

Die Entwicklung des Herzzentrums

Meditationskurs an sechs Abenden

in der Vorweihnachtszeit



Die Abbildung zeigt das Symbol des sogenannten Herzzentrums, welches von Rudolf Steiner auch als 12 blättrige Lotusblume beschrieben wird.

Zum Inhalt: An sechs Dienstagabenden wollen wir in einer Zeit immer weiter eskalierender Kriege und Entzweiungen der Menschen die Entwicklung des von Rudolf Steiner als 12 blättrige Lotusblume beschriebenen Herz-Chakrams zum Inhalt machen. Das Herz wird üblicherweise als dasjenige Organ angesehen, welches sich durch das Mitgefühl mit der Welt auszeichnet. Die Schwierigkeit, die sich bei dieser Sicht auf das Herz ergibt, besteht darin, dass wir unter dem Mitgefühl meist diejenigen Gefühle meinen, die sich unserem Herz primär und spontan ergeben. Dabei übersehen wir aber, dass jene Mitgefühle in der Regel noch keiner wirklichen Moralität entspringen (*Mit Moralität ist hier eine Kraft des Menschen gemeint, die in der Lage ist, den anderen wirklich in seiner geistig-seelischen Entwicklung zu einem verantwortungsvollen, selbstbestimmten und damit friedensfähigen Menschsein zu fördern*). Vielmehr steigen diese Mitgefühle mit einem automatischen, oft geradezu imperativen Charakter in uns auf und suggerieren uns die Notwendigkeit bestimmter Handlungen. Diese aber fördern den anderen in seiner Entwicklung in der Regel nicht sondern mögen zwar gewisse Bedürftigkeiten erfüllen, treiben den Menschen aber oftmals noch weiter in Verstrickungen hinein, da sie keiner wirklichen Weisheit entspringen. So sind derartige Mitgefühle, die wir in der Regel fälschlicherweise mit dem Herz identifizieren, durchaus wesentlich am Zustande unserer Gegenwartskrise beteiligt, wie man an den Aufrufen zur Impfsolidarität in der Coronazeit, an den Waffenlieferungen in die Ukraine oder an den derzeit einseitigen Solidaritätsbekundungen der westlichen Welt mit Israel erkennen kann.

Das wirkliche Herzzentrum setzt demnach die Fähigkeit voraus, nicht mit dem alleine ein Mitgefühl zu entwickeln, was der andere aus einer Bedürftigkeit heraus äußert, sondern auf dasjenige zu blicken, was als noch ungeborene Möglichkeit aus dem Geistigen heraus in die Welt einstrahlen möchte und damit von der Seele das anderen Menschen geistig ersehnt wird, ohne dass dieser bislang davon ein Bewusstsein haben mag. Das Herz möchte in diesem Sinne tatsächlich zu einem weisheitsvollen Wahrnehmungsorgan für die aus der geistigen Welt herannahenden Möglichkeiten und Gedanken werden.

Die sechs Abendeinheiten möchten wir dazu nutzen uns anhand von gemeinsamen Meditationsübungen, anhand des Lesens von Textpassagen mit spirituellen Inhalten, die wir uns erarbeiten wollen, und auch mit Hilfe von kleineren einfachen Yogaübungen erste Ahnungen zu erarbeiten, was es bedeutet unser Gegenüber, einen Gegenstand oder eine Situation geistig so anzuschauen, dass wir nicht nur das an ihm sehen, was ist, sondern allmählich immer stärker auf dasjenige blicken können, was geistig mit ihm als Zukunftsmöglichkeit verbunden ist. Zugleich werden wir die Erfahrung machen, dass tatsächlich das Hereintreten neuer Möglichkeiten durch diese Herztätigkeit des Menschen auf konkrete Weise gefördert werden kann. Als spirituelle Quellen wollen wir dabei Texte und Anregungen Rudolf Steiners und des zeitgenössischen Geistesforschers Heinz Grill zugrunde legen.

Ort: Institut für Sozialgestaltung, Entwicklungs- und Gesundheitsfragen (IfSEG); Stangenhastraße 66, 89542 Herbrechtingen

Zeit: Jeweils Dienstags vom 7.11 bis zum 12.12.23 von 18-20 Uhr

Kosten: Die Kursgebühr nach GOÄ beträgt für alle 6 Einheiten zusammen 200,- Euro und wird nach Abschluss des Kurses in Rechnung gestellt.

Kinderbetreuung: Es besteht die Möglichkeit nach vorheriger Anmeldung auch Kinder während des Kurses zur Kinderbetreuung mit gemeinsamer Abendbrotzeit und Lesestunde in unserem Seminarhaus abzugeben.

Allgemeines zu unseren Meditationskursen: Alle Kurse dienen der grundsätzlichen Erneuerung und Neubelebung des Menschen und können von daher gerade für den gegenwärtigen, in vielfachen Krisen und Krankheiten gefangenen Menschen einen therapeutischen Wert darstellen, wenn der Mensch die grundsätzliche Bereitschaft mitbringt, durch die Konzentration auf wesentliche Gedanken das Unwesentliche, Krankmachende hinter sich zu lassen. Schließlich hat jenes Krankmachende geistig gesehen ja nur den Sinn, uns auf die Sehnsucht unserer Seele aufmerksam zu machen, uns zu neuen, weiteren Ufern auf den Weg zu machen. Sämtliche Kurse werden ärztlicherseits therapeutisch von mir begleitet und können bei entsprechenden chronischen Krankheiten und psychischen Belastungen deshalb meist bei privat Versicherten über die Krankenkasse und nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) abgerechnet werden. Bitte sprechen Sie uns bei Interesse an einem Kurs an, um zu klären inwiefern dieser im Rahmen einer Erkrankung für Sie geeignet ist. Bei gesetzlich Versicherten können in der Regel ein Teil der Kosten als Ausgaben für die eigene Gesundheit steuerlich geltend gemacht werden.

Kursleitung: Dr. med. Jens Edrich, Facharzt für Allgemeinmedizin und Anthroposophischer Arzt nach GAÄD

Organisation und Anmeldung: Institut für Sozialgestaltung, Entwicklungs- und Gesundheitsfragen (IfSEG) Herbrechtingen; e-mail: medpraxis@web.de oder edrichjens@hotmail.com