

Anthroposophie

SCHWEIZ

SUISSE

SVIZZERA

SVIZRA

V – 2021 MITTEILUNGEN AUS DEM ANTHROPOSOPHISCHEN LEBEN NOUVELLES DE LA VIE ANTHROPOSOPHIQUE NOTIZIARIO DELLA VITA ANTROPOSOFICA

Überleben und Entwicklung

Jahrhundert-Meditationen Rudolf Steiners (1921)

Peter Selg

Die Weltsituation wirkt in vieler Hinsicht so schwierig wie nie zuvor. Die Belastungen, die Ängste, die Sorgen und die Verzweiflung, die Schwächen und Aussichtslosigkeiten nehmen dramatisch zu, auch unter Kindern und Jugendlichen.¹ Die Zivilisation erscheint weit davon entfernt, den «wirkenden Geist» an die Stelle des «gedachten» zu setzen² bzw. den im Wissen erstorbenen Geist «im Schauen» zu beleben und die Liebe erstehen zu lassen, wie Rudolf Steiner 1921 in sein Notizbuch schrieb.³

Das genaue Gegenteil scheint einhundert Jahre später der Fall zu sein: Ahriman gewinnt weiter rasch an Boden in seinem Siegeszug durch die Erdenwelt und Menschenseelen.⁴ «Bei jeder Schwankung sinkt die Menschheit tiefer. Wie weit wird das gehen?», fragte Simone Weil.⁵

Weil dem so ist, kommt der spirituellen Arbeit ein hoher, ja höchster Stellenwert zu. «Nur das Gleichgewicht zerstört die Gewalt und hebt sie auf.»⁶ Der Mensch muss versuchen, trotz des schwindenden Bodens, der sozialen Vereinamung und entfremdeten Erdenwelt – oder gerade angesichts dieser Lage – seines Wesenskernes inne zu werden, sein Gleichgewicht zu finden und seine Arbeit weiterzuführen, im Inneren wie im Äusseren, auch wenn dieses Äussere gegenwärtig wie verschlossen erscheint.

Einhundert Jahre alte Mantren Rudolf Steiners, die 1921 niedergeschrieben wurden, können, innerlich bewegt und

durchlebt, dabei von unverzichtbarer Bedeutung sein. Sie können Begleiter des Menschen werden und Kräfte freisetzen, wesenhafte Kräfte. Sie können Beziehungen im scheinbaren Niemandsland stiften, uns neu orientieren. Nur das Ewige ist durch die Zeit unverletzbar, lehrte Simone Weil.⁷

*Das Weltall wacht
Der Himmelskreis träumt
Die Planetenwelt schläft
Das Erdenwesen ruht*

*Im Ruhen wacht der Mensch
Im Schlafen fühlt der Mensch
Im Träumen will der Mensch
Im Wachen icht der Mensch*

*Ich iche – ich bin
Ich will – ich vergeh
Ich fühle – ich werde
Ich denke – ich bin nicht – es ist.*

Diese Zeilen schrieb Rudolf Steiner im Juli 1921 in sein Notizbuch.⁸ Es ist in Corona-Zeiten gut, das vordergründig, oberflächlich völlig chaotische «Erdenwesen» in der Meditation einmal «ruhend» zu erfahren. Es ist gut, um das «wachende Weltall» zu wissen. In diesem wachenden Weltall sind der träumende Himmelskreis und die schlafende Planetenwelt geborgen («Wir müssen wohl Verbrechen begangen haben, derentwegen wir zu Verfluchten geworden sind; denn wir haben alle Poesie des Universums verloren», notierte Simone Weil⁹). Kann sich das «ruhende» Erdenwesen inmitten dieses «wachenden Weltalls» doch noch erholen, kann es gerettet werden, sofern die Menschheit andere Wege einschlägt, sich besinnt? Auch der Mensch kann «ruhen», so betont der mantrische Wortlaut, wachend ruhen und sich in seinem Ich finden, sich selbst vergewissern. Sein «ichen» – nach Grimm: sein «Ich-Sagen» – bestärkt ihn im Sein, nicht sein Denken. Aber das Denken

1 Vgl. <https://en.unesco.org/sites/default/files/one-year-into-covid-presentations-session1.pdf>.

2 Vgl. Rudolf Steiner: *Wahrpruchworte*. GA 40. Dornach ⁸1998, S. 298.

3 Ebd., S. 220.

4 Vgl. Peter Selg: *Die Zukunft Ahrimans und das «Erwachen der Seelen». Zur Geistesgegenwart der Mysteriendramen*. Dornach ¹2021.

5 Simone Weil: *Schwerkraft und Gnade*. Hg. Charlotte Bohn. Berlin ¹2021, S. 191.

6 Ebd., S. 185.

7 Ebd., S. 188.

8 Rudolf Steiner: *Mantrische Sprüche. Seelenübungen II*. GA 268. Dornach ¹1999, S. 79.

9 Simone Weil: *Schwerkraft und Gnade*, S. 164.

kann ein Andenken und ein Anerkennen werden, ein Anerkennen der Weltgedanken und des Weltengeisteslichtes: «Es ist». Im Willensakt stirbt der Mensch, er opfert sich in die werdende Welt hinein; er kann sich mit ihrem Werden einen, fühlend einen und sich selbst verändern, weiten.¹⁰

Dabei wird er sich freilich immer wieder zur Frage. Im Dezember 1921 schrieb Rudolf Steiner für einen Anthroposophen in Norwegen auf:

*Es spricht im Innern
Ich bin
Ich spricht zum Äussern
Es ist
Ich fühlt am Äussern
Es wirkt
Ich will aus Eignem
Ich wirke*

*Wer will im Eignen?
Was wirkt am Äussern?
Wer spricht zum Äussern?
Wer spricht im Innern?*

*Wollend weiss i c h mich seiend
am wirkenden Äussern.¹¹*

Die Fragen bleiben, leben fort, heute mehr denn je. Die Antwortlosigkeit ist zu tragen, muss ertragen werden. Es gilt, die Fragen zu leben, auszuhalten, auch meditativ auszuhalten. Und dabei stets das wollende Ich und das gewollte Ich, den eigenen Daseinsgrund nicht aus den Augen zu verlieren, den wirken-wollenden Daseinsgrund. «Wollend weiss i c h mich seiend / am wirkenden Äussern.» Es scheint schwieriger als zuvor: in der geschlossenen Welt des Lockdown «wirken» zu können, an jenem «Äussern»,

das uns zu entschwinden droht. Oder aber: das jenseits von uns wirkt, uns bestimmt, ohne uns handelt, sich uns entzogen hat. Damit aber uns auch unser Ich entzieht, zu entziehen droht. Das will Ahriman, der Fürst dieser Welt, und das gilt es zu verhindern.

Morgens:

*Strahlender Sonnenstern
Leuchtendes Heimathaus
Weltenformender Wesen
Schliesse mir auf
Herz und Seelensinn
Dass ich kräftig sei
In Zeit und Ewigkeit.*

Abends:

*Im Geiste wohnen
Und geistig atmen
Ist der Seele Trieb
Es wird mir
Schlafend
Wenn das Auge
Sich schützend schliesst.*

Diese Übung, die Rudolf Steiner im November 1921 niederschrieb¹², kann den Menschen, wirklich vollzogen, vor Ahriman retten, erretten «in Zeit und Ewigkeit». Wir können uns allmorgendlich den Sonnenwesen öffnen und an ihrer Kraft teilhaben, sie in uns zur Wirkung bringen, so schwierig das «Äussere» auch sein mag. Aber Öffnungen, kleine Risse im Verhängnis, Spalten der Gnade sind zu finden, die es zu weiten gilt, mit Sonnenkräften entschieden zu weiten gilt. Die Nacht ermöglicht dann die geistige Atmung,

«Anthroposophie – Schweizer Mitteilungen»
April/avril/aprile V 2021

Publikationsorgan der Anthroposophischen Gesellschaft in der Schweiz.
Unabhängige Beilage zur Wochenschrift «Das Goetheanum», Nr. 18, 30. April 2021.
Redaktionsschluss für Juni 2021: 12.5.21
Redaktion: Konstanze Brefin All,
Thiersteinerallee 66, 4055 Basel, 061 531 12 48,
kbrefinal[at]anthroposophie.ch.

Délai de rédaction pour juin 2021: 12-5-21
Rédaction francophone: Catherine Poncey,
65 rte de la Tsarère, 1669 Les Sciermes-d'Albeuve,
c.poncey[at]bluewin.ch.

Die Meinung der Autoren muss sich nicht mit derjenigen der Redaktion decken. Die Rechte an den eingesandten Texten bleiben bei den Autoren.

Einzelabonnement: Sekretariat der Anthroposophischen Gesellschaft in der Schweiz, Oberer Zielweg 60, 4145 Dornach, 061 706 84 40, Fax 061 706 84 41, info[at]anthroposophie.ch.

Auflage (Stand März 2021): 2400 Exemplare.
Papier: RecyStar® Natur, 100% Altpapier.
Druck: Birkhäuser+GBC, Reinach/BL.

Weitere Informationen unter:
<https://www.anthroposophie.ch/de/gesellschaft/publikationen/schweizer-mitteilungen.html>

Inhalt / Table / Indice

Peter Selg: Überleben und Entwicklung. Jahrhundert-Meditationen Rudolf Steiners (1921)	1
Franz Ackermann: Erdenwege – Geisteswege. Drei Richtungen des Menschseins und Menschwerdens	6
Sylvie Blanchon: Récit de vie et biographie	8
Aus der anthroposophischen Arbeit in der Schweiz / Du travail anthroposophique en Suisse	11–15
Hinweise / Informations	15–16
Ankündigungen und Tagungen / événements, nouvelles publications, erratum	15
eine Ausstellung, und eine Pensionierung in der welschen Redaktion / un départ en retraite dans la rédaction romande	16

das geschützte Wohnen im Anderen, im ganz Anderen der göttlich-geistigen Welt.

