

**Eine Übungsanleitung
zur Erarbeitung eines Ideals am Beispiel des
Begriffes
der "Beobachtung"**



Dem geistigen Urbild, welches mit dem Begriff der reinen Beobachtung der Welt verbunden ist, kann man in dem Bild vom auferstandenen Christus von Rembrandt in schöner Weise nahe kommen.

**Gedanken zur Vorweihnachtszeit des Jahres 2022
von Dr. med. Jens Edrich**

Das geistige Ideal des Begriffes der "Beobachtung"- eine Seelenübung

Die gegenwärtige Situation ergreift den Menschen oftmals auf bedrängende Weise und treibt ihn regelrecht in Situationen der emotionalen Enge. Aus der Enge heraus neigt der Mensch dazu die Dinge rasch zu beurteilen oder in Gut und Böse zu klassifizieren. Die Fähigkeit einen Gegenstand, eine Situation oder einen Sachverhalt ruhig und über längere Zeit zu beobachten um sie wirklich zu verstehen, geht uns angesichts immer stärkerer Emotionalisierungen und Bedrängnisse, die uns zum raschen Urteilen und Handeln drängen wollen, immer mehr verloren. Wo aber der Mensch diese Fähigkeit des Beobachtens und Zu-Verstehen-Suchens einer Situation immer mehr verlernt und sich in rasche Gefühlsurteile hineintreiben lässt, da wird er unmerklich zum Instrument unbewusster Wirkungen, die ihn auf ihre Weise zu steuern suchen. Der Mensch verliert damit immer mehr die Fähigkeit zur eigenständigen Erkenntnis- und Urteilsbildung und nimmt unbewusst Vorurteile und Vorstellungen in sich auf, die nicht der Wirklichkeit entsprechen. Indem er aber aus diesen heraus handelt, wird sein Handeln irrational und zerstörerisch und in der Folge beginnen Spaltungen und Lügen die Welt zu beherrschen.

Die Fähigkeit die Dinge ruhig zu beobachten und die raschen in uns aufsteigenden Urteile zurückzuhalten gehört deshalb zu einer fundamentalen Fähigkeit des Menschen, die durch die gegenwärtig in der Menschheit wirkenden, den Menschen in die Emotion treibenden Suggestionskräfte höchst gefährdet ist.

Diese Fähigkeit neu zu erringen, ja die Fähigkeit des Beobachtens im allerhöchsten und schönsten Sinne des Wortes überhaupt erst zu erringen, scheint für den heutigen Menschen wesentlich. Zugleich wird man bei der Betrachtung des Begriffes "Beobachten" bemerken, dass dieser Begriff ein breites Spektrum an Wirklichkeiten umfasst. Neben seiner Alltagsbedeutung ist mit ihm einerseits ein tiefer geradezu missbräuchlicher Abgrund verbunden. Auf der anderen Seite kann der Begriff bei einer geistigen Betrachtung bis hin zu seiner allerschönsten und idealsten Form gedacht und praktiziert werden. Diese sogenannten "ideale" Form des Begriffs "Beobachten" aber ist bislang noch kaum in der Menschheit vorhanden, sondern nur als geistiges Potential mit ihm verbunden.

Deshalb soll in der Folge eine sogenannten Seelenübung vorgenommen werden, durch die der Begriff des "Beobachtens" in einem möglichst großen Teil seines Spektrums sichtbar werden kann. Die in der Übung beschriebene Herangehensweise findet sich in dem Buch "Übungen für die Seele" des zeitgenössischen Geist-und Seelenforschers Heinz Grill als sogenannte vierte Seelenübung (Kapitel: Die Annäherung an die energetische seelische und geistige Substanz von Begriffen). Wir wollen dabei zunächst in einem ersten Schritt ausgehen von dem, was wir mit dem Begriff üblicherweise verbinden. Dabei kann auch eine Betrachtung des Wortes "Beobachten" wertvoll sein. In einem nächsten, zweiten Übungsschritt wollen wir dann den Begriff bis hin zu den tiefsten und negativsten Abgründen seines Spektrums hin verfolgen und zu schauen suchen. Erst dann werden wir in einem dritten und letzten Schritt den Begriff immer besser seiner höchsten idealsten Form anzunähern versuchen.

