

## FREIHEIT – LIEBE – VERTRAUEN

Rütteaufenthalt  
11.5. bis 17.5.2025

### TRAUM I

Ich möchte von einem kleineren Raum in einen anderen, direkt angrenzenden, gehen. Irgendwie bleibe ich mit meinem Kleidungsstück an einem Gegenstand hängen. Es fühlt sich so an, als wenn ich festgehalten würde. Ich kann mich dann doch ohne größeren Widerstand losmachen.

Der andere Raum ist eine typische Dorfwirtschaft. Leute sitzen an Tischen. Der Wirt steht hinter dem Tresen und zapft Bier. Die Menschen verlassen unbemerkt die Gaststätte, so dass der Wirt und ich alleine sind. Der Wirt öffnet eine Schublade und holt zwei Gegenstände hervor: ein ca. 1 Meter hohes, hölzernes Grabkreuz und eine Schriftrolle. Das Grabkreuz steckt er in einen Erdhügel, der sich auf dem Tresen befindet. Die Schriftrolle ist in einer unverständlichen Sprache verfasst. Eines ist indes klar: Sie enthält ein altes, bisher nicht gelüftetes, (dunkles) Geheimnis.

Ich trete vor die Wirtschaft und präsentiere mich der Öffentlichkeit. Vor mir liegt weites Land. Zahlreiche Menschen lagern auf der grünen Wiese. Ich rufe ihnen laut und vernehmlich zwei Worte zu, und zwar auf Französisch: **liberté** und **l'amour**.

In dem Moment kommt der Wirt, der in der Zwischenzeit offenbar unbemerkt seine Gaststätte verlassen hatte, von außen wieder herein. Er macht einen veränderten Eindruck. Es fühlt sich in etwa so an, als wäre er vorher körperlich gelähmt gewesen, und nach den gesprochenen Worten nicht mehr. Es handelt sich aber bei dem Zustand nicht um eine *körperliche* Lähmung. Es ist eher ein Synonym für eine *seelische* Lähmung bzw. Blockade, von der er nun geheilt ist, im Sinne einer Befreiung.

Die eingetretene Heilung steht in unmittelbarem Zusammenhang mit den rätselhaften Worten der Schriftrolle. Das verborgene Geheimnis scheint endlich gelüftet zu sein. Um was es sich dabei konkret handelt, erfährt man nicht.

### TRAUM II

Ich setze mich an einen länglichen Tisch zu fremden Männern.

Ich schaue einem der Anwesenden tief in die Augen und sage zu ihm: „Es ist völlig wurscht, was Du jetzt inhaltlich sagst, was Du alles weißt und kannst. Es kommt nur auf *eines* an, nämlich, dass Du mir zu 110 Prozent **vertraust**.“

Die Art und Weise, *wie* ich das gesagt habe – so ruhig, so gelassen, so entschlossen und überzeugend – habe ich in meinem ganzen Leben noch nie etwas gesagt.

„Eine solche Kraft ist das **Vertrauen**, das Vertrauen von Mensch zu Mensch. Gerade so, wie wir appellieren müssen für die ethische Zukunft, wenn wir in unser eigenes Innere hineinsehen, an die **Liebe**, so müssen wir appellieren, wenn wir auf den Verkehr der Menschen untereinander sehen, an das Vertrauen. Wir müssen dem Menschen so begegnen, dass wir ihn als das Weltenrätsel selber empfinden, als das wandelnde Weltenrätsel. Dann werden wir schon vor jedem Menschen die **Gefühle** entwickeln lernen, die aus den allertiefsten Untergründen unserer Seele heraus das Vertrauen holen. Vertrauen in ganz konkretem Sinn, **individuell**, einzelgestaltet, ist das Schwerste, was aus der Menschenseele sich herausringt. Aber ohne eine Pädagogik, eine **Kulturpädagogik**, die auf Vertrauen hin orientiert ist, kommt die Zivilisation der Menschheit nicht weiter. Die Menschheit wird gegen die Zukunft hin auf der einen Seite die Notwendigkeit empfinden müssen, alles soziale Leben auf das Vertrauen aufzubauen, aber sich auf der anderen Seite auch bekannt machen müssen mit jener Tragik, die darinnen liegt, wenn in der Menschenseele gerade das Vertrauen nicht in der entsprechenden Weise Platz greifen kann.“