Bereits 1921, vor 100 Jahren, brauchten die Menschen zahlreiche Hilfestellungen, um sich innerlich halten und entwickeln zu können, geistig leben und überleben zu können, über das Bisherige, Altgewohnte, aber nicht mehr Tragende hinaus, trotz aller Hindernisse und Gefahren. Die Entwicklung muss aktiv geschehen. Im Sommer 1921 übergab Rudolf Steiner einer Frau die folgende Übung:

Morgens:

*Ich sehe vor mir eine weisse Wand,
Darauf schreibe ich:
Ich bin.*

*Ich trete auf eine blaue Fläche,
Rechter Fuss: Ich drücke den Boden
Linker Fuss: Der Boden hält mich*

*Ich bin von dem rotgelben Firmament umschlossen
Das Firmament umkreist mich und wärmt mich
Ich atme ein: i
Ich halte meinen Atem in mir: a
Ich atme aus: o*

Mittags:

*Gottes Weisheit ordnet die Welt
Sie ordnet auch mich;
Ich will in ihr leben.
Gottes Liebe wärmet die Welt –
Sie wärmet auch mein Herz;
Ich will in ihr atmen.
Gottes Kraft traget die Welt –
Sie traget auch meinen Leib;
Ich will in ihr denken.*

Abends:

*Es wird dunkel sein
Meine Seele gehet ins Dunkel
Sie wird im Dunkel leuchten,
Leuchten, weil Weisheit, Kraft und Güte der Gottheit in ihr;
Weisheit, Kraft und Güte
Wachsen in ihr im Dunkel –
Durch sie w i l l meine Seele
Lebensvoll wieder strahlen
Durch Kopf, Herz und Glieder. – ¹³*

Sich selbst am Morgen auf eine «weisse Fläche» zu schreiben, auf dem Unbeschriebenen den eigenen Namen geltend zu machen, das «Ich Bin». Sich in seinen Gliedmassen auf der Erde vergewissern, in der kraftvollen Berührung, in Tun und Empfängnis, Wirkung und Erhalt, Aktion und Reaktion. In den Tag gehen, handelnd, aber sich von Sternhelle und -wärme umhüllt wissen, und im Eigenen, in der Beziehung zum Umraum, gesichert und zentriert erleben: IAO. Gegen Mittag innehalten, einhalten. Sich der ordnenden Weisheit, Liebe und Kraft des Gotteswesens in der Aussen- und Innenwelt bewusst werden und das eigene Leben, Atmen und Denken damit durchdringen. In den Abend und in die Nacht mit der Gewissheit gehen, dass das Seelenlicht leuchtet, am Göttlich-Geistigen wächst und willentlich wieder in den Leib zurückkehren wird – am Ausgang der Nacht, zum neuen Morgen. Für Angst ist hier kein Raum; hier ist kein Vakuum, kein Nichts – daher können auch keine Gegenkräfte einfallen, keine Mächte des Niedergangs. Daseinssicherheit 1921 und 2021, und auch durch alle weiteren Jahrhunderte hindurch, was auch kommen mag, «in Zeit und Ewigkeit».

Freilich geht es nicht nur um das eigene Bestehen, sondern auch um die Hilfe für andere, um den vollen Einsatz, die Selbstlosigkeit und den «sieghaften Geist», den «Lebensstrom der Menschheit».¹⁴ Wie lernen wir, uns in das «Äussere» einzubringen, uns voll für andere zu engagieren, auf «Leben und Tod»? Wie lernen wir wirklich, den Egoismus zu überwinden, den Christus-Weg der Nachfolge zu gehen, das Kreuz auf uns zu nehmen und uns mit der werdenden Welt zu vereinen, uns ihr hinzugeben? 1921 schrieb Rudolf Steiner für einen esoterischen Schüler nieder:

Abends:

Rückschau

Rosenkrenz meditieren

*Diesem Bilde stelle dich
Du, mein Ich, gegenüber.
Suche in dir die Kraft,
Suche in dir die Liebe,
Suche in dir dich selbst.
Stark zu sein gelobe
Dem Bilde da vor dir.*

Morgens:

Rosenkrenz meditieren

*Dem Bilde da vor dir
Gelobe stark zu sein.
Suche in dir dich selbst,
Suche in dir die Liebe,
Suche in dir die Kraft,
Stelle dich, du mein Ich,
Diesem Bild gegenüber.*

(Seelenruhe)¹⁵

10 Vgl. Peter Selg: *Die Grundstein-Meditation Rudolf Steiners und die Zerstörungen des 20. Jahrhunderts*. Arlesheim ¹2011.

11 Rudolf Steiner: *Mantrische Sprüche. Seelenübungen II*. GA 268. Dornach ¹1999, S. 80.

12 Ebd., S. 158.

13 Ebd., S. 156f.

14 Vgl. u.a. Peter Selg: *Das Mysterium der Erde. Aufsätze zur Corona-Zeit*. Arlesheim ²2021.

15 Rudolf Steiner: *Seelenübungen. Band I: Übungen mit Wort- und Sinnbild-Meditationen zur methodischen Entwicklung höherer Erkenntniskräfte, 1904–1924*. GA 267. Dornach ²2001, S. 592.

So vorbereitet, kann der Mensch auf seinem nächtlichen und auf seinem taghellen Weg das selbstlose Ziel nicht aus den Augen verlieren – er hat sein inneres Richtmass in sich, sein wahres Ich, seine Liebe und seine Kraft, sein Gegenüber, sein Golgatha. «Das Kreuz als Waage, als Hebel. Abstieg, Vorbedingung des Aufstiegs. Der Himmel, der auf die Erde herabsteigt, hebt die Erde zum Himmel hinauf.»¹⁶ Mit Ihm kann der Mensch weiter schreiten, ätherisch begleitet:

*Christus, das Sonnen-Liebeswort
Es lebt in dem Lichtesstrahl
Der in mein Auge dringet.
Und es lebe der Christus
In meinem ganzen Wesen,
Und mit meinem ganzen Wesen
Möge ich in Christus leben.*

*Mit starkem Fühlen eine jede Zeile meditieren.
Für Johanna de Boer-Gerlach, Mai 1921¹⁷*

Der Mensch kann so zum Mitarbeiter des Christus werden, an der Welt von morgen; er kann sich dem Tode der Materie «entreissen» und sich mit Christus vereinen. Vereinen für die Arbeit an der Zukunft.

Die Welt von morgen, das kommende neue «Jerusalem» braucht lebendige Bauten, neue Formen und Gestalten. Es ist kein reines Geisterreich, denn es geht – noch immer – auch um die Zukunft der Erde, die ihr Entwicklungsziel keineswegs erreicht hat. Bauten, irdische Räume und Innenräume zu schaffen, ist daher von Bedeutung, nicht nur virtuell, sondern physisch, *auf Erden*, stofflich oder vielmehr «substantiell». Im Oktober 1921 schrieb Rudolf Steiner für die Grundsteinlegung eines Hauses «Auf der Höhe»:

*In diesem Hause lebe Seele
Sie durchdringe der Geist
Der suche im Grunde
Den festen Willen
Dass ihm werde
Der fromme Sinn
In allen Räumen des Baues
Und dass von oben
Sich einen kann
Des Geistes Segen
Und Gottes Gnade
In allen, die drinnen leben.¹⁸*

Es war das Haus einer Astronomin, der sternkundigen Elisabeth Vreede, das solchermassen im Oktober 1921 seine «Weihe» erhielt, seinen mantrischen «Grundstein». Des «Geistes» Segen «von oben» wurde in diesem Haus mannigfaltig wirksam, auch «Gottes Gnade». Ein Kind, das in diesem Haus Aufnahme fand, war der schwerkranke Wilfried Immanuel Kunert aus dem «Heilpädagogischen Kurs».¹⁹ Später, 1928, erbat Willem Zeylmans van Emmichoven von Elisabeth Vreede die Erlaubnis, die Worte Rudolf Steiners auch für den Grundstein der grossen «Rudolf-

Steiner-Klinik» in Den Haag verwenden zu dürfen, was sie ihm zusagte.²⁰ Krankenhäuser sind wesentliche Zukunftsorte, Stätten einer neuen Heilkunst, einer Entwicklung des Menschen in Krankheit und Therapie.

Zukunftsorte, Bauten und Boten der Zukunft, aber sind auch Schulen, Schulen für Kinder und Jugendliche. Sie sind gegenwärtig schwer in Mitleidenschaft gezogen, an vielen Orten der Welt – wenn auch nicht in der Schweiz – geschlossen oder sehr verändert, in ihrer ursprünglichen Gestalt und Wesenhaftigkeit, ihrer ehemals lichten Wärme und Freude kaum noch auffindbar. Für die Grundsteinlegung zum Neubau der Freien Waldorfschule Stuttgart schrieb Rudolf Steiner im Dezember 1921:

*Es walte, was Geisteskraft in Liebe
Es wirke, was Geisteslicht in Güte
Aus Herzenssicherheit
Aus Seelenfestigkeit
Dem jungen Menschenwesen
Für des Leibes Arbeitskraft
Für der Seele Innigkeit
Für des Geistes Helligkeit
Erbringen kann.*

*Dem sei geweiht diese Stätte:
Jugendsinn finde in ihr
Kraftbegabte, Lichtegebene
Menschenpfleger.*

*In ihrem Herzen gedenken des Geistes,
der hier walten soll, die, welche
den Stein zum Sinnbild
hier versenken, auf dass
er festige die Grundlage,
über der leben, walten, wirken soll:*

*Befreiende Weisheit
Erstarkende Geistesmacht
sich offenbarendes Geistesleben.*

*Dies möchten sie bekennen:
In Christi Namen
In reinen Absichten
Mit gutem Willen. –²¹*

16 Simone Weil: *Schwerkraft und Gnade*, S. 104.

17 Rudolf Steiner: *Mantrische Sprüche. Seelenübungen II*. GA 268, S. 78.

18 Ebd., S. 273.

19 Vgl. Peter Selg: *Wilfried Immanuel Kunert. Zur Lebens- und Therapieggeschichte eines Kindes aus dem «Heilpädagogischen Kurs»*. Dornach 2006, S. 34ff.

