

איש חכם היה

רודולף שטיינר היה פילוסוף, מורה רוחני ואדריכל אוסטרי ידוע שפעל בשלהי המאה ה־19 ותחילת המאה ה־20. שטיינר הוא גם אבי תורת האנתרופוסופיה, "חוכמת האדם", שהציעה לפעול בעולם היומיומי מתוך נקודת מבט רוחנית. מטרתה היא חיזוק היכולת להתמודד עם מפגשים מגוונים שהגורל מזמן בחיים ובו בזמן פתיחת האפשרות לקיומן של מציאויות רוחניות בחיי היומיום



לפני כחמש שנים לקחתי שיעורי מבוא לאנתרופוסופיה. בשיעורים הראשונים קראנו יחד מספרו של רודולף שטיינר "גוף, נפש, רוח" וניסינו להבין יחד כקבוצה את המשמעות הפנימית של המסרים השונים ואת התאמתם לחיים שלנו בהווה. הייתה זו משימה לא קלה בלשון המעטה, אבל המשכנו להגיע, חדורי מוטיבציה ורצון גדול להבין משהו, אפילו קטן, על התורה הזאת מלאת התבונה שהגה וכתב שטיינר. אפשר לתאר את תורתו של שטיינר כפורצת דרך. כ"רואה רוחי", כפי שכונה אז, שטיינר תיאר עולמות שונים הקיימים מחוץ לחוויה החושית שלנו. הוא נגע בתחומי חיים שונים ומגוונים, כגון חינוך, חקלאות ופסיכולוגיה, והרחיב את נקודות המבט בהתבוננות מתוך העולם הרוחני. הוא גם היה הראשון שקרא לרוחניות "מדע", מה שעד היום נחשב למעורר מחלוקת.

מי אתה שטיינר

רודולף גיזוף לורנץ שטיינר נולד בפברואר 1861 בעיר קראליביצה, שהייתה חלק מהאימפריה האוסטרו-הונגרית והיום נמצאת בקרואטיה. אביו היה מנהל של תחנת רכבת והמשפחה נדדה הרבה ממקום למקום.

כילד, שטיינר גילה כי הוא חי בשני עולמות שהם מציאותיים באופן שווה - העולם החיצוני, שלו כולנו שותפים, והעולם הפנימי, שהוא מציאותי בשבילו באותה מידה, ובו הוא יכול להתנסות, לחוות, לשמוע ולגעת. הוא היה בסך הכול בן שבע כשגילה שכשהוא משתף אנשים סביבו בנושא הזה, בדרך כלל צוחקים עליו ומבזים אותו. לפיכך, הוא למד לשמור על שתיקה בכל הנוגע לחווייתו את העולם הפנימי. שנה לאחר מכן, מצא שטיינר במשרדו של המורה שלו ספר שריתק אותו ושינה את עולמו. היה זה ספר גיאומטריה שהכניס בו את הביטחון בכך שאכן יש תחום הנקרא "החוויה האנושית", שנגיש רק למחשבה האנושית, לא לתפיסה החושית החיצונית, ושמוסכם כי הוא אכן "אמיתי". אביו של שטיינר רצה שיהיה מהנדס, ולכן בהיותו בן 11 נשלח שטיינר לווינה ללימודי מדעים, ולמד מתמטיקה, כימיה, פיזיקה וביולוגיה. שם, כשמלאו לו 14 שנים, פגש לראשונה את ספרו של עמנואל קאנט "ביקורת התבונה הטהורה". שטיינר מספר באוטוביוגרפיה שלו כמה היה חשוב לו לחסוך כל מטבע שהרוויח כדי לקנות את ספרו של קאנט, אף שהשתתף בפרנסת המשפחה שלו. הוא נתן שיעורים



