang der Menschheit über die Schwelle schon als Folge der Geistesschulung bekannt und musste durch die entsprechenden Nebenübungen begleitet werden, zu denen auch der durch Rudolf Steiner erneuerte achtgliedrige Pfad gehört (17). Heute muss diese Brüchigkeit als alltägliches Phänomen betrachtet werden. Das Ziel kann es aber nicht sein, die neue Konstitution „rückgängig“ zu machen, sondern sich im Leib auf einer ätherischen Ebene zu stabilisieren. Ich und Seele können sich im Leib einen Boden schaffen mit der Hilfe des Verständnisses des Mysteriums von Golgatha und dem Erleben des Wirkens des Christus im Ätherischen (18).

Das Schwierige in unserer Zeit ist, dies so sehen und vermitteln zu können, ohne auf die traditionellen christlich-religiösen Begriffe zurückgreifen zu müssen, sondern das Geschehen als neue menschheitliche Kraft erfahren zu können. Rudolf Steiners beschrieb, dass der Christus durch das Geschehen beim Mysterium von Golgatha mehr auf die ahrimanischen Wesenheiten wirkte und das, was jetzt mit seiner ätherischen Erscheinung im Zusammenhang steht, könne die luziferischen Einflüsse ausgleichen. Dies bedeutet, dass die ätherische Wirksamkeit insbesondere gegen die Weltflüchtigkeit, das Loslösen von der irdischen Welt hilft, was heute im Bewusstsein der verschiedensten „esoterischen Strömungen“ fehlt, die eine stark luziferische Tendenz zeigen. In den ausgewählten Texten von Andreas Neider aus dem Band „Christus-Erkenntnis und Selbstlosigkeit“ (19) werden noch positive menschliche Fähigkeiten zum Ausgleich der jetzt drohenden Fehlentwicklung durch das Staunen, das Mitgefühl und das Gewissen angeführt, die auch als die „Früchte“ des achtgliedrigen Pfades angesehen werden können (20). Die Ausbildung dieser drei Seelenkräfte kann die Entwicklung der zukünftigen „Hüllen für den (ätherischen) Christus“ ermöglichen (21).

Da die Entwicklung der Seelenfähigkeiten des achtgliedrigen Pfades, wie oben erwähnt, sehr entscheidend für die Zukunft des Menschen ist, aber nur individuell entwickelt werden kann, ist der Impuls entstanden, dieses nicht den in traditionell buddhistischer Weise lehrenden Gruppen zu überlassen, sondern in Form der aktuellen Beschreibungen Rudolf Steiners einem grösseren Menschenkreis zu übermitteln. Daraus ist die Idee zu einem Gruppen-Übungs-Programm zum achtgliedrigen Pfad entstanden, welche in einem Artikel in einem Sammelband zu „Arbeitseinblicke in die anthroposophische Psychotherapie“

erschienen ist (22). Seither konnte dieses Gruppenprogramm zusammen mit dem Heileurythmisten Theodor Hundhammer vom Autor dieses Beitrags in seiner psychotherapeutischen Praxis und im Johannes-Zweig Bern der anthroposophischen Gesellschaft in verschiedenen Varianten mehrfach durchgeführt werden. Die Grundlagen dieses in den letzten Jahren entwickelten Gruppenprogramms, sowie weitere vertiefende Artikel zum Thema sind zugänglich unter der Webseite: [www.bewegteworte.ch](http://www.bewegteworte.ch).

Als weitere geistige Veränderung war mit dem Übergang des Gabriel- in das Michaelzeitalter 1879 der Aufstieg des Michael zum Archai, zum Zeitgeist verbunden. Dies führt zu der Frage, wer daraufhin die Aufgabe des Erzengels für die mittel- und nordeuropäische Menschheit übernimmt. Karl Heyer ist dieser Frage in seinem Essaybuch „Wer ist der Deutsche Volksgeist“ (23) nachgegangen. Als Nachfolger und Mitstreiter des Michael und des Christus findet Heyer bei Rudolf Steiner den Engel des Gautama Buddha, der mit dem Aufstieg des Siddartha Gautama zum Buddha von seiner Aufgabe befreit wurde. Der Engel, dieses am weitest entwickelten Menschen konnte sich dabei zum (internationalen) deutschen Volksgeist (Erzengel) entwickeln.

Aus all diesen Entwicklungen der neueren Menschheit können sich Fragen zu Themen ergeben, die Ad und Henriette Dekkers auf der Vorbereitungstagung für eine Weiterbildung in anthroposophischer Psychotherapie (24) angeführt hatten:

- Christus als Herr des Karma
- Der Aufstieg Michaels und der neue mittel- und nordeuropäische Volksgeist
- Die Lockerung des Ätherleibs und der Gang der Menschheit über die Schwelle
- Die neue Freiheit des Menschen in der Bewusstseinsseele

Diese Themen sind sicherlich wesentlich für eine geisteswissenschaftlich fundierte Psychotherapie und bedürfen der weiteren (auch praktischen) Ausarbeitung.