20 Vgl. Peter Selg: *Willem Zeylmans van Emmichoven. Anthroposophie und Anthroposophische Gesellschaft im 20. Jahrhundert*. Arlesheim 2009, S. 125.

21 Rudolf Steiner: *Mantrische Sprüche. Seelenübungen II*. GA 268, S. 274f.

22 Rudolf Steiner: *Wahrspruchworte*. GA 40, S. 357.

23 Rudolf Steiner: *Mantrische Sprüche. Seelenübungen II*. GA 268, S. 154.

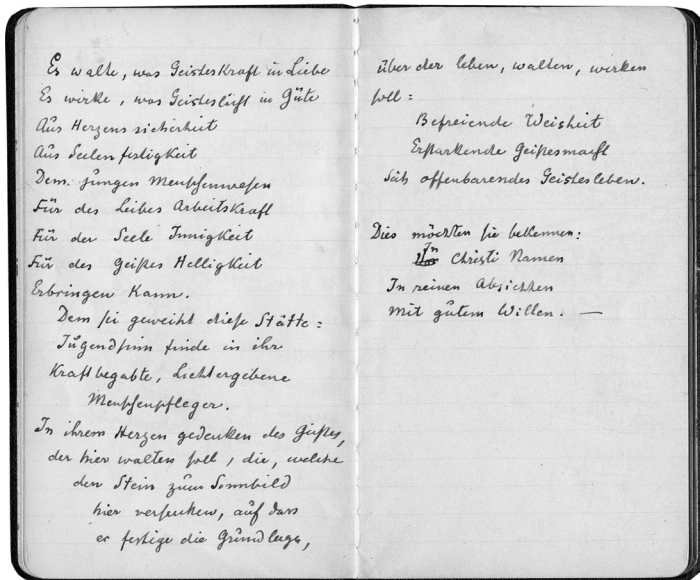
24 Vgl. Peter Selg: *Patienten-Meditationen von Rudolf Steiner*. Arlesheim 2019.

25 In: Werner Bril (Hg.): *Im Zeichen der Hoffnung. Ideen und Gedanken von Rudolf Frieling*. Stuttgart 1986, S. 31.

26 Simone Weil: *Schwerkraft und Gnade*, S. 182.

27 Rudolf Steiner: *Zur Geschichte und aus den Inhalten der ersten Abteilung der Esoterischen Schule 1904–1914*. GA 264. Dornach²1996, S. 324.

28 Simone Weil: *Schwerkraft und Gnade*, S. 185.



«Es walle, was Geisteskraft in Liebe», Eintrag Rudolf Steiners in sein Notizbuch, Stuttgart, 16. Dezember 1921.
© Rudolf Steiner Archiv, Dornach.

Es kann von Bedeutung sein, in den für die Kinder und Jugendlichen so schwierigen Zeiten sich in diese Worte je neu zu versenken, den Grundstein im Herzen zu erneuern und weiter zu tragen. Es ist viel «Geisteskraft in Liebe» und viel «Geisteslicht in Güte» notwendig, um den Unterricht und die pädagogische Beziehung aufrechterhalten und weiter «in Christi Namen» in die Zukunft führen zu können. Wie kann sich das Geistesleben inmitten der globalen Krise wieder «offenbaren»? Wie kann die «Geistesmacht» neu zum Vorschein kommen – und wie die «befreiende Weisheit»?

Die Schulgemeinschaften brauchen Hilfe – und die Kinder und Jugendlichen brauchen für die Gestaltung der Erdenzukunft «Herzenssicherheit» und «Seelenfestigkeit», heute mehr als je zuvor.

Für das Kind Brenda Binnie schrieb Rudolf Steiner 1921 auf:

Brenda:

*Vom Kopf bis zum Fuss
Bin ich Gottes Kind;
Und Gott liebe ich
In allen Dingen:
In Stein und Pflanze,
In Tier und Mensch;
In Sternen und Wolken,
In Sonne und Mond.
In meinem Herzen
Lebt auch Gott,
Ich will ihm folgen
In allem meinem Tun.*²²

Auch die zwölfjährige Felicitas Stückgold erhielt von Rudolf Steiner 1921 einen persönlichen Spruch. Sie war 1909 rechtsseitig gelähmt zur Welt gekommen und litt später an schweren epileptischen Anfällen. Rudolf Steiner und Ita Wegman kümmerten sich – mit Elisabeth Stückgold und Albert Steffen – intensiv therapeutisch um sie. Felicitas war ein sehr sensibles, spirituell hochbegabtes Kind:

*Im Herzen find' ich Kraft,
Im Kopfe find' ich Sinn,
Besinn ich mich darauf,
Kann ich mich befestigen
In allen meinen Gliedern.
Ich tu' es.
Tue es mit aller Macht.*²⁵

Die Zeilen sind eine Heilmeditation für ein Kind, eine spezifische «Patientenmeditation» Rudolf Steiners.²⁴ Sie bilden zugleich einen Wahrspruch für das, was heute unzähligen Kindern und Jugendlichen auf der Erde Not tut, die ohne Rettung oder Neuerschaffung des Unterrichts und Tagesrhythmus sind, ohne Sinngehalt und Zukunftsmut, im lebensarmen Dasein der Corona-Zeit. Sie verfügen über «Arbeitskraft», Seelen-«Innigkeit» und Geistes-«Heiligkeit», aber stehen in vielen Ländern der Erde vor einer verschlossenen Welt. «Wollend weiss ich mich seiend am wirkenden Äussern...?» Die Kinder und Jugendlichen stehen vor einer Wand, einer «weissen» oder mitunter auch «schwarzen» Wand, und haben Mühe, ihren Namen auf sie zu schreiben, ihr «Ich bin». Viel Hilfe und Unterstützung sind notwendig für sie, viel kreativer Einsatz, im Äusseren wie im Inneren, in der Gestaltung des Lebens, in der Rettung oder Neuerschaffung der Schulen – und in der «Befestigung» des Einzelnen im Leben. Die «Pfungtschneise» (Paul Celan) muss schöpferisch aufgefunden werden; es bleibt uns nichts anderes übrig.

Die Menschheit muss in dieser Not handeln, kreativ und spontan handeln, im Äusseren und Inneren. Wir brauchen Ideen und gestaltenden Mut – und spirituelle Aktivität. Wir müssen den «Anker» ins Übersinnliche werfen (Rudolf Frieling²⁵). Der Mensch kann beim Anderen sein, für ihn eintreten, auch meditativ, «in reinen Absichten / mit gutem Willen». «Die übernatürliche Liebe ist frei.»²⁶ Diese geistige Aktivität scheint notwendiger denn je, für den Fortbestand des Menschenwesens auf Erden. Dadurch, dass der Mensch esoterische Übungen macht, wächst er, so Rudolf Steiner, geistig in die Zukunft hinein. Er erlebt «Zukunftszustände der Menschheit»²⁷, nimmt sie gewissermassen antizipierend vorweg, ruft sie an und ins Werden hinein, wenn auch nur im Geheimniszustand des Keimes, in der Verborgenheit eines Kleinen oder Kleinsten. «Innerhalb irgendeiner Ordnung kann eine höhere, ihr also unendlich überlegene Ordnung nicht anders vertreten sein als durch ein unendlich Kleines. Das Senfkorn, der Augenblick als Gleichnis der Ewigkeit...», schrieb Simone Weil in bedrängten Zeiten.²⁸ «Im Ruhen wacht der Mensch.»

Erdenwege – Geisteswege

Drei Richtungen des Menschseins und Menschwerdens

Franz Ackermann

Einen Anstoss zum Verfassen dieses Beitrags erhielt ich durch Gespräche in der Zürcher Arbeitsgruppe der Sterbekultur, als wir uns mit den ungewöhnlichen Ausführungen Rudolf Steiners in den ersten zwei Vorträgen im Band *Der Tod als Lebenswandlung*, GA 182, zu den Erlebnissen im Nachtodlichen beschäftigten. Da spricht Steiner davon, dass der Mensch nach dem Schwellenübergang in drei Reiche gelange. Er charakterisiert diese Reiche wie Landschaften, die ganz unterschiedliche Dimensionen des Menschseins ansprechen. Das erste Reich ist vergleichbar dem festen Boden, auf dem wir stehen, der uns von unten Halt gibt. Das zweite Reich hat eine Verwandtschaft mit dem Seelischen, das wir innerlich fühlen als unsere Mitte. Das dritte Reich finden wir im Walten des Göttlich-Geistigen, in der Welt der Hierarchien, die über uns sind. In diesen drei nachtodlichen Daseinsformen können Leib, Seele und Geist in ihrer Urbildlichkeit erfahren werden. Im Ergreifen des Leibes lebt die Richtung von oben nach unten. Seelisches Erleben finden wir im «Leben auf Augenhöhe», im Umkreis. Im Aufschauen von unten nach oben drückt sich die Hinwendung zum Geistigen aus.