gettyimages®
adoc-photos

פרטיים לנערים בני גילו או צעירים ממנו ועזר להם במבחנים, וכך הרוויח כסף לצד ניסיון הוראתי עשיר. לבסוף קנה שטיינר את הספר ולמד אותו לפרטי פרטים. לעתים הוא קרא אותם עמודים שוב ושוב במטרה להבין את הנכתב כדי שיוכל לחשוב את המחשבות האלה מתוך עצמו. שטיינר הצעיר נהפך להוגה רוחני ולפילוסוף, ובהמשך אף הפריך את טענותיו של קאנט עצמו, שהצהיר כי יש גבולות אבסולוטיים לידע האנושי. נקודת המבט של שטיינר הייתה ההפך הגמור מכך, והובילה אותו לגישה חדשה ומעמיקה לחינוך, לפילוסופיה, לאדריכלות ולתחומים נוספים. ספר חדש בהוצאת אסטרולוג יצא לאור ומכיל כתבים נכבדים של שטיינר תחת השם "מבחר כתבים - איך ליישם את האנתרופוסופיה להשגת חיים רוחניים טובים יותר". הספר מביא את שלושת ספרי היסוד של תורת האנתרופוסופיה במלואם, וכן פרקים והרצאות רחבות מתוך ספרים המייצגים את הגותו ואת דרכו של שטיינר. תורתו של שטיינר רחבה, עמוקה וכוללת תחומי חיים רבים. נדמה כאילו אין באמת גבולות לידע שהעניק שטיינר במתנה לעולם האנושי.

כ"רואה רוחי", רודולף שטיינר תיאר עולמות שונים הקיימים מחוץ לחוויה החושית שלנו. הוא נגע בתחומי חיים שונים ומגוונים, כגון חינוך, חקלאות ופסיכולוגיה, והרחיב את נקודות המבט בהתבוננות מתוך העולם הרוחני. הוא גם היה הראשון שקרא לרוחניות "מדע", מה שעד היום נחשב למעורר מחלוקת

חוכמת האדם

"אנתרופוסופיה" פירושה "חוכמת האדם", מיוונית: "אנתרופוס" - "אדם", "סופיה" - "חוכמה". האנתרופוסופיה, התרומה המשמעותית ביותר של שטיינר לבני האנוש, עלתה בשנת 1913 כתנועה רוחנית נפרדת ועצמאית מהאגודה התיאוסופית, שאליה השתייך שטיינר בראשית דרכו. משימתה המרכזית הייתה להציל את האנושות ממטריאליזם ומחילון. שטיינר ידע שכדי שהאבולוציה - היצירה העילאית של הבריאה - תמשיך בכיוון אורגני ובריא, העולם והאדם - שניים שהם למעשה אחד - חייבים להיתפס ולהיחוות

תרגיל חשיבה

כדי שהרעיון הנכון יעלה ברגע הנכון, כדאי לאמץ את עצירת המחשבות. למשל, אדם שוכב לנוח במשך שעה. אם הוא שם לב שהמחשבות שלו רצות בחופשיות ושבעיה שמטרידה אותו עולה, עליו ללמוד לומר לעצמו: "כעת אני נח ולכן אחשוב על משהו שאני בעצמי בחרתי לחשוב עליו". הדבר שיעלה במוחו אל המודעות יעלה מתוך רצונו החופשי. הכוונה בתרגיל זה היא להתרחק משגרת החיים הרגילה בחשיבה. כשמבצעים תרגיל זה שוב ושוב, הרעיונות עולים בזמנים הנכונים והמחשבות הנכונות קורות כשיש בהן צורך. (מתוך: "מבחר כתבים")

כמציאות רוחנית עמוקה ואמיתית. האנתרופוסופיה אינה יכולה להתבצע בחלקה, אלא כמכלול של התרבות כולה - שילוב המדע, הדת, האמנות ובעיקר החינוך כאחדות אחת. עבודת האנתרופוסופיה היא חידוש של התעלומות הקדומות - יצירה של חברה חדשה ובריאתה על ידי, בתוך ודרך בני האדם עצמם. הצעד הראשון בהבנת האנתרופוסופיה הוא התמקדות בחשיבה מעשית. כדברי שטיינר, "לכל אחד שחושב שמחשבה היא רק פעילות המתרחשת בתוך הראש או הנפש לא יכולה להיות התחושה הנכונה בנוגע לחשיבה [...] כשהאדם חושב על דברים, הוא או היא חושבים מחדש את מה שכבר נמצא בהם" (מתוך: "מבחר כתבים").

