

# Liebt das Böse gut – geht das?

*Ein Beitrag auf dem Begegnungsfest „Initiative Menschlichkeit“ (29.9. bis 1.10.2017)*

## **Das Böse gut lieben – geht das?**



### **Einführungsworte:**

Es geht in diesen Workshops um die Erkenntnis des Bösen und den Umgang mit ihm auf der gesellschaftlichen, individuellen und zwischenmenschlichen Ebene.

Methodisch: Es gibt eine Vorstellungsrunde, Darstellungen von mir, Gespräche miteinander im Kreis, Übungen / einiges ist von mir vorbereitet, ich bin aber auch offen für Anliegen aus der Gruppe

### **Gliederung:**

#### **A. Einführung**

1. Schiller und Steiner
2. Nach dem 2. Weltkrieg: Polarisierung
3. Problem des Umgangs mit dem Gruppenhaften im Menschen
4. dritte und vierte Kategorie des Bösen
5. Gibt es einen tieferen Grund für die schrecklichen Zustände in der Welt?  
Überblick über die geschichtliche Entwicklung des gesellschaftlichen Bewusstseins
6. hilfreiche Qualitäten: Unterscheidungsvermögen, Mut, Perspektivwechsel, Verständnis, Integration, spirituelle Ausrichtung, Positivität ohne Verdrängung, Liebe
7. zusätzliche Gesichtspunkte aus der Anthroposophie

#### **B. Individuelle Ebene**

## C. Zwischenmenschliche Ebene

## D. Gesellschaftliche Ebene

### A. Einführung

#### **1. Schiller und Steiner**

Bevor man die im Titel gestellte Frage beantworten kann, stellt sich eine andere Frage: Was ist das Böse? Denn in unserer Zeit des Relativismus ist es ja gar nicht selbstverständlich, was das Böse ist. Ich will dennoch eine vorläufige Antwort geben, indem ich zunächst zwei polare Ausprägungen des Bösen benenne: den „rücksichtslosen Egoismus“ einerseits und die „einseitige Ideologie“ andererseits.

Dies ist zwar unvollständig und wird etwas weiter unten von mir erweitert werden. Dennoch gibt der Blick auf diese Polarität eine vorläufige Orientierung. Der Egoismus als das Böse ist eine altbekannte Zuschreibung, die Ideologie dagegen ist eher ein moderner Aspekt des Bösen.

Eine erste klare Unterscheidung in dieser Richtung finden wir bei Friedrich Schiller in seinen „Briefen zur ästhetischen Erziehung des Menschen“. Als 1789 die französische Revolution ausgebrochen ist, war er 30 Jahre alt. Zunächst war er begeistert von den Umbrüchen, zunehmend jedoch immer mehr erschrocken davon, was sich in diesem Zusammenhang ereignete. Dies war ein Anlass für ihn, die ästhetischen Briefe zu schreiben.

Schiller sieht das Böse, Problematische in zwei Einseitigkeiten des Menschen: Der Bestimmung durch den Stofftrieb einerseits, das ist die rein egoistische Bedürfnisbefriedigung, die Bestimmung durch den Formtrieb andererseits, das ist die einseitige Bestimmung durch ideologische Gedanken. Letzteres zeigte sich in vielen Phänomenen deutlich gerade in der Französischen Revolution, später im 20. Jahrhundert dann z.B. in der Russischen Revolution.

Um nicht diesen Einseitigkeiten zu verfallen, sieht Schiller die Notwendigkeit, die Mitte, das Herz zu stärken durch die Entfaltung des Spieltriebs, künstlerischer Qualitäten, der Kreativität, ...

Für Friedrich Schiller ist der Mensch nur da ganz Mensch, wo er spielt. Spielen ist für Schiller ein bewegliches, kreatives Umgehen und Vermitteln zwischen den Polen Stofftrieb (Materie) und Formtrieb (Ideenwelt). Man kann sagen, das Böse, das Unmenschliche liegt dann vor, wenn wir einem dieser Pole, d.h. der Einseitigkeit, verfallen.

Eine Bestimmung durch die Ideologie finden wir gegenwärtig z.B. im Terrorismus (die Ideologie steht im Zentrum, das individuelle Leben, auch das eigene, ist dem Terroristen relativ egal), eine Bestimmung durch den rücksichtslosen Egoismus finden wir z.B. in den Menschen, die den Kapitalismus für ihre eigenen Profite ausnutzen (der Egoismus im Sinne der Verfolgung der eigenen Vorteile steht im Zentrum, Ideen und Ideale bzw. die Lebensbedürfnisse anderer Menschen sind demgegenüber relativ unwichtig). Freiheit und Menschlichkeit erringen wir durch Bewusstheit und Übung in der Auseinandersetzung mit den Polen. Eine sehr ähnliche Sicht auf das Böse finden wir bei Rudolf Steiner. Auch bei Steiner gibt es zwei Pole des Bösen, den einseitigen, weltfremden Idealismus (das Luziferische) und den einseitigen Materialismus, der an der Ideenwelt nicht interessiert ist (das Ahrimanische).

Der Egoismus kann sich erweitern zu einem Gruppen-Egoismus über Familie, Sippe bis hin zum Nationalgefühl.

## **2. Nach dem 2. Weltkrieg: Polarisierung**

Nach dem zweiten Weltkrieg waren der gruppenhafte Egoismus und der Nationalismus diskreditiert, jetzt wurden globale Ideen propagiert. Kapitalismus und Antikapitalismus, Kommunismus und Antikommunismus, Antifaschismus und Globalisierung, Feminismus (gegen das Patriarchat) und Antirassismus. Allerdings haben wir gerade in den USA, von denen aus viele der Ideen propagiert werden, die eine globale Geltung beanspruchen, einen unverhohlenen starken Nationalismus bei Linken und Rechten (z.B. Obama: die USA als das „wunderbarste, größte Land der Welt“). In den USA gibt es auch eine starke Polarisierung mit z.T. unverhohlenen Rassismus (z.B. Äußerung eines Polizisten bei einer Verkehrskontrolle Anfang September 2017: „Aber Madam, keine Angst, wir schießen doch nur auf Schwarze!“) und gesellschaftlich vorgeschriebenem Antirassismus (political correctness, u.a. Quoten von Schwarzen an Universitäten).

Auch in Deutschland (Bsp. Sylvester-Ereignisse 2015 und 2016 in Köln) gibt es eine starke Polarisierung: Die Nennung der Herkunft von Straftätern wurde in den Medien tabuisiert, die überproportionale Beteiligung aus bestimmten Ländern wurde aus politischen Absichten verschwiegen. Als Gegenwirkung wurde auf Seiten von Pegida und AfD von der „Lügenpresse“ gesprochen. Das gipfelte in Verschwörungstheorien wie: „Die politischen Eliten werden von Freimaurer- oder anderen verschwörerischen Gruppen aus den USA heraus gesteuert, mit dem Ziel, das deutsche Volk auszurotten!“ Umgekehrt werden Pegida- und AfD-Anhänger schnell als Nazis gebrandmarkt und es gibt Ausgrenzungen und Gesprächsverweigerung.

## **3. Problem des Umgangs mit dem Gruppenhaften im Menschen**

Eine differenzierte, unideologische Betrachtung des Gruppenhaften im Menschen ist nach wie vor schwierig. Früher (so noch stark im 19. Jahrhundert) wurden Unterschiede zwischen Mann und Frau und zwischen den Rassen ideologisch betont, das Individuum, welches sich von diesen Prägungen befreien kann, wurde zuwenig gesehen.

Heutzutage ist es gesellschaftlich verpönt und kann zu großen persönlichen Nachteilen führen, wenn man gruppenbezogene Unterschiede auch nur anspricht. Ein Google-Mitarbeiter verlor seine Stelle, weil er sich Gedanken darüber gemacht hat, warum Frauen in Internet-Konzernen wie Google, Facebook, ... unterrepräsentiert sind und zum Ergebnis kam, Frauen seien halt von Natur aus mehr an Menschen und weniger an Technik interessiert. Der Vorstandsvorsitzende von Google musste seinen Urlaub abbrechen und sich von dieser Auffassung seines Mitarbeiters öffentlich distanzieren.

Gerade im Umgang mit dem Gruppenhaften im Menschen kann man die genannten Aspekte des Bösen gut erkennen: Einerseits den Menschen auf das Gruppenhafte festzulegen, andererseits die gruppenbezogenen Unterschiede gar nicht in den Blick zu nehmen und Menschen zu bestrafen, wenn sie dies doch gegen den Mainstream tun. Wir haben weltweit kaum ein freies, eigenständiges, souveränes Geistesleben, sondern in vielerlei Hinsicht ein Feststecken in den

Polaritäten (mit einer gegenseitigen Abwertung bis hin zu Ausgrenzung und Verteufelung).

