

# Medizinisch-Pädagogische Konferenz

Rundbrief für in der Waldorfpädagogik tätige  
Ärzte, Erzieher, Lehrer, Eltern und Therapeuten



Heft 79/November 2016

## Impressum

### Herausgeberin

Dr. med. Claudia McKeen, Bauschweg 6, 70188 Stuttgart  
Fax 0711 - 259 19 97, E-Mail: [claudia@mckeen.de](mailto:claudia@mckeen.de)

Die Medizinisch-Pädagogische Konferenz erscheint viermal im Jahr in Zusammenarbeit mit dem Bund der Freien Waldorfschulen.

Jeder Autor ist für den Inhalt seines Beitrags selbst verantwortlich.

Nachdruck einzelner Artikel ist nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung der Herausgeberin möglich, drei Belegexemplare werden erbeten.

Die Herausgeberin freut sich über Artikel und Zuschriften.

### Abonentenservice und Anzeigen

Eveline Staub Hug, Ehrenhalde 1, 70192 Stuttgart  
Fax 0711 - 351 691 97, E-Mail: [med-paed-konferenz@gmx.net](mailto:med-paed-konferenz@gmx.net)

Konto: Bund der Freien Waldorfschulen e. V.  
Medizinisch-Pädagogische Konferenz – Eveline Staub Hug  
Bank für Sozialwirtschaft Stuttgart  
IBAN DE25 6012 0500 0008 7124 00 – BIC BFSWDE33STG

Der Kostenbeitrag pro Heft beträgt € 4.– zzgl. Versandkosten und wird bei den Abonnenten per Lastschriftinzugsverfahren einmal im Jahr im Voraus abgebucht. Bei Bestellung von Einzelheften Entgelt bitte im Voraus überweisen oder in Briefmarken beilegen (Deutschland € 6.–, Ausland € 8.–).

Redaktionsschluss für das nächste Heft: 15. Januar 2017

# Medizinisch-Pädagogische Konferenz

Rundbrief für in der Waldorfpädagogik tätige  
Ärzte, Erzieher, Lehrer, Eltern und Therapeuten

Heft 79 – November 2016

Herausgeberin: Dr. Claudia McKeen

## Inhalt

---

<i>Claudia McKeen</i>	Liebe Leserinnen und Leser	3
<i>Mareike Kaiser</i>	Eurythmietherapie bei Zahnfehlstellungen (bei zwei Kindern mit offenem Biss)	5
<i>Heinz Zimmermann</i>	Was sind die Bedingungen, um im freien Geistesleben verantwortlich zu wirken?	51
<i>Bernd Kalwitz</i>	Der freie Wille und die drei Blutstropfen im Schnee	74
<i>Oswald Sander</i>	Das 30. Jahr	82
<i>Petra Maria Stemplinger</i>	Die „ich.live“-Methode Ein psychoedukatives Tool für die psychosomatische und -therapeutische Arbeit mit Jugendlichen	87
<i>Annette Robert</i>	Massage nach Dr. Simeon Pressel Hilfe und Begleitung	99
<i>Rudolf Steiner</i>	Wirkungen der Erziehung im Lebenslauf - Metamorphosen der Leibgestaltung - Zahngesundheit und Geschicklichkeit der Glieder	106

## Tagungsberichte

<i>Claudia McKeen/ Till Reckert</i>	Treffen der Kindergarten- und Schulärzte Regionalgruppe Süd	109
---	--	-----

---

## Buchbesprechungen

<i>Monika Ley (Hrsg.)</i>	Ein Werdender sein. Helmut von Kügelgen. Ein Kämpfer für die Kindheit. ( <i>Claudia McKeen</i> )	110
<i>Gabriele Pohl</i>	Angsthasen, Albträumer und Alltagshelden ( <i>Ingeborg Becker-Textor</i> )	110

---

## An den Leserkreis – aus dem Leserkreis

<i>Gabriele Pohl</i>	„We don't need no education ...“	112
----------------------	----------------------------------	-----

---

## Aktuelle Infos

- Mikroplastik in Kosmetikprodukten – die unsichtbare Gefahr!	115
- 800 Tonnen Antibiotika	117
- Antibiotika und chronische Sinusitis	117

---

## Tagungsankündigungen

- Kindergarten-Schulärzte-Treffen. 3. Dezember 2016 in Stuttgart	118
- 22. Fachtagung zur anthroposophischen Kinder- und Jugendpsychiatrie „Der Wille und seine Störungen im Kindes- und Jugendalter“. 10./11. März 2017 in Witten	119