Ziele der Übung ist es also das volle geistige Potential des Begriffes "Beobachten" herauszuarbeiten und dadurch zu erkennen und es damit für uns und die Welt verfügbar zu machen. Indem wir nämlich das Potential entdecken, welches mit einem Begriff verbunden ist, kann dieser Begriff erst in seinem vollen geistigen Potential wirksam werden. Der Begriff, den wir dieser Übung unterziehen, wächst damit seinem reinsten geistigen Urbild und damit seiner schönsten und heilsamsten Form

zu. Es keimt durch diese Art der Übung damit in unserer Seele etwas heran, was ein hohes geistiges Ideal ist und uns auch in Zeiten der Not, die uns in die Bedrängnis führen wollen, zur Verfügung stehen kann. Ja, wenn wir das Potential des Begriffes "Beobachten" einmal durch unser geistig-seelisches Forschen entdeckt haben, so werden wir im besten Fall dieses Potential auch immer mehr als Fähigkeit in uns entfalten wollen, da wir erkennen, welche wertvollen Möglichkeiten für uns und für die Welt mit diesem Potential verbunden sind.

Erster Schritt

Was verstehen wir unter dem Begriff "Beobachten" normalerweise, und welche Bedeutung liegt in dem Wort selbst?

Einen Gegenstand oder eine Situation zu beobachten bedeutet gemeinhin sich ihm ruhig betrachtend gegenüberzustellen und ihn für längere Zeit vor das geistige oder auch physische Auge zu stellen. Beobachten kann der Mensch sowohl in einem ersten Schritt einen materiellen Gegenstand oder eine Situation, die sich vor ihm abspielt. Beobachten kann er aber auch im höheren Sinne etwas, was sich bereits abgespielt hat. Im letzteren Fall muss der Mensch zunächst das Vergangene in einer Art Erinnerungs- oder Vorstellungsbild vor sein geistiges Auge stellen, ehe er es beobachten kann. Auch eine Situation in der Welt, von der wir Kenntnis haben, können wir aus der Ferne heraus beobachten, indem wir uns möglichst viele Kenntnisse von der Situation verschaffen und die Zusammenhänge, die zu derselben geführt haben, vor die Seele stellen. Der Vorgang, der dabei der Beobachtung vorangehen muss, könnte nach Heinz Grills o.g Buch "Übungen für die Seele" als eine Phase der "Konsolidierung" genannt werden. Wir müssen erst einmal ein umfassendes und solides Bild von einer Sache erbauen und dabei möglichst viele Phänomene und sogenannte Fakten zusammensammeln und zu einem Gesamtbild ordnen, ehe wir die Situation bzw. das von uns zusammengestellte Bild beobachten können. Blicken wir dazu beispielsweise auf die Medien, so werden wir bemerken, dass wir dort normalerweise kaum wirkliche "Phänomene" mehr finden, sondern stattdessen überall vielmehr auf bereits gefällte Urteile stoßen. Urteile und Phänomene aber müssen wir klar unterscheiden, da Urteile ohne ausreichende Wahrnehmung uns von der Welt und der Wirklichkeit entfernen, während wirkliche Phänomene, die wir zu einem Bild zusammentragen, uns zu einer wahren Welterkenntnis verhelfen können.

Blicken wir auf das Wort "Be-ob-achten", so finden wir darin drei verschiedene Elemente und Qualitäten. in der Silbe "**Be**" treten wir mit dem Gegenstand in **Be**-ziehung. "**Be**" meint immer einen Vorgang der Hingabe zu dem Gegenüber. So **be**-wässern wir eine Pflanze, **be**-füllen wir ein Gefäß, **be**-merken wir einen Gegenstand, **be**-dienen wir einen Gast. Nach dem "**Be**" tritt uns nun in der Wortfolge die Silbe "**ob**" entgegen. Was verbirgt sich in dieser nun vollkommen anders gearteten Präposition des "**ob**"?. **Ob**-jektiv sind wir, wenn wir uns selber vollkommen zurückhalten und einer Sache frei entgegentreten; wir sind gerührt "**ob**" einer menschlichen Geste und meinen damit "angesichts" dieser Geste. **ob**-struktiv ist etwas, wenn es sich einem Strom "entgegenstellt" und seinen Fluss zu hemmen sucht, in der Medizin sprechen wir davon dass eine Ader "**ob**-literiert" und meinen damit verstopft. immer also liegt in der kleinen Präposition "**ob**" eine Qualität, die sich etwas entgegenstellt. In dem Wort **Be-ob**-achten haben wir uns also um der **Be**-ziehung zu einer Sache willen der Sache selbst zunächst "entgegenzustellen" **Be-ob** bedeutet also, ich trete in **Be**-ziehung indem ich mich einer Sache entgegenstelle. Was aber geschieht nun, nachdem ich mich mit der Sache durch Gegenüberstellen in Beziehung gebracht habe? ich "**ach-te**". Die Schlussilbe **-te**