In der folgenden Betrachtung sollen konkrete Aspekte des Wirkens geistiger Wesenheiten im irdischen wie im kosmischen Dasein berücksichtigt werden.

Wir beginnen mit einem Umweg. Er eröffnet uns tiefere Schichten der Fragestellung. Dem Aufwachen in die drei Reiche des Nachtodlichen steht das Aufwachen im Erdenleib gegenüber. Wir erleben das Wunder der Geburt, entdecken vielleicht an Säuglingen noch etwas von der Nähe zum eben verlassenen «Himmel». Doch gewöhnlich verpassen wir das Wichtigste. Wir bedenken nicht, dass beim Ergreifen des Leibes in den ersten drei Lebensjahren sich etwas vollzieht, vollziehen muss, was für das Menschwerden im Erdenleben bedeutende Auswirkungen nach sich zieht, die bis ins Nachtodliche reichen. Was gemeint ist, soll an den scheinbar banalen Tätigkeiten Gehen, Sprechen, Denken verdeutlicht werden. Wer sich in das Rätsel

dieser urmenschlichen Lebensäusserungen vertieft, dem können sich tiefste Wahrheiten des Daseins eröffnen.

Das Ergreifen des Leibes als Werkzeug für die individuelle Menschenseele

Rudolf Steiner weist immer wieder auf diese drei wichtigsten Schritte im Menschenleben hin. Hier stützen wir uns insbesondere auf die Ausführungen im ersten Vortrag des Büchleins *Die geistige Führung des Menschen und des Menschheit*, GA 15. In den ersten drei Lebensjahren können wir wie einen ausgesparten, geschützten Lebensraum beobachten. Noch greift nicht das Ich direkt in die Leibesgestaltung ein. Man könnte sagen, der Säugling ist noch in der Obhut der Götterwelt, die er gerade verlassen hat. Sein Leib wurde ihm von den Eltern durch Vererbung als Modelleib zur Verfügung gestellt. Dieser ist aber nicht fertig. Der Mensch ist in Unvollkommenheit geboren, viel mehr als jedes Tier. Damit der Mensch über seine Tierstufe hinauswachsen kann, dazu ist diese erste Lebenszeit veranlagt. In den Jahren, bevor der Mensch «Ich» sagen kann, werden die grundlegenden Organe ausdifferenziert. Danach kann die Individualität ihr persönliches Menschsein, verbunden mit dem, was sie als Schicksal ins Leben tragen will, weiter ausgestalten.

Die ersten Bewegungen des Säuglings sind noch nicht gerichtet. Doch immer mehr zieht er in seinen Leib ein. Ein Höhepunkt ist erreicht, wenn das Kind gelernt hat, sich aufzurichten, auf den eigenen Füßen frei zu stehen. Welch ein Triumph, ein aufrechter Mensch zu sein. Dies unterscheidet alle Menschen vom Tierreich. Der Mensch ist auf dem Erdengrund angekommen. Ich bin da.

Eine zweite Gebärde wird in der Zuwendung zur Welt sichtbar. Sie beginnt ebenfalls unmittelbar nach der Geburt. Das Kindchen schaut um sich, nimmt Beziehung zur Umgebung auf, auch zum anderen Menschen. Die Beziehung beginnt zu leben. In dieses Leben webt sich die Ausformung des vererbten Kehlkopforgans zum individuellen

Fragmente zum Artikel Erdenwege – Geisteswege von Franz Ackermann

Das Wirken der Trinität im Menschendasein

Drei tiefsinnige Einsichten in die Wirksamkeit der schöpferischen Weltkräfte werden uns also in den ersten drei Lebensjahren geschenkt: Die dritte Gebärde öffnet dem Menschen im Denken das Aufblicken zu der Weltwahrheit, zur Wirklichkeit des Geistigen, zum Heiligen Geist. Mit der darin wal tenden Denkkraft können wir alles Irdische und Geistige durchdringen und verstehen.

Die Gebärde des Sprechens öffnet den Zugang zum Menschenbruder, zum Nächsten. Die Welt der Sprache ist auch die Welt des Gottessohnes, des Logos. Mit der Sprache ist uns das gegeben, was wir in der liebenden Beziehung zur Umwelt, zur Mitwelt austauschen und pflegen können.

Die Gebärde des Ankommens auf der Erde ist die Gebärde, die die Schöpferkraft des Vätergottes andeutet. Der Mensch wird geboren, um selber auf der Erde Schöpfer zu werden. Mensch sein und werden heisst, als Kulturschaffender die Welt zu ergreifen und umzuwandeln.

Rudolf Steiner: «Mit demjenigen Reiche aber, das hier auf der Erde im tierischen Dasein sich spiegelt, hat er zu tun, indem ihm nach dem Tode sofort Kräfte erwachsen, indem er sofort in ein Gebiet von Kräften eintritt, welche dieses tierische Reich beherrschen. Da arbeitet er darinnen. Das ist gewissermassen ebenso für ihn die Basis, die Grundlage seines Wirkens, wie für uns die mineralische Welt ist; das ist der Grund und Boden, auf dem man dort steht.»

Ökologischer Fussabdruck im Erdenreich und seelischer Fussabdruck nach dem Tode

Im Erdenleben hinterlassen wir einen ökologischen Fussabdruck. Wir hinterlassen Spuren in allem, was wir tun. Unser Tun und Lassen wirkt sich auf alles Leben in der Umwelt aus und gestaltet die Verhältnisse, in welchen wir als Menschen zu leben haben.

Haben wir den physischen Körper im Tod abgelegt, umgibt uns weiterhin eine Um-Welt. Diese Welt

nennt Rudolf Steiner das erste Reich im Nachtodlichen. Sie ist rein seelischer Art. Auch in dieser Welt hinterlassen wir ständig Eindrücke. Die geringste seelische Regung eines verstorbenen Menschen hinterlässt in diesem Reich eine Spur. Sinngemäss könnten wir von einem «seelischen Fussabdruck» sprechen. Auch dieser zieht Folgen karmischer Art nach sich.

Der zweimal Geborene

Die Geburt im Tode: Das Eintauchen in die kosmischen Reiche und das Kräftewalten des Nachtodlichen. Schöpferisches Wirken aus Geisteswelten.

Geburt im irdischen Dasein: Das sich Umgeben mit den Leibeshüllen als Werkzeuge für die Schicksalsaufgaben im Erdgebiet. Eintauchen in Seele, Leben, Sinnesleib. Kulturaufgaben und Umwandlung der Erdenverhältnisse.

Sprachorgan. In der Sprachbildung formt sich das anfängliche Plaudern mehr und mehr zum lautlichen Sprechen.

Weniger unmittelbar erfahrbar gestaltet sich die Differenzierung des Hirnorgans zum Denkgorgan als dritte Gebärde. Doch wer beobachtet, wie durch Versuch und Irrtum Lernschritte in Windeseile sich vollziehen, wer darauf achtet, wie durch Nachahmung intelligentes Verhalten ungebremst vom Verstand ins Kind einzieht, der kann ahnen, welche umfassende Umstände dem Kind in diesem Alter geschenkt sind. Dahinter stehen Kräfte des Denkens, der Weltdurchdringung. Im Aufblicken von unten nach oben, vom Ich zum Daseinsgrund der Welt, erfährt sich das Ich in seiner Beziehung zum Kosmos.

Sind die Phänomene für sich dem verständigen Betrachter nachvollziehbar, erfordert die geisteswissenschaftliche Deutung ganz ungewohnte Denkart. Die ersten drei Lebensjahre sind, wie erwähnt, eine ausgesparte Zeit im Menschenleben, wo der Leib als Werkzeug der individuellen Menschenseele differenziert wird. Weisheitsvolle Götterwesen sind es, die in die Stoffprozesse gestaltend eingreifen, damit später der schöpferische Menschengestalt das begonnene Werk weiterführen kann. Gegen Ende des zweiten Jahres zieht die Seele tiefer in die Leibesorganisation ein. Das äussert sich durch das Aussprechen des Wortes Ich als deutliches Zeichen der erreichten neuen Lebensstufe. Individuelles Gehen, Sprechen und Denken haben ihre organische Grundlage erhalten.

Aber auch in allen späteren Lebenszeiten ist der Mensch auf das Einwirken der Archai, Archangeloi und Angeloi in sein Wollen, Fühlen und Denken angewiesen, wenn er substanzielle Früchte ins Nachtodliche tragen will. Idealistisch gesinnte Menschen öffnen ihnen den Zugriff, dass geistdurchdrungenes Erdenleben möglich wird. Dann werden Lebensfrüchte erarbeitet, die den Kosmos für seine Weiterentwicklung nähren können. Viele Menschen ahnen, dass Güte, Milde und Weisheit im Alter auf geistgegebenem Boden gewachsen sind (vgl. *Die menschliche Seele in ihrem Zusammenhang mit göttlich-geistigen Individualitäten*, GA 224).

Die drei Reiche des Nachtodlichen

Nach der Darstellung der Inkarnation, dem Ankommens aus der Vorgeburt, soll nun genauer auf die Geistgeburt nach dem Tode hingeschaut werden. Beim Eintreten ins Nachtodliche finden wir als Gesetzmässigkeit wiederum drei Stufen, die vergleichbar sind dem Gehen, Sprechen und Denken am Lebensbeginn.

