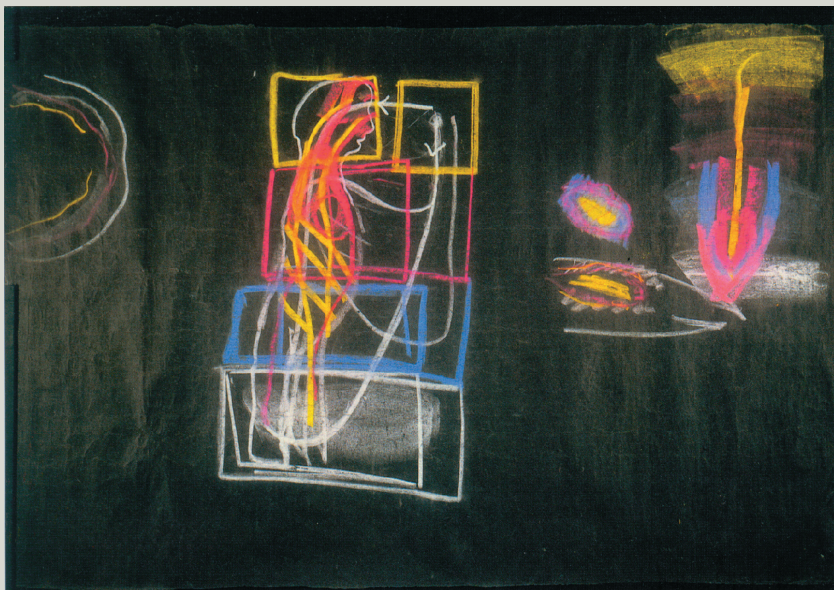


DER UNSICHTBARE MENSCH IN UNS



Studien und Übungen

Kathrin Studer-Senn

Verlag am Goetheanum

Kathrin Studer-Senn

Der unsichtbare Mensch in uns
Studien und Übungen

Kathrin Studer-Senn

Der unsichtbare Mensch in uns

Studien und Übungen

Verlag am Goetheanum
Verlag der Kooperative Dürnau

Dieses Buch verdankt seine druckreife Formulierung und Gestaltung der freudigen, tatkräftigen Hilfe von Susanne Riedener, Maya Läderach und Michaela Glöckler.

E-Book-Ausgabe 2025

8., erweiterte Auflage 2025

Verlag der Kooperative Dürnau, shop.kooperative.de

© Copyright 2025 by
Verlag am Goetheanum,
Philosophisch-Anthroposophische Verlage AG
St. Johannis-Vorstadt 19/21, CH-4056 Basel
info@goetheanum-verlag.ch

Alle Rechte vorbehalten

Bevollmächtigter in der EU im Sinne des Artikels 16 Absatz 1
der Verordnung zur allgemeinen Produktsicherheit GPSR:
ATHENA Verlag e. K., Mellinghofer Straße 126,
DE-46047 Oberhausen, info@athena.verlag.de

Titelbild: „Wandtafelzeichnung von Rudolf Steiner, Vortrag vom 11.02.1923“:
© Rudolf Steiner Nachlassverwaltung, Dornach/Schweiz