Dass wir in der Auseinandersetzung zwischen den Polen der kapitalistisch orientierten Globalisierung und nationalen Empfindungen feststecken, zeigt auch ein Artikel vom 17.08.2017, der beschreibt, dass in Südeuropa die Wut der Einheimischen auf Touristen zunimmt:

In Barcelona stoppten Vermummte einen Bus voller Touristen. An den Stränden stehen Schilder: „Unser Heim ist nicht euer Heim“. Viele Apartments werden teuer als Ferienwohnungen vermietet. Einheimische landen auf der Straße (Aussage einer Mitarbeiterin der Stadtplanung). In Griechenland wurde aus ohnmächtiger Wut heraus ein ausländischer Tourist blutig geschlagen.

#### **4. dritte und vierte Kategorie des Bösen**

Nun kann man mit Rudolf Steiner noch eine dritte Kategorie des Bösen erkennen und beschreiben. Hier geht es um Hass, Zerstörungswut und Mordlust. Steiner spricht von der asurischen Qualität des Bösen. Wir finden es ggw. in Vernichtungskriegen zwischen Volksgruppen (insbesondere in Afrika und Südasien) sowie in Amokläufen (insbesondere in der westlich geprägten Welt). Hierbei geht es nicht zentral um Egoismus oder Ideologie, diese Art des Bösen hat eine eigene Qualität. Man kann vielleicht von einer Pervertierung der Mitte, des Herzens, der Liebe sprechen, so wie man ja im Hass ein enttäuschtes Liebesbedürfnis erkennen kann.

Während das gerade genannte Böse durchaus eine hitzige Qualität hat, kann man demgegenüber auch noch eine vierte Ausprägung des Bösen sehen, die sich im „kalten“, weitgehend gefühllosen Psychopathen zeigt. Der Psychopath kann sehr berechnend vorgehen, ohne jedes Mitgefühl. Man kann in der psychopathischen Charakterstruktur auch eine jeweils individuell festgelegte Kombination der beiden erstgenannten Kategorien des Bösen (Egoismus und Ideologie) erkennen.

Solange wir die Gesamtheit dieser Phänomene nicht erkennend in den Blick nehmen, wird sich die Problematik meines Erachtens eher noch steigern.

#### **5. Gibt es einen tieferen Grund für die schrecklichen Zustände in der Welt? Überblick über die geschichtliche Entwicklung des gesellschaftlichen Bewusstseins**

Schon jetzt sind die Zustände in der Welt ja schrecklich (Krieg und Terror, extreme Vermögens- und Einkommensunterschiede, rücksichtslose Bereicherung durch Betrug, Umweltzerstörung, Gewalt und Verbrechen aller Art, ...). Wenn die Zustände in der Welt vor allem auch als Resultate unseres Denken, Fühlens und Handelns zu verstehen sind, wie man annehmen kann und wie es unterschiedliche esoterische Ansätze behaupten, wie kommt es dann zu so schrecklichen Zuständen? Wir wollen doch alle im Prinzip das Gute, wie kommt es dann zu so gegensätzlichen, schlimmen, bösen Zuständen? Kann es sein, dass die Gründe dafür im Feststecken unseres individuellen und gesellschaftlichen Bewusstseins liegen?

Rudolf Steiner und darauf aufbauend Friedrich Glasl haben folgenden skizzenhaften Überblick über die geschichtliche Entwicklung des gesellschaftlichen Bewusstseins gegeben:

Seelenqualität	Ort und Zeit	Haltungen zu Denken und Erkenntnis	Gesellschaftsform
Empfindungs-seele	Ägypten (ca.3000 -1000 v.Chr.)	Es wurde von einer selbstverständlichen Wahrheit dogmatisch ausgegangen	Hierarchie
Verstandesseele	Griechenland (ca. 750 v. Chr. – 500 n. Chr.)	Entstehen der Philosophie: Wahrheiten wurden relativiert und in Frage gestellt bis hin zum grundsätzlichen Skeptizismus	Hierarchie + Demokratie
Gemütsseele	Europa im christlichen Mittelalter (800-1400 n.Chr.)	Der Verstand wurde in den Dienst des Glaubens gestellt (z.B. Gottesbeweise), Entwicklung von Herzensqualitäten	Hierarchie + Demokratie
Bewusstseins-seele	Europa (ab ca. 1500 n. Chr.)	Weitere Relativierung, Perspektivwechsel, das Nebeneinander von verschiedenen Perspektiven, damit leben lernen, Bsp. Schulmedizin und alternative Ansätze	Hierarchie + Demokratie
Geistselbst	Zukunft	Gelungene Integration der Perspektiven (Bsp. Meridiane in der chinesischen und Chakren in der indischen Medizin)	Gegliedertes sozialer Organismus

Die Empfindungsseele und die Verstandesseele sind noch egozentrisch, die Gemütsseele und die Bewusstseinsseele berühren in unterschiedlicher Weise die Wahrheit, das Geistselbst vermag es, in der Wahrheit zu leben. Wahrheit meint hier das Ergebnis eines ganzheitlichen, lebendigen Zusammenwirkens von Denken, Empfinden, Fühlen und Intuition. Es geht dabei um die Fähigkeit, jede Aussage, jeden Gedanken so in den Gesamtzusammenhang einordnen zu können, dass das Gegenüber sich verstanden fühlt bzw. dass alle Phänomene, ohne ihnen Gewalt anzutun, in einen verstehbaren Gesamtzusammenhang aufgenommen sind.

Wir haben als Gesamtgesellschaft auch in Europa (in dem in der Bewusstseinsentwicklung am weitesten fortgeschrittenen Kontinent) im Umgang mit gesellschaftlichen Fragestellungen die Ebene der Bewusstseinsseele noch nicht erreicht. Es spricht viel dafür, dass genau dies der zentrale Grund für die Fülle und Schwere der gesellschaftlichen Probleme ist.

Deshalb wird man auch in dieser Stelle ansetzen müssen.

**6. hilfreiche Qualitäten: Unterscheidungsvermögen, Mut, Perspektivwechsel, Verständnis, Integration, spirituelle Ausrichtung, Positivität ohne Verdrängung, Liebe**

Nötig ist ein differenziertes Unterscheidungsvermögen, ein mutiges Vertreten der eigenen Erkenntnisse auch gegen den Mainstream und ein gründliches, möglichst alle wichtigen Perspektiven berücksichtigendes Umgehen mit den gesellschaftlich relevanten Themengebieten. Hier haben wir etwas, was wir unmittelbar tun können: Zu lernen, andere nicht zu verurteilen, keinen Hass auf andere Meinungen zu entwickeln, egal ob rechts oder links (ob konservativ bis sexistisch oder progressiv bis aggressiv antisexistisch), sondern Verständnis für sie, und uns um eine Einordnung in den Gesamtzusammenhang zu bemühen.

Wenn die Zustände in der Welt wenigstens zum Teil Resultate unseres Innenlebens, unseres Bewusstseins sind, dann müssen wir unser Innenleben, unser Bewusstsein anschauen, um etwas zu verändern. Wenn es uns hier gelingt, in einer Gruppe von wenigen Menschen, dann hat das eine gesellschaftliche Bedeutung.

Steiner: unsere Gedanken und Gefühle sind Kräfte und haben Auswirkungen in allen Welten (in der geistigen, astralischen, ätherischen und physischen Welt) / 5 Leute hätten russische Revolution verhindern können durch eine spirituelleren Bewusstseinshaltung / russischer Starez (Mönch): Napoleons Armeen zurückgeschlagen durch Bewusstseinskraft / deutsche Ritter gegen Mongolen / geistige Kräfte entscheidend / Dodson: 1 Mensch auf Bewusstseinsstand 470 gleicht 100 Menschen auf Bewusstseinsstand 150 aus (S. 214), dagegen Hawkins: 1 Mensch auf Bewusstseinsstand 300 (400, 500, 600, 700) gleicht 90.000 (400.000, 750.000, 10 Mill., 70 Mill.) Menschen auf Bewusstseinsstand unter 200 aus (S. 253) / TM: Zahlen bzgl. Kriminalität, Kriege, Verkehrsunfälle in Philippinen, Libanon, Niederlande, USA durch TM positiv beeinflusst (aber auch Kritik: Ergebnisse seien nicht wissenschaftlich fundiert) / morphogenetische Felder: Feldeffekte / Vorteile von Trump, AfD oder Brexit bzgl. Bewusstseinswandel => Es gelang nicht, Abweichendes, Schlechtes oder vermeintlich Schlechtes auszugrenzen, man muss sich damit auseinandersetzen => kann zu Aufwachen und Integration verdrängter Aspekte führen / negativ: Krieg gegen den Terror steigert Terror, Gewalt-Vorbilder in Fernsehen, Kino, Internet / positiv: Zeitschriften: „die drei“ April 2017, „perspektive daily“, Zeitungen (Österreich) mit positiven Nachrichten)

## **7. zusätzliche Gesichtspunkte aus der Anthroposophie**

Rudolf Steiner beschreibt die Auseinandersetzung mit dem Bösen als die zentrale Aufgabe der gegenwärtigen Menschheit. Steiner hat eine ganze Reihe von Hilfestellungen dafür gegeben:

- (1) Erarbeitung der oben genannten Seelenqualitäten, zur Bewusstseinsseele gehört: Neigungen zum Bösen in jedem von uns wahrnehmen, nicht verdrängen, aber auch nicht ausagieren (Geschichtliche Symptomatologie)
- (2) „Aufwachen am Seelisch-Geistigen des anderen Menschen“ („Umgekehrter Kultus“)
- (3) der Gedankenweg zu Christus („was der geringste Deiner Mitmenschen denkt, behandle es so, als ob ich es in ihm gedacht hätte.“)
- (4) die Fähigkeiten zum Perspektivwechsel im Sinne der „zwölf Weltanschauungen“ und zur Vermittlung zu schulen („drum herum gehen, wie die Sonne durch den Tierkreis“) / Interesse für die Gedanken des anderen,

Perspektivwechsel (in seinem Lebensweg Umgang mit z.B. Haeckelianern und Hegelianern, ...)