Allerdings ist die Geistwelt nicht die Sinneswelt. Und Rudolf Steiner rechnet damit, dass wir Ernst machen mit dem Wort «Lebenswandlung». Alles wandelt sich um im Moment des Todes. Wir können die an der Sinneswelt gebildeten Begriffe nicht direkt anwenden. Jenseits der Todesschwelle ist der «feste Boden» eben nicht gleichermaßen fest wie der Erdboden, der hier uns trägt und stützt. Die Welt, in die wir eintreten, die uns ganz und gar umgibt, ist so beeindruckbar, wie ein feuchter Erdboden durch jeden Schritt beeindruckbar ist. Da entstehen bleibende Spu-

ren. Im ersten Reich nach dem Tode können wir nicht die geringste seelisch-geistige Bewegung machen, ohne dass sie in einer seelisch gearteten Welt «Eindrücke» hinterlässt. Sympathie und Antipathie, Lust und Unlust wirken sich unmittelbar aus. Wir treten in ein Kräftefeld ein. Diese Welt ist irdisch betrachtet der seelischen Welt vergleichbar.

Im zweiten Reich geht es um die Verhältnisse von Mensch zu Mensch. Die sogenannten Toten sind nicht getrennt von den Erdenmenschen. Die Beziehungen sind gar noch viel intimer, inniger als im irdischen Dasein. Verstorbene leben wie in der anderen Seele drinnen, auch in den verkörperten Seelen. Allerdings leben sie entweder drinnen, wenn sie mit der anderen Seele eine schicksalhafte Beziehung haben, oder leben draussen, wenn keine karmische Verwandtschaft besteht. Dann nehmen sie die andere Seele gar nicht wahr. Verstorbene begegnen sich auch innerhalb des Totenreiches. Sie sind tätig. Die Beziehungen sind nicht statisch, sondern entwickeln sich weiter, finden Ordnung und Kraft. Die Schilderungen Rudolf

Steiners überwinden alles Nebulose. Geistige Tatsachen und Wesen sind konkret. Steiner bezeichnet das zweite Reich auch als Reich des Schicksalsgemässen.

Im dritten Reich blickt der Mensch auf zu den Wesenheiten, die niemals irdische Verkörperung erfahren, zu den Engelshierarchien. Diese aber stehen doch mit den Menschen in Beziehung, prägen ihr Dasein wesentlich mit. Durch sie gewinnt der Mensch sein Ich-Bewusstsein. Er erlebt sich als «Kind der Hierarchien». Sie öffnen ihm seinen weiten Zusammenhang

mit dem Kosmos über sich. Die Aufgaben auf den Wegen im Nachtodlichen sind von den spezifischen Kräften wie Form, Bewegung, Weisheit der hohen Engelwesen geprägt. Verstorbene verarbeiten zusammen mit ihnen ihr vergangenes Erdenleben, bilden Fähigkeiten für das neue und weben schliesslich am Schicksalsfaden des künftigen Daseins. Je höher die Wesenheit, desto tiefer wirkt die Verbundenheit.

Lebende und Tote sind nicht getrennt voneinander. Die Wege diesseits und jenseits der Schwelle sind immer begleitet von mächtigen Wesenheiten, die im Dienste der göttlichen Trinität stehen. Der Sinn des Daseins liegt in der Veranlagung zu immer höheren Entwicklungsstufen, in die der Mensch, stets freier werdend, hineinwachsen kann.

Was hier skizzenhaft angeregt ist, kann mithilfe der im Anhang erwähnten Studienblätter weiter vertieft werden.

Erwähnte Literatur:

Rudolf Steiner, Die geistige Führung des Menschen und der Menschheit, GA 15, erster Vortrag.
Rudolf Steiner, Der Tod als Lebenswandlung, GA 182, erster und zweiter Vortrag.
Rudolf Steiner, Die menschliche Seele in ihrem Zusammenhang mit göttlich-geistigen Individualitäten, GA 224.

Studienblätter auf www.sterbekultur.ch zum Thema:

1.8.a-c. Leben und Tod. Das Verwobensein mit der Weltenordnung. Zu GA 224.
3.3.b Die drei Reiche des Nachtodlichen. Zu GA 182.
Kästchen im Umkreis oder mitten im Artikel

Chance!

Die Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur sucht Menschen, die als Team den Zweig für Sterbekultur als überregionalen sozialen Impuls in die Zukunft führen möchten. Menschen, die wir vielleicht noch gar nicht kennen. Wer meldet sich?

**sekretariat[at]sterbekultur.ch
Franz Ackermann, Urs Burri, Monika Pfenninger**

Récit de vie et biographie

Sylvie Blanchon

«Que faites-vous dans la vie?» – «Je suis Recueilleuse de récits de vies...»

Bien souvent, on me fait répéter... Bien volontiers je répète, s'ensuit alors l'exclamation: «Oh! Comme c'est beau ça!»

Je suis d'accord. C'est un métier merveilleux. Le cadre est la rencontre, la relation est au cœur de cette démarche.

«Faire un récit de vie, c'est simple comme «Bonjour»! Vous racontez... Je vous écoute et recueille votre histoire! J'écris ensuite votre récit et réalise pour vous un beau livre à partager...»

Qui n'a pas un jour rêvé trouver les écrits de son arrière-grand-mère au fond d'une malle cachée dans un grenier? Pour cela, il a fallu qu'un jour quelqu'un, avec courage, prenne sa plume et la trempe dans l'encrier...

Le récit de vie

Une question d'âge? Plutôt une réponse à un besoin!

Lorsqu'on évoque le récit de vie, on croit spontanément que c'est une activité réservée aux personnes âgées. Il n'en est rien. Si écrire son récit de vie est dans l'air du temps, c'est bien parce que cela répond à un réel besoin. Et l'âge n'y est pour rien. Les femmes et les hommes qui m'ont contactée ont entre 21 et 97 ans! Les motivations pour entreprendre une telle démarche sont donc multiples et dépendent de la situation de vie de chaque futur·e «narrateur·trice».

Transmission intergénérationnelle. Laisser une trace

Le grand âge venu, c'est en effet une magnifique occasion de regarder son parcours, de l'intégrer, accompagné et soutenu par une professionnelle qui saura écouter et valoriser les expériences dans une ambiance empreinte de bienveillance.

Les personnes dites âgées (et ne comptez pas sur moi pour donner un chiffre) sont mues par un fort désir de transmission intergénérationnelle. Elles déroulent le fil de leur vie évoquant les joies, les chagrins, les épreuves et anecdotes qui ont jalonné leur chemin. À travers leur histoire, ce sont les origines, le contexte et les valeurs de la famille tout entière qu'elles offrent ainsi à leurs proches auxquels le récit est le plus souvent destiné.

En laissant une trace, le récit permet aussi de tisser un lien qui reliera aux descendantes actuelles et futures.

Il arrive d'ailleurs que les personnes entrent dans ce projet, encouragées par leurs enfants ou petits-enfants qui parfois même s'allient pour leur offrir leur récit en cadeau.

J'ai ainsi écrit aussi des récits à deux voix, des récits de couples qui deviennent des récits familiaux et aussi, à plusieurs reprises, des récits croisés pour des personnes qui ne peuvent – plus ou pas – s'exprimer elles-mêmes.

Déposer son récit pour s'alléger et poursuivre sa route

Cependant, les plus jeunes 30–40–50–60 ans sont également très nombreux, ils cherchent avant tout à comprendre ce qui les a guidés jusqu'à aujourd'hui; ils éprouvent un grand besoin d'éclaircissements, d'orientation. Le récit devient alors un retour sur soi qui dresse une sorte de «bilan intermédiaire» pour mieux rebondir et poursuivre sa route.

Indépendamment de leur âge, ils-elles font leur récit pour clore un chapitre de vie avant d'entamer le suivant, radicalement nouveau. Parmi les motivations les plus fréquentes, on peut citer la perte d'un emploi, une séparation, un deuil, un divorce, une maladie grave ou un mariage, une naissance, un déménagement lointain ou encore le passage à la retraite. Tout imprévu important (triste ou gai)

qui fait irruption dans l'existence et la chamboule de fond en comble, peut enclencher cette nécessité impérieuse de témoigner, de mettre de l'ordre dans sa vie, d'en boucler un chapitre et d'éclairer le chemin.

Car en réalité, le récit va bien au-delà d'un simple témoignage. Déposer son vécu, lui faire prendre chair en le mettant noir sur blanc par l'écrit, permet de digérer, d'ancrer (d'encre!) les événements et situations vécues et offre le recul indispensable à l'intégration.

Plusieurs séances sont nécessaires à un récit

Au cours de plusieurs séances la personne déroule le fil de ses aventures. Oui, j'ai bien dit aventure. Chaque existence est une aventure humaine unique. Aventure, du latin *adventura* «ce qui doit arriver; ce qui doit advenir». Le récit de vie permet de se replacer au centre même de sa vie. «Je raconte *mon* histoire».

C'est la personne elle-même qui choisit le nombre d'entretiens, (3, 10 ou 12), ce qu'elle veut raconter et comment. C'est elle qui détient le départ de son projet de récit, elle en détermine l'angle; bien entendu, je l'accompagne à chaque étape car les projets ne sont pas toujours très précis.

En effet, même si la chronologie des événements permet de se repositionner clairement dans le cours du temps, et facilitera la lecture, un tel récit n'est pas nécessairement chronologique. À chacun·e de trouver son fil rouge, son axe et sa fenêtre d'évocations. Ce peut être la vie familiale, les racines et origines de la famille, la vie professionnelle, les voyages, ou encore un récit des rencontres ou des passions qui ont animé la vie.

Tout est possible. Et, c'est souvent un peu tout cela à la fois...

C'est grâce à l'espace-temps entièrement consacré à l'écoute et à la relation privilégiée que les souvenirs émergent, que les choses peuvent se dire, être écoutées, entendues et puis s'écrire...