bedeutet dabei immer eine Tätigkeit. So tas-**te** oder flech-**te** ich, so schlach-**te** oder flüch-**te** ich. Was aber tu ich mit dem Wort "Ach-**ten**?" ich tue "**Ach!**" Ach aber bedeutet: Ich staune. Im "**Ach**" fließt uns ähnlich wie beim "**Aha**" eine neue Idee, eine neue Inspiration zu. Als Gott Vater dem Abram seinen Atem einhauchte und damit einen neuen Bund mit ihm errichtete, da gab er ihm das "**aha**" hinzu. Er gab ihm also das Staunen über die Inspiration hinzu und so nannte er ihn fürderhin nicht mehr Abram sondern Abr- **aha**- am. Im "**Ach**" also empfängt der Mensch eine neue geistige Inspiration, eine neue Idee, ein neues Staunen.

Im "Beobachten" tritt der Mensch also der Wortbedeutung nach in Beziehung mit der Welt, indem er sich jener gegenüber stellt und an ihr neue Ideen, Erkenntnisse erringt, die zum tieferen Verständnis und damit einer tieferen Beziehungsaufnahme mit derselben verhilft. Der Mensch erwacht also durch die sich gegenüber stellende Beziehungsaufnahme mit der Welt zu einer tieferen Erkenntnis und Beziehung zu derselben.

Zweiter Schritt

Die möglichen Abgründe, die mit dem Begriff des Beobachtens verbunden sein können

Blicken wir in einem zweiten Schritt auf die Abgründe des Begriffes "Beobachten", so werden wir bemerken, dass in diesen Abgründen die reine Beobachtung tatsächlich durch ein bereits zuvor gefälltes Urteil nicht nur getrübt, sondern massiv kontaminiert und dadurch zu einer zerstörerischen Kraft wird.

So können wir beispielsweise einen anderen Menschen auf eine "voyeuristische Art und Weise" beobachten und ihn auf Schritt und Tritt verfolgen. In dieser Art der Beobachtung liegt eine mehr oder minder offensichtliche Gier, die sich von dem beobachteten Objekt etwas "holen" möchte, die sich also an dem Gegenüber energetisieren möchte. Die Beobachtung verliert damit ihre Reinheit und wird anrühlich und hässlich.

So können wir auch einen anderen Menschen "observieren". Dabei verfolgen wir ihn auch bis in die Intimsphäre seines Lebens hinein mit dem Ziel ihn z.B einer gewissen Tat zu überführen oder aber auch ihm eine gewisse Tat unterzuschieben und dafür die Schwachstelle an ihm zu suchen, an der wir die Tat auf ihn darauf projizieren können. (*Beispielsweise wird man die Rede eines Redners, dem man nationalsozialistische Umtriebe nachsagen möchte weil er "unbequeme" Wahrheiten ausspricht, genau observieren, bis man einen Moment, an dem er seine Hand grüßend der Menge entgegenstreckt, photographisch fixieren und aus dem Zusammenhang herausreißen kann. Indem man nun dieses Foto ohne jeden Bezug zum Inhalt der Rede veröffentlicht und den Kommentar darunter schreibt: Person XY macht Hitler-Gruß, kann man ihn in der Öffentlichkeit nationalsozialistischer Umtriebe bezichtigen, selbst wenn die entsprechende Person in Wahrheit ein tiefes demokratisches Ideal verkörpert, und hat damit einen Vorwand für die gewünschte polizeiliche Festnahme ohne dass ein Schrei des Entsetzens durch die Öffentlichkeit geht*). Das Problem, warum der Begriff des "Beobachtens" hier nicht nur seine Unschuld verliert, sondern sogar in pervertierter, geradezu bössartiger Form verwendet wird, liegt darin, dass in die Tätigkeit des Beobachtens eine bewusste zerstörerische Intention hereinwirkt.

