

DIE DOPPELGÄNGERERFAHRUNG UND IHRE ERLÖSUNG

Was versteht Rudolf Steiner unter dem Doppelgänger?

Wo und wie tritt der Doppelgänger besonders in Erscheinung?

Wie kann er erlöst werden?

Doppelgängererlebnisse erzeugen

Der Doppelgänger ist ebenfalls ein Bewusstseinsseelen-Phänomen, das sich im Grunde erst im Umgang mit anderen Menschen zeigt. Wenn man die sozialen und antisozialen Triebe kennt, wie Rudolf Steiner sie beschrieb, kann man erleben, wie das eigene Ego agiert: dass man andere, ohne dass man es bewusst will, ständig manipuliert und damit Doppelgänger-Begegnungserlebnisse erzeugt.

Wenn man mit Kritik oder mit einer anderen Meinung konfrontiert wird, ist das oft eine unangenehme Erfahrung, obwohl es das nicht sein müsste. Jeder darf ja seine Meinung haben und auch sagen. Wenn man jetzt aber merkt, dass man sich davon angegriffen fühlt oder einen das Thema innerlich nicht mehr loslässt, dass man sich über den anderen ärgert, dann handelt es sich um ein Doppelgänger-Erlebnis: Man begegnet durch den anderen der eigenen Antipathie, sieht sich in ihm wie in einem Spiegel.

Man kann so weit gehen zu sagen, dass andere Menschen, die mich stören, mir die Möglichkeit geben, meine antisozialen Eigenschaften zu erkennen. Die Doppelgänger-Qualität zeigt sich besonders, wenn man nicht wahrhaben will, dass mir vom anderen die „störenden Eigenschaften“ nur gespiegelt werden: dass ich dabei meiner eigenen Aggression, meiner eigenen Wut, meinem eigenen Ärger begegne.

Den Doppelgänger erlösen

Das eigene Verhalten bewusst wahrzunehmen und dafür Verantwortung zu übernehmen, ist der erste Schritt zur inneren Befreiung. Rudolf Steiner sagt, die sozialen Triebe werden dadurch entwickelt, dass man die antisozialen Triebe in sich erkennt und bewusst benennt. Das erfordert Ehrlichkeit und Demut.

Wer diese Übung jedoch regelmäßig praktiziert, befreit sowohl sich selbst als auch den anderen von doppelgängerhaften Begegnungsmustern. Das Ergebnis ist eine bewusstere, freiere Begegnung zwischen Menschen.

Vgl. „Was wir Rudolf Steiner verdanken“, Fortbildung zur Biografiearbeit in Kassel, Herbst 2025