Les rencontres sont enregistrées puis transcrites. La «masse» de toutes les transcriptions constitue pour moi le matériau à modeler, à structurer. Avec la rédaction commence alors un long-lent-patient (au moins 15h de travail pour 1 heure d'audio) travail d'affinage d'écriture. Il consiste à préserver (et valoriser) les mots, le vocabulaire, les expressions même de la personne tout en emmenant le style oral vers un style écrit qui toutefois gardera sa spontanéité et sa vie. Le titre de l'ouvrage résulte lui aussi d'un processus suivi tout au long des entretiens. Je procède ensuite à la mise en page du texte validé en insérant les illustrations choisies (documents et photos).

La personne doit se reconnaître entièrement dans son texte pour le valider et, plus tard, les futurs lecteurs doivent

comme «entendre la voix» du narrateur-trice en lisant le récit; tel est mon but. C'est une activité de service à part entière. Cependant, les récits sont signés en couverture par la recueilleuse. Ici pas «d'écrivain fantôme», c'est une réelle co-création.

Ces livres ne sont pas édités pour le grand public, ni imprimés à 500 exemplaires! Ce sont des récits privés qui restent le plus souvent dans la sphère privée élargie.

Au fil des années, j'ai réussi à tisser un lien privilégié avec un imprimeur local qui accepte de me faire du «sur mesure»; il est une grande chance pour moi car le nombre d'exemplaires imprimés varie de 2 à 100!

Au final, «l'objet livre» se doit d'être beau et soigné; il est précieux comme la vie...

Accompagnement d'écriture

À ceux qui écrivent eux-mêmes, je propose un accompagnement qui offre des conseils, des encouragements, un suivi et une structure des écrits. L'écriture est une activité solitaire; parfois on bloque, parfois on se perd, on doute. Bénéficiaire face à soi d'un réel interlocuteur extérieur qui ne se préoccupe que du projet est un grand plus. L'accompagnement permet de garder la globalité du texte tout en travaillant sur les détails, de réactiver la confiance et surtout de progresser régulièrement dans le projet d'écriture, une tâche que ne peuvent généralement pas assumer les amis ou la famille. Je m'occupe fréquemment ensuite de la mise en page et assure ainsi la finalisation du projet et la réalisation effective et concrète du livre.

Thérapie narrative, le récit de vie est-il une thérapie?

La question, *le récit de vie est-il une thérapie?* est souvent posée. Ce n'est pas officiellement le cas, au mieux un effet secondaire bien réel. Grâce à mon métier initial de sociothérapeute (exercé de nombreuses années), j'étais sensible à cet aspect. C'est alors que j'ai rencontré un médecin intéressé; une collaboration étroite s'en est suivie. Nous avons protocolé des séances de thérapie narrative (en trois séances seulement avec un écrit à la clé) pour permettre la «dépose» des événements traumatisants dans un cadre adapté. Nous avons chaque fois été très positivement interpellés et même parfois étonnés par l'effet presque incroyablement positif de ces séances. Et le texte s'est révélé très utile au médecin et au patient.

La thérapie narrative se pratique depuis fort longtemps dans les pays anglo-saxons; quelques tentatives apparaissent ici ou là dans les hôpitaux qui sont actuellement plutôt le fruit de rencontres entre un médecin et un thérapeute-écrivain.

La biographie

Le développement de l'enfant et le développement de l'adulte. De la pédagogie à l'andragogie.

On connaît bien les différentes phases du développement de l'enfant. Elles sont la base des principes pédagogiques de l'acquisition des connaissances. On sait qu'à tel âge, l'enfant se met assis, debout, puis tente et réussit ses premiers pas; de même pour le développement du langage, etc. Que se passe-t-il donc après? Ne s'agit-il ensuite que d'acquérir de l'expérience? A-t-on fini d'apprendre et d'évoluer à 18 ou 21 ans?

La suite du «programme», le développement de l'adulte, est en effet bien moins clair...

À chaque âge, ses jeux et enjeux

Par l'observation, on pressent qu'il y a effectivement des évolutions, des pas à franchir, des facultés à acquérir, des seuils à traverser. Ce qui se présente dans nos vies, entre 20 et 30 ans, entre 30 et 40 ans, etc. en témoigne largement. Et après 60 ans, «ça» continue, une nouvelle étape se profile avec de nouveaux défis à relever pour réussir la toute nouvelle tranche de vie qui s'ouvre alors...

Heureusement pour nous, Rudolf Steiner a donné de nombreuses indications et pistes de recherches sur ce thème qui ont été largement approfondies et élaborées ensuite par des chercheurs authentiques durant les 70 dernières années environ. Citons ici seulement Bernard Lievegoed (1905–1992), l'un des grands pionniers de ces recherches et remerçons tous les autres... Médecin actif en pédagogie curative et psychothérapie, Bernard Lievegoed s'est attelé tout spécialement à la question de la triple-articulation de l'organisme social, un sujet éminemment brûlant dans la période d'après-guerre. En 1954, il a fondé le NPI (Nederland Pedagogik Instituut), un institut créé pour le développement des organisations. Fondé en Hollande puis devenu international, cet institut était destiné à soutenir les organisations (entreprises, associations, ...) et les individus dans leur volonté à réaliser leurs buts culturels, sociaux et économiques; ceci en particulier par la biographie en groupe.

Le courant de Biographie aujourd'hui

Tout le courant de «travail biographique» dont nous bénéficions s'est développé ensuite.

Grâce à l'engagement de tous les pionniers-chercheurs dans ce domaine particulier et original, nous disposons aujourd'hui d'une authentique démarche, d'un outil efficace d'appréhension de la vie, de l'évolution humaine et de connaissance de soi.

La biographie est actuellement présente et représentée dans le monde entier, de l'Amérique latine à l'Europe de l'Est, en passant par les pays du Nord comme la Suède et le Danemark et jusqu'en Chine. Des cycles de formations sont offerts en ce domaine dans plusieurs pays dont (à ma connaissance) pas moins de trois différents en Suisse.

Ce courant de recherches en biographie humaine est même de plus en plus dynamique. Ce thème éminemment actuel, semble répondre véritablement aux besoins profonds et authentiques de l'homme moderne.

L'individu est en grande demande de s'explorer lui-même tout en se percevant simultanément dans sa quête d'origine, de présence, de cheminement conscient, et d'aspirations à l'ouverture de nouveaux horizons vers ses perspectives d'avenir. En tant qu'être en devenir conscient, l'individu aspire à se positionner de façon globale dans ses Passé-Présent-Avenir. La quête de sens est une question éminemment moderne et sérieuse à laquelle il serait vain de répondre légèrement par quelques pirouettes verbales...

L'accompagnement biographique en individuel

Il peut paraître logique que chaque âge revête ses forces et ses épreuves, ses maturités à atteindre.

Quels sont les enjeux différenciés des grandes périodes de vie qu'elles soient constituées de 7, 10, de 21 ou de 30

années? La nature humaine décrite et étayée par Rudolf Steiner est précisément l'arrière-fond qui guide et soutient l'accompagnement en biographie, pratiqué sous formes de rencontres-entretiens.

Chacun est le héros, l'héroïne, l'acteur·trice principal·e (qui a acté) de sa propre histoire. J'emploie à dessein ce terme d'acteur, il n'est pourtant pas question ici de cinéma ni de roman, mais au contraire d'une authenticité et d'intimité profonde avec soi, retrouver ce que l'on a pensé, éprouvé et «acté»! Le travail biographique est un chemin de connaissance de soi dans laquelle on se trouve et se retrouve, entier. Au cœur de soi. Au cœur de «Je».

Le «travail biographique» apparaît certes tout d'abord comme un proche parent du récit de vie sans l'écriture et sans l'objet livre. Cependant, le point de départ est ici non un projet de récit mais une question sur le parcours de vie. Ici on veut SE comprendre... on explore, on recherche, on s'explorer, on se recherche...

En récit de vie, c'est le narrateur qui choisit ce qu'il veut évoquer de sa vie,

Ici, c'est l'accompagnant qui oriente, guide et choisit les processus, les moyens (les divers outils biographiques) et le chemin pour étayer l'interrogation. Par exemple, en mettant des événements de la vie en résonance les uns avec les autres, en percevant des rythmes, des thématiques, des couleurs afin d'amener ainsi la personne qui consulte à éclairer peu à peu elle-même sa question. Le bien connu outil des septaines est certes central, il n'est cependant, et de loin, pas le seul outil à disposition dans ces processus.

Connaître la nature humaine, ses rythmes et les lois universelles biographiques qui la régissent ne signifie pas encore avoir véritablement fait le chemin pour soi-même dans l'intime. La réflexion, l'analyse et la position méta s'avèrent souvent insuffisantes pour pénétrer sa biographie; le risque étant de ne pas «re-descendre» assez au cœur de soi, avec ses propres émotions, vécus, expériences. Pour s'éclairer, il faut se revisiter de fond en comble, avec ses sentiments et non simplement «réfléchir» sur soi... Du reste, il arrive fréquemment un moment où l'on est comme lassé par nos propres interprétations; il est alors temps de réanimer et renouveler le regard...

L'idée n'est pas de correspondre à tout prix à un «cliché spirituel» mais bel et bien de réaliser comment l'être s'est saisi des lois universelles, se les est appropriées, les a individualisées pour servir sa propre destinée. Ce qui importe est la question: «Et moi, dans tout cela?».

Rudolf Steiner nous apprend que c'est par la parole exprimée, à travers le Verbe que l'être même de notre biographie se révèle à nous, d'où la nécessité d'un interlocuteur pour y accéder. Notre biographie est un organisme, un organe, un être vivant qui détient la trame de notre destin.

