

WICHTIGE FRAGEN EINES THERAPEUTEN AN SICH SELBST

Welche Fragen müssen Therapeuten mit sich abgeklärt haben, bevor sie andere begleiten?

Warum ist es so wichtig, den eigenen übersinnlichen Wesensanteil zu erfahren?

Selbsterkenntnis vertiefende Fragen

Als Begleiter von anderen Menschen in der Krise ist es wichtig, dass man

- die Kluft zwischen Sinneswahrnehmung und Denken kennt
- die Leibfreiheit des Denkens in sich selbst entdeckt hat, indem man im Gebet oder in der Meditation erlebte, dass man da die Sinneswelt verließ

Denn nur, wenn wir selbst darüber Bescheid wissen, können wir diejenigen, die uns um Rat fragen, wegweisende Hinweise geben. Deshalb sollte man sich folgende Fragen gestellt und beantwortet haben:

Wie kann die Überwindung von Schuld und Schwierigkeiten gelingen, dass man nicht stagniert und sich verhakt?

Kann man sie als individuelles Schicksalslernen auffassen und die Sehnsucht nach Verwandlung in sich erleben?

Kann man das als eine Entwicklungsetappe sehen?

Und wie gelingt der Umgang mit Fehlern?

Sind Fehler eine Ressource zum Lernen oder Anlass für chronisches Selbstmitteleid, weil man gerne weiter wäre, als man ist?

Die Antworten auf diese Fragen sind ganz wichtige Momente der Selbsterkenntnis. Fehler sind dazu da, dass man an ihnen wächst, doch nicht zur Selbstzerknirschung! Das gilt auch für die Schule. Man darf Kindern nicht einreden, Fehler zu machen wäre etwas Schlimmes. Im Gegenteil: Fehler zu machen, ist das Beste, was einem in der Schule passieren kann. Wenn man einen Lehrer hat, der einem zeigt, wie man etwas besser machen kann, wie man daraus lernt, dann erlebt man: Er mag mich, versteht mich, unterstützt mich. Daraus erwachsen wunderbare Lehrer-Schüler-Beziehungen.

Lebendiger Bezug zu Verstorbenen

Auch die Fragen rund um Tod und Auferstehung sind von großer Bedeutung, insbesondere für Biografiearbeiter:

Wie begleite ich Sterbende?

Was erlebe ich, wenn ich an einem Sarg stehe?

Wie blicke ich auf mein eigenes Erdenende hin?

Es gibt ein schönes Mantram von Rudolf Steiner: „Stehe an des Lebens Erdenpforte...“ und am Ende heißt es: „Stehe vor des Menschenlebensende, finde in ihm die Geisteswende.“

Kann ich mir vorstellen, dass ich mit meinem Denken, Fühlen und Wollen bewusst weiterlebe nach dem Tod, wenn auch der letzte Rest der Wesensglieder den physischen Leib verlassen

haben, sodass er zerfällt, weil der Ätherleib, Astralleib und Ich-Organisation ihn nicht mehr zusammenhalten können?

Wie erlebe ich meinen eigenen übersinnlichen Menschen?

Denn mit dem übersinnlichen Anteil unseres Wesens können wir uns innerlich über Gedanken, Gefühle und Wärme mit Verstorbenen und gerade Gestorbenen verbinden. Das zu wissen, kann Trauernden ein großer Trost sein – hilft aber auch den Verstorbenen selbst bei der Aufarbeitung ihres Erdenlebens. Wenn man das einmal praktiziert und selbst erlebt hat, schwindet alle Angst, weil man merkt, wie real das ist.

Vgl. „Christus – und das Schicksal der Menschen“, Vortrag gehalten Oktober 2023 in Mannheim