הצעד הראשון בבריאת העולם החדש על פי שטיינר הוא קבלת העובדה כי מה שאנחנו חושבים מקורו אינו במוחנו או בנפשנו. למעשה, אנחנו מתחברים למחשבות שקיימות כבר במרחבים סביבנו, וזה מזמין אותנו להתרחב אל מעבר לגבולות הקיימים שאנו מכירים בתוכנו. ההתרחבות לעולמות המחשבה מאפשרת לנו גישה נכונה יותר לחיים היומיומיים.

"אדם חייב לומר לעצמו באופן פנימי 'איני יודע עדיין מה הקשר (בדבר שבו אני מתבונן), אך אתן לדברים אלה לצמוח בתוכי ואם אמנע מספקולציה הם יגרמו למשהו בתוכי'" (מתוך: "מבחר כתבים").

זהו אחד העקרונות שהדהימו אותי בלימודי האנתרופוסופיה - הדגש על סבלנות ואפשרו, על לתת לדברים לעלות

מתוך עצמם. זה מגיע כשאנחנו מייצרים מרחב בטוח מספיק בתוכנו ומאמינים כי המחשבה שאנו מתחברים אליה היא המחשבה הנכונה ברגע נתון. זוהי עשייה מחשבתית עם אפס מאמץ.

גוף, נפש, רוח

על פי שטיינר יש שלוש פנים למהות של האדם - גוף, נפש ורוח. במילה "גוף" שטיינר מתכוון לחלק שדרכו מתגלים לאדם העצמים בעולם הסובב אותו; משמע, כל מה שאדם תופס באמצעות החושים שלו. המילה "נפש" מציינת את החלק שדרכו

קושר האדם את העצמים סביבו בישותו וחוה דרכם גם את הרגשות - נעים או לא נעים, שמחה או צער. במילה "רוח" הכוונה למחשבה של האדם על העצמים, ליכולת ההתבוננות שלו בעצמים בסביבתו.

התחום הגופני קל יותר לתפיסה, אך התחום הנפשי - פחות. אי אפשר לתפוס את התחום הנפשי באמצעות החושים. מדובר בקודש הקודשים של האדם, שאותו הוא נושא בקרבו כעולמו הוא. רוחו של האדם היא היכולת שלו להתעלות מעצמו ולגלות את המשמעות שיש לעצמים ולדברים מחוצה לו. זהו מקום מרוחק יותר מהרגש; מקום שבו המחשבה מתייחסת לעולם באופן עילאי.

"כך האדם הוא אזרח של שלושה עולמות. על ידי גופו הוא שייך אל העולם שקולט דרך גופו; על ידי נפשו הוא בונה לו את עולמו-הוא; על ידי רוחו מתגלה לו עולם שהוא נעלה משני האחרים" (מתוך: רודולף שטיינר - "גוף, נפש, רוח", הוצאת מיכאל).

שטיינר עושה חלוקות נוספות גם בתוך המהות הזאת ומזכיר בכתביו ארבעה חלקים יסודיים הקשורים לאותן מהויות - הגוף הפיזי, הגוף האתרי (גוף החיים), הגוף האסטרלי והאני. הוא מדגיש כי הגוף האסטרלי, המחובר הן לחלק של הנפש והן לחלק של הרוח, הוא החשוב והמשמעותי ביותר ביחס לבריאות האדם. אם כל דבר שאדם עושה כפוף לרצונו של הגוף האסטרלי, נוצרת מלאות בקיומו שבהכרח

מייצרת בריאות. הגוף הפיזי הוא הגוף המשותף לבני האדם ולעולם המינרלי. הגוף האתרי הוא הגוף העליון הראשון שמשולב בתוך הגוף הפיזי ונפרד ממנו רק במוות. בעקבות שני החלקים האלה, בא הגוף האסטרלי, הנושא בחובו אינסטינקטים, דחפים, רגשות ותשוקות לצד התוכן המשתנה של התחושה והמחשבה. החלק הגבוה ביותר שלנו הוא כוחה של המודעות העצמית, המתבטאת באני.