Ateliers créatifs en récit de vie et biographie *«Les moissons de ma vie»*

Animée par ces deux démarches complémentaires, j'ai créé des Ateliers créatifs Récit de vie & Biographie *Les Moissons de Ma Vie* qui proposent de traverser chaque semaine.

À part les raisons déjà exprimées ci-dessus, il y a le fait avéré que les ateliers permettent à l'élément social de jouer son rôle bienfaiteur.

Dans ces ateliers, il ne s'agit pas de «raconter sa vie». Néanmoins, l'évocation en groupe, le partage autour de thématiques de vie est extrêmement fécond; il favorise l'accès à sa propre mémoire, réveille des grappes de souvenirs précieux et enrichissent très nettement l'exploration individuelle.

Ces ateliers sont destinés à tous, celles et ceux qui souhaitent revisiter leur parcours, retrouver leurs petits et grands souvenirs, faire un arrêt sur image dynamique et créatif. Ici on se souvient, on cherche, on fouille, on s'explorer, et on écrit soi-même. Les écrits des participants restent naturellement dans l'intime, préservant ainsi la sphère privée et la confidentialité. L'élément artistique a toute sa place ici pour renouveler les perceptions et élargir le regard; on joue avec les mots, les couleurs, le mouvement.

Et l'on cultive avant tout un regard bienveillant et parfois amusé envers sa propre vie. Ces ateliers sont une entrée dans le travail biographique légère, féconde, joyeuse et sereine.

Par le choix des thèmes abordés, issus principalement de la dynamique et des enjeux de chaque semaine, je guide, oriente et aide à réactualiser les souvenirs. Un «travail de mémoire» qui devient peu à peu une mise en perspective et en cohérence et parfois même une «réconciliation».

On finira par se connaître davantage, se comprendre mieux et même peut-être s'aimer un petit peu plus soi-même...

Ces ateliers peuvent également être adaptés et dirigés à des fins de formations continues pour des groupes de professionnels dans divers secteurs.

Ce qui m'anime le plus dans ces activités?

Tous ces regards tournés pour un moment vers le passé visent clairement à soutenir le présent et à ouvrir l'horizon de l'avenir...

Redaktionsschluss:

Ausgabe	Red.-Schluss	Erscheinen
Juni 2021	Mi 12. Mai 2021	Fr 28. Mai 2021
Juli/August 2021	Mi 16. Juni 2021	Fr 2. Juli 2021
September 2021	Mi 11. Aug 2021	Fr 27. Aug 2021
Oktober 2021	Mi 8. Sept 2021	Fr 24. Sept 2021
November 2021	Mi 13. Okt 2021	Fr 29. Okt 2021
Dezember 2021	Mi 10. Nov 2021	Fr 26. Nov 2021

Ernst Uehli-Arbeitsgruppe AGS

Zweiglokal: Eggweg 2, 8496 Steg im Tössal, Benjamin Hemberger, Fon/Fax 055 245 21 94
Wir pausieren bis auf Widerruf

Hybernia-Zweig AGS

Auskunft: Urs Brüttsch, Wampfenstrasse 38, 8706 Meilen, 043 536 32 85, u.bruttsch[at]gmail.ch
Studium, Klasse, Feier

Michael-Zweig AGS

Zweigraum: Lavaterstrasse 97, 8002 Zürich. Sekretariat (Mo 14–19.30 h): Daniela Wyser, 044 202 35 53, info[at]michael-zweig.ch, www.michaelzweig.ch

Bitte informieren Sie sich vor dem Besuch eines Anlasses

Zweigabend: 19.30 h (falls nicht anders angegeben)

- Mo 3. Mai, **Die Schwelle der geistigen Welt.** Aphoristische Ausführungen (GA 17). Einstimmung mit dem Grundsteinspruch. Gemeinschaftsarbeit mit Thomas Bur, Inge Kern, Judith Peier und M. Studer
- Mo 10. Mai, **3 Autoren und 1 Interpret im Gespräch.** Ruedi Bind, Konstanze Brefin Alt, Balz Raz und Klaus Frank
- Mo 17. Mai, **Anschauungen – vom Vertrauen in die Phänomene.** Vortrag von Hans Christian Zehnter, Dornach
- Mo 24. Mai, **Pfingstfeier** mit dem Novalis Eurythmie Ensemble, Stuttgart (s. sep. Programm)
- No 31. Mai, **Und die Globuli wirken doch!** Grundlagenforschung in der Homöopathie. Vortrag von Dr. med. Stephan Baumgartner, Bern

Zweignachmittag: Fr 30. April, 14. Mai, 14.30 h, **Die Geheimwissenschaften im Umriss** (GA 13/Tb 601). Mit Judith Peier

Freie Hochschule für Geisteswissenschaft, Planeten- und Tierkreisraum

- Fr 14. Mai, 20 h, **13. Stunde** gelesen
- So 16. Mai, 10.45 h, **13. Stunde** gelesen

Bibliothek: geöffnet Mo 19–19.30 h und auf Anfrage

Arbeitsgruppen/Kurse: Bitte erkundigen Sie sich zuvor über die Durchführbarkeit

- **Rudolf Steiner lesen.** Arbeit an den Grundschriften. Auskunft: Barbara Egli, Überlingen, 0049 7551 949 99 78
- Di 11. 18. Mai, 1. Juni 19.30 h, **Das Markus-Evangelium.** Das Mysterium von Golgatha als Initiation. Vortragsreihe von Lieven Moerman, Adliswil, 044 710 28 11
- Mi 12. 19. 26. Mai, 18 h, **Formenzeichen.** Entfaltung schöpferischer Kräfte. Mit Peter Büchi, cpbuechi[at]bluewin.ch
- Do 6. Mai, 18.30 h, **Denken und verstehen lernen.** Seminar mit Karen Swassjan. Auskunft: Bruno Gloor, 044 391 72 17, Pia Zimmermann, 079 738 27 33 oder pia.zimmermann[at]hotmail.ch
- Fr 7. Mai, 19 h, **«Der Hüter der Schwelle».** Rudolf Steiners 3. Mysteriendrama. Vortragsreihe von Lieven Moerman, Adliswil, 044 710 28 11
- Sa 15. Mai, 10–11.30 h, **Rudolf Steiner verstehen.** Anthroposophie im Gespräch. Seminar mit Lieven Moerman, Adliswil, 044 710 28 11
- Do 27. Mai, 19.30 h, **Die neue Geistigkeit und das Christus-Erlebnis des 20. Jahrhunderts** (GA 200). Seminar mit Karen Swassjan. Ausk.: Bruno Gloor, 044 391 72 17, Pia Zimmermann, 079 738 27 33 oder pia.zimmermann[at]hotmail.ch
- Sa 1. Mai, 5. Juni 9.30–13 h, **Ein Weg zur Selbsterkenntnis des Menschen** (GA 16/Tb 602). Seminar mit Lieven Moerman, Adliswil, 044 710 28 11

Künstlerische Kurse:

- **Sprachgestaltung:** Mo 18–19 h, M. Lüthi, 078 778 95 07
- **Eurythmie:** Di 18–19 h, Y. Kopp, 078 775 97 70
- **Malen:** Sa 10–13 h, M. Kristal, 044 272 29 95

Schule Jakchos

Ausbildung Biografarbeit
Ekkehardstr. 11, 8006 Zürich, Fon 044 363 99 66, Fax 044 363 99 65, E-Mail kontakt[at]jakchos.ch, www.jakchos.ch

Sprachgestaltung: Einzel- und Gruppenunterricht, Rollenstudium und Schauspiel, Sprachtherapie nur in Einzelstunden

Biografarbeit: Einzel- und Paarberatung, auch Kurse und Seminare

Sprachgestaltung Atelier Wortkraft

Andrietta Wolf, künstlerische und therapeutische Sprachgestaltung, krankenkassenanerkannt. Einzel- und Gruppenunterricht für Sprechinteressierte. Auskunft und Anmeldung: 041 486 01 20 oder wortkraft[at]bluewin.ch

Vereinigung zur Förderung von Sprachkunst und Gestik

Blaufahnenstrasse 12, 8001 Zürich. Auskunft/Anmeldung: 043 277 90 49 oder sprachkunst[at]bluewin.ch

Bitte beachten Sie die aktuellen Pandemie-Vorgaben betreffend Durchführbarkeit.

Veranstaltungen:
– Sa 1. Mai, 15.30 h/17.30 h, **Rezitation und Musik. «Plautus im Nonnenkloster».** Eine Novelle von C. F. Meyer, Musik von C. Saint-Saëns

Kurse:

- Di 16.30–17.30 h, **Künstlerische Sprachgestaltung** (max. 4 Personen), Kursleitung: Marion Lieberherr, Dornach. Einzelstunden in Sprachgestaltung und Rhetoriktraining. Auskunft/Anmeldung: 061 702 22 92 oder m[at]marionlieberherr.ch
- Jeden 3. Di im Monat, 18.30–19.45 h, **Seminaristische Arbeit am Dramatischen Kurs** (GA 282/Tb 753)
- Jeden 1. Do im Monat, 18.30–19.45 h, **Lesekreis Aus der Akasha-Chronik** (GA 11/Tb 616) von Rudolf Steiner

Zug, Johannes Tauler-Zweig AGS

Zweigraum: Bundesstrasse 1, 6300 Zug. Postadresse: Haldenstrasse 16, 6300 Zug. Auskunft: Rita Stoltz, 041 755 02 51, rita[at]stoltz

Zweigtreffen:

- Mo 3. 10. 17. 31. Mai, 10–11.30 h, **Die Philosophie der Freiheit** (GA 4/Tb 627). Fortsetzung des Buchstudiums und Gespräch

Hinweise / Informations

Ausbildungskurs für Sprachgestaltung und Schauspiel

Im September startet in Arlesheim eine berufsbegleitende Ausbildung mit den Fächern Sprachgestaltung, Schauspiel, Bewegungsschulung, Eurythmie, Menschenkunde, Literatur u.a. Die Dozenten Sighilt von Heynitz, Esther Bohren, Christina Kersten und Christian Peter unterrichten an wöchentlich drei Nachmittagen und einem monatlichen Intensivwochenende.