(5) die Beobachtung des Denkens als einer Qualität, die über den Begriffen von „subjektiv“ und „objektiv“ steht und damit auch einen neuen Blick auf den Begriff der Wahrheit ermöglicht: Wahrheit als die Integration der Perspektiven (in diesem Begriff der Wahrheit überwinden wir sowohl Dogmatismus als auch Relativismus)

(6) das jeweils Berechtigte oder Anerkennenswerte erkennen: Übung der Positivität (Steiner führt das konsequent durch z.B. bis hin zum Verbrechen des Opiumkriegs)

Wir brauchen also weisheitsvolle Gedanken und eine liebevolle Haltung, um mit solchen Themen zurechtzukommen (Weisheit und Liebe). Die Gedanken geben uns Orientierung und Sicherheit, die Liebe Flexibilität und Einfühlungsvermögen.

Wie machen wir es nun konkret, das Böse gut zu lieben? Weil Veränderungen wegen der geringeren Komplexität bei den persönlichen Themen leichter sind als bei den gesellschaftlich-politischen, macht es Sinn, zunächst mit den Ebenen des Individuell-Persönlichen und Zwischenmenschlichen zu beginnen. Welche Haltungen im Denken, Fühlen und Handeln helfen Eurer Ansicht nach dann, wenn Ihr im Streit, im Konflikt mit jemandem seit bzw. wenn Ihr jemanden anders als ungerecht, gemein oder böse beurteilt?

## **B. Zur individuellen Ebene**

Im Mittelalter bis hinein ins 19. und Anfang 20. Jahrhundert herrschte die Neigung vor, Menschen ohne Verständnis zu verurteilen. In der katholischen Kirche wurde von den sieben Hauptlastern, umgangssprachlich, aber theologisch falsch, auch von den sieben Todsünden gesprochen.

Sünden entstehen nach der mittelalterlichen Theologie aus sieben schlechten Charaktereigenschaften:

1. Superbia (Enneagrammtyp 2 = E2): Hochmut (Stolz, Eitelkeit, Übermut)
2. Avaritia E5: Geiz (Habgier)
3. Luxuria E8: Wollust (Ausschweifung, Genusssucht, Begehren)
4. Ira E1: Jähzorn (Wut, Rachsucht)
5. Gula E7: Völlerei (Gefräßigkeit, Maßlosigkeit, Selbstsucht)
6. Invidia E4: Neid (Eifersucht, Missgunst)
7. Acedia E9: Faulheit (Feigheit, Ignoranz, Trägheit des Herzens)

Dazu kommen in der Lehre des Enneagramms noch die Laster Lüge (E3) und Angst (E6)

Bis ins 20. Jahrhundert hinein war es eher die Ausnahme, darauf zu schauen, wie sich ein Mensch entwickelt hat, sondern die Menschen wurden als gut oder böse beurteilt. Dagegen finden wir in der Psychologie des 20. und 21. Jahrhunderts hilfreiche Hinweise für einen verständnisvollen, angemessenen und weiterführenden Umgang mit den Neigungen zum Bösen in uns selbst und im anderen Menschen sowie in zwischenmenschlichen Prozessen, in Gruppen, Organisationen und Staaten. Je mehr wir lernen, unsere eigenen bösen Neigungen und Verhaltensweisen anzuschauen und anzunehmen, desto mehr Verständnis entwickeln wir auch für andere Menschen. Im Voice Dialogue und in der Arbeit mit dem Inneren Team lernen wir neben sympathischen und hilfreichen Inneren Stimmen auch problematische Kind- und Elternstimmen in

uns selbst kennen. Die nötige bedingungslose Selbstliebe können wir Schritt für Schritt erwerben, indem wir uns immer wieder sagen: Gott liebt mich bedingungslos, ich bin Teil der Schöpfung, es ist okay, dass ich Tendenzen zu Lüge E3, Machtgier E8, sexueller Ausbeutung anderer E8, Betrug E3, Neid E4, Hass E4, Geiz und Habgier E5, Überheblichkeit E2, Groll E1, ... in mir trage. Hilfreich ist es immer, zu sagen, ein Teil von mir ist so, nicht der ganze Mensch. Je mehr ich das sage, desto leichter kann ich das Problematische als Teil von mir zulassen, anschauen, anerkennen.

Das entsprechende Verständnis und die entstehende Selbstliebe können wir dann auch auf unser menschliches Gegenüber übertragen.

In diesem Workshop werden wir eine Übung im Umgang mit Polaritäten in uns selbst und in Konflikten mit anderen („Eigenschaftsarbeit“) durchführen. Wir werden uns auch mithilfe der Methode „Dämonen Nahrung geben“ ungeliebten Seiten in uns zuwenden. Schritt für Schritt können aus der inneren Arbeit immer mehr Erkenntnisse und Kompetenzen erwachsen. Diese lassen uns schließlich fähiger und reifer werden, uns auch den gesamtgesellschaftlichen Herausforderungen zu stellen, mit denen uns die gegenwärtige Weltlage konfrontiert.

Ich beginne nun mit einem relativ harmlosen Beispiel:

B.F. war eine Frau, die sehr ruhig war, Konflikten immer aus dem Weg gegangen ist. Gerade sie hatte immer wieder, in verschiedenen Wohnungen mit sehr lauten Nachbarn und anderen Ruhestörern zu tun. Allgemein gibt es viele Erfahrungen, dass gerade Menschen, die Aggression vermeiden wollen, Opfer von Aggression werden, insbesondere manche Lehrer können davon ein Lied singen.

Lebensmuster: Die meisten von uns werden das kennen, dass einem ähnliche Probleme, Situationen, Muster immer wieder begegnen mit den verschiedensten Menschen => das hat natürlich Gründe in uns selbst.

Wenn man Glück hat, wird man dann wach, wenn die dritte oder vierte Partnerschaft aus ähnlichen Gründen scheitert oder wenn man immer wieder bestimmte Misserfolge im Beruf hat. Zunächst kann man meist sein Gegenüber, ob Partner, Freund, Konkurrent oder auch Feind in diesen Situationen nicht lieben. Das „Liebe deine Feinde“ aus der Bergpredigt scheint doch für die meisten von uns weit weg, oder geht es Euch da anders als mir?

Ich will nun zeigen, wie man sich dem so annähern kann, dass es nicht zu einem moralischen Krampf wird, sondern dass dies ein von Freude erfüllter Entwicklungsprozess wird.

Viele haben vom sogenannten Resonanzgesetz gehört. Es wird auch Spiegelprinzip genannt.

Dabei sollte man allerdings beachten, dass es zwei gegensätzliche Spiegelungen gibt:

a) Das, was mir von außen begegnet, lebt in mir auch in ähnlicher Form, aber ich sehe nicht, inwiefern ich meinem Gegenüber ähnlich bin (diesbezüglich kann man vom Prinzip der „Wiederkehr des Verdrängten“ sprechen). Das, was ich als nicht gut bzw. als böse beurteile, verdränge ich und es kommt mir dann von außen entgegen. Verdrängte Gefühle, Bedürfnisse oder Eigenschaften können z.B. sein: Eifersucht, Neid, Hass, Schuld- und Minderwertigkeitsgefühle, Aggression, Sexualität, Egoismus, Gier, ...



Durch den Spiegel des Gegenübers, über den ich mich ärgere oder traurig bin, kann ich im Laufe der Zeit erkennen, dass etwas von seinem Verhalten auch in mir lebt.

b) In mir sind Qualitäten, die zu einem erfolgreichen Leben gehören, unterentwickelt: Hier gilt das Schicksalsgesetz der „Herausforderung zur Weiterentwicklung“. Beispiele: Entscheidungsschwäche, Naivität, ungebildet sein, emotional bedürftig, mangelndes Selbstbewusstsein, mangelnde Unterscheidungsfähigkeit, fehlendes Taktgefühl, mangelnde Fähigkeit, sich auf andere einzulassen, ...