Rudolf Steiner „Geistige Wirkenskräfte im Zusammenleben von alter und junger Generation“

„Man muss sagen: Was gegenwärtig, wenn man überhaupt in das soziale Leben hineinsehen will, anzuschauen notwendig ist, das ist, dass der Mensch aus alten Bindungen überall herausstrebt und lediglich Mensch sein will, freier Mensch sein will. Daher brauchen wir heute vor allen Dingen eine Weltanschauung – wie man im Deutschen sagen kann –, eine Weltanschauung der **Freiheit**, hier muss man sagen, weil das Wort Freiheit hier eine andere Bedeutung hat: Eine Weltanschauung der **spirituellen Aktivität**, des Handelns, des Denkens, des Fühlens, aus der menschlichen geistigen Individualität heraus.“

„Das heißt: Frei werden als Mensch –, das heißt: Nur bauen auf dasjenige, was in dem Menschen selber drinnen ist. Und das haben manche Menschen sehr übernommen, weil sie gemeint haben, dann sei alles Moralisch-Soziale in die Willkür des einzelnen Individuums gegeben. Das ist es nicht, sondern es ist gestellt auf diejenige Basis, auf der allein das soziale Leben stehen kann; nämlich einerseits auf der Basis des **Vertrauens**. [...] Aber es ist notwendig, dass Vertrauen herrscht von Mensch zu Mensch. In diesem Vertrauen – was ein goldenes Wort ist –, in der Erziehung zu diesem Vertrauen, zu dem Glauben an den einzelnen Menschen, nicht bloß an die Nation oder an die Menschheit, in dieser Erziehung zu dem Glauben an den einzelnen Menschen liegt dasjenige, was allein Impuls sein kann für das soziale Leben der Zukunft; **denn von dem einzelnen Menschen zur Gemeinschaft führt auf der einen Seite nur dieses Vertrauen.**

Und die andere Basis ist diese: wir müssen, wenn niemand dasteht, der uns zwingt, irgendetwas zu tun, den Antrieb in uns selber finden. Auch den Gefühls-, den Gemüts-, den Seelenantrieb müssen wir in uns selber finden. Was heißt das? Wenn ich früher Priester gewesen bin, so wusste ich, wie ich eingeordnet bin in das soziale Leben. Ich brauchte da nicht gerade in ein Buch hineinzuschauen, aber ich habe gewusst: So habe ich mich zu verhalten. Hatte ich das Ordenskleid an, so wusste ich, indem ich das Ordenskleid an habe, das legt mir ganz bestimmte Pflichten auf. Hatte ich den Adelsdegen, so wusste ich, dass der Adel meine Menschlichkeit bestimmt. Ich war gerichtet, ich war geordnet im sozialen Leben. War ich Bürger, war das ebenso. Das ist etwas, was, man kann es nun tadeln oder loben, darauf kommt es nicht an, in dem gegenwärtigen Augenblick der Menschheit wegfällt. Sie können noch so

viele Menschen finden, die das alles wieder zurückhaben möchten, die Weltgeschichte sagt eben anderes. Da nützt es nichts, abstrakte Programme aufzustellen für allerlei Gemeinschaften, da nützt es nur, die Weltgeschichte sich anzuschauen. Und da kommen wir zu der Frage: Was soll jetzt der Gefühlsimpuls werden für dasjenige, was soziales Handeln ist, wenn nicht mehr die Priestertugend, nicht mehr die Bürgertugend, nicht mehr die Adelstugend, die Tugend des vierten Standes von hinten treibt? Es kann nur das werden: wenn wir zu dem, was wir zu tun haben, namentlich gegenüber anderen Menschen, ein solches Vertrauen fassen können, wie wir es zu einem Menschen fassen, wenn wir ihn lieben. **Frei sein heißt: in Handlungen sich ausleben, die man liebt.**

**VERTRAUEN** ist das eine goldene Wort, das in der Zukunft das soziale Leben beherrschen muss. **LIEBE** zu dem, was man zu tun hat, ist das andere goldene Wort. Und in der Zukunft werden diejenigen Handlungen sozial gut sein, die aus allgemeiner Menschenliebe gemacht werden. Aber man muss diese allgemeine Menschenliebe erst verstehen lernen. Man muss sich nicht in bequemer Weise einreden, sie ist schon da. Sie ist eben nicht da. Und je mehr man sich sagt: sie ist nicht da, desto besser ist es. Denn diese allgemeine Menschenliebe, die muss eben die Liebe zu Taten sein, die muss aktiv werden, die muss sich in **FREIHEIT** ausleben können. Dann wird sie aber allmählich aus einem Urteil des häuslichen Herdes oder der Kirchturmnähe zu einem Universellen, zu einem Welturteil.“