Informationen: ausbildung.oling.ch

Anmeldung: Sighilt von Heynitz, Brachmattstrasse 28, 4144 Arlesheim, 061 331 31 58

Unsere Verantwortung für die Zukunft der Erde

Soziales Brückenbauen

9. Tagung zur Zukunft der Anthroposophischen Gesellschaft und Bewegung
Freitag, 14. Mai, 18 h, bis Sonntag, 16. Mai 2021, 13.15 h, im Eurythmeum CH in Aesch

Mitwirkende: Gerold Aregger, Anthea Bischof, Gaby Derrez, Martin Derrez, Corinna Gleide, Johannes Greiner, Anna Cecilia Grönn, Steffen Hartmann, Klaus Herbig, Alžběta Hnilová, Sharon Karnieli, Gabriele Kleber, Anton Kimpfner, Katharina Okamura, Annemarie Richards, Harrie Salman, Rozanna Sonntag, Altmuth Steffens, Simon Stephan u.a.

Anmeldung und Informationen:

Johannes Greiner, Gempfenring 4, CH-4147 Aesch, johannes.greiner[at]gmx.ch

Nouveautés chez les biodynamistes:

Nicolas Dubranna: Des animaux au jardin biodynamique

Collection: Les Cahiers de Biodynamie. Éd. MABD. 2020. 144 pages. ISBN 978-2-915927-68-1

Les plantes médicinales en biodynamie

Ouvrage collectif sous la direction de Jean-Michel Florin. Éd. MABD 2020. 280 pages, format : 17 x 23 cm, ISBN 978-2-915927-67-47.

Saison ouverte à la Casa Raphael

Le centre de cure de Roncegno (Italie, Trentin) propose depuis le 14 mars dernier, et jusqu'au 21 novembre prochain, une saison thermale orientée sur le renforcement équilibré du système immunitaire. Les curistes sont assurés d'être pris en charge selon les mesures sanitaires en cours et avec le maximum de sécurité. La Casa Raphael envoie également, dès réservation prise, une attestation justifiant le déplacement, valable depuis toutes les provenances européennes.

Les tarifs 2021: www.casaraphael.com. Informations (aussi en français): mail.info[at]casaraphael.com

Rédaction:
Catherine Poncey
c.poncey[at]bluewin.ch

Opportunité!

La communauté de travail «Autour du mourir» (Sterbekultur) cherche des personnes qui aimeraient poursuivre, en équipe, son impulsion sociale inter-régionale. Des personnes que peut-être nous ne connaissons pas encore. Qui s'annonce?

sekretariat[at]sterbekultur.ch
Franz Ackermann, Urs Burri, Monika Pfenninger

Humanité, Dignité, Responsabilité

Un colloque organisé par la Société anthroposophique en France
Samedi 12 juin 2021, 10h00–17h00
Enclos Rey, 57 Rue Violet, F-75015 Paris,
Ou en visio-conférence

Renseignements: Alain-Paul Tessier, F-15011 Marseille, tél. +33 6 64 15 89 67

Erratum

Une erreur s'est glissée dans le dernier numéro du journal. Veuillez nous en excuser!

«Un dimanche des Rameaux» est extrait de «Spuren auf dem Weg» de Heinz Müller et non du livre de Friedrich Rittelmeyer sur Johannes Müller. Heinz Müller y décrit le fort pressentiment qu'il eut à l'âge de quinze ans: la rencontre d'une grande individualité, et la résolution qu'il se formula: ne pas passer à côté et surtout de ne pas être un de ses détracteurs. *Catherine Poncey*

Schweizer Hochschultagung abgesagt

Die Schweizer Hochschultagung vom 8./9. Mai 2021 wurde abgesagt, weil sie unter den gegebenen Umständen nicht stattfinden kann. *Red.*

Erlebte Farbe

Bilder von Christoph Koller
in der Klinik Arlesheim



Christoph Koller hat 45 Jahre als passionierter Maler und Mallehrer gestaltet. Dieses anhaltende Erleben und Wirken in den Farben durchfreut und vertieft die Begegnungen mit der Natur und mit den Menschen. Seine Bilder schenken gleichermassen liebevollen Jugendatem und gereifte Formkräfte, geben Halt und lassen frei. In dieser Ausstellung zeigt er Landschaften und ungegenständliche Bilder. Immer sucht er sich in den Dienst des Wesenhaften, Besonderen einer Landschaft oder einer Farbsituation zu stellen.

Er wurde 1941 geboren und wuchs in San Francisco und Zürich auf. Nach zehn Jahren als Gartenarchitekt und Kantonsplaner besuchte er die Malschule von Beppe Assenza in Dornach, wurde dort Assistent und leitete von 1985 bis heute gemeinsam mit Heidi Strahm die Freie Malschule in Dornach, die seit einigen Jahren als «Malkunst Dornach» ein Studiengang der atka (Anthroposophische Akademie für Therapie und Kunst) geworden ist.

Georg Hegglin

Ausstellung in der Klinik Arlesheim, Foyer Haus Wegman, 5.5.–20.6.2021. Täglich geöffnet 8–20 Uhr, sonntags ab 9 Uhr. Eine Vernissage findet nicht statt. Die Corona-Hygienemassnahmen (z. B. Maskenpflicht) müssen beim Besuch eingehalten werden.

Rédaction romande: un départ en retraite

Voici quinze ans, la rédaction romande des «Nouvelles» passait des mains d'Elisabeth Bracher et de François Bourqui dans les miennes. En octobre 2009, j'ai souhaité partager cette tâche avec Catherine Poncey; et c'est de nouveau les fruits d'un travail à quatre mains que vous avez pu lire mois après mois jusqu'à aujourd'hui.

L'heure de la retraite ayant sonné pour moi, ce numéro est le dernier auquel je participe en tant que rédactrice. Je tiens ici à remercier pour leur confiance les lectrices et les lecteurs ainsi que les membres du Comité de la Société anthroposophique suisse et mes deux collaboratrices de la rédaction, Catherine Poncey et Konstanze Brefin Alt.

Patricia Alexis

«Qu'avez-vous à dire?»

«Comment puis-je encourager d'autres à écrire ce qu'ils ont à dire?» telle était l'interrogation de Patricia Alexis formulée dans les Nouvelles de novembre 2008.

Engagée déjà comme rédactrice en 2006, elle a illuminé le journal par son humour, sa gaieté et ses articles de fond comme celui de janvier 2015: «Qu'elles ne puissent plus nous quitter. Les paroles fondatrices.» – Une analyse du texte et des propositions d'exercices. Cet article sera suivi en février de la même année par son étude magistrale en sept temps des rythmes de la Pierre de Fondation. Sa rubrique «Attends-toi!» a témoigné d'un esprit curieux et d'un regard aiguisé sur les sujets d'actualité alors qu'elle a su transmettre des rapports concis, pratiquant les fameuses «coupes drastiques» et assumer les traductions inévitables, même si ce n'était pas sa tasse de tisane.

Vous l'avez compris, Patricia Alexis nous quitte pour prendre sa retraite... Dit-elle! Retraite! Vous la voyez dans une chaise-longue? Vraiment? En vérité, il y a un secret... un très grand jardin l'attend. Alors nous pourrions l'imaginer maniant brouette, râteau, compost et préparations biodynamiques; cuisinant confitures et conserves en cultivant son âme en premier lieu sur un air de «L'Initiation ou Comment acquérir des connaissances des mondes supérieurs?», accompagnée du «Calendrier des semis biodynamique». Et elle sera encore capable, personne n'en doute, de jouer du violoncelle au beau milieu de son jardin.

Veränderung in der welschen Redaktion

Patricia Alexis ist auf Ende April in Pension gegangen. Deshalb verantwortet Catherine Poncey nun den französischen Teil von «Anthroposophie – Schweizer Mitteilungen» alleine. Von Patricia nehme ich so manche Erinnerung aus Gesprächen und den Begegnungen an Tagungen, an Delegiertenversammlungen, unserem marschierenden Interview mit Heinz Zimmermann in der Ermitage und einer Hochzeit mit. Wie den Worten Catherines zu entnehmen ist, wird es Patricia kaum langweilig werden können im neuen Lebensabschnitt, wartet doch eine richtige Scholle... (s. unten)

Ich wünsche Patricia viel Freude und breites Gedeihen all ihrer Keime, die sie sät, nicht nur der physischen.

Konstanze Brefin Alt



Le talent se développe dans la retraite; le caractère se forme dans le tumulte du monde. *Goethe*

Chère Patricia, je te propose ces paroles de Goethe à méditer dans ton fauteuil.

J'ai peut-être perdu une collègue mais certainement pas une amie de très longue date. Je viendrai déguster tes légumes et... récupérer un ou deux articles pour le journal. Mon leitmotiv sera le tien: comment encourager nos lecteurs à écrire ce qu'ils ont à dire? Continue à développer ton talent!

Catherine Poncey

Délais de rédaction

Juin: Mercredi, 12 mai 2021
Juillet: Mercredi, 16 juin 2021

Redaktionsschluss

Juni: Mittwoch, 12. Mai 2021
Juli: Mittwoch 16. Juni 2021