



Die Pfingstrose

## Liebe Mitglieder und Freunde,

das war ein harter Sprung vom ausgehenden Winter hinein in den beginnenden Frühling!

Eine Zeit der Schärfung seiner eigenen Wahrnehmungen, eine Zeit des Rückzuges auf sich selbst, eine Zeit der Stille, aber auch eine Zeit innerer Unruhe und Erwartungen, eine Zeit der Wut und des Protestes, eine Zeit von Angst und Furcht.

Coronavirus war der Bestimmer einer neuen Pandemie.

Langsam erleben wir die Rückkehr der Begegnung von Mensch zu Mensch. In diesem Pfingstrundbrief finden Sie einige Beiträge von unseren Freunden zu diesem Thema. Lassen Sie sich erhellen!

Die Redaktion

„Nah ist und schwer zu fassen  
der Gott.

Wo aber Gefahr ist,  
wächst das Rettende auch.“  
(aus: Hölderlin, Patmos)

## Offenbares Geheimnis

Der „Geist Gottes“, der durch die historischen Zeitenläufe hindurch uns Menschen und die gesamte Schöpfung begleitet und trägt, doch oft nur von Wenigen bewusst ergriffen wird, ist eines Tages *offenbar*, jedem ersichtlich, jedem verständlich. Mit dieser Zuversicht, ausgesprochen in der Pfingstbotschaft, was ja auch in Hölderlins Wort zum Ausdruck kommt, lässt sich die augenblickliche Symptomdebatte zu Corona etwas entspannter verfolgen.

Fridays for Future ist wie vieles Andere in Vergessenheit gerückt, die Schulen fielen dem „lockdown“ zum Opfer. Eine umfassende Epidemie hält uns heute in Atem. „Die Medizin steht seit vielen Wochen wieder im Mittelpunkt des gesellschaftlichen Interesses, nicht die gravierende Erderwärmung und ihre katastrophalen Folgen, nicht die Welternährung, nicht die Flüchtlinge, nicht die Armut in Afrika und anderswo, sondern die Intensivbetten bestimmen die Schlagzeilen. Die Infektionszahlen, die Zahl der Erkrankten und Gestorbenen dominieren in der Berichterstattung, die Stellungnahmen der Experten, sodann die Schutz- und Prophylaxe-Maßnahmen.“ (Peter Selg)

Es gibt eine mittlerweile unüberschaubare Flut von Informationen, Erklärungen, Befürchtungen und von Belehrungen. Grob zusammengefasst plädieren Vertreter verschiedener anthroposophischer Professionen dafür, Besonnenheit zu bewahren, den eigenen klaren Menschenverstand zu nutzen, die innere Ruhe und das eigene Immunsystem zu aktivieren. Es bleibt natürlich nicht bei verallgemeinernden Hinweisen, sondern es werden in ganz vielen Darstellungen sehr differenzierte Analysen und praktische Ratschläge erteilt. Auch der Bezug zu Aussagen Rudolf Steiners zu den Themen Epidemie, Heilkraft und den Umgang mit Angst und Furcht wird hergestellt, ebenso der Bezug zu den möglicherweise drohenden sozialen, politischen und persönlichkeitswirksamen Einschränkungen.

Das Geistige (hinter all diesen Vorgängen) wird dem Menschen offenbar werden.

„Ich werde von meinem Geist ausgeießen über alles Fleisch“.

Dazu müssen wir wohl erst einmal fühlbar aufmerksam gemacht werden auf die Sackgasse, in die wir uns hineinmanövriert haben, dass es bald kein Zurück mehr gibt, dass wir als Gesellschaft stecken geblieben sind im Sumpf unserer Begehrlichkeiten, dass wir unbeschreibliches inneres und äußeres Leid über uns und unsere Mitmenschen gebracht, dass wir jegliche Ehrfurcht vor unserem Planeten, unserer Mit-Welt verloren haben. Und vor allem die Perspektive verloren zu haben scheinen, dass wir selbst geistige Wesen, freie, beseelte Geschöpfe sind, dass wir mit Neugier, Lachen und guten Absichten auf diese Erde gekommen sind und sie als geistige Wesen auch wieder verlassen werden. Dazu war wohl die Phase des „lockdown“ eine Chance, eine Zeit zum Nachdenken, zum Nachempfinden, was es noch geben kann außer

rennen, kaufen, ferne Reiseziele buchen.

