

DAS HERZ ALS RHYTHMISCH TÄTIGES ORGAN

Inwiefern verbindet das Herz den physischen Organismus mit dem äußeren Kosmos?

Von höheren Gewalten geordnet

Rudolf Steiner spricht von dem „wundervolle(n) Geheimnis, das da waltet zwischen Lunge und Herz – in dem innerlich wahrnehmbar ausgedrückt wird, wie die Weltenrhythmen, die durch Jahrtausende, durch Äonen wirken, in Puls- und Blutrhythmus hereinschlagen und Weltbeseelung im Menschen erwecken“.¹

„Der physische Leib ist in hohem Maße dem Rhythmus unterworfen, dem die ganze äußere Natur unterworfen ist. Wie das Pflanzen- und Tierleben in seiner äußeren Form rhythmisch abläuft, so verläuft auch das Leben des physischen Körpers. Das Herz schlägt rhythmisch, die Lunge atmet rhythmisch und so weiter. Alles dies verläuft so rhythmisch, weil es geordnet ist von höheren Gewalten, von der Weisheit der Welt ...Wenn Sie das Herz betrachten, dieses wunderbare Organ mit dem regelmäßigen Schlag und seiner eingepflanzten Weisheit, und vergleichen es mit den Begierden und Leidenschaften des Astralleibes, die alle möglichen Aktionen gegen das Herz loslassen,...“²

Schon die Tatsache, dass das Herz nie ermüdet, uns treu begleitet das ganze Leben hindurch, mit einem zuverlässigen Blutzirkulationsrhythmus, der mit dem Atemrhythmus in einer heilsamen ganzzahligen Korrelation steht, ist ein medizinisches Wunder.

Rhythmisches System und kosmische Zyklen

Es ist mit dem menschlichen Herzen so, dass wir sagen könnten: „An ihm hängt auf der einen Seite, der ganze menschliche innere Organismus und auf der anderen Seite ist der Mensch durch das Herz unmittelbar angeknüpft an den Rhythmus, an die Regsamkeit der äußeren Welt.“³

- Legt man 18 Atemzüge und 72 Pulsschläge in Ruhe pro Minute zugrunde, so atmet der Mensch in 24 Stunden **25 920mal**. Das entspricht der berühmten Zahl des **Platonischen Jahres**, die der Wanderung des Frühlingspunktes durch den Tierkreis entspricht bzw. der kompletten Rotationsbewegung der Erdachse.
- Es entspricht diese Zahl dem System der 12 Zeitzyklen, in dem wir uns als Menschheit gegenwärtig entwickeln, bestehend aus fünf atlantischen und sieben nachatlantischen Kulturepochen, deren durchschnittliche Dauer einem **platonischen Monat** von 2160 Jahren entspricht.
- Teilt man 25 960 durch 360, so bekommt man den Weltentag von 72 Jahren – das Sonnenmaß eines Erdenlebens.

¹ Rudolf Steiner, *Grundsteinlegung der Allgemeinen Anthroposophischen Gesellschaft durch Rudolf Steiner*, a.a.O., S. 62.

² Rudolf Steiner, *Innere Entwicklung*, Berlin, 7. Dezember 1905. In: *Die Welträtsel und die Anthroposophie*, GA 54, Dornach 1983, S. 216 f.

³ Rudolf Steiner, *Vierter Vortrag*, Prag, 23. März 1911. In: *Eine okkulte Physiologie*, GA 128, Dornach 1991, S. 75.

- Eine **Weltenstunde beträgt 3 Jahre** – die Zeitspanne, die Jesus lebte zwischen der Jordantaufe und dem Tod auf Golgatha: „seine Stunde“, die kommen und sich vollenden musste.

Der Mensch kann, wenn er „Geist-Besinnen“ übt, durch das spirituelle Erkenntnisorgan „Herz“ sich im eignen Ich mit „dem Welten-Ich“ vereinen. Die Heilkraft, die dadurch in die sich irdisch-manifestierenden Rhythmen einströmt, kann man in vielen Meditationen erleben. Man spürt, wie durch die rhythmischen Wiederholungen eine gesundende und stärkende Kraft fließt.

Vgl. „Meditationen zur Herztätigkeit“, unveränderter Nachdruck der 2. Auflage 2014