Gesamtherstellung: Kooperative Dürnau, DE-88422 Dürnau

ISBN (E-Book) 978-3-7235-1814-4

Inhaltsverzeichnis

I	Vorbemerkung	7
II	„Der unsichtbare Mensch in uns“ Wer ist er – woher kommt er? Vom nachtodlichen und vorgeburtlichen Geschehen; Die Auflösung und die Neubildung der Wesensglieder; Der Geistkeim; Die Bedeutung der Embryonalhüllen	9
III	„Der unsichtbare Mensch in uns“ Wie wirkt er im Erdenleben? Das Hereinwirken des unsichtbaren Menschen in den sichtbaren Menschen; Zusammenfassung der Ausführungen	19
IV	Das Zusammenwirken der Ich-Ströme im Lebenslauf Die drei „Ich-Geburten“ (3., 9. und 21. Lebensjahr)	25
V	Pathologie Einseitigkeiten im Zusammenwirken von oberem und unterem Ich-Strom; Fremdbildungen / „langer blasser Dünning“; Konstitutionstypen; Hysterie / Neurasthenie; Hysterie / Epilepsie; Maniakalische Kinder / Schwachsinn; Autismus; Schmerz, Diabetes;	29
VI	Textarbeit Erläuterungen zum Text des Vortrages vom 11.2.1923; „Der unsichtbare Mensch in uns“, Das der Therapie zugrundeliegende Pathologische (GA 221)	38
VII	Menschenkundliche Aspekte zur Eingliederung der Wesenglieder Zusammenschau der menschenkundlichen Angaben in den 4 Vorträgen: 11.02.1923 Der unsichtbare Mensch in uns (GA 221); 27./28.10.1922 Über die Nierenstrahlung (GA 314); 14.01.1917 „Entfesselungsvortrag“ (GA 173c, früher GA 174); 16.09.1920 Erziehung und Unterricht aus Menschenerkenntnis; (Meditativ erarbeitete Menschenkunde) (GA 302a)	47

VIII	Angewandte Menschenkunde	52
	Beispiele von Übungen auf Grund des Vortrages über den unsichtbaren Menschen und der Sinneslehre von R. Steiner; Praktische Anwendung der Kenntnisse der Wirksamkeit von oberem und unterem Ich-Strom und der unteren Sinne; Betrachtung der Nebenübungen unter dem gleichen Gesichtspunkt; Umgang mit Angstzuständen und Panikattacken; Wahrnehmungsübungen	
IX	Eurythmie und Heileurythmie vom Gesichtspunkt des Vortrages über den unsichtbaren Menschen in uns.	63
X	Schlussbemerkung	67
XI	Rudolf Steiner: „Der unsichtbare Mensch in uns. Das der Therapie zugrunde liegende Pathologische.“ Vortrag vom 11. Februar 1923 in Dornach, in: Erdenwissen und Himmelerkenntnis, GA 221, Dornach 1998 ³ © 1966 <i>Rudolf Steiner Nachlassverwaltung, Dornach/Schweiz</i>	68
XII	Beispiel für eine Beschreibung der Matroschkaübung	88
XIII	Beispiel für den Vollzug des 2. Teils der Nebenübungen	93

I Vorbemerkung

Am 11.2.1923 hielt Rudolf Steiner in Dornach seinen Vortrag „Der unsichtbare Mensch in uns“ mit dem Untertitel „Das der Therapie zugrunde liegende Pathologische“. Ein Vortrag also für Mediziner, Ärzte und Therapeuten, würde man – dem Titel entsprechend – erwarten. Aber es war ein Vortrag vor Laien, der im Rahmen des Vortragszyklus unter dem Titel „Erdenwissen und Himmelerkenntnis“ (GA 221) veröffentlicht wurde. Wer sass wohl unter den Zuhörern, dass es für Rudolf Steiner möglich war, über dieses Geheimnis so ausführlich zu sprechen? Nie vorher und nie nachher sprach er direkt über dieses Thema. Aber wenn man davon weiss, erkennt man schon in früheren Jahren Spuren davon, die uns zeigen, dass Steiner diese Tatsachen sehr wohl bereits viel früher kannte.

Der genannte Vortrag (11.2.1923) ist bekanntlich ausserordentlich schwierig zu verstehen, vielleicht nicht auf den ersten Blick. Aber bald verunsichern uns scheinbare Widersprüche oder Kompliziertheiten. Meistens gibt man deshalb das Studium bald auf. Ist man aber bereit, sich darauf einzulassen, in Geduld den Text wörtlich zu nehmen, ihn in sich zu bewegen, so wird er zu einem Schlüssel, zu einem Passepartout für unzählige andere schwer verständliche Stellen im Vortragswerk Rudolf Steiners. Er kann uns auch die Grundlagen zum Verständnis der für den Schulungsweg gegebenen Übungen, auch der sogenannten Nebenübungen geben. Sind wir bereit, gewisse alte Vorstellungen fallen zu lassen, so finden wir im Umgang mit den Angaben, die in diesem Vortrag gemacht werden, ein Instrument, um nicht nur unsere Leiblichkeit in gesunder Art zu ergreifen, sondern darin auch unserer wahren Wesenheit zu begegnen oder jedenfalls uns von ihr getragen zu wissen.