---

Bestellformular	120
-----------------	-----



*Liebe Leserinnen und Leser,*

Kennen Sie den Begriff „**postfaktische Zeit**“? Wissen Sie, dass wir in einer postfaktischen Zeit leben, und was das heißt? Mir war der Begriff neu als ich ihn unlängst in einem Artikel in der „Stuttgarter Zeitung“ las, der mich aufrüttelte und aus dem ich Ihnen berichten will. Er handelt davon, wie Politiker lügen und Fakten verdrehen oder leugnen. Wie Fakten und damit die Wahrheit sich immer mehr in Meinungen auflösen. Postfaktische Zeit heißt, dass es nicht mehr primär um Fakten geht, sondern vielmehr um Meinungen und Gefühle, um Überzeugungen. Der amerikanische Wahlkampf und Donald Trump insbesondere sind dafür beispielhaft. Trump spricht selten über Tatsachen, aber über Überzeugungen, die so vorgetragen werden, dass sie gefühlte Wahrheiten werden. Er nennt das „ehrliche Übertreibungen“. Damit ist er in guter Gesellschaft, Georg Pazderski von der Berliner AfD formuliert das so: „Das, was man fühlt, ist auch Realität.“

Die Massenvernichtungswaffen im Irak, die als Kriegsgrund herhalten mussten gegen Hussein, waren von George W. Bush erfunden, und Ronald Reagan leugnete noch Monate, nachdem sie bekannt geworden waren, dass es Waffengeschäfte mit dem Iran gegeben hatte. Er sagte: „Mein Herz und meine besten Absichten sagen mir, dass es wahr ist, aber die Tatsachen und der Augenschein sagen das Gegenteil.“

Von Angela Merkel wird in dem Artikel eine Aussage im Bundestag zitiert: „Postfaktische Zeit, das soll wohl heißen, die Menschen interessieren sich nicht mehr für Fakten, sie folgen allein den Gefühlen ... Wenn wir anfangen, dabei mitzumachen, wenn Fakten beiseite gewischt und ignoriert werden, dann sind konstruktive Antworten in der Sache nicht mehr möglich.“ Das klingt beruhigend, aber kann Politik denn ohne Lügen oder Unwahrhaftigkeiten auskommen? Schon Plato meinte, dass staatstragende Lügen zu tolerieren seien. Hannah Arendt spricht vom Streit zwischen Wahrheit und Politik: Niemand hat je bezweifelt, dass es um die Wahrheit in der Politik schlecht bestellt ist. Unerlässliche Voraussetzung aller Macht ist weniger die Wahrheit als die Meinung – und Kampagnen entscheidender als Fakten.

Wer lügt, gibt, wenn er ertappt wird, zu, dass er gelogen hat, und kennt den Unterschied zwischen Wahrheit und Lüge. Wer den Unterschied zwischen Gefühlen, Meinungen und Wahrheit nicht mehr kennt, untergräbt das Fundament der Demokratie, die Mündigkeit der Menschen sich an den Fakten ihr eigenes Urteil zu bilden und die Wurzel unserer Kultur: den Respekt vor der Wahrheit.

Immanuel Kant ist die unbedingte Wahrhaftigkeit ein „heiliges Vernunftgebot“. Jede Lüge, auch die Lüge in bester Absichten, sei verwerflich, weil sie die Würde der Menschheit in unserer eigenen Person herabsetzt.

Wahrheitsliebe und der Wille zur Wahrhaftigkeit ist dem Menschen eingeboren. Die Fähigkeit, überhaupt lügen zu können, bildet sich bei Kindern erst im Alter zwischen drei und fünf Jahren aus. Kleinere Kinder, Menschen mit Behinderungen wie Down-Syndrom oder Autismus können gar nicht lügen. Sie sind der geistigen Welt, in der es keine Lüge gibt, noch nahe.

Ich wünsche Ihnen allen eine gesegnete und lichtvolle Advents- und Weihnachtszeit.

Herzliche Grüße aus Brasilien,  
Claudia McKeen

## Viel Substanz zum Nachlesen

Sie suchen einen Beitrag oder ein Thema in früheren Heften?