In einer extremen Form haben wir hier das Bild des "big brother is watching you", bei dem eine selbsternannte Führung die Menschen bis in die kleinsten Details überwacht um sie nach ihren eigenen Zielen beliebig steuern können.

Auf einer psychologischen Ebene kann die derart pervertierte Beobachtung anderer Menschen darin bestehen, deren "wunde" Stelle herauszufinden um sie zu diffamieren und durch Rufmord, bei dem eine ohnehin wunde Stelle an ihnen in den Fokus gerückt wird, in die Verzweiflung zu führen.

Bei all diesen offensichtlich zerstörerischen Formen des Beobachtens dient jenes Beobachten also der Intention des Observierenden das Gegenüber unter Kontrolle zu halten und damit die Macht über ihn nicht zu verlieren.

Beobachten, bespitzeln, überwachen und über die Geheimdienste beschatten müssen wir also Menschen dann, wenn wir das Ziel verfolgen, diese - weil sie uns gefährlich erscheinen - nach unserem Willen zu steuern oder gar zu zerstören.

Bei der pervertierten Form der Beobachtung, wie wir sie in der Gegenwart leider immer häufiger finden, haben wir es also mit einem von Urteilen, Intentionen und Manipulations- bzw. Zerstörungsabsichten durchsetzten pervertierten Ideal zu tun, welches man auch als ein "Antiideal" bezeichnen könnte. Bezeichnend für die Gegenwart ist, dass die vielen pervertierten Antiideale wie der Wolf im Schafspelz durchaus im Kleide von vermeintlichen hohen Idealen verkauft werden. So geht es beispielsweise bei der Verfolgung von Menschen, die sich kritisch zu den Coronamaßnahmen oder auch der derzeitigen Ukrainepolitik geäußert haben, offiziell darum ein Ideal, und das ist die Verhinderung nationalsozialistischer Tendenzen in der Gesellschaft, zu verfolgen. In Wahrheit aber geht es darum, die eigenen Unzulänglichkeiten, Fehler oder gar Machenschaften durch die Pervertierung der Ideale zu vertuschen, indem man das eigenen Tun "idealisiert" und die auf der verfolgten Seite lebenden wirklichen Ideale diffamiert.

Ebenso zu den finsternerer Formen der Beobachtung aber gehören Formen der passiven Beobachtung der Welt, bei denen wir uns quasi gemütlich im Lehnstuhl zurücklehnen, während die Menschen in anderen Teilen der Welt sich die Köpfe einschlagen... Wir wollen die Dinge ruhig beobachten und uns nicht über sie aufregen... sind doch das die Probleme anderer Länder und anderer Menschen, die mit uns nichts zu tun haben.

Während der Wille in der erstgenannten Perversion der Beobachtung, die wir mit dem "big brother" verbanden, regelrecht gierig nur die Stelle zu beobachten sucht, wo wir unser Gegenüber zu unseren Gunsten benutzen oder auch vernichten können, haben wir es bei der zweiten Negativform der Beobachtung mit einer passiv-trägen Form des Menschseins zu tun. Statt mit Interesse die Welt zu beobachten und damit geistig mit ihr in Beziehung zu treten, stoßen wir sie desinteressiert und teilnahmslos zurück. Auch diese Form von Beziehung dient letztlich nur der eigenen Egoität, benutzt sie doch das Beobachtete allenfalls dafür um sich selber in einer Art hässlicher Selbstzufriedenheit, die keinerlei Beziehung zum Gegenüber sucht, über dieses zu stellen und uns selber dabei wohl und "gut" zu fühlen.

Eine vergleichsweise schwache aber dennoch nicht zu unterschätzende Form dieser Negativität finden wir, wenn wir sagen: Ich kann dem Treiben ja zusehen und es beobachten, aber tun kann ich ja ohnehin nichts.... Eine sehr starke Form der Negativität hätten wir dagegen, wenn wir sagen würden: Nun, ich beobachte die Welt, aber sie ist ja doch selber Schuld dass es darin so zugeht. Mit mir hat das Ganze nichts zu tun; ich bin ja moralisch integer und deshalb geht es mir auch gut.... sollen die da draußen nur einmal leiden und sich die Köpfe einschlagen, das Wichtigste ist ja, dass es mir gut geht.