(siehe dazu der Bericht von Cornelia Bappert)

Gleichzeitig hat das Umgehen mit der Krise uns zu unmündigen Betrachtern einer verordneten Sicherheitsideologie gemacht. Es hat uns die Abhängigkeiten mancher Politiker, die Macht der Medien gezeigt. Und sie hat Zukunftsszenarien entworfen, die einem demokratischen, humanistischen Weltbild entgegenstehen.

Es ergeht der Aufruf an den Leser, sich selbst zu informieren, aus den umfangreichen Literaturhinweisen das ihm Entsprechende auszuwählen und sich ein eigenes Bild zu machen. Dies bedeutet Arbeit, kann aber sehr spannend sein und im Mit- und Durchdenken bereits eine heilende Wirkung erzielen. Allgemein gilt, mit Interesse das Zeitgeschehen zu verfolgen, gesprächsbereit und offen für andere Meinungen und andere Nöte zu bleiben. Als seelisch-geistige Übungsaufgabe für ein gesundes Immunsystem, hier die Worte eines unbekanntem Verfassers (zitiert aus dem Gemeindebrief der Christengemeinschaft Saarbrücken):

|                |                 |
|----------------|-----------------|
| „Denke tief    | Sprich zärtlich |
| Liebe viel     | Lache oft       |
| Arbeite schwer | Gib frei        |
| Bete ernsthaft | Und sei gütig“  |

Rudolf Steiner, der Pfingsten als „das Fest der freien Individualität“ (Vortrag vom 15. Mai, 1910) bezeichnet hat, weist uns auf die Zielsetzung der menschlichen Entwicklung hin, die mit dem Pfingstfest verbunden ist, nämlich „dass der Mensch aus dem intellektuellen Leben wieder zu einem spirituellen Leben vordringen soll.“

Dies kann Bewusstseinsstärke und Mut vermitteln im Zusammenhang mit den aktuellen Ereignissen.

Wenn wir diese Gedanken, dass wir zur Freiheit und zum Bemühen um Spiritualität geboren sind, beherzigen, können wir der jetzigen Krise Vieles abgewinnen.

Machen wir Pfingsten und die Zeit danach zu einem Fest der Freiheit und Besonnenheit.

Frank Marx

ausgewählte Literaturangaben:

Peter Selg, Eine medikalisierte Gesellschaft, in: Kernpunkte – Zeitschrift für soziale Dreigliederung, Nr. 6, 2020

Rudolf Steiner (zu Furcht und Heilkraft): GA 154, 5.5.1914

[www.gesundheit-aktiv.de/Corona-Spezial](http://www.gesundheit-aktiv.de/Corona-Spezial)

Rundbrief zur Anthroposophie – sehr informative Artikel, kostenlos anfordern über: [praxis@husemannpraxis.de](mailto:praxis@husemannpraxis.de)

[www.anthroposophische-meditation.de/fileadmin/media/Coronakrise/Corona-Syndrom\\_Dr.-Thomas-Hardtmut.pdf](http://www.anthroposophische-meditation.de/fileadmin/media/Coronakrise/Corona-Syndrom_Dr.-Thomas-Hardtmut.pdf)

(umfassend, informativ)

Michaela Glöckler, Andreas Neider, Hartmut Ramm, Corona – eine Krise und ihre Bewältigung

### Die Redaktion „Keime für die Zukunft“

hat eine neue WEBSITE erstellt und wartet darauf, gelesen zu werden. Sie hat sich sehr bemüht, die Aufgaben des Initiativkreises mit den Erfordernissen des neuen Mediums in Einklang zu bringen. Eine wahrhaftige Mutprobe!

Die Redaktion ist gespannt auf die Reaktion der Besucher. Wichtig ist es der Redaktion, dass Jeder Beiträge und Kommentare eingeben kann.

Die WEB-Adresse lautet: [keimefuerdiezukunft.de](http://keimefuerdiezukunft.de)

## Gedanken und Erfahrungen während der Corona-Krisen-Abgeschlossenheit

Die sogenannte Corona-Isolation war für mich schon zu Beginn, im März eine Zeit des geistigen Austausches mit Freunden, sei es aus anthroposophischen Zusammenhängen (Christengemeinschaft, Anthroposophische Gesellschaft, Eurythmiegruppe etc.) oder mit Geschwistern oder Bekannten aus meinem früheren Arbeitsort Walsheim..

Ich erhielt zahlreiche lesenswerte Aufsätze von anthroposophischen Ärzten im Umgang mit dem Corona-Virus, Gedichte und Gebete und Sprüche zum Meditieren, Briefe, in denen Erfahrungen im Umgang mit Meditationen (von Rudolf Steiner und anderen Verfassern) mitgeteilt wurden und vieles mehr.