So ist diese Arbeit zwar in erster Linie für Ärzte, Therapeuten und Heilpädagogen geschrieben. Auch die Pädagogen seien angesprochen. Doch kann die Kenntnis des unsichtbaren Menschen in uns für jeden, der das Menschsein verstehen und lernen möchte, von

Bedeutung sein. Sei es, dass wir Hilfen für den Alltag erhalten, oder dass wir die Angaben Rudolf Steiners zum Schulungsweg mit mehr Verständnis umsetzen können. Es wird ein gewisses Mass an anthroposophisch-menschenkundlichem Grundwissen vorausgesetzt. Auch empfiehlt es sich, den Vortrag „Der unsichtbare Mensch in uns“ (Rudolf Steiner, 11.2.1923, Einzelvortrag oder GA 221) zuerst zu lesen, um mit dem Thema vertraut zu werden.

Die Fragen, die das Thema vom unsichtbaren Menschen aufwirft, haben in so ausgedehntem Masse zugenommen, das wahre Interesse an ihm ist so gewachsen, dass hier versucht werden soll, aus dem bisher Erarbeiteten so zu berichten, dass der danach Suchende die Grundlagen für ein selbständiges Arbeiten an diesem Thema finden kann.

II „Der unsichtbare Mensch in uns“ Wer ist er – woher kommt er?

In dem Vortrag selbst spricht Rudolf Steiner nicht über die Herkunft des unsichtbaren Menschen. Er deutet nur an, dass er darüber in anderen Vorträgen gesprochen habe. Beispiele von Vortragszyklen, in denen er nicht nur über das nachtodliche, sondern eben auch über das vorgeburtliche Leben spricht, finden wir unter anderem in GA 226, 218, 231, 232 etc..

Um diese Existenz des unsichtbaren Menschen besser verstehen und realer erleben zu können, richten wir unseren Blick zuerst auf das nachtodliche Leben. Diese Vorgänge lassen sich für den Leser am besten verstehen, wenn er versucht, sie beim Lesen innerlich mitbewegend nachzuvollziehen. So werden wir mit unserem Fühlen ein Erkenntnisorgan ausbilden, eine Empfindungsgrundlage schaffen für die Wirksamkeit von zentrifugalen und zentripetalen Kräften. Und wir werden erleben, dass die zentrifugalen Kräfte, die von innen nach aussen, nach der Peripherie wirksamen Kräfte immer ins Geistige führen, und dass die zentripetalen Kräfte, die vom Umkreis zum Mittelpunkt strömenden Kräfte immer ins Irdische, in Richtung Materialität führen. Dieses Grundelement der zentrifugalen und zentripetalen Kräfte finden wir in diesem Sinne eben auch in dem Vortrag über den unsichtbaren Menschen in uns. Warum das Verständnis für diese Grundkräfte so wesentlich ist, soll in dem Kapitel über die „angewandte Menschenkunde“ genauer beschrieben werden.

Gehen wir also mit Steiner den Weg der Beschreibungen des nachtodlichen Lebens, so finden wir da die Mitteilung, dass beim Tod der physische Leib von Ich, Astralleib und Aetherleib verlassen werde. Auch der Aetherleib verlässt den Leib, behält aber seinen Zusammenhang noch drei Tage. Wie eine Wolke können wir ihn in der Umgebung des Verstorbenen noch erahnen. Dann, so heisst es, löse sich der Aetherleib auf. „Löst sich auf“ heisst aber nicht, dass