Stellen wir uns für beide unterschiedlich starke Formen der Negativität einmal die Frage, die bei einer reinen Beobachtung von Nöten wäre: Haben wir uns des Urteils enthalten und sind wir deshalb wirklich in der vorurteilsfreien neutralen und objektiven Beobachtung, wie sie dem Ideal nach richtig wäre?

Während für den zweiten Fall unschwer zu sehen ist, dass wir hier ein massives Urteil über die Welt fällen, die wir beobachten, und dass wir uns damit über die Welt darüber stellen, und damit die Entwicklungsmöglichkeiten in der Welt regelrecht durch unser Urteil ersticken, ist dieses Urteil im ersten Fall weniger leicht zu entdecken. Blicken wir aber mit einem ehrlichen Blick einmal wirklich auf uns selbst, so bemerken wir auch hier ein verborgenes richtendes Urteil. Denn, indem wir sagen, nun das ist eben so, ich kann es beobachten, aber ändern kann man nichts, da fällen wir schon unmerklich ein Urteil über die Welt. Wir urteilen nämlich, dass diese sich nicht verändern kann. Wir sperren die Welt damit also auch unmerklich mit unserem verborgenen Urteil ein...

Wie anders wäre es, wenn wir sagen könnten... ich will mich entheben des Urteils und beobachten, was da draußen vorgeht und zu verstehen suchen, was da eigentlich los ist, was da eigentlich das Problem ist... denn indem ich so mit der bewussten, anteilnehmenden Frage die Welt beobachte, lasse ich zu, dass es hier vielleicht irgendein Problem gibt, das zu lösen wäre, gleichzeitig trete ich mit der Welt in eine anteilnehmende von Interesse getragene Beziehung, in der ich den Gedanken zulasse, dass es zu diesem Problem eine Lösung geben müsste, und dass es möglicherweise ja auch von mir abhängt, wie ich auf die Welt blicke, und ob ich sie verurteile oder aber eine Entwicklungsmöglichkeit, eine Lösung zu entdecken suche, wie und ob die Welt sich entwickeln kann. Während ich durch ein Beobachten, bei dem noch das verborgene Urteil lebt: "Die Dinge sind eben so, wie sie sind, und man kann hier nichts tun..." letztlich nicht wirklich in der Be-ob-achtung bin, da ich weder mit der Sache richtig in Beziehung trete, noch der Sache ausreichend gegenüber trete, und zugleich das, was vielleicht als Möglichkeit gegeben ist, einfach gar nicht be-achte, während ich also noch mehr in meinen eigenen Gefühlsurteil "dass die Sache ohnehin ihren Gang gehen wird unabhängig von mir" lebe, kann der Mensch wenn er das schönste und reinste Ideal der Beobachtung in seiner Seele trägt, erst wirklich mit den Dingen in Beziehung treten und damit seinerseits etwas Wesentliches dazu beitragen, dass diese sich im besten Sinne weiterentwickeln können.

Dritter Schritt

Annäherung an die reinste und schönste Form der "Be-ob-achtung":

Gegenüber den perversierten Antiidealen verkörpert der reine Begriff der Beobachtung das Prinzip des "Verzichtes" auf jede eigene Willensintention, Verurteilung oder gar Beeinflussung und Manipulation des anderen. Der Beobachtende will seinen Willen gegenüber dem Beobachteten zurückhalten und zielt nur darauf jenen - um der Beziehung zum anderen willen - zu verstehen. Wir wollen dabei dem Objekt der Beobachtung geistig näher kommen. Damit aber ist die Beobachtung in ihrer schönsten Form immer von dem Wunsch nach einer tieferen, wahreren und besseren Beziehung zu dem beobachteten Objekt getragen.

Zum reinen und schönsten Beobachten gehört demnach normalerweise auch das Ideal, aus unserem Unbewussten heraus sprudeln und aufsteigen wollende Gefühlsurteile, Assoziationen und Emotionen als Projektionen unsererseits zu erkennen und zurückzulassen um uns immer wieder der Beobachtung der Sache selbst zu widmen.