Es gibt inzwischen fast 80 Rundbriefe „Medizinisch-Pädagogische Konferenz“. In ihnen liegen Schätze verborgen, die der eine oder die andere vielleicht noch einmal nachlesen möchte: Beiträge zur pädagogischen und therapeutischen Begleitung von Kindern und Jugendlichen, die substanzvoll, spirituell und oft von konkret lebenspraktischer Bedeutung sind. Die meisten dieser Beiträge sind im Online-Katalog der Rudolf Steiner Bibliothek in Stuttgart erfasst. Suchen können Sie dort nach Autor, Titel und Sachwort. Über die Internet-Adresse

**[www.rudolf-steiner-bibliothek.de](http://www.rudolf-steiner-bibliothek.de)**

kommen Sie direkt zum Katalog.

Telefonische Auskünfte, auch über Kopier- und Scan-Service, bekommen Sie von Ruth und Jörg Ewertowski.

Tel.-Nr. 0711 - 164 31 12

E-Mail-Adresse: [rsb@anthroposophische-gesellschaft.org](mailto:rsb@anthroposophische-gesellschaft.org)

*Ruth Ewertowski*

# Eurythmietherapie bei Zahnfehlstellungen (bei zwei Kindern mit offenem Biss)<sup>1</sup>

*Mareike Kaiser*

## 1. Einleitung

Seit mehr als zwanzig Jahren arbeite ich als Eurythmietherapeutin. Von Anfang an erlebte ich die Rezidivproblematik nach kieferorthopädischen Behandlungen bei Zahnfehlstellungen und Kieferverformungen. In meine Praxis werden oft Kinder gebracht, deren Mütter selbst schon eine kieferorthopädische Behandlung hinter sich hatten und – oft erst nach Jahren – feststellen mussten, dass ihre Zähne den ursprünglichen Zustand (Rezidiv) wieder eingenommen hatten. Sie realisierten, dass der zweifache Aufwand, die finanzielle Belastung und die Schmerzen während der Behandlung, umsonst gewesen waren. Ein ähnliches Geschick möchten sie ihren Kindern ersparen. So suchen sie einen anderen Weg und bringen ihre Kinder in eurythmietherapeutische Behandlung. Durch dieses Anliegen der Eltern sehe ich mich häufig in ein Spannungsfeld zwischen kieferorthopädischer Früh- oder Spätbehandlung hineingezogen. Denn häufig kommen Eltern in die Praxis, die nach kieferorthopädischer Beratung verunsichert sind und sich bedrängt fühlen, die Behandlung so früh wie möglich zu beginnen. Ihnen wird unverantwortliches Handeln vorgeworfen, wenn sie den Beginn des Zahnwechsels abwarten wollen und erst später, wenn der Gebisswechsel im Wesentlichen vollzogen ist (mit ca. 13 Jahren) mit der apparativ-mechanischen Behandlung beginnen möchten.

Im Wesentlichen liegen zwei verschiedene Ansätze für die kieferorthopädische Behandlung vor: Der eine geht davon aus, dass eine Regulierung am schnellsten und leichtesten durchzuführen sei, wenn die Knochen noch relativ weich und bildsam sind, wie dies im Kindergartenalter der Fall ist. Der andere vertraut mehr auf die natürliche Gebissentwicklung, weil sich nach Erfahrungen der Kieferorthopäden, die geneigt sind, den Gebisswechsel abzuwarten, noch vieles von selbst reguliert. „Der effektivste Zeitpunkt für eine orthodontische Behandlung ist, mit wenigen Ausnahmen, das frühe jugendliche permanente

---

1 Leicht gekürzter Ausschnitt aus der Thesis zum Master of Science (MSc) am Interuniversitären Kolleg für Gesundheit und Entwicklung Graz/Schloss Seggau (college@inter-uni.net)

Gebiss.“<sup>2</sup> Bei beiden Regulierungsarten wird jedoch eine physisch ansetzende Mechanik angewandt.

Durch Gespräche mit Kieferorthopäden ist mir bewusst geworden, dass konventionell arbeitende Kieferorthopäden anstreben, in relativ kurzer Zeit zu einem Ergebnis zu kommen, d. h. zu einer korrigierten Zahnstellung. Der Therapieprozess scheint mit der korrigierten Zahnstellung beendet zu sein, jedoch muss nach Abschluss der primären Regulierung oft noch über Jahre ein feststehendes oder herausnehmbares Gerät zur Retention getragen werden, um ein Rezidiv zu vermeiden: „Eine permanente, das heißt, lebenslängliche Retention ist der einzige Garant zum Schutz vor neuen Zahnfehlstellungen oder einem Rezidiv.“<sup>3</sup>

Daraus wird ersichtlich, dass die Korrektur der Zahnfehlstellung ausschließlich als körperliches Problem betrachtet wird. Die ganzheitliche Zahnheilkunde bemüht sich, nicht nur den Mundraum anzuschauen und zu korrigieren, sondern die Zusammenhänge zwischen den Zähnen und dem gesamten Organismus zu suchen, und vor allem auch seelische und geistige Aspekte im Menschen zu berücksichtigen. „Eine echte Kieferregulierung findet erst unter Einbeziehung der geistig-seelischen und sozialen Aspekte statt.“ Weiter heißt es dort: „Zähne sind Ausdruck der Persönlichkeit“.<sup>4</sup> So baut die ganzheitliche Betrachtungsart darauf, dass man sowohl in der Diagnose wie auch in der Therapie an die eigentlichen Ursachen der Gesamtpersönlichkeit herankommt.