ארבעת מזגי הרוח

המזג, הטמפרמנט, הוא אותו גוון יסודי באישיותו של אדם הממלא תפקיד חשוב באינדיבידואליות שלו בחיים המעשיים. שטיינר אומר, ובחוכמה, כי רבים מהמעשים שלנו מושפעים מהאישיות שלנו, ולכן עלינו להכיר את המזגים השונים שלנו כדי להכיר אותנו.

כאמור, יש ארבעה חלקים המתקיימים בישות האדם - הפיזי, האתרי, האסטרלי והאני - והם משתלבים באופן שנקבע על ידי זרימתם של שני זרמים יחד עם כניסתו של האדם אל העולם הפיזי. אחד מארבעת החלקים משיג עליונות על האחרים ומטביע בהם את חותמו, וכך נוצר המזג. מזג כולרי. המקום שבו האגו משתלט, האני טיפוסים אלו חייבים לפעול כל הזמן בדרך

תרגיל התבוננות עצמית

תרגיל מועיל מאוד להתחברות למהותנו. זהו ניסיון לראות כיצד אנחנו הולכים, מניעים את ידינו ואת ראשונו, צוחקים וכדומה. זהו דין וחשבון לעצמנו כדי להגיע לתמונה מנטלית של עצמנו. התבוננות זו יכולה להביא לשינוי הדבר שאנו עושים באופן שאותו אנו עושים. למשל, שינוי כתב היד שלנו או שינוי ההליכה שלנו. התבוננות זו עשויה להשפיע באופן רצוי על התגבשותו של הגוף האתרי שלנו וכן על הפיקוח של הגוף האסטרלי על הגוף האתרי. כשאנחנו צופים במחוות שלנו, מתבוננים במה שאנו עושים, יש לנו תמונה מנטלית של מעשינו והפיקוח של הגוף האסטרלי על הגוף האתרי נהפך לחזק יותר ויותר. (מתוך: "מבחר כתבים")



צילום: שאנטרסטוק

שלחם. הם מתאפיינים בתוקפנות ובנחישות הנובעות ממחזור הדם שלהם. מזג סאנגוויני. במקום שבו הגוף האסטרלי משתלט, אנו מוצאים מזג חם ומלא חיים. אלו אנשים שנכנעים לזרם הקבוע ולמגוון של תמונות, של תחושות ושל רעיונות. תכונה זו נובעת ממערכת העצבים שלהם. מזג פלגמטי. המקום שבו גוף החיים, הגוף האתרי, משתלט. מדובר באנשים שעסוקים בתהליכים הפנימיים שלהם ומאפשרים לאירועים חיצוניים לקרות באופן טבעי, ללא התערבות, בעוד תשומת לבם מכוונת פנימה. מזג מלנכולי. המקום שבו הגוף הפיזי משתלט. טיפוסים אלו מרגישים כי אין הם אדונים לגופם וחווים כאב או דיכאון. החלק המעניין בפרשנות של שטיינר לגבי כל אחד מהטיפוסים האלה הוא האופן שבו המזג מתבטא גם ברמה החיצונית - מבנה הגוף, קלסתר הפנים וכדומה. כמובן שארבעת הטיפוסים האלה אינם מתבטאים בצורה הטהורה. לכל אדם יש מזג בסיסי אחד עם מידות משתלבות של שלושת האחרים. בהבנת המזגים חשובה היכולת שלנו לקבלם כשאנו פוגשים בהם ברמה היומיומית. זהו אחד מהעקרונות של החינוך האנתרופוסופי, שאינו מתעסק בשאלה מה חסר לילד כדי להחזיר בו את החסר לו, אלא מתמקד במה שיש לילד ומתבסס על כך. עלינו להבין את המזג של הילד ולעבוד איתו.