Um einen Gegenstand ausreichend beobachten zu können müssen wir also unterscheiden, was aus unserer eigenen Vergangenheit als aufgespeicherte, unbewusste Kraft in uns aufsteigen und sich in den Vorgang der Beobachtung hereinschieben möchte, und was uns aus dem "Gegenstand" selbst wirklich entgegenkommt. Der Gegenstand muss damit aus unserer eigenen subjektiven Hülle, die uns für den eigentlichen Gegenstand blind macht, heraus genommen und regelrecht vor uns hingestellt werden, damit wir ihm frei und mit einem ausreichenden Weitblick gegenüber treten können. Erst durch diesen Akt des Gegenüberstellens kann das Beobachtete frei in Erscheinung treten und das, was aus uns aufsteigen und sich auf den Gegenstand projizieren will, zurückgehalten werden.

Schon bei der sprachlichen Betrachtung der Wortgestalt des kleinen und harmlosen Wörtchens "Be-ob-achten" haben wir ein tiefes Geheimnis, ja ein tiefes geistiges Gesetz in diesem entdeckt: Sagte es doch: Wenn du mit der Welt in **Be**-ziehung gehst indem du "**ob**" ihr (d.h angesichts derselben) wachsam bleibst, dann wirst du zum großen "Aha" kommen, dann wirst du Ach-ten, das heißt das "Ach", das große Staunen entwickeln, indem du plötzlich Aspekte entdeckst, die du zuvor angesichts der Welt noch nicht entdeckt hattest. Ja, indem du die Dinge be-ob-achtest und sie zu verstehen suchst, wirst du zu neuen Inspirationen, zu neuen Erkenntnissen kommen, die zu dem Beobachteten aus der Welt der Gedanken hinzutreten. Das Objekt der Beobachtung wird damit durch deine Be-ob-achtung aus seiner Enge, aus dem vermeintlich festgelegten, materiell determinierten Zustand allmählich heraustreten und sich weiten und wandeln, da du erkennst, welche weit über das Objekt, wie es bislang erscheint, hinausgehenden Aspekte eigentlich mit diesem Objekt geistig als Potential verbunden sind.

Der Hund, der uns bislang Angst gemacht hat, und der uns angesichts unserer Angst, die wir aussahlten, zuletzt gar gebissen hat, wird, indem wir ihn zunächst geistig beobachten, d.h indem wir uns ein Bild, eine Vorstellung von dem, was der Hund ist, schaffen, seinen Charakter ändern, denn wir bemerken, dass die Angst uns daran hinderte ihn wirklich zu sehen, ja dass wir in der Angst auf einen Aspekt des Hundes fixierten, der noch lange nicht der ganze Hund war. Zugleich erkennen wir in der Beobachtung, dass der Hund in seiner Gesamtheit nicht nur ein beißendes, bellendes Wesen ist, sondern durchaus Respekt vor dem Menschen oder gar eine Zuneigung zu ihm haben kann, wenn dieser ihm ruhig, gefasst beobachtend entgegentritt... Ja meistens wird der Hund, dem wir in dieser Art be-ob-achtend gegenüber treten, durch diese Kunst der ruhigen Beobachtung nach einer Weile aufhören zu kläffen und vielleicht sogar neugierig interessiert an uns zu schnuppern beginnen oder aber in gehöriger Entfernung respektvoll knurrend vor uns entfernt stehen bleiben. Die Kraft der Be-ob-achtung hat bei uns die Fähigkeit entzündet, mit dem Hund in Be-ziehung zu treten, ihm gegenüber zu treten und zu be-ach-ten, d.h. mit Erstaunen zur Kenntnis zu nehmen, dass ja wir und unsere eigene Art und Weise, wie wir dem Hund entgegentreten sind, für die Frage entscheidend sind, ob der Hund uns beißt oder zuletzt vielleicht gar mit dem Schwanz wedelt, oder zumindest respektvoll vor uns stehen bleibt. Mit dem Be-ob-achten kommt das "Ach" und damit die staunende Erkenntnis an uns heran, und wir bemerken, welche Kraft von der ruhigen Be-ob-achtung ausgehen kann auf uns selbst und auf die Welt, der wir durch die Be-ob-achtung entgegentreten.