Hier treffe ich dann auf ein Gegenüber, welches diesen Lebensbereich in einseitig übertriebener Weise auslebt, also die gegensätzliche Einseitigkeit zeigt: Da, wo ich zu wenig habe, hat er zu viel. Ich leide dann am Verhalten des Gegenübers und werde dadurch herausgefordert, mehr in eine gesunde Mitte zu kommen.

Zwei Wege gibt es nun:

Der Königsweg ist der Weg der Erkenntnis und der aktiven Arbeit an sich selbst bzw. an den eigenen Eigenschaften. Dies bedeutet ein offenes Angehen der Frage: Was lebt bzgl. des Themas in mir? Dieser Weg kann zwar mühsam und langwierig sein, hat aber äußerst günstige Auswirkungen auf das Soziale und das individuelle Schicksal.

Meist wird jedoch der Weg des Leidens gegangen, oft bis es nicht mehr anders geht, z.T. auch bis in körperliche oder seelische Krankheiten hinein. Allerdings können diese dann auch zu Impulsen der Veränderung führen.

Wenn die Arbeit weiter vertieft wird, kann man mit unterschiedlichen Ansätzen bis hin zu Einblicken in frühere Leben gelangen, wo wir wohl fast alle nicht nur heldenhafte oder kulturschöpferische Taten vollbracht haben. Wir waren in diesen früheren Leben sowohl Leidende in unterschiedlichster Form als auch Täter in unterschiedlichster Art (grausamer Herrscher, Mörder, Vergewaltiger, Folterer, Verräter, viele von uns waren wohl auch in Schwarze Magie verstrickt).

Egal, wie weit und tief man gehen möchte: Es gibt eine Methode, die uns hilft, mit dem Erkannten versöhnlich umzugehen. Das ist die Arbeit mit dem Inneren Team bzw. der Voice Dialogue. Unter beiden Bezeichnungen wird die Arbeit mit inneren Anteilen verstanden. Die in der Psychiatrie bekannten multiple Persönlichkeiten zeigen im Extrem das, was in weniger extremen Formen in jedem von uns lebt: Dass nämlich verschiedene innere Stimmen bzw. Anteile in uns leben. Bei den multiplen Persönlichkeiten geht es so weit, dass die verschiedenen Stimmen Besitz von uns ergreifen können, ohne dass andere Stimmen sich daran erinnern können und dass die verschiedenen Stimmen auch andere Gesundheitszustände wie Allergien oder verschiedene Niveaus von Kurzsichtigkeit mit sich bringen können. Im Normalfall geht das nicht so weit. Wir haben zwar einzelne Anteile verdrängt, können sie aber ins Bewusstsein holen und dann auch jederzeit, wenn wir wollen, mit dem inneren Anteil in Kontakt treten.

Im Voice Dialogue zeigt sich, dass in uns drei Gruppen von Anteilen leben:

1. souveräne Erwachsenenstimmen, die in der Lage sind, das eigene Leben kompetent zu führen.
2. sogenannte innere Elternstimmen, die in einer einseitig-engen Weise

agieren und reagieren, wie z.B. ein innerer Kritiker, ein Richter, ein Perfektionist, ein Herrschsüchtiger, ein Antreiber.

3. sogenannte innere Kind-Stimmen: Dabei sind dann auch Anteile, die in der jeweiligen Entwicklungsstufe unseres Lebens (Säugling, Kleinkind, Schulkind, Jugendlicher) nicht das bekommen haben, was sie gebraucht hätten. Diese Anteile existieren dann in uns weiter in einem quasi eingefrorenen Zustand, welcher der früheren Zeit entspricht. So lebt der Säugling oder das Kleinkind, mit dem nicht liebevoll umgegangen worden ist, in Trauer, Resignation und Sehnsucht nach Liebe und Geborgenheit weiter in uns.

Im Voice Dialogue wird jeder innere Anteil, der sich zeigt, so gut es geht, wahrgenommen und angenommen, ohne diesen Anteil zu verurteilen. Er bekommt im Raum einen eigenen Stuhl. Mit bis zu fünf oder sechs inneren Stimmen kann man in einer Coaching-, Beratungs- oder Therapiestunde arbeiten.

Die jeweilige Stimme wird nun gründlich wahrgenommen, verstanden, weshalb sie da ist, und angenommen, ihre positive Absicht wird erkannt. (Bei jeder Stimme kann man ihren Sinn und eine irgendwie geartete positive Absicht erkennen. Z.B. kann die Absicht einer abwehrenden oder verdrängenden Stimme sein, ein positives Selbstbild aufrechtzuerhalten. Umgekehrt kann die Absicht einer verurteilenden Stimme sein, uns durch die Verurteilung dazu zu bringen, kräftig an uns zu arbeiten. Allerdings ist die Vorgehensweise einer verurteilenden Stimme oft kontraproduktiv.)

Falls wir uns noch nicht in der Lage fühlen, eine innere Stimme wirklich annehmen zu können, wird diejenige Stimme ins Bewusstsein geholt, die dies verhindert und mit ihr weitergearbeitet. Spätestens bei der dritten Stimme, die sich in dieser Folge zeigt, gelingt erfahrungsgemäß ihre Annahme. Also im Beispiel der Verurteilung: Ein Anteil wird von einer zweiten Stimme verurteilt. Eine dritte Stimme lehnt nun den Verurteiler ab. Es zeigt sich in der Praxis, dass es kein Problem darstellt, diese dritte Stimme anzunehmen. Von da aus können wir weiterarbeiten und Schritt für Schritt alles, was in uns lebt, sehen, akzeptieren (ohne es zu verurteilen) und als zu uns gehörig annehmen, ganz egal, wie schlimm dieser Teil ist oder erscheint. Je nach Klient ist es evtl. notwendig, zunächst das menschliche Ich bzw. die souveränen inneren Anteile zu stärken, bevor es gelingen kann, uns angemessen und hilfreich den Eltern-Stimmen oder verletzten Kind-Stimmen zuzuwenden.

Durch die Annahme und den angemessenen Umgang mit ihm wird der jeweilige Teil quasi „aufgetaut“ aus seinem erfrorenem Zustand und kann sich weiterentwickeln und eine gesunde, hilfreiche Ressource für unser Leben werden.

Eine weitere Möglichkeit, mit inneren Anteilen zu arbeiten, ist die Methode „Den Dämonen Nahrung geben“. Es gibt eine Äußerung Rudolf Steiners (in einem Gespräch mit Ita Wegman), dass man Dämonen nicht bekämpfen sollte, sondern aushungern. Ich verstehe das als Hinweis, nicht auf der gleichen Ebene zu agieren. Wir kennen als Negativbeispiel für ein Agieren auf gleicher Ebene den „Krieg gegen den Terror“ nach den Geschehnissen vom 11.09.2001. Dieser „Krieg gegen den Terror“ hat noch mehr Terror erzeugt. Ähnlich ist es beim sogenannten „Kampf gegen rechts“. Zunächst ist es also wichtig, sich im Umgang mit dem Bösen nicht auf eine ähnliche Ebene ziehen zu lassen.

Auf einer nächsten Stufe kann man dann lernen, sich dem Bösen aus einer souveränen Haltung heraus zuzuwenden. Dies wird in der Methode „Den Dämonen

Nahrung geben“ im Umgang mit Problematischem, Bösem, Ungeliebtem in uns selbst geübt. Die Methode stammt aus dem Tibetischen Buddhismus. Sie ist schon ca. 1000 Jahre alt und ist von Tsültrim Allione, einer amerikanischen Therapeutin, an die gegenwärtigen Verhältnisse angepasst worden. Das Vorgehen ist in fünf Schritte gegliedert.

### I. Schritt

1. Mit welcher Stimme will ich arbeiten? (Krankheit, negatives Gefühl, negative Einstellung, problematische innere Stimme, unter der ich leide, negative Gewohnheit, Sucht)
2. Die Stimme genauer erkennen:
  - Wo im Körper oder in der Nähe des Körpers kann ich sie empfinden?
  - Welche Qualität haben die Empfindungen? (Druck/Sog, hart/weich, räumliche Ausbreitung, Temperatur, Farbe, ...)
  - Welche Gefühle löst die Stimme in mir aus?
  - Personifizieren der Gefühle als Gestalt (Mann oder Frau, Größe, Gesamtgestalt, Charakter, Gemütszustand, Augenausdruck, Besonderheiten)

### II. Schritt

1. Die erste Frage stellen:
  - Was willst Du von mir?
2. Den Platz der Stimme einnehmen und die Frage beantworten
3. Die zweite Frage stellen:
  - Was brauchst Du wirklich von mir? Was sind Deine tieferen Bedürfnisse?
4. Den Platz der Stimme einnehmen und die Frage beantworten
5. Die dritte Frage stellen:
  - Wie fühlst Du Dich, wenn Du voll und ganz bekommst, was Du brauchst?
6. Den Platz der Stimme einnehmen und die Frage beantworten

### III. Schritt

1. Den eigenen Körper als Beobachter von außen wahrnehmen. Sich dann vorstellen, wie der eigene Körper sich in eine kostbare Nahrung (Nektar) verwandelt, die aus den Gefühlen besteht, die der Dämon erlebt, wenn er bekommt, was er braucht. Dann den Dämon damit füttern. *Oder:*

Sich selbst ganz mit der Gefühlsqualität verbinden, welche die Stimme haben würde, wenn sie im Sinne der dritten Frage völlig satt wäre und sich selbst in entsprechende Nahrung verwandeln (Nektar).