צילום: שאטרסטוק



הצעד הראשון בהבנת האנתרופוסופיה הוא התמקדות בחשיבה מעשית. כדברי רודולף שטיינר, "לכל אחד שחושב שמחשבה היא רק פעילות המתרחשת בתוך הראש או הנפש לא יכולה להיות התחושה הנכונה בנוגע לחשיבה. כשהאדם חושב על דברים, הוא או היא חושבים מחדש את מה שכבר נמצא בהם"

התשוקות שלנו כפי שנוצרו בתוכנו, ובמיוחד את ההרגלים שלנו. אולי האמת הזאת יכולה להעניק לנו הבנה טובה יותר של מה בדיוק עלינו לפתח ולהרחיב ואולי אף לשנות בתוכנו, בלי שיהיה לכך בהכרח קשר למחשבות שלנו.

מיתוסים והשתקפותם

סיפורים ומיתוסים עוברים כחוט השני בתיאוריות של שטיינר ומספקים רקע מתאים להבנת הנושאים השונים שעליהם

במי שגורמים לנו סבל. במשנתו הוא מסביר על הקשרים האישיים האלה ועל משמעותם בחיינו. "כשאנו עוברים אל החיים שבין המוות ללידה מחדש - כלומר, אל החיים הרוחניים - [...] אנו נפטרים מהגוף הגשמי שלנו. [...] אנחנו נפטרים, למעשה, באותה המידה מכל המחשבות המופשטות שנוצרו בנפשנו באותה המידה" (מתוך: "מבחר כתבים"). שטיינר אומר כי קל לנו יותר לקחת איתנו את המזג שלנו, את הדחפים שלנו ואת

התגשמות שנייה וקארמה

שטיינר מתייחס רבות לגלגול נשמות ולהשפעתו על החיים הנוכחיים של הפרט. הוא גורס כי כל כאב שפוקד אותנו מגיע עקב המגרעות שלנו שהבאנו עמנו מהתגשמויות קודמות. הישות החכמה שבתוכנו, שפחות מחוברת לפן האישייתי שלנו, בוחרת באופן ברור את הדרך אל הכאב ואל הסבל. חשוב לנו לסבול מכיוון שבאמצעות הסבל הקיים בחיינו, פנימי או חיצוני, אנחנו מבטלים אחד מפגמינו ועוברים שינוי למשהו טוב יותר. אם אנחנו חשים בשמחה ובאושר יותר מאשר בכאב ובסבל, זהו סימן לכך שהתקרבונו אל המקום שבו אנחנו טובים יותר. הקארמה אינה רק הסבל או השמחה בחיינו; היא קשורה גם באנשים שאנחנו פוגשים בחיינו ושאליהם אנו קשורים בדרכים שונות כקרובים וכחברים, וגם



"גתנאום", דורנן שווייץ. מרכז האנתרופוסופיה העולמי. שעוצב על ידי שטיינר ונקרא על שמו

הוא מדבר, כחלק מההבנה של ההרגלים שהבאנו עמנו מגלגולים קודמים. הרגלים אלו, מקורם בתודעה משותפת שהייתה בזמנים עתיקים וכללה תפיסות שונות של אלוהויות שזרמו בין התרבויות השונות. יש דוגמאות רבות לאופן שבו תודעות השפיעו זו על זו בתרבויות עתיקות; אותן תודעות שאולי מופיעות אף אצלנו כיום. אחת הדוגמאות המרתקות היא הסיפור על אלי יוון. שטיינר מתאר כי המיקרוקוסמוס נשלט על ידי שלושת גזעי האלים - גיאה ואוראנוס, ריאה וכרונוס, והרה וזאוס. בזמן שהם שלטו, בני האדם כבר היו קיימים - כלומר, אין הם אלו שיצרו את בני האדם - אבל יש להם תפקיד בחיי האנושות. זה שונה כמובן מהתנ"ך, הברית הישנה, שם היה חיבור ברור בין אל לבריאת האדם.

אם כן, מהו תפקידם של אותם אלים? על פי היוונים, האלים היו ישויות שיכלו לדמיין. היה ברור להם כי בני האדם התפתחו מישויות שניחנו בראייה עלחושית, באינטואיציה, בהשראה ובדמיון. הייתה הפרדה ברורה מאוד בין אדם לישות שיכולה לדמיין. אדם, בתקופת יוון, היה חלש יותר מהאל שיכל לדמיין. שטיינר חיבר בין גיאה ואוראנוס, האלים הראשונים, לאינטואיציה; בין ריאה וכרונוס - להשראה, ובין זאוס והרה - לדמיון. כלומר, בעידן קדום יותר, ראייה עלחושית התקיימה מחוץ לאדם והייתה קשורה באופן ישיר בדמיון, באינטואיציה ובהשראה.