### **Literatur:**

- (1) Steiner, R. Individuelle Geistwesen und ihr Wirken in der Seele des Menschen, GA178, Vortrag vom 11.11.1917. Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 4. Aufl. 1992
- (2) Steiner, R. Die Bhagavad Gita und die Paulusbriefe, GA 142, Vortrag vom 30.12.1912 Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 4. Aufl.1982 und Steiner R. Vorstufen des Mysteriums von Golgatha GA 152, Vorträge vom 14.10.1913, sowie 5.3., 7.3., 30.3. und 1.6.1914, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 3. Aufl. 1990, Siehe auch: Steiner, R. Christus-Erkenntnis und Selbstlosigkeit, Ausgewählte Texte, herausgegeben und kommentiert von Andreas Neider, Basel: Futurum Verlag, 2012

- (3) Steiner, R. Die okkulten Grundlagen der Bhagavad Gita, GA 146, Vorträge vom 2. und 3. 6 1913, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 4. Aufl. 1992
- (4) Steiner, R. Das Lukas-Evangelium GA 112, S. 39, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 9. Aufl. 2001
- (5) Steiner, R. Aus der Akasha-Chronik, GA 11, Kapitel: unsere atlantischen Vorfahren, Dornach: Rudolf Steiner Verlag 6. Aufl. 1986
- (6) Steiner, R. Für die Tage der Woche aus: Seelenübungen I, GA 267, S 68 – 73, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 2. Aufl. 2001
- (7) Steiner, R. Natur- und Geistwesen – ihr Wirken in unserer sichtbaren Welt. GA 98, Vortrag vom 9.6.1908, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 2. erw. Aufl. 1986
- (8) Steiner, R. Vergangenheits- und Zukunftsimpulse. GA 190. S. 122f Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 3. Aufl. 1980
- (9) Steiner, R. Das Hereinwirken geistiger Wesenheiten in den Menschen. GA 102, S. 161, 4. durchges. Auflage. Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 2001
- (10) Ebenda. S. 136
- (11) Ebenda: S. 167
- (12) Steiner, R. Initiationswissenschaft und Sternenerkenntnis. GA 228, 171 f, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 3. Aufl. 2002
- (13) Steiner, R. Vorstufen zum Mysterium von Golgatha. GA 152. Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 3. Aufl. 1990
- (14) Steiner, R. Nervosität und Ichheit. Vortrag vom 11.1.1912. Sonderdruck aus GA 143, Dornach: Rudolf Steiner Verlag
- (15) Steiner, R. Die Evolution vom Gesichtspunkte des Wahrhaftigen, GA 132, Vortrag vom 14.11.1911, S. 43/44, Dornach: Rudolf Steiner Verlag 7. Aufl. 1999
- (16) Steiner, R. Vorträge und Kurse über christlich-religiöses Wirken, V. GA 346, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 2. Aufl. 2001
- (17) Steiner, R.. Welche Bedeutung hat die okkulte Entwicklung des Menschen für seine Hüllen und sein Selbst? GA 145, 1. Vortrag, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 6. Aufl. 2005

- (18) Angaben zu diesem Thema finden sich in der von Thomas Stöckli herausgegebenen Reihe „Das Ätherische Christuswirken“ im Verlag am Goetheanum:
- Band 1, vom Christuswirken in der Gegenwart, Dornach 1991
  - Band 2, Rudolf Steiner über die Wiederkunft im Ätherischen, Dornach 1991
  - Band 3, Wege zur Christuserfahrung, Dornach 1991
- sowie insbesondere bei:
- Ben Aharon, J. Das spirituelle Ereignis des 20. Jahrhunderts. Eine Imagination, Dornach: Verlag am Goetheanum 1994 und
  - Ben Aharon, J. Die neue Erfahrung des Übersinnlichen – Das anthroposophische Erkenntnisdrama der Wiederkunft, Dornach: Verlag am Goetheanum 1997
- (19) Steiner, R. Christus-Erkenntnis und Selbstlosigkeit, Ausgewählte Texte, Herausgegeben und kommentiert von Andreas Neider, Kapitel „Die zukünftige Hüllenbildung des Christus durch die Entwicklung der Selbstlosigkeit“, Basel: Futurum Verlag, 2012
- (20) Steiner, R. Thementext: Sich selbst erziehen. Das Geheimnis der Gesundheit. Eingeleitet von Harald Haas, Basel: Futurum Verlag, 2. Aufl. 2014. In dieser Sonderausgabe findet sich der öffentliche Vortrag vom 14.3.1912: „Die Selbsterziehung des Menschen vom Gesichtspunkt der Geisteswissenschaft“ aus Menschengeschichte im Lichte der Geistesforschung, GA 61, wo dieser Zusammenhang entwickelt wird. Weiterhin sind im Text enthalten: „Das Vergessen“, Vortrag vom 2.11.1908 aus Geisteswissenschaftliche Menschenkunde, GA 107, Seminarbesprechungen zu den Temperamenten vom 22.8.1919 aus Allgemeine Menschenkunde, GA 295, sowie die die „Übungen für die Tage der Woche“ (siehe 5).
- (21) Steiner, R. Die Erfahrungen des Übersinnlichen – Die drei Wege der Seele zu Christus, GA 143, Vortrag vom 8.5.1912, S. 82 – 85, Dornach: Rudolf Steiner Verlag, 4. neu durchg. Aufl. 1994
- (22) Haas, H. & Hundhammer, T. Selbsterziehung und der achtgliedrige Pfad – ein Gruppenprogramm, in: Reiner, J. (Hrg.) In der Nacht sind wir zwei Menschen, Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben 1. Aufl. 2012
- (23) Heyer K. Wer ist der Deutsche Volksgeist? Basel: Perseus Verlag, 2. Aufl. 1990. Die Angaben Rudolf Steiners finden sich in den Vorträgen vom 18. und 20.5.1913 in Stuttgart, im Band „Der Michaelimpuls und das Mysterium von Golgatha“ GA 150
- (24) Ad und Henriette Dekkers, mündlicher Beitrag bei einer internen Tagung der Deutschen Gesellschaft für Anthroposophische Psychotherapie (DtGAP) in Kassel vom 4.3.2012