2. Die Stimme mit dem Nektar füttern, bis sie vollkommen satt ist und wahrnehmen, wie sich die Stimme durch die Sättigung verwandelt (falls sie unersättlich zu sein scheint, sich ausmalen, wie sie aussehen würde, wenn sie ganz zufriedengestellt wäre).

### IV. Schritt

Evtl. taucht spontan ein hilfreiches Wesen auf, falls nicht, kann man auch um

das Erscheinen eines solchen bitten

- Die Erscheinung beschreiben: Mann oder Frau, Größe, Gesamtgestalt, Charakter, Gemütszustand, Augenausdruck, Besonderheiten

## V. Schritt

1. Fragen stellen:

- Wie wirst Du mir helfen? Wie wirst Du mich beschützen?
- Welches Versprechen kannst Du mir geben?
- Wie kann ich Kontakt zu Dir aufnehmen?

2. Den Platz des hilfreichen Wesens einnehmen und die Fragen beantworten

3. Sich auf dem eigenen Platz mit dem hilfreichen Wesen verbinden und in dieser Empfindung ruhen.

## **C. Zur zwischenmenschlichen Ebene**

Es zeigt sich, dass die Selbsterkenntnis und Selbstliebe, die wir durch eine solche Arbeit entwickeln, sehr hilfreich für unser Sozialverhalten ist.

Denn wir erwerben dadurch viel Verständnis für das Menschsein im Allgemeinen und im Konkreten.

Dies hilft uns schließlich, in schwierigen sozialen Situationen nicht so getriggert zu werden, dass wir aus einer Verletztheit oder einem Abwehrmechanismus heraus reagieren müssen. Stattdessen können wir im Laufe der Zeit immer souveräner werden im Umgang mit Herausforderungen. So lernen wir zunächst, uns liebevoll um alle durch die Situation angesprochenen inneren Anteile zu kümmern. So können wir unsere Reaktion viel besonnener gestalten.

Schließlich können wir uns dann auch immer besser in den Konfliktpartner einfühlen und verstehen, warum er so handelt, wie er handelt. Auf dieser Basis können wir dann auch lernen, immer angemessener mit dem Gegenüber umzugehen, ob es nun um eine liebevolle Zuwendung oder eine deutliche Abgrenzung geht.

Im Folgenden zitiere ich dazu einen längeren Artikel, der am 15.04.2017 in „Spiegel Online“ erschien.

Ich und mein Täter

*Thordis Elva hat ein Buch mit dem Mann geschrieben, der sie vergewaltigt hat – und bricht so mit der eingeübten Rollenverteilung von Täter und Opfer.*

Die Isländerin Thordis Elva und der Australier Tom Stranger sitzen in einem Hotel in Berlin-Mitte und machen Werbung für das Buch, das sie gemeinsam geschrieben haben. Sie gehen höflich miteinander um, entschuldigen sich, wenn sie sich ins Wort fallen. Es ist eine professionelle Beziehung.

Was überhaupt nichts Ungewöhnliches wäre, wenn die beiden nicht in ein Verbrechen verwickelt wären: sie als Opfer und er als Täter. Vor über 20 Jahren hat Stranger Elva vergewaltigt. Jetzt fahren sie gemeinsam um die Welt, was wiederum sehr ungewöhnlich ist, denn eine Zusammenarbeit zwischen

Opfer und Täter sieht das Drehbuch, das von der Öffentlichkeit allgemein hin auf Vergewaltigungsfälle angewendet wird, nicht vor.

Was ein Opfer und was ein Täter zu sein hat, ist im öffentlichen Diskurs über sexuelle Gewalt recht klar definiert. Täter sind verabscheuungswürdig und böse. Und Opfer? „Opfer müssen gut und rein und hilflos bleiben, sonst bist du kein echtes Opfer“, sagte die Kulturwissenschaftlerin Mithu Sanyal unlängst der „taz“. In ihrem Buch „Vergewaltigung“ plädiert sie für einen differenzierteren Blick auf das Opfer-Täter-Schema.

Den Feldversuch zu dieser Forderung liefern Elva und Stranger in ihrem Buch „Ich will dir in die Augen sehen“. Es ist die Geschichte einer Konfrontation, eines Treffens in Kapstadt, 20 Jahre nach der Tat. Die Zusammenarbeit der beiden hat für einige Aufregung gesorgt. In England musste eine Podiumsdiskussion auf einem Frauenfestival verschoben werden, weil Aktivistinnen gegen den Auftritt protestierten und eine Petition starteten. Der Vorwurf: Hier werde einem Sexualverbrecher eine Bühne geboten – mehr noch, ihm werde die Möglichkeit gegeben, an öffentlichem Ansehen zu gewinnen, indem er sich als eine Art einsichtiger Vergewaltiger inszeniere.

#### *Der Mythos vom bewaffneten Mann in der dunklen Gasse*

Dass Vergewaltigungen nicht nach einem Drehbuch verlaufen, lernte Thorids Elva 1996 mit 16 Jahren, der 18-jährige Austauschschüler Tom Stranger ist damals ihr Freund. Bei einem Schulball trinkt sie zu viel, hat vermutlich eine Alkoholvergiftung. Er bringt sie nach Hause, legt sie ins Bett und hat zwei Stunden lang gegen ihren Willen Sex mit ihr. Am nächsten Tag macht er mit ihr Schluss und fliegt später wieder nach Australien. Sie braucht etwa zwei Jahre, um genau zu begreifen, was in dieser Nacht passiert ist. Elvas Vorstellungen eines Vergewaltigers waren geprägt von Filmen und Erzählungen. Bewaffnete Männer, die in dunklen Gassen auf einen warten, weil sie ihre Triebe nicht unter Kontrolle haben. Dass der erste Mann, in den sie verliebt war, sie vergewaltigt haben könnte, dafür gab es in ihrem Kopf keinen Referenzpunkt. Auch weil sie sich nicht eingestehen wollte – wie viele Opfer von Vergewaltigungen – dass sie eine Beziehung falsch eingeschätzt und ihr Vertrauen dem Falschen geschenkt hatte.

Dass Elva diese Schuldgefühle überwinden konnte, verdankt sie außergewöhnlichen Umständen. 2005, nach Jahren der persönlichen Krise, schreibt sie ihrem Täter einen Brief, indem sie alle Last und Schuld von sich ablädt. Sie bekommt eine Antwort, die sie nicht erwartet hätte: Ein Geständnis von Stranger und die Einwilligung, alles zu tun, um mit dem Geschehenen einen Umgang zu finden. Es beginnt ein acht Jahre dauernder Mailaustausch, der schließlich in dem Treffen in Kapstadt mündet.

Diese Kommunikation nennt Elva einen „Verantwortungsprozess“. Es geht darum, die Verantwortung für das Geschehene – und alles, was es nach sich zog – dort zu platzieren, wo sie hingehört. Beim Täter. Der nahm, und das ist auch außergewöhnlich, diese Verantwortung an. Weil die Schuldfrage somit geklärt ist, schaffen es die beiden in ihrem Buch, über das Opfer-Täter-Schema hinauszugehen. Beim Treffen in Kapstadt definieren sie ihre Rollen neu: Sie ist die Starke und Mutige, die sich mit dem Thema sexuelle Gewalt auskennt, er ist der Unsichere, undisziplinierte, dessen Selbstbild infrage gestellt wurde. So schaffen sie es, sich anzunähern und über das Geschehene zu sprechen. Und Elva gewinnt etwas von der Macht zurück, die ihr das klassische Opfer-Narrativ verwehrt.

### *Hierfür gibt es kein Protokoll*

Dennoch sind die beiden keine Freunde. Und Elva hat Stranger auch nicht vergeben. Für ihre gemeinsame Arbeit scheinen sie einen gewissen Verhaltensmodus gefunden zu haben: Nicht nur die Rollen sind genau definiert, sondern auch die Sprache. Vor dem Treffen wird Journalisten ein Dokument geschickt mit von den beiden bevorzugten Begriffen: Überlebende statt Opfer, Täter statt Vergewaltiger. Auch Fotografen werden gebeten, sie nur auf gewisse Weise zu inszenieren. Bei Fernsehinterviews soll der Moderator am besten zwischen ihnen sitzen. Klingt alles sehr kontrolliert, aber wie soll man es sonst machen? Es gibt kein Protokoll für diese Art von Zusammenarbeit von Überlebender und Täter – Elva und Stranger schaffen es sich selbst. Auch wenn „Ich will dir in die Augen sehen“ in erster Linie die Geschichte von Elva ist, sie ist Hauptautorin, ihr Name auf dem Cover größer geschrieben, ist doch gerade die Sicht von Stranger interessant. Denn die Perspektive eines Täters wird in vielen Vergewaltigungsfällen ignoriert. Das liegt einerseits an der Schwere des Verbrechens. Aber auch daran, dass Vergewaltigungen noch immer als Frauenthemen verhandelt werden. Als etwas, vor dem sich Frauen schützen müssen – als gehöre es zum Leben halt irgendwie dazu.