Rudolf Steiner „Die geistig-seelischen Grundkräfte der Erziehungskunst“

---

Ich lebe in zwei Welten. Selbstverständlich kann man einwenden: Aber es gibt doch nur eine! Das stimmt – und dennoch. Das *Eine*, die *Einheit* (=die Wirklichkeit), fächert sich in ein *Vielfaches* auf, im Sinne einer permanent fortschreitenden Differenzierung und Wandlung (=die mannigfaltigen, sicht- und greifbaren Realitäten).

Die beiden von mir gemeinten Welten lassen sich am ehesten mit zwei *Seins-Weisen* vergleichen; zwei unterschiedliche Möglichkeiten, im Leben zu stehen. Die erste der beiden Seins-Weisen lässt sich mit dem Begriff „funktionieren“ annähernd beschreiben. Das Leben verläuft dann zufriedenstellend, wenn alles relativ „störungsarm funktioniert“. Man bewegt sich in gewohnten, berechenbaren, geordneten Bahnen. Man hofft jeden Tag aufs Neue, dass dieser „Zustand“ möglichst lange anhält.

Der von mir hochgeschätzte *Graf Dürckheim* würde in dem Fall wohl von einem „gegenständlichen bzw. zuständlichen Bewusstsein“ sprechen.

Konkretes Beispiel: Ich beobachte meine Herztätigkeit; messe regelmäßig Blutdruck und Puls. Funktioniert alles störungsfrei, „stimmen die Werte“, dann „geht es mir gut.“ Es besteht allerdings hin und wieder die Gefahr, dass ich übertreibe, dass ich über die Maßen auf die in meinem Körper ablaufenden Vorgänge „fixiert“ bin. Das zieht (Lebens)-Energien ab, die anderswo dringend benötigt werden.

Dann gibt es noch eine andere Art, dem Leben zu begegnen; ich will es einmal poetisch ausdrücken: das LEBEN in seiner ganzen Schönheit und Fülle achtsam wahrnehmen und dankbar wertschätzen.

Graf Dürckheim spricht an anderer Stelle von einem „*inständlichen Bewusstsein*“. Es ist von Angstfreiheit, Liebe, dem Gefühl einer allumfassenden Verbundenheit und grenzenlosem Vertrauen geprägt. Man fühlt sich in eine „ganz andere – bisher nicht gekannte Dimension des Seins – hinein versetzt“. Das Trennende tritt in den Hintergrund; man öffnet sich gegenüber Mensch und Welt.

Die beiden Träume sind Fingerzeige in Richtung einer solchen Welt. Fühlt man sich in ihr beheimatet, verankert, geborgen, weiß man erst, was „Leben“ sein kann.

Jesus: „*Ich lebe und ihr sollt auch leben.*“ Joh. 14, 19. Was uns Jesus mit diesem Ausspruch möglicherweise sagen will, ist: Ihr lebt eigentlich (noch) gar nicht – im „Hier und Jetzt“. Wacht endlich auf!

Die zentralen Begriffe der beiden Träume sind Freiheit, Liebe und Vertrauen. In dem Zusammenhang ist es durchaus lohnenswert, weil dadurch zusätzliche Klarheit geschaffen wird, einmal den gegenteiligen Begriffen nachzuspüren. Ich kam dabei zu folgenden Erkenntnissen:

Das **Gegenteil von Freiheit** ist: unfrei, d.h. **fremdbestimmt-abhängig**; „sich nicht selbst folgen können“. „Was sollen bloß die Nachbarn denken“ (Nachbarn=Gesellschaft). „Handeln aus einem Pflichtgefühl heraus“. Das berühmte „man“. Außerdem würde ich ergänzend das von der Verhaltenspsychologie her bekannte Phänomen der Co-Abhängigkeit dazuzurechnen.

Das **Gegenteil von Liebe** ist: (Verlust)-**Angst** (nicht Hass).

Das **Gegenteil von Vertrauen** ist: **Kontrolle**; Misstrauen, mangelndes Selbstvertrauen, Zweifel.