Eine ganze Reihe von Veröffentlichungen im komplementären Bereich beschreiben die Zusammenhänge zwischen Zahnfehlstellungen (auch allgemein Erkrankungen im Mundbereich) und den lebendigen Prozessen im ganzen Körper unter Berücksichtigung seelischer Ursachen. Hier sei insbesondere auf das Grundlagenwerk Kraniofaziale Orthopädie von Erich Wühr<sup>5</sup> hingewiesen. In diesem Buch wird u. a. ausgehend von Schmerzpatienten der Zusammenhang zwischen Zahnfehlstellungen und Bewegungsbeschränkung dargestellt. Daraus resultiere die notwendige Zusammenarbeit zwischen ZahnärztInnen, OsteopathInnen und PhysiotherapeutInnen. Carmen Kannengießler, die in ihren Ausführungen die TCM (Traditionelle Chinesische

---

2 Spassov A., 2011

3 Polzar G., 2012

4 Edelmann J., 2001

5 Wühr E., S. 260, 2008

Medizin) einbezieht, weist darauf hin, dass sowohl der Arzneimittelverbrauch als auch – längerfristig – die Behandlungskosten gesenkt werden könnten, wenn man häufiger interdisziplinär und ganzheitlich PatientInnen behandeln würde.<sup>6</sup> Im Weiteren seien die Ausführungen von Wilhelm Balters, Johannes Edelmann, Michèle Caffin und Jürgen André erwähnt.<sup>7</sup>

Auf diesen Darstellungen will die vorliegende Studie aufbauen.

Mit der Eurythmietherapie kommt ein Gesichtspunkt hinzu; sie arbeitet mit dem sich im Raum bewegenden Menschen.

### 1.1 Forschungsfrage

Ist es möglich, bei Kindern im Volksschulalter (7–11 Jahre) eine Zahnfehlstellung – hier am Beispiel des sogenannten offenen Bisses – durch Eurythmietherapie ohne begleitende kieferorthopädische Zahnregulierung zu beeinflussen? Gibt es eine Therapie, die die Rezidivgefahr unterbindet? Kann die Zahneurythmietherapie dies bewirken?

### 1.2 Nebenfragen

1) Wie kann verständlich werden, dass die Verfasserin nach zwanzig Therapiejahren bei normalisierten Verhältnissen von keinem Rezidiv erfahren hat?

2) Als begleitende Therapie zur kieferorthopädischen Korrektur verkürzen sich die Behandlungszeiträume beträchtlich. Wie lässt sich dieser Aspekt begründen? Welche wirtschaftlichen Konsequenzen müsste dies haben?

### 1.3 Hypothese

Die Zahneurythmietherapie beruht auf einer Wirkungsweise, die die lebendigen und seelischen Entwicklungsprozesse anspricht und nicht isoliert auf der physischen Ebene mechanisch korrigiert. Daher werden durch die Zahneurythmietherapie Fehlstellungen nachhaltig korrigierbar.

### 1.4 Antithese

Die Zahneurythmietherapie kann eine ausreichend korrigierende Wirkung bei Zahnfehlstellungen nachhaltig nicht erreichen.

---

6 Kannengießer C., 2009

7 Balters W. 2004, Edelmann J., 2010; Caffin M., 2007; André J., 2010

## 2. Einführung

Die Zahneurythmietherapie ist ein Spezialgebiet der Eurythmietherapie. Diese wurde aus dem Verständnis der anthroposophisch-medizinischen Menschenkunde entwickelt, wie sie von Rudolf Steiner und Mitarbeitern anhand der physiologischen Prozesse, der seelischen Bewegungen und der geistigen Einflüsse im Menschen beschrieben worden ist.<sup>8</sup> Voraussetzung für diese Bewegungstherapie ist die Eurythmie. Diese sucht durch Gestik und Bewegung im Raum die Bewegungen der Seele nach innerer Gesetzmäßigkeit sichtbar zu machen. Sprachlaute und Musik (Ton), Wort und Harmonie entsprechen bestimmten Bewegungsabläufen. Diese Beziehungen wandeln sich in der Eurythmie zum therapeutischen Instrument.<sup>9</sup>