Aber Vergewaltigungen werden von Männern begangen, nicht von Monstern. Sie geschehen nicht nur in dunklen Gassen, sondern in Beziehungen, Freundschaften und Ehen. Es liegt eigentlich nahe, verstehen zu wollen, was Täter antreibt. Niemand kann von einem Opfer verlangen, Empathie für seinen Täter aufzubringen, Elva, die es getan hat, verlangt das auch nicht. Aber eine Gesellschaft, die verhindern will, dass Männer zu Tätern werden, sollte sich vielleicht damit beschäftigen. Oder wie Mithu Sanyal sagt: „Unser Umgang mit vermeintlichen Tätern ist allerdings völlig empathielos. Und wir können nicht von Menschen erwarten, dass sie sich für Empathie öffnen, wenn wir sie ihnen – als Gesellschaft – verwehren.“

### *Als Facette des Charakters akzeptieren*

Stranger selbst will lange nicht realisiert haben, was er getan hat. Er spricht von einer „Phase der unbewussten Unterdrückung“ und einem Unwillen, die besagte Nacht erneut zu durchleben. Als er 2005 den Brief von Elva bekam, erkannte er sich in ihren Beschreibungen wieder. „Es gab keinen Zweifel, das war, was ich getan hatte.“ In der Folge setzt sich Stranger mit sich auseinander, er ist ein durchschnittlicher middle-class Australier, gebildet, gut erzogen. Er hat sich nie für einen aggressiven Menschen gehalten – noch hat er je daran gedacht, eine Frau zu missbrauchen. Dennoch hat er es getan: „Das muss ich als Facette meines Charakters akzeptieren. Als etwas, zu dem ich fähig bin“, sagt er leise.

Müsste er die Frage, warum er vergewaltigt hat, in seinem Satz beantworten, sagt Stranger: „Ich hatte die Einstellung, dass ein junger Mann, der mit einer Frau ausgeht, das Recht auf Sex hat.“ Er sucht für sich den Grund in toxischen Männlichkeitskonzepten, mit denen auch junge, gut gebildete, westliche Männer aufwachsen. Denen zufolge eine Frau jemand ist, den man haben kann, oder zumindest jemand, dem man keine Empathie entgegen bringt, wenn die eigenen Bedürfnisse von innen heftig anklopfen.

Weder haben Elva und Stranger ein Handbuch für den Umgang mit Vergewaltigungen geschrieben, noch sprechen sie sich für Straffreiheit in Fällen sexueller Gewalt aus. Die öffentliche Dämonisierung von Tätern hält Männer aber sicherlich davon ab, sich mit Vergewaltigungen und ihren Gründen

auseinanderzusetzen. Weil kein Mann von sich glaubt, ein Monster zu sein. Monster sind immer die anderen.

#### **D. Zum gesellschaftlich-politischen Leben**

**These 1: Es reicht nicht aus, nur das Gute zu wollen und zu tun bzw. allerlei praktische, ethisch wertvolle Initiativen zu verfolgen. Wir müssen, um unsere Weltverhältnisse grundlegend zu verbessern, tiefer blicken, nämlich die philosophische und weltanschauliche Ebene einbeziehen.**

Unsere heutige Zeit zeigt da eine große Distanz und eine geringe Wertschätzung sowohl für die Gedankenebene allgemein wie auch für die Gedanken des jeweils anderen Menschen, z.B. des Politikers einer anderen Partei, des Wissenschaftlers, der eine konkurrierende Sichtweise auf ein Thema hat, des Vertreters einer anderen Religion oder Weltanschauung, des Arbeitskollegen, der mit einer Aufgabe anders umgehen möchte. Man kann mit dem Denken allgemein wenig anfangen, ein Denker wird schnell als kopfig beurteilt, viele sehen sich als Pragmatiker und finden, dass dies die angemessene Haltung sei. Ich meine dagegen genügend gezeigt zu haben, dass gerade die weltanschauliche Bequemlichkeit des sogenannten Pragmatismus (der Verzicht auf weltanschauliche Klärungen) die gegenwärtigen Probleme hervorgerufen hat und die Lösung tatsächlich nur auf einer tieferen Ebene zu finden ist.

So wie wir die Spaltungen, Verdrängungen und Abwehrmechanismen in uns mit zunehmendem Verständnis und Liebe überwinden können, kann dies auch im gesellschaftlich-politischen Leben gelingen.

Im politischen Leben kann man zunächst bemerken, dass die meisten, insbesondere die parteipolitisch agierenden, Menschen von bestimmten Ideen oder Ideologien geprägt sind (je nach Partei bzw. Strömung, der man sich zugehörig fühlt, von anderen). Früher bestand der Hauptgegensatz zwischen Kapitalismus und Kommunismus, heute ist es mehr der Gegensatz zwischen einem linksliberal und global orientierten Mainstream auf der einen Seite und eher rechtem, national orientiertem Gedankengut auf der anderen Seite.

Ein großes Problem sehe ich in der Organisation unseres politischen Lebens in Parteien. Das führt letztendlich dazu, dass der ganzheitliche Blick einzelner Vertreter von Parteien über den eigenen Tellerrand hinaus gerade von den Mitgliedern der eigenen Partei nicht gewollt wird. Ja, man wird sogar von der eigenen Partei oder politischen Strömung angefeindet oder ausgegrenzt, wenn man Ideen einer gegnerischen Partei gut findet.

Ein weiteres Problem ist die auf Sensation ausgerichtete Medienwelt. Talkshows zielen stark auf die Schlagfertigkeit, auf die Pointe, auf den Kampf um Durchsetzung, das ist anscheinend spannender, interessanter als Verständigung.

**These 2: Wir brauchen gesamtgesellschaftlich eine Haltung zur Ideenwelt, die Spaltungen überwindet.**

Da kann zunächst eine Aussage von R. Steiner aus der Philosophie der Freiheit wertvolle Orientierung geben. Er sagt: „Man muss sich der Idee erlebend

gegenüberstellen können, sonst gerät man unter ihre Knechtschaft.“ Hier kann ich mich prüfen: Wie ist mein Verhältnis zu meinen Lieblingsideen? Bin ich bereit, auf den entsprechenden politischen, sozialen oder weltanschaulichen Zusammenhang auch aus einer ganz anderen Perspektive zu schauen? Und in dem, was die mir zunächst unsympathische politische Strömung vorträgt, auch etwas Berechtigtes zu sehen, statt in Abwehr und Antipathie zu verbleiben?

Weitere in diesem Zusammenhang hilfreiche Elemente anthroposophischer Begrifflichkeit:

- a) Vorstufe Goetheanismus: Typus, Urbild (Urpflanze), Polarität und Steigerung, Mitte zwischen Extremen
- b) Luziferische und ahrimanische Einseitigkeiten
- c) Dreigliederung: Nerven-Sinnes-System, rhythmisches System, Gliedmaßensystem / Geistesleben, Rechtsleben, Wirtschaftsleben
- d) 4 Wesensglieder
- e) Jahrsiebte und Planetenkräfte
- f) Zwölfheit und Tierkreiskräfte

„Alle, die voll Mitleid umherstehen, können bei einem Beinbruch nicht helfen, bis auf den einen, der weiß, was er tun soll, und der es richtig macht. Wenn man in der Theosophie bloß predigt, dann ist es so, wie wenn man sich hinstellt vor den Ofen und zu ihm spricht: Deine Pflicht ist, das Zimmer warm zu machen. – Ebenso ist es, wenn man Menschen sagt, sie sollen Bruderliebe üben. Wie man in den Ofen Holz legen und es anzünden muß, so muß man den Menschen das geben, wodurch sich die Seelen verbinden in der großen Bruderschaft, und das ist Erkenntnis. Die wahre Erkenntnis ist das Brennmaterial zum großen Bruderbunde der Menschheit. Heute ist die Zeit des Materialismus, der es dahin gebracht hat, daß sich die Menschen getrennt haben.“ (R. Steiner, GA 97, Wien, 22.02.1907)

Steiner: „Ich will nicht verehrt, ich will verstanden werden.“ / „Lieber Schinken essen als Schinken denken.“

**These 3: Menschlichkeit zeigt sich gerade im Umgang mit dem wirklich oder vermeintlich Bösen! In der Rücknahme von Projektionen, im differenzierten Umgang mit unserem Urteilsvermögen und in einem besonnenen Handeln.**

3 Bereiche:

- a) individuell (8 Schritte: 1. wahrnehmen, 2. verstehen, 3. akzeptieren, 4. mitfühlen, 5. annehmen, 6. Frieden schließen, 7. Freundschaft empfinden, 8. lieben)
- b) zwischenmenschlich (Feinde, Fremde, Freunde) /
- c) gesellschaftlich/politisch

Was ist konkret in dieser Hinsicht böse?