Der reinste Begriff der Beobachtung könnte also in etwa auf folgende Weise zum Ausdruck gebracht werden:

Wenn wir einen Gegenstand, eine Situation oder einen Menschen in der Welt für längere Zeit wiederholt ruhig und frei von allen in uns aufsteigenden Urteilen und Vorurteilen beobachten, dann wird uns die Frage nach demjenigen, was diesem Gegenüber wesentlich zugrunde liegt, allmählich entgegenkommen... Wir werden die Frage nach diesem Wesenhaften als einen Teil unseres Gegenübers erleben und auch diese zu dem Bild, welches wir beobachten, hinzunehmen. Allmählich wird sich so bei entsprechender Geduld und Ausdauer und dem Verzicht unsererseits etwas beim Gegenüber erreichen zu wollen das beobachtete Bild immer weiter in seinem wahren Sein zeigen können... Und indem sich so unser Gegenüber immer mehr für uns zu seinem wahren Sein hin enthüllt, kann es sich auch tatsächlich immer mehr zu diesem hin entwickeln. Die Seele aber des Beobachtenden wird damit zu ihrer innersten schönsten Freiheit sich aufrichten und von den Bedrängnissen der Welt immer freier werden.

Nachgedanken

Eine Übung für die kommenden Wochen um die Weihnachtszeit könnte es also sein, den Begriff des Be-ob-achtens immer wieder im Sinne der beschriebenen Seelenübung in seiner reinsten und schönsten idealsten Form geistig wiederholt vor uns hinzustellen, und ihn durch tägliches Üben in die Realisation zu bringen, bis zuletzt die Erkenntnis vor uns steht:

Indem wir die Welt be-ob-achten, und alle in uns aufsteigenden Urteile dabei zurücklassen, beginnen wir die Welt erst richtig zu erkunden, zu erforschen und zu verstehen... Ja, indem wir uns dadurch in Beziehung mit der Welt bringen, dass wir ihr mit vollem Wachbewusstsein und einer **Frage** in der Seele gegenüberreten, werden wir zu immer neuen "Aha" Erlebnissen an der Welt kommen. (*Die Frage kann z.B. sein: "Ich will verstehen, was du bist, warum du so bist, wie du bist, und wie du einst sein möchtest..." bei einer vorurteilsfreien Betrachtung unseres Gegenübers werden uns diese Fragen auf eine natürliche Weise aus der inneren Anteilnahme am Gegenüber entgegentreten.*) Immer weitere Erkenntnisse und Möglichkeiten werden uns aus dem geistigen Umraum um das beobachtete Objekt entgegentreten. Indem wir dasjenige, was aus unserer Vergangenheit als Urteile in unserem eigenen Leibe, ja man könnte sagen im Unbewussten des Bauches aufgespeichert war, als Kräfte der Projektion erkennen und loszulassen lernen und uns immer wieder mit einer bewussten Frage in der Seele der "Be-ob-achtung" der Welt zu widmen lernen, tritt aus dem geistigen Umraum, zu unserem großen "Aha" d.h zu unserem großen Staunen eine neue Wahrnehmung und Perspektive, eine neue Erkenntnis und Idee an uns heran, was mit dem beobachteten Objekt für Möglichkeiten und Potentiale aus der geistigen Welt heraus verbunden sind. Das Objekt der Beobachtung tritt selbst dann, wenn es zunächst negativ erschien, weil wir es noch aus unseren eigenen Urteilen heraus betrachtet hatten, allmählich immer klarer in seinem Wesen und zusammen mit den mit ihm verbundenen Möglichkeiten an uns heran. Je nachdem, wie stark in dem Objekt schon ein wirkendes wahres Geistiges lebt oder nicht, bemerken wir entweder eine Möglichkeit **in** der Sache selbst, die wir vorher noch nicht sehen konnten, oder vielleicht sogar aufgrund eigener Projektionen bekämpft hatten, oder wir bemerken mehr eine Möglichkeit, **die wir an** der Sache verwirklichen können...Indem wir also dieses Bild, welches durch die Beobachtung selbst des Negativen oder auch vermeintlich Negativen geistig an uns herantreten möchte, im Blick behalten und ihm in der Beobachtung treu bleiben, werden wir allmählich sogar bemerken können, wie jenes Bild, das wir ausdauernd vor unserer Seele aufrecht halten, sich auf feine und zarte Weise an dem beobachteten Objekt zu manifestieren beginnt.....