Natürlich wurde ich dadurch aufgefordert, das für mich Wesentliche und Geeignete herauszufinden, um nicht auch von dieser Seite her eine „Pandemie“ zu erleben und den „Überblick über die Integrität meines eigenen Geisteslebens zu verlieren“, wie es ein ehemaliger Kollege treffend ausdrückte.

Ich fühlte mich jedoch mit mehreren Menschen und Gemeinschaften verbunden, besonders, wenn zu einer festgesetzten Tages- und Uhrzeit ein Gebet gesprochen wurde. Dabei hat der Rundbrief der Pfarrer der Christengemeinschaft in Saarbrücken an die Mitglieder durch Herrn Paul-Steffen Garn und Herrn Siegfried Gehlhaar und Frau Tatjana Maydanyuk mir einen großen Rückhalt gegeben. Vielen Dank an diese!

Aber entscheidend war während dieser Zeit der äußeren Isolation, als die anfänglichen Kontakte zu einer gewissen Ruhe gekommen waren und eine Stille ermöglichten, dass ich dazu aufgerufen wurde, selbst innerlich aktiv zu werden, sei es, frühere Soziale Kontakte mit alleinstehenden älteren Menschen in meinem Umkreis wachzurufen, sei es, künstlerisch tätig zu werden: Musik durch mich erklingen zu lassen, Wasserfarben-Bilder zu erstellen, Vorträge zu lesen oder mich in der Natur aufzuhalten.

Es waren täglich ganz lichtvolle Momente, wenn ich zu einer bestimmten Zeit diesen Erlebnissen Raum gab.

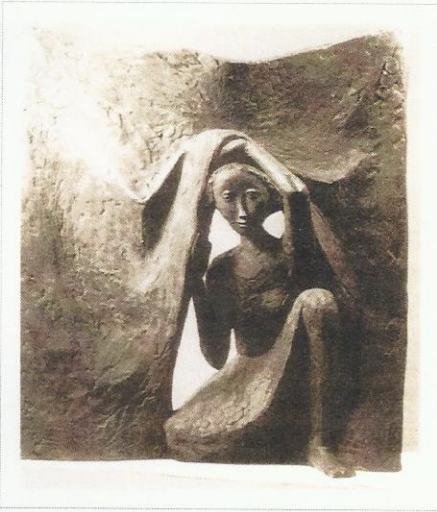
Angst konnte sich dadurch nur in geringem Umfang in mir breit machen!

Jetzt, wo die Einschränkungen eine gewisse Lockerung erfahren, schaue ich gerne auf diese Zeit zurück und versuche diese lichtvollen Momente immer wieder zu erschaffen!

Cornelia Krämer-Bappert

## Auf was richtet sich der Blick?

Ängste lähmen und machen krank. Seit dem Jahreswechsel von 2019 auf 2020 wachsen sie schnell. Sie wirken wie erzwungen. Erst weitab („in China fällt ein Rad um“), dann näher kommend, Todesfurcht, bildgestützter Schock, einschränkend, trennend, kontrollierend und manipulierend. Wie in Tschernobyl 1986 sterben wieder Helfer/innen, wissend wofür.



Was schiebt da eigentlich? Füllt sich das globale Spinnennetz an Informationen mit einer Welt digitalisierter Gefühle? Jeder Einzelne steht unversehens vor materiellen Denkweisen, wie vor einem schweren Vorhang, den er heben muss, um durch die Sicht auf Zusammenhänge eigene Perspektiven und Urteile zu gewinnen. Damit kann Angst bezwungen werden. Das Bild der „Vorhangguckerin“ von Manfred Welzel charakterisiert eine solche Situation:

Eine junge, staunende, neugierige Gestalt schiebt den schweren, lastenden Vorhang nicht beiläufig zur Seite, sondern stemmt ihn in die Höhe. Sie kniet auf einer Schwelle, blickt offen in das bisher Verborgene, das nun vor ihr liegt. In ihrer Körperhaltung spiegelt sich ihr Bewusstsein. Sie merkt, dass sie selbst „da draußen“ ist, fühlt sich verbunden, beobachtet genau, ahnt schon ihr Potenzial, mit dem sie tätig sein wird. „Kann ich zum Führer über mich selbst werden?“ fragt sie sich. Und ist sich damit selbst voraus. Sie wird sich eingliedern wollen in konkrete Zusammenarbeit, Zusammenhänge selbstständig denken, den Dingen ins Auge schauen und gemeinsam handeln. Selbst will sie sein, wenn sie spricht, Phrasen und Schlagworte vermeidend, gerade auch dann, wenn andere Menschen das Gleiche wie sie wollen. Ein ICH sein! Nicht nur stille Übungswege will sie gehen, sondern die Kooperation in Gedanken und jeglicher Zusammenarbeit.