- Böse ist die Behauptung, es sei unmöglich, das Wahre zu erkennen, denn dann gibt es keine allgemein akzeptablen Lösungen für gesellschaftliche Probleme / dann gibt es nur Machtkampf, den darwinistischen Kampf ums Dasein, aber kein versöhnliches, liebevolles Höheres, in das man sich eingeordnet fühlt (Religion, Spiritualität)
- Steiner: Böse ist, Einseitigkeiten zu verabsolutieren / das Unzeitgemäße: etwas war einmal stimmig, aber jetzt nicht mehr oder auch: noch nicht, Verfrühung oder Verspätung / was zu einem Zeitpunkt gut war,



- kann später böse sein / 3 „innere Feinde“ der Anthroposophie: „Freiherr vom Unterscheidungsvermögen“, „Fräulein Naivität“ und „Dame Illusion“
- Böse ist die Abwertung von Denken, Vernunft und Erkenntnis => Bequemlichkeit mit schlimmen Folgen / damit im Zusammenhang steht auch das Problem der pragmatischen Einstellung: „Lasst uns nicht über Weltanschauungsfragen streiten, lasst uns praktische Lösungen finden!“ Denn diese greifen leider oft viel zu kurz!
  - Probleme des Inhalts: einseitig, nicht differenziert genug
  - Probleme des Zeitpunkts: zu früh oder zu spät
  - Ahriman: Verfrühung der Zukunft, Gleichmacherei / Unterschiede negieren (Mann-Frau, Nationen), Traditionen zerstören (Linke 68'er: gegen Märchen, für materialistische Wissenschaft, gegen Familie, für Homosexualität, gegen Staat, für Internationalismus, ja, das im Gegensatz zur bisherigen Norm Stehende zur neuen Norm machend / kalter Egoismus / typisch Amerika / Mitte nennt sich: der Westen, fehlendes Selbstbewusstsein für Aufgabe der Mitte
  - Luzifer: Osten stellt Traditionen (bzw. den Staat, das Volk) über den einzelnen Mensch, z.B. Türkei, Rußland, China, Arabien, ... wehrt sich gegen den Westen
  - Kommunismus: Ideal, aber vereinseitigt, andere Ideale nicht abgewogen mit berücksichtigt
  - Aggression z.T. berechtigt, relative Berechtigung anerkennen, integrieren, Unterscheidungsvermögen

### Einzelne Fragen:

1. Unübersichtlichkeit: Wird die Welt schlechter? Werden gesellschaftliche Fortschritte zunichte gemacht? Wird das Böse immer mächtiger?
  - a) nationale Strömungen in vielen europäischen Staaten
  - b) EU-Zusammenhalt schwindet (Brexit, ...)
  - c) Trump: extreme Spaltung und Hass zwischen verschiedenen gesellschaftlichen Gruppen, auch und gerade in den sog. Sozialen Medien
  - d) Zustände unmittelbar in der Nähe Europas: Türkei und Arabien (insbesondere Syrien) / Beispiel Türkei: jahrzehntelang hingehalten mit problematischen, nicht rechtzeitig geklärten Versprechungen (Aufnahme in die EU), Türken fühlen sich schlecht behandelt / ähnlich Russland, ähnlich Arabien
  
2. Kann man verstehen, was da passiert?
  - a) 19. Jahrhundert bis 1945 (19. Jahrhundert Zeit der Nationalstaaten bis hin zu Imperialismus und Kolonialismus / dann Nationalismus in vielen Staaten, der zu zwei Weltkriegen führte)
  - b) dann nach dem zweiten Weltkrieg Versöhnung der „Erbfeinde“ Dtl. und Frankreich, bis ca. 2000 eine recht gesunde Entwicklung: viele gesellschaftliche Fortschritte, transnationale Organisationen (UNO, in Europa Montanunion, dann EWG, EG, schließlich EU), Zusammenbruch des Ostblocks
  - c) ab 2000 schlägt das Pendel dann zu sehr in die Gegenrichtung aus:

- zunehmende wirtschaftlich orientierte Globalisierung mit wenigen Gewinnern und vielen Verlierern (nach wie vor besteht eine große Verführungskraft des globalisierten Kapitalismus: Beide Vorstandssprecher der GLS Bank haben sich noch 2015 für TTIP und CETA ausgesprochen trotz der dadurch entstehenden Aushöhlung der Demokratie)
- weiterhin: westliche Überheblichkeit (das westliche Modell soll anderen Staaten in der Welt aufgedrängt werden)
- weiterhin amerikanische Bestrebungen der neuen Weltordnung, die insbesondere gegen die Zusammenarbeit von Deutschland und Russland gerichtet sind (unabhängig vom jeweiligen US-Präsidenten)
- Krieg gegen den Terror, der viel mehr Terror erzeugt
- Europa wird gelähmt durch die Probleme, die eine übertriebene Vereinheitlichung mit sich bringt (gipfelnd im Unfrieden schaffenden EURO)

Man kann erkennen, dass die Entwicklungen der letzten Jahre (die Phänomene unter 1.) als empfindungsseelenhafte Gegenreaktion gegen die (unter 2. beschriebenen) zunehmenden Einseitigkeiten der Zeit seit 2000 sind. Es haben sich in dieser Zeit immer mehr Menschen geistig, rechtlich und wirtschaftlich ausgegrenzt gefühlt. Dies ist nachvollziehbar angesichts der angeblichen Alternativlosigkeit der zunehmenden Globalisierung und Zentralisierung, also einer Entwicklung, die viele dieser Menschen nicht wollen und gegen die man angeblich nichts machen kann.

Es ist nun meines Erachtens völlig falsch, ja arrogant und kontraproduktiv, wenn man auf diese Menschen herabblickt, sie verurteilt und sie dadurch noch weiter ausgrenzt. Hier hilft nur liebevolles Verständnis.

Die westliche Welt sortiert sich neu anhand der verdrängten Kategorie „Nation“ (Unterpunkte: Umgang mit Globalisierung und Umgang mit Minderheiten). Das kann man an den zwei großen westlichen Ländern USA und Frankreich sehen. Vereinfachte Tabelle:

	Contra G / contra M	Contra G / pro M	Pro G / contra M	Pro G / pro M
USA	Donald Trump	Bernie Sanders	Republikaner	Hillary Clinton
Frankreich	Marine Le Pen	Jean-Luc Mélenchon	Republikaner	Emmanuel Macron

### 3. Was kann man tun?

Verständnis zunächst auf der Ideenebene, d.h. Verständnis und Liebe für die Ideenwelt, man kann auch sagen: Philosophie im eigentlichen Wortsinn („Liebe zur Weisheit“). Dabei hilft die Anthroposophie in verschiedener Hinsicht.

Die aktuellen Entwicklungen kann man verstehen und in gute Bahnen zu bringen dadurch, dass man das jeweils Berechtigte aufgreift:

- das geht bis hin zum rücksichtslosen, andere Länder ausbeutenden Konzern: alles ist aus unserem Menschsein heraus verständlich, muss aber natürlich bzgl. seiner sozialen Auswirkung in gute Bahnen gebracht bzw. verhindert

werden.

– Verständnis, Ergänzung und Integration (links und rechts, Kopf und Herz, Unternehmer und Arbeiter) => Win-Win-Situationen schaffen, auch für die Trump- und AfD-Anhänger / wie schon gesagt: Ausgrenzung und Gegnerschaft ist kontraproduktiv

Es gibt nun bereits sehr hilfreiche und erfolgreiche Lösungsansätze im Umgang mit individuellen und zwischenmenschlichen Problemen. Diese kann man mit Variationen übertragen auf das Gesellschaftliche. Es wird allerdings komplexer, je größer die Zahl der beteiligten Menschen ist. Man muss dann mehr einbeziehen, die soziale Kunst ist die höchste Kunst:

1. individuell
2. zu zweit
3. kleine Gruppe 3-7: man muss erkennen, worauf es ankommt, was das Wesentliche der Problematik ist und dies muss von einem Moderator auch durchgesetzt werden
4. große Gruppe: verschiedene Kleingruppen, jeweils mit Gruppenmoderator
5. Dorf
6. Stadt
7. Region
8. Staat
9. Kontinent
10. Erde

Man kann erkennen, dass auf allen Ebenen die Kombination von Weisheit und Liebe gefragt ist. Teilweise gibt es das Ideal einer „Weltethik“: Man gibt die Erkenntnis auf und versucht verbindliche ethische Regeln festzulegen. Aber das funktioniert erfahrungsgemäß nicht, die betroffenen Menschen merken, dass allgemeine Regeln für die jeweilige konkrete Situation nicht passen. Schon Rudolf Steiner hat angesichts Woodrow Wilsons Sprechen vom „Selbstbestimmungsrecht der Völker“ u.a. gegen falsche, undifferenzierte Ideale und auch sonst gegen eine Ethik ohne Erkenntnis massiv Stellung bezogen. Falsche, undifferenzierte Ideale haben eine zerstörerische Wirkung. Es ist stattdessen nötig, genau zu erkennen, welches Ideal auf welcher Ebene seine Bedeutung hat und wo nicht. Hilfreich ist eine situative Ethik mit moralischer Intuition, Phantasie und Technik im Sinne der „Philosophie der Freiheit“.