מה הצבעים אומרים

להבדיל מטענתה של הפיזיקה כי עולם הצבעים שאנו רואים סביבנו קיים רק בחושינו כתנודות מסוימות של צורת החומר המעודנת ביותר הקרויה "אתר", שטיינר טען כי אנחנו צריכים להרגיש מה יש בצבע אם ברצוננו לחזור אל טבעו האמיתי, ולאפשר להרגשה שלנו להדריך אותנו. השלב הבא הוא לבטא את ההרגשות השונות בשעה שנשמטנו חווה אותן. כלומר, הצבע הוא תדר או שפה של הנפש, והוא לעולם אינו המציאות עצמה, אלא רק הדימוי שלה. החוקיות של הצבעים היא מתוך המהות הפנימית שלהם, מכיוון שכדי להבין משהו יש לחקור את המהות שלו מתוך עצמו.

"עולם הצבעים אינו המציאות; אפילו בטבע עצמו הוא רק דימוי. הדימוי של חסר החיים הוא שחור; של החי הוא ירוק. דימויה של הנשמה הוא ניצת האפרסק, ושל הרוח - לבן" (מתוך: "מבחר כתבים"). אפשר להיכנס אף יותר לעומק הצבעים ולהבין גם את התנועה הפנימית המתרחשת בהם. שטיינר וממשיכי דרכו העמיקו בכך ויצרו פלטה של משמעותיות בהבנת העולם הנפשי הרוטט באמצעות הצבע.

תודעה משנה מציאות

תרומה משמעותית ביותר של שטיינר לחברה שלנו היא הלגיטימציה והאישור שהוא העניק לעולם הפנימי של כל אינדיבידואל. שטיינר למד לסמוך על עולמו שלו, וככל שהעמיק בהבנתו בתוך עצמו - כך יכול היה להביא עוד פרשנויות לחיים האנושיים ולאפשר גדילה של החברה האנושית כפי שאנו מכירים אותה. מרכז בשם "גתנאום", הנמצא בדורנן שבשווייץ, בסמוך לבזל, הוא מרכז האנתרופוסופיה העולמי. המבנה עוצב על ידי שטיינר ונקרא על שמו של יוהן וולפגנג פון גתה, פילוסוף ואיש רוח מפורסם שהשפיע על שטיינר רבות. מבט קצר במבנה המרשים הזה, שנוצר באסתטיות רבה, ממחיש את אהבתו הרבה של שטיינר לגיאומטריה ומציג בדרך יצירתית את השונות ואת הייחודיות של האנתרופוסופיה בעולם.

אנתרופוסופיה בארץ

האנתרופוסופיה היא תנועה עולמית שלא פסחה על מדינת ישראל, במיוחד בתחומי האמנות, הרפואה, החינוך ואף הפוליטיקה. זוהי דרך רוחנית שבה יש חופש לפרט לבטא את עצמו ולייצר עוד אפשרויות לחיים רוחניים ומעשיים. חינוך ולדורך מבוסס על המדע של הישות האנושית השלמה. הוא מתייחס לתלמידים בירת כבוד, כאל יצורים מתפתחים, כאילו הם צמח זעיר שאין מתערבים בהתפתחותו, אלא מספקים לו את כל התנאים להזנה כדי שיתפתח מתוך עצמו. בארץ קיימים יותר ממאה גני ילדים וכ-20 בתי ספר ברוח האנתרופוסופיה, וכן קהילות שיקומיות שיתופיות, כגון כפר רפאל ליד באר שבע.

מקורות

שטיינר, ה. (1963). "גוף, נפש, רוח", הוצאת מיכאל (תרגום: נחמן בר שלום)

שטיינר, ה. (2017). "מבחר כתבים: איך ליישם את

האנתרופוסופיה להשגת חיים רוחניים טובים יותר", הוצאת אסטרולוג

