



PIM BLOMGAARD

leitete 16 Jahre die Raphaël-Stiftung in den Niederlanden. Nun leitet er das Bernard-Lievegoed-Forschungszentrum an der Freien Universität Amsterdam. Er schrieb das Buch ›Beziehungsgestaltung‹ in der Begleitung von Menschen mit Behinderungen. Seine letzte Publikation ist ›Beziehungsgestaltung in der Behindertenhilfe: Zur Berufsethik der Betreuung›. Er arbeitet als Berater in Organisationen und ist der Schatzmeister der Anthroposophischen Gesellschaft in den Niederlanden.

Übersetzung Imogen Pare
Zeichnung Nathaniel Williams

Wie hast du angefangen zu meditieren?

In der Schule lassen wir Sokrates, der bis heute für mich ein Held ist. Er besitzt Autokratie, Kontrolle über sich selbst, ist offen gegenüber Materiellem, Spirituellem und dem Tod. Ich bin überzeugt, dass er noch eine große Rolle spielen wird. Mit Anthroposophie kam ich durch meinen Literaturlehrer in Berührung. Ich las Rudolf Steiners ›Theosophie, Ias über Leib, Seele und Geist, den dreigliedrigen Menschen. Das war die größte Erfahrung: dieses Menschenbild. Mit 18 Jahren ging ich in ein Trappistenkloster, da ich beginnen wollte zu meditieren. Es funktionierte überhaupt nicht, doch es war der erste Versuch und somit der Anfang meines Strebens nach einem inneren Leben. Ich entschied mich, Philosophie zu studieren, und war in einer Gruppe, die sich Steiners Philosophie annahm. Wir wendeten uns Übungen zu, die bis heute die Grundlage meines meditativen Lebens bilden. Ich entschied, die Grundsteinmeditation und die Rückschau zum Bestandteil meines Lebens zu machen. So durchlebe ich beispielsweise, nachdem ich vor dem Schlafengehen einen Film geschaut habe, den Film Schritt für Schritt noch einmal vom Ende bis zum Anfang, etwa 30 Minuten.

Jetzt wo sie fragen, merke ich, dass die Biografie meines Meditationslebens nicht vorliegt. Wenn man Jahrzehnte vor sich hat, sollte man ein Tagebuch über die eigenen Erfahrungen und Entscheidungen führen.

Warum meditierst du?

Zu Beginn war mir Meditation ein verkörpernder Prozess, um mehr ›ich selbst werden zu können und mich mehr mit den eigenen Idealen und meinem Streben zu verbinden. Mit jedem Versuch und jeder Anstrengung wird die innere Moralität stärker. Das war wichtig für mich: immer meine Ideale, meine Ziele zu spüren, an meinen Tugenden zu arbeiten. Jetzt dreht es sich mehr um Exkarnation, also darum, eine Verbindung und eine gewisse Verbindlichkeit

mit der Welt, den Menschen und Wesen herzustellen. Am Anfang meditierte ich, um mich selbst mit Idealen, Gedanken und Perspektiven zu füllen. Jetzt besteht das Ziel darin, leerer und empfänglicher zu werden, sich aus dem Körper zu lösen, hinein in Leere und Verbundenheit.

Was ist deine grundlegende Meditation?

Vielleicht könnte ich zuerst eine Frage beantworten, nämlich: Was ist anthroposophische Meditation? Es geht zuallererst um Übungen, aus denen sich ein erweitertes meditatives Leben ergeben kann. Für mich persönlich ist das Ziel der anthroposophischen Meditation die Integration von Wollen, Fühlen und Denken. Da dieser Integrationsprozess ein Akt ist, der nur aus einem selbst geschehen kann, muss man wirklich präsent sein, um diese Fähigkeiten zu verbinden.

Ich habe mich bisher eher auf Denkübungen konzentriert als auf Gefühlsübungen. Das ist sehr schade. Mir ist mein Ziel, die Integration, sehr bewusst. Jede Meditation muss diese Integration durchlaufen. Man hat einen bestimmten Inhalt oder ein Bild, einen Satz, ein Wort, und dann muss man versuchen, dazu ein Gefühl zu entwickeln. Dein Wille bringt sich ein, stellt Verbindungen her und bindet sich. Gegenwärtig erforsche ich in meinen Meditationsitzungen von circa 15 bis 20 Minuten, wie ich diese dreigliedrig gestalten kann.

Diese Übungen sind sehr persönlich und stellen sich für jeden anders dar. Grundlegend sind die Nebenübungen, die um Konzentration, Disziplin, neutrale Gefühle, Positivität und Weltoffenheit kreisen. Seit einigen Jahren arbeite ich auch mit der Punkt-und-Kreis-Meditation. Diese behandelt nicht nur die Beziehung zu sich selbst, sondern auch die Beziehungen, die man zu anderen Menschen und der Welt pflegt. Sie verleiht Stärke, seinen Weg zu beschreiben, zu helfen und willkommen zu heißen, was noch geschehen mag. Auch die Grundsteinmeditation ist wichtig für mich. Sie erschien mir anfangs sehr unzugänglich,

Wind & Versenkung

Gespräche zur Meditation mit Inessa Guseva

doch es wurde stetig besser. – Als Student lehnte ich es dogmatisch ab, mit anderen zu meditieren. Ich habe gelernt, dass gemeinsames Üben sehr hilfreich ist. Menschen können in vielfältiger Weise miteinander üben und meditieren. – Man muss die Übungen entdecken, die zu einem passen, und den eigenen Zugang finden, ein Gespür für die Inhalte und Methoden entwickeln, die mit einem im Einklang sind. Ich bin an dem Punkt angelangt, an dem mein meditatives Leben Teil meiner Biografie geworden ist. Je mehr man zu sich selbst findet, desto persönlicher wird die Meditation. Es besteht eine Verbindung, eine Parallele zwischen dem Weg in der Meditation und dem Leben. Sie sind verbunden. Ich habe es so erlebt.