Für so ein Vorgehen war in „Corona“ bisher keine Zeit. Aber die Reise ins Ungewisse kann jetzt zu Ende gehen. Die neugierige Gestalt spürt, dass eine geistige Welt wirklich vorhanden ist. Auf den Übergang kommt es jetzt an. Auf das Ringen um Vielseitigkeit, auf den Austausch von Weltansichten. Das könnte geistig-seelisch „ansteckend“ sein, sich gegenseitig Gedankenwelten zu zeigen und damit die Furcht vor Andersdenkenden zu vermindern. Zeigen, zu was wir uns selbst geführt haben. Gerade wir Älteren könnten unsere ganze Erfahrung da hineinlegen. Ein Leben lang haben wir ja den Vorhang gehoben! Jetzt schauen wir weiteren Zusammenhängen entgegen.

Dieser Tage rief eine noch gesunde und fröhlich lachende Seniorengruppe zur Unterzeichnung ihrer Initiative „Schützen Sie uns Ältere nicht um diesen Preis! Selbstbestimmt altern und sterben!“ auf. Mit hervorgehobenen Sätzen, wie: „Wir fürchten das Corona-Virus nicht. Respekt ja. Angst nein. Lasst uns, wenn unsere Zeit gekommen ist, sterben, auch am oder mit dem Coronavirus“. Wer sich so bedroht fühlt, mag dies den Jüngeren zurufen. Verantwortlicher wäre es wohl, den Jüngeren zu empfehlen, sich zusammzusetzen und Lebensfragen gemeinsam aufzurufen. Auch Fragen, die über den Tellerrand hinausgehen. Aus selbst organisierter gedanklicher Zusammenarbeit entspringt Mut bzw. Widerstandskraft gegenüber Fragen, die sich im Alltag aufgetan haben. Einige solcher Fragen bieten sich an:

- Welche Aussagekraft haben Statistiken und Hochrechnungen?
- Wird es eine 20/80 (in Arbeit/arbeitslos)-Gesellschaft in den westlichen Ländern geben? Brzezinski sagte einmal, es sei anzunehmen, dass die Anzahl von Menschen, die genügen, um alles zu produzieren, was wir benötigen, diese Relation annimmt. Trägt „Corona“ zu einer solchen Vorhersage bei?
- Was bedeutet es, wenn Lernen in der Schule weiter digitalisiert wird? In welche Welt gleiten wir damit?
- Kann man in entsprechende Gremien gehen, wo über die zeitweilige Einschränkungen von Rechten entschieden wird?
- Man weiß, dass Furcht und Einsamkeit krank machen, wenn sie kein Ende nehmen. Wird das bei amtlichen Maßnahmen bedacht?
- Die Geschichtsforschung beschreibt, wie vor dem ersten Weltkrieg eine Art Schlafzustand bei den Entscheidern bestanden hat. Gibt es heute wieder so etwas?
- Gibt es eine Brücke zwischen Geist und Körper, zwischen dem Körper des Virus und seinem geistigen Ursprung? Wie findet Geistiges und Seelisches ins Physische und wie ist es dort erkennbar?
- Viren haben auch gute Seiten, sagen Wissenschaftler. Das Erbgut sei auch auf Viren gebaut. Ist das eine nachvollziehbare Vorstellung?
- Ist die Abwägung zwischen dem Wert von Leben und einer funktionierenden Wirtschaft in Ordnung? Darf ein Virus zum Antreiber für eine solche Überlegung werden?
- So wie immer, wenn kein Geld mehr hereinkommt, Mängel wie scharfe Riffe auftauchen, so auch jetzt bei „Corona“. Werden sie von alleine wieder verschwinden?
- Nach „Corona“ wird einiges anders sein. Äußerlich, innerlich. Was wird in den Vordergrund treten? Bleibt der „Abstand“ bestehen? Weicht die Schönheit des Zwischenmenschlichen einer andauernden Sterilität?

- Welche elementaren Kräfte sind an der Entstehung des Virus beteiligt? Für seine Existenz braucht es ein allgemeines Milieu, aber auch eine individuelle Disposition. Also: Wes Geistes Kind bist Du, Covid 19?
- Wie lässt sich Salutogenese in öffentliche Gesundheitsmaßnahmen einbeziehen?