Menschsein ist etwas sehr Vielschichtiges (Bewusstseinsstufen, Nationen, Geschlechter). Es ist zentral wichtig, sowohl das allgemein Menschliche als auch die individuellen, aber auch gruppenspezifischen Unterschiede im Blick zu haben. Weiterführend auch im Bereich des Menschlichen ist der von Goethe in seiner „Metamorphose der Pflanze“ ausgearbeitete Begriff des Typus. Im Pflanzenreich liegt der Typus („die Urpflanze“) den einzelnen Pflanzenfamilien und -arten zugrunde. Im Tierreich zeigt sich deutlich, dass es typische Eigenschaften, z.B. von Pferden oder Eichhörnchen oder Hunden gibt. Wir Menschen haben mit unserem Ätherleib Anteil am Pflanzenreich und mit dem Astralleib Anteil am Tierreich und damit auch Anteil an etwas Typischem. Aber das Wichtigste am Menschsein ist das Ich, das Individuelle. Dieses sollte sich über das gruppenhaft Bestimmte erheben können. Dagegen erzeugen die Parteien und die Medienwelten neue gruppenhafte Bestimmungen: Das ist böse, weil es zu ideologischen Festlegungen führt und ein differenziertes individuelles Denken behindert.

Insofern ist auch die Äußerung „Die Zukunft ist weiblich“ diskriminierend, denn: Heißt das, dass das Männliche und/oder die Männer keine Zukunft haben? Geht es nicht vielmehr um eine angemessene Kooperation zwischen Männern und Frauen? Einseitigkeiten zeigen sich z.B. darin, dass es fast nur Frauenbeauftragte, aber kaum Männerbeauftragte gibt und dass die Genderlehrstühle fast alle weiblich besetzt sind. Antisexismus, Feminismus will gut sein, aber ist böse, wenn, wie es z.T. in den sogenannten „Girls Days“ geschieht, einseitig junge Frauen in Männerrollen gedrängt werden oder wenn andererseits versucht wird, Jungen die Männlichkeit abzuerziehen.

Gerade im Feminismus zeigt sich die Nachwirkung der patriarchalen Gesellschaftsordnung. Denn, wenn das Weibliche als zwar anders, aber als genauso wertvoll wie das Männliche angesehen würde, müssten sich Frauen nicht bemühen, männlicher zu werden, sondern könnten ihre Weiblichkeit auch in der Berufstätigkeit leben und würden dafür genauso viel Anerkennung und Bezahlung bekommen wie die Männer für ihre männlich geprägte Berufswahl. Bisher ist es doch so, dass die Berufe, die von Frauen überproportional gewählt werden, wie Kindergärtnerinnen, Grundschullehrerinnen, Krankenpflegerinnen, Altenpflegerinnen viel schlechter bezahlt werden als typischer Weise von Männern gewählte Berufe wie Ingenieur, Manager, Banker, Steuerberater. Den wesentlichen Unterschied kann man darin ausmachen, dass die eher von Frauen gewählten Berufe sich direkt dem einzelnen Menschen zuwenden, während die von Männern gewählten Berufe eher sachorientiert sind. Was spricht denn dagegen, den in den unterschiedlichen Berufen zu erzielenden Stundensatz immer mehr anzugleichen? Rudolf Steiner hat davon gesprochen, Arbeit und Einkommen zu trennen. Die Motivation für die Arbeit würde dann nicht im Verdienst liegen, sondern in der Freude an der Arbeit.

Gesellschaftlich ist zumindest in Mitteleuropa das Potential vorhanden, jedem Menschen ein angemessenes Einkommen zu ermöglichen. Ob dies nun am besten über das Modell des bedingungslosen Grundeinkommens oder auf eine andere Weise zu erreichen ist, kann an dieser Stelle offen gelassen werden. Jedenfalls geht es darum, für alle gesellschaftlichen Fragestellungen durch breite Gespräche Lösungen zu finden, in denen alle relevanten Perspektiven berücksichtigt werden.

Finden wir Ideen, die Spaltungen zwischen politischen Strömungen überwinden können?

Da helfen z.B. die Ideale der Französischen Revolution. Steiner ordnet in der Dreigliederung des sozialen Organismus die Freiheit dem Geistes- bzw. kulturellen Leben zu, die Gleichheit dem Rechtsleben und die Brüderlichkeit dem Wirtschaftsleben.

Zu Steiners Zeiten prägte der Gegensatz zwischen Kapitalismus und Kommunismus das politische Leben. So kann man in der Dreigliederung des sozialen Organismus eine Synthese auf höherer Ebene zwischen Kapitalismus und Kommunismus sehen. Steiner ist mit dem Kapitalismus für die unternehmerische Freiheit, aber mit dem Kommunismus gegen das Privateigentum an Produktionsmitteln.

Daneben gibt es die aus dem Katholizismus stammende christliche Soziallehre mit Subsidiaritätsprinzip, Solidaritätsprinzip und Gemeinwohlprinzip.

Wenn man der Ideenwelt gegenüber wahrnehmend, offen und beweglich ist, kann man ohne weiteres die Ideen aus der Anthroposophie, der christlichen

Soziallehre und andere soziale Ideen zusammenschauen. Man kann erkennen, wie sie sich ergänzen, indem sie verschiedene Aspekte unterschiedlich stark beleuchten. Mit etwas Geduld und Positivität lassen sich diese Aspekte erfahrungsgemäß integrieren: Da kann die Arbeit mit den inneren Stimmen Orientierung bieten. Wie dort kann man bei Positionen, die zunächst als unvereinbare Widersprüche wirken, auf die jeweilige positive Absicht schauen. Man geht sozusagen auf eine tiefere, wesentlichere Ebene. Auf dieser Ebene sind die Positionen nicht mehr unvereinbar. Man braucht aber wie gesagt Geduld. Schließlich lassen sich mit einem solchen Vorgehen tatsächlich für alle sozialen Probleme Lösungsansätze finden. Das merkt man, wenn man selber in einem sozialen Zusammenhang Führungskraft ist und es praktisch ausprobiert hat.

Konkrete Ergebnisse eines solchen Umgangs mit der Ideenwelt können sein:

- mehr Wertschätzung des kulturellen Lebens (Geisteslebens) statt einseitiger Wirtschaftsorientierung (Friedensfähigkeit, sinnvolle Gesellschaftsgestaltung braucht ein aktives und auch gesellschaftlich wirksames Geistesleben: das ist noch viel zu wenig da)
- Verständnis für die Vielfalt der Völker und ihrer unterschiedlichen Gaben und Qualitäten statt westlich dominierter Gleichmacherei (interessant: Polnische, russische und türkische Einwanderer können sich mit Deutschland nicht identifizieren, u.a. auch weil Deutsche ihr Land selbst nicht lieben, Äußerungen von Einwanderern: „Deutschland ist nicht deutsch genug, zu schwul, zu ausländischerbestimmt“ / entwickeln stattdessen Patriotismus zu alter Heimat, egal wie autoritär es dort zugeht)
- eine gerechte, am Menschen orientierte Weltordnung statt eine gemäß den Interessen des amerikanisch inspirierten globalen Kapitalismus gestaltete Weltordnung / zunächst wieder die eigene Macht in die Hände nehmen / ein mögliches Bild: die gesamte Welt als Frau, die von einem brutalem egoistischem Mann (Amerika) verprügelt, vergewaltigt, ausgebeutet, missbraucht, entmündigt wird und bislang nicht genügend in der Lage ist, sich so wehren, weil er auf der Oberflächenebene ein raffinierter Verführer ist / wenn das erkannt wird, kann auch Amerika eine sozial hilfreiche Rolle in der Welt finden / Überwiegen der Wirtschaftsordnung, des Egoismus, der englischen Sprache, des Westens (Europa und in der Mitte Europas Deutschland ist nicht Westen, sondern Mitte)
- viel mehr Einsatz für Frieden erzeugende Strukturen statt Krieg gegen den Terror
- Subsidiaritätsprinzip und Föderalismus statt Zentralisierung: Rückverlagerung von Kompetenzen auf die nationale, aber noch weiter gehend auf die regionale und lokale Ebene, nur dadurch ist echte Demokratie, Teilhabe am politischen Leben möglich

Geistselbst-Qualitäten: in der Wahrheit leben ohne Dogmatismus und Ideologie: lebendiges und differenziertes, liebevolles und situationsgemäßes Denken, Fühlen und Handeln