(Rudolf Steiner in dem Vortrag: Was tut der Engel in unserem Astralleib: *"Von der Beobachtung des Negativen in unserem Leben, das aber von der weisheitsvollen Führung unseres Lebens Zeugnis ablegen kann, bis zu der Beobachtung des webenden und wirkenden Engels ist ein gerader Weg, ein recht gerader Weg und ein sicherer Weg, den wir einschlagen können...."* und weiter in dem Buch: Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten: *"Jeder Augenblick, in dem man sich hinsetzt, um Gewahr zu werden in seinem Bewusstsein, was in einem steckt an abfälligen, richtenden, kritischen Urteilen über Welt und Leben: Jeder solcher Augenblick bringt uns der höheren Erkenntnis näher..")*

So werden wir beispielsweise an der Kasse eines Supermarktes stehen und vielleicht einen Menschen bemerken, der uns durch eine besondere Finsternis in seinem Antlitz auffällt. Während die ungeschulte Seele sich sofort mit subtiler Antipathie von diesem Menschen abwenden würde und ihrerseits von einem Gefühl der Schwere oder gar Depressivität ergriffen würde, da sie unbemerkt das Urteil der Hässlichkeit oder Finsternis über diesen Menschen fällen und damit die Kräfte der Finsternis auch unbewusst in sich selbst verstärken würde, halten wir uns, wenn wir durch das Ideal der "Be-ob-achtung" geschult sind, mit diesem Urteil zurück. Dadurch bemerken wir, dass mit dem Urteilen eine finstere Kraft verbunden ist, die uns und auch unsere Umgebung einhüllen will, und wir entschließen uns zu dem von uns erarbeiteten und deshalb geistig verfügbaren Ideal der Beobachtung: *Ich will diesen Menschen nicht negativ beurteilen sondern be-ob-achten und zu verstehen suchen!* So klingt es aus der Kraft unseres wahren, in einem wirklichen Ideal begründeten Ichs heraus. Und indem wir uns so geistig diesem Menschen zuwenden und uns mit ihm in Beziehung bringen, indem wir uns ihm vollbewusst gegenüber stellen, bemerken wir zum Beispiel, dass hinter dem, was wir zunächst als Finsternis wahrgenommen haben, in Wahrheit eine tiefe Angst und Traurigkeit versteckt ist; ja dass hinter dieser Angst noch tiefer im Geistigen verborgen ein tiefer verborgener Wunsch nach etwas Schönerem, Guten und Wahren lebt.... und dass dieser Mensch dieses in seinem Leben verwirklichen will... Indem wir aber als Beobachter diesen Wunsch im geistigen Hintergrund des Beobachteten entdecken, wird in uns ein tiefes Empfinden von Empathie und Liebe zu diesem geistigen Wunsch im Menschen entstehen, und wir werden bemerken, wie aus jenem Bild von dem verborgenen geistigen Wunsch des Gegenübers, welches wir vor unserer Seele schauend geschaffen haben, plötzlich auch irdische Wirklichkeit entsteht, indem plötzlich ein feines Lächeln über das Antlitz des so von uns Geistig-Angeschauten huscht....

Dieses Lächeln aber konnte als Frucht der Be-ob-achtung wie der Hauch des "Aha" der Beseeligung an ihn herantreten, da wir durch unseren Verzicht auf Urteilen und das Ideal des Be-ob-achtens etwas beachtet hatten, was im Geistigen als Potential mit diesem Menschen zwar verbunden war, jedoch erst dadurch irdische Wirklichkeit wurde, dass wir tatsächlich durch unsere Fähigkeit des Be-ob-achtens auch Acht darauf gaben!

Herbrechtingen den 9.12.2022

Jens Edrich

Dieser Text ist zur Weitergabe an Interessierte freigegeben. Wer die Arbeit des Autors unterstützen möchte, kann dies gerne über eine finanzielle Zuwendung tun. Konto: IBAN DE48 660100750191214757 BIC: PBNKDEFF Inhaber: Jens Edrich, Bank: Postbank; Verwendungsweck: freiwillige Schenkungszuwendung