Das sind beileibe nicht alle Fragen. „Corona“ lässt noch viel mehr ans Licht treten, wenn auf diese Weise kommuniziert wird. Es kann zu Initiativen führen, Privates und Gesellschaftliches zu gestalten. Zum Schluss sei noch Herrmann Hesse zitiert, um darauf aufmerksam zu machen, dass sich das öffentliche Interesse beim Covid-19-Problem fast nur auf Zahlen richtet und in welcher Gefahr wir uns deshalb befinden: *„Jeder Mensch ist etwas Persönliches und Einmaliges, und an Stelle des persönlichen Gewissens ein kollektives setzen zu wollen, das heißt schon Vergewaltigung und ist der erste Schritt zu allem Totalitären.“*

Thorsten Hartmann

zum Bild: „Vorhangguckerin“  
Bronzeplastik von Manfred Welzel, 1998

## Aktuelles vom Besuchsdienst

Auf Empfehlung des Regionalverbandes Saarbrücken waren die Besuche in den Monaten März und April stark eingeschränkt. Erfreulicherweise wurden dann aber für KlientInnen, die dazu fähig waren, Telefonate angeboten um so den Kontakt aufrecht zu erhalten. Nur im Notfall kam es nach Absprache zwischen HelferInnen und Angehörigen zu Besuchen. Seit der Lockerung durch die Regierung haben viele Mitte Mai die Betreuung wieder aufgenommen. HelferInnen und KlientInnen sprechen diese Termine selbstständig ab. Nach der Krise wird sich der Vorstand von Anders alt werden erstmals am 9.6.2020 treffen um die Planungen für Cafèeröffnung, Sommerfest und Helfertreffen zu koordinieren.

Bis zur nächsten Helfersitzung, die wahrscheinlich Ende Juni/Anfang Juli stattfinden wird, alles Gute.

Der Koordinierungskreis freut sich auf ein baldiges Wiedersehen

Ines Trapp-Marx

### Die Schule von Chartres

Marco Bindelli, der Leiter des anthroposophischen Jugendseminar, wird uns in die Tiefen und Höhen der Schule von Chartres führen in der Fortsetzung vom letzten Jahr. Er schreibt dazu:

„Die Schule von Chartres hat das Denken zur Kunst erhoben und daraus eine tiefe Verbindung zur Mutter Natur und der geistigen Welt gesucht. Alle freien Künste dienen der Stärkung der seelischen Kräfte, um die Verbindung von Leib, Seele und Geist zu ermöglichen. Das Seminar will diesen Weg nachspüren und sie für die heutige Zeit aktualisieren.“

## Termine:

**Samstag, 20. Juni, 10.00 – 13.00 Uhr**

### Menschengemäße Ernährung

aus anthroposophischer Sicht

„Die Pflanzen vermitteln uns das Leben“

Seminar mit Lotte Hartmann, Heilpraktikerin Begegnungsraum

Graf-Johannstr.22 Saarbrücken

**Freitag, 3. Juli, 19.00 Uhr**

**Samstag, 4. Juli, 10.00 Uhr**

Vortrag mit Marco Bindelli, Stuttgart

### Die Schule von Chartres

„Wer Wissenschaft und Kunst besitzt, hat auch Religion.“ J.W. v. Goethe

Graf-Johannstr.22 Saarbrücken

**Mittwoch, 1. Juli, 17.30**

Großes Helfertreffen

im Begegnungsraum

Graf-Johannstr.22 Saarbrücken

**Samstag, 29. August 2020, 15.00 Uhr**

Sommerfest anders alt werden

mit der Christengemeinschaft

Graf-Johannstr.22 Saarbrücken

**Montag, 23. November 2020, 18.00 Uhr**

Mitgliederversammlung anders-alt-werden e.V.

Begegnungsraum

Graf-Johannstr.22 Saarbrücken

**Besuchen Sie unsere Website,**

[www.anders-alt-werden.de](http://www.anders-alt-werden.de)

## Impressum

Herausgeber: Anders-alt-werden e.V.

Geibelstr, 3 66121 Saarbrücken

Tel. 0 681- 6 11 91

[www.anders-alt-werden.de](http://www.anders-alt-werden.de)

eMail: [anders-alt-werden@web.de](mailto:anders-alt-werden@web.de)

GLS Bank Bochum

IBAN:DE75 4306 0967 0079 5093 01

BIC : GENODEM1GLS

Verantwortlich : Frank Marx, Christian Schwartz

Tel. 06826 - 960 306 Fax 06826 - 9308863