Die Welt des „Funktionierens“ besteht in erster Linie aus Unfreiheit, Angst, Kontrolle.

Die Welt des „lebendig-fließenden Seins“ (*‘Stirb und werde und stirb und werde’*) besteht in erster Linie aus Freiheit, Liebe, Vertrauen.

Der Mensch hat die Wahl zwischen beiden Möglichkeiten; er kann sich dabei zwischen einem „Entweder-oder“ bzw. einem „Sowohl-als auch“ entscheiden. Es impliziert – speziell was meine eigene Biographie anbelangt – auch die Wahl zwischen *Depression* und *Fülle*.

---

Mein Vater hat mir unter anderem folgende Botschaft mit auf den Weg gegeben: **Vertraue niemandem, nicht einmal Dir selber**. Toll!

Meine Mutter hingegen sprach immer wieder einmal die Worte: **Und es begab sich .....** (welch ein Unterschied, sowohl was den Inhalt als auch den Klang des Gesagten betrifft). Von ihr habe ich übrigens ein gutes Stück „Gottvertrauen“ mitbekommen.

---

Noch zwei Bemerkungen zum zweiten Traum. Mit dem Fremden, zu dem ich sage, er solle mir zu 110 Prozent vertrauen, bin ich wahrscheinlich selbst gemeint. Ich soll endlich mir selber vertrauen (anstatt, wie so oft im Leben, mich durch Bücher-Lesen nach fremder Bestätigung

umschauen). Man stelle sich vor: Ein Wildfremder, dem ich zuvor noch nie begegnet bin, fordert mich auf, ihm bedingungslos zu vertrauen. Das würde ich rundweg ablehnen! Da sieht man einmal, wie schwer das Ganze ist.

Während der Leibarbeit mit Andreas kam mir noch folgendes in den Sinn. Warum eigentlich 110 Prozent? Man kann doch nicht mehr als 100 Prozent vertrauen! Das ist doch voll umfänglich. Was ist mit diesen ominösen 10 Prozent gemeint? Das Vertrauen-Sollen und das Vertrauen-Können beziehen sich auf „Etwas“ in mir, das meine Person übersteigt, d.h. transzendiert. Vielleicht ist so etwas wie die uns allen gemeinsame, universelle „göttliche Quelle“ gemeint. *Graf Dürckheim* würde vom „überraum-zeitlichen Wesen“ sprechen – im Gegensatz zum berechnenden und sichernden „Welt-Ich“ (vgl. „Doppelter Ursprung des Menschen“).

Ist einem die „Welt des Numinosen“ verstellt und daher unbekannt – hat man keinen Zugang zum „Wesen“, wie der Wirt im ersten Traum –, dann bleiben zwei Dinge: Einerseits die Sehnsucht nach dem verborgenen Geheimnis, das man nicht entschlüsseln kann \* und andererseits das aufgerichtete Grabkreuz. Dieses Kreuz könnte für *Depression* und *Seelentod* stehen (wie es bei meinem Vater über Jahrzehnte der Fall war). Im Traum könnte der Wirt mein Vater sein – oder *ich* als sein Sohn –, der schlussendlich durch die Liebe frei geworden ist.

---

Auf der Hinfahrt in den Schwarzwald, unternahm ich noch einen kurzen Abstecher nach Friedenweiler (‘Ort des Friedens’). Irgendwie zog es mich unbewusst dorthin. In der Dorfkirche, die zurzeit komplett renoviert wird, hängt in einem Nebenraum ein Spruch aus Jesaja 40, 31 an der Wand.

„DIE DEM HERRN VERTRAUEN SCHÖPFEN NEUE KRAFT“

Was für ein passender Zufall! Mit „Herr“ ist vielleicht die oben erwähnte „göttliche Quelle“ gemeint, d.h. „nicht ich, sondern der Christus in mir“. Erst hinterher wurde mir bewusst, dass sich meine Mutter nach ihrer Krebsdiagnose über mehrere Wochen in einer Nachsorgeklinik in Friedenweiler aufhielt. Sie pflegte dann immer zu sagen: „Hauptsach, mo isch gsund.“ Auf hochdeutsch: „Hauptsache, man ist gesund.“

\* Vielleicht gelingt es doch, zum Beispiel mit Hilfe der „Initiatischen Therapie“.