Ein unvergesslicher Moment der «Living Connections»-Tagung?

Ich habe mit zwei weiteren Personen einen Workshop gegeben und die Zusammenarbeit war fantastisch. Es war eine wunderbare Erfahrung, gemeinsam etwas zu schaffen und zu wirken, ohne sich gegenseitig zu bewerten. Ich war sehr beeindruckt, wie intensiv sich die Teilnehmer einbrachten und zusammenarbeiteten. Wir saßen in einem Raum mit einer furchtbaren Akustik und räumlichen Enge, aber es störte überhaupt nicht. Mich faszinierte die Bereitschaft und Intensität der Leute, die da waren. Es gab mir Hoffnung, dass es uns möglich sein wird, unsere sozialen Ressourcen zu steigern und so zusammenwachsen zu können.

Heute liegt für mich der Fokus darauf, Meditation in mein Arbeitsleben zu integrieren. Meditation kann eine Unternehmenspraxis sein, so ist es seit fünf Jahren in meiner Firma. Es begann in den Sitzungen unserer Geschäftsführung, sogar während Geschäftsterminen und Vorstandssitzungen wurde gemeinsam meditiert. Dort herrschte solch eine Bereitschaft und Offenheit, etwas gemeinsam zu schaffen und diese Übungen zu teilen, die intrinsisch mit deinem Wesenskern

und deinen wahren Fragen verbunden sind. – Man ermutigt sich gegenseitig, indem man ausprobiert und vorbereitet. Meditation im Betrieb, Spiritualität in Organisationen, ist so essenziell für anthroposophische Kontexte und Institutionen. Es ist maßgeblich, Möglichkeiten für Meditation und Übung zu schaffen, die der Zukunft dienen, deinen Klienten und Kindern, nicht nur dem eigenen Spaß und Wohl. Und dabei versucht man, das Denken, Fühlen und Wollen zusammenzuführen. Dafür sind auch soziale Kunst oder Kunst mit sozialem Bewusstsein notwendig sowie neue situationsbezogene Rituale, bei denen einem bewusst wird, was wichtig ist.

Ich sitze im Vorstand der niederländischen Anthroposophischen Gesellschaft. Dort entwickeln wir Möglichkeiten, die Grundsteinmeditation zu praktizieren. Wir sind dabei, sie zu einem Instrument auszubauen. So können wir über unsere Probleme sprechen, auf eine dreigliedrige Art und Weise. Wir müssen unsere Kultur der Scham überwinden. In unserer Gesellschaft geht es nicht nur um das Studieren von Steiners Schriften, sondern auch um die Begleitung von inneren menschlichen Kämpfen. Es ist mir ein Bedürfnis, in diese Richtung weiterzuarbeiten. Man kann diesen Prozess auch durch neue Rituale unterstützen. Es klingt ungewöhnlich, aber man kann weitergehen als Zitate, Mantras oder Kerzen. Dafür bedarf es Mut, Mut zu entdecken und zu forschen. Das versuche ich gerade zu tun.

Und genau das erfuhr ich in der «Living Connections»-Tagung. Man muss zwar individuell für sich meditieren, aber man kann gemeinsam daran arbeiten. Wenn man sich bewusst ist, was man tut, und darüber spricht, muss es nicht unfrei oder gefährlich sein. Es ist im Gegenteil ein natürlicher Teil unserer Zeit – gemeinsam zu wirken. Wenn man sich gegenseitig vertraut, kann man einen Personenkreis für die Zukunft aufbauen. Überall kann man Kontexte schaffen, in denen ein gemeinsames Bewusstsein geteilt wird und in denen man auf ein größeres Ziel hinarbeitet.

Unternehmenspraxis

Heute sind wir im Gespräch mit Pim Blomaard. Er sagt gern: «Für die zukünftige Entwicklung einer Organisation und eines Mitarbeiters sollte Meditation zur Unternehmenspraxis werden!»

Er studierte Philosophie, arbeitete als Lehrer und leitete viele Jahre eine anthroposophische, heilpädagogische Organisation. Die Raphaël-Stiftung kümmert sich um Menschen mit geistiger Behinderung und ist in den Niederlanden, auch in der Psychiatrie und Pflege, mit insgesamt 1400 Mitarbeitern an verschiedenen Standorten tätig. Pim teilt die Inspiration, die von der anthroposophischen Vision ausgeht, dass die individuelle Entwicklung von Klienten und Mitarbeitern an erster Stelle stehen und dass in einem intensiven Gemeinschaftsleben der Kunst und Kultur viel Aufmerksamkeit gelten muss. Zurzeit arbeitet er als Leiter des Bernard-Lievegoed-Forschungszentrums an der Freien Universität Amsterdam. Er arbeitet auf dem Gebiet der Praktischen Theologie und forscht in den Bereichen Sonderpädagogik, Ethik und Sozialtheorie. Er ist Berater auf dem Gebiet der anthroposophischen Identitätsentwicklung in der Raphaël-Stiftung.

Nach Ansicht von Pim ist anthroposophische Meditation eine Unterstützung für die alltägliche Praxis und die Arbeitsfähigkeit, weil sie sowohl das innere Gleichgewicht als auch die größere Bedeutung der eigenen und der gemeinsamen Aufgabe anspricht. Eine Person, die um der Selbstentfaltung willen meditiert, tut es zugleich um der anderen Menschen und Wesen willen. **17**