

## **SELBSTERKENNTNIS UND SELBSTERZIEHUNG**

Wer sich das Schulungsbuch Rudolf Steiners „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“ vornimmt<sup>1</sup>, gewinnt zahlreiche neue Gesichtspunkte für seine Selbsterkenntnis: Das menschliche Wesen wird ausführlich beleuchtet, dazu die Möglichkeiten, mit dem eigenen Denken, Fühlen und Wollen umzugehen, dass man nach Beendigung dieser Lektüre ganz neu auf sich selbst und andere schauen kann.

Das bringt jedoch ein nicht zu unterschätzendes Problem mit sich: Dieser Zuwachs an Erkenntnis befähigt den Menschen, die Schwächen seiner Mitmenschen viel deutlicher als bisher wahrzunehmen und je nach Temperament anzusprechen bzw. zu kritisieren – womit an die höchst problematische Seite von Wissen, Erkennen und Denken gerührt wird: Im Durchschauen, im „Wissen“, liegt immer die Gefahr, dass wir nicht nur problembewusst, sondern auch überheblich, arrogant und anmaßend werden. Plötzlich wissen wir ganz genau, was geschehen müsste, was dieser oder jener hätte tun sollen oder können, und bemerken gar nicht, wie wir uns selbst immer mehr auf ein Podest stellen und von dort aus auf die Verhältnisse hinabblicken, in der irrigen Meinung, wir hätten schon viel erreicht.

Aber auch mit der Selbsterkenntnis ist ein Problem verbunden – Ärger, ja die Verzweiflung darüber, was man alles nicht kann. Man legt dann ein Buch wie das von Steiner vielleicht mit dem deprimierenden Gefühl aus der Hand: Ich weiß genau, dass das alles wahr ist und man es eigentlich umsetzen müsste – aber ich kann es nicht.

### **Das Vorhandene wahrnehmen**

Mit diesen beiden Reaktionen sind die klassischen Feinde jeder effektiven Selbsterkenntnis und Selbsterziehung charakterisiert:

- Die Illusion, dass, wenn man etwas verstanden hat oder weiß, man dann auch das Recht hat, andere Menschen entsprechend zu be- und verurteilen, die dieses Niveau der eigenen Meinung nach noch nicht haben, aber eigentlich doch haben müssten. Etwas zu „wissen“ bedeutet in der Regel nicht, dass man es auch „kann“.
- Die Resignation, die bis zur Depression gehen kann, dass man sich diesen Entwicklungsweg nicht zutraut und den Mut zum ersten Schritt nicht hat.

Wirkliche Selbsterkenntnis hat nichts mit Selbsttäuschung im Sinne einer Über- und Unterschätzung der eigenen Möglichkeiten zu tun. Sie erstreckt sich vor allem auf das Gebiet, das mit dem Willen und dem tatsächlichen Können zusammenhängt. Sie beginnt nicht mit dem, was man weiß oder zu wissen meint, sondern ganz schonungslos mit dem, was man selbst wirklich ist und kann: Das ist weder „nichts“ noch „alles“, sondern das jetzt schon Vorhandene, das es zunächst wahrzunehmen und zu schätzen gilt (vgl. „Mut“: „Mut und Demut“). Erst dann hat man auch die Ruhe, auf das hinzublicken, was fehlt oder änderungsbedürftig ist. Das aber ist nicht leicht, sodass mit Recht gesagt wird, dass Selbsterkenntnis die schwerste Erkenntnis überhaupt ist. Denn wie oft breiten wir den Schleier der Selbsttäuschung, der Unbewusstheit und des Im-Grunde-nicht-Wissen-Wollens doppelt und dreifach über das, was wir sind, wohingegen das Verhalten anderer Menschen offen und gleichsam nackt vor uns liegt und wir auf sie gerne unsere Erkenntnisse anwenden. Wenn die anderen jedoch über uns sagen, wir wären so oder so, weisen wir das oft weit von uns und denken, dass der Betreffende keine Ahnung hat, wer

---

<sup>1</sup> Rudolf Steiner, *Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?* GA 10.

und wie wir wirklich sind und was wir können, und schon gar kein Recht, uns etwas vorzuhalten.

Wirkliche Selbsterkenntnis ist von Selbsterziehung nicht zu trennen – ja mehr noch; Rudolf Steiner spricht sogar von einer „Goldene Regel“: *„Wenn du einen Schritt vorwärts zu machen versuchst in der Erkenntnis geheimer Wahrheiten, so mache zugleich drei vorwärts in der Vervollkommnung deines Charakters zum Guten.“*<sup>2</sup> Wer an sich selber immer wieder die Erfahrung gemacht hat, wie schwer echte Selbsterkenntnis und die damit verbundene Selbsterziehung sind, dem vergeht das Kritisieren der Schwächen anderer Menschen um des Kritisierens willen. Er nimmt sie zwar weiterhin wahr, so wie seine eigenen auch, aber er geht innerlich mit der Frage um, wie er dem anderen helfen kann, an ihnen zu arbeiten, so wie er selber mit den eigenen Schwächen ringt. Man weiß von sich selbst, dass man Selbsterziehung nur gerne „selbst“ macht – nicht jedoch von anderen nahegelegt bekommt.

Es nützt auch wenig, wenn andere Menschen einem die eigenen Schwächen vorhalten und denken, mit einer solch „ehrlichen Aussprache“ hätten sie etwas Gutes bewirkt. Weiß man doch selber viel zu gut, warum die Dinge so sind, wie sie sind. Das Positive daran ist allenfalls, dass derartige „Offenbarungen“ von Mitmenschen uns ein gehöriges Maß an Selbsterziehung abfordern: Man sollte versuchen, die vorgebrachte Kritik entgegenzunehmen und, wenn irgend möglich, in Ruhe stehen zu lassen. Wer diesen Grad an Selbstkontrolle nicht aufbringen kann, wird sich zu Rechtfertigungen oder Erklärungen herausgefordert fühlen.

*Vgl. „Macht in der zwischenmenschlichen Beziehung“, 1. Kapitel, Verlag Johannes M. Mayer, Stuttgart – Berlin 1997\*\**

---

<sup>2</sup> A. a. O.