Zum Thema Eurythmietherapie im Allgemeinen gibt es eine Reihe von Veröffentlichungen, zusammengetragen in einer Bibliografie durch B. Hachtel.<sup>10</sup> Über Eurythmietherapie bzw. Heileurythmie, wie sie genannt wird, speziell bei Zahnfehlstellungen ist außer dem verdienstvollen, aber sehr kurz gehaltenen Zeitschriftenartikel von Gerard Willemsen<sup>11</sup> nur ein Hinweis auf die knappen Ausführungen von Peter Fischer-Wasels (1999) zu finden. Auf konkrete Eurythmietherapieübungen wird dort allerdings nicht eingegangen. Das sei Aufgabe einer gesonderten Forschungsarbeit. In diesem Sinne mag die vorliegende Arbeit ein erster Schritt sein; zumal sich in der medizinischen Datenbank PubMed kein einziger konkreter Hinweis auf Zahn-Eurythmietherapie findet. Die einzigen Veröffentlichungen zum Themenkomplex Zahnfehlstellungen und Eurythmietherapie finden sich in der Zeitschrift „Medizinisch-Pädagogische Konferenz“<sup>12</sup> und bei Ingvo Broich.<sup>13</sup>

Die Verfasserin arbeitet seit 1993 mit Claus Haupt, Zahnarzt aus München, zusammen. Er hat sich seine Erkenntnis über die Entwicklung der Zähne im Zusammenhang zwischen allgemeiner menschlicher Konstitution, Bewegungsdynamik, seelischer Befindlichkeit aus praktischer Erfahrung erarbeitet. Die Verfasserin hat seine Ergebnisse in der eigenen therapeutischen Arbeit mit Kindern überprüft und bestätigt gefunden und stützt sich momentan auf eine als Manuskript vorliegende Schrift von Klaus Haupt.

---

8 Steiner R. und Wegman I., GA 27, 1972

9 Steiner R., GA 278, 1956 und GA 279, 1968

10 Hachtel B., 2007

11 Willemsen G., 2002

12 Willemsen G., 2002

13 Broich I., 1992

Die anthropologischen Grundlagen Rudolf Steiners<sup>14</sup> dienen der Verfasserin als Hintergrund für die Arbeitshypothese. Die Eurythmietherapie und deren Spezialfall, die Zahneurythmietherapie, ist eine Therapie, die umfassend die verschiedenen Prozessebenen des Menschen einbindet. Der Patient wird angeleitet, mit seinen Gliedmaßen, dem Körper als Ganzes gesetzmäßig veranlagte Bewegungen auszuführen. Indem er diese eigenständig übt, entwickelt sich eine aktive Resonanz in den physiologischen Prozessen, die die Selbstwirksamkeit induzieren. Um den Satz: „Die Zahnstellung ist Ausdruck der Individualität“ aus anthroposophischer Sicht zu untermauern, werden im Folgenden einige Grundbegriffe aus der anthroposophischen Menschenkunde angeführt und beschrieben, um den Zusammenhang zwischen den Zähnen, der Eurythmietherapie und dem Wesensverständnis des Menschen deutlich zu machen.

## 2.1 Menschenkundliche Grundbegriffe

### 2.1.1 Die polare Zweigliederung des Menschen

Im ersten Vortrag der allgemeinen Menschenkunde<sup>15</sup> wird davon gesprochen, dass die geistige Individualität eines Menschen auch schon vorgeburtlich existiere, die sich in der Embryonalzeit mit dem aus der Vererbung gewonnenen Körperleib oder Leibeskörper erst im Laufe der irdischen Lebensjahre verbinde. Am Anfang des Lebens würden diese noch nicht zusammenpassen. Die eigene Entwicklung und die Wirkungen der sozialen Umgebung hätten das Ziel, diese beiden Glieder (Geistseele und Leibeskörper) in Harmonie, in Einklang zu bringen.

#### 2.1.2 Der dreiegliederte Mensch<sup>16</sup>

##### 2.1.2.1 Die Dreigliederung im Skelett

Im Knochenskelett trete die Dreigliederung der menschlichen Gestalt als Grundphänomen am deutlichsten zutage. Die Gestaltungsprinzipien von Kopf und Gliedmaßen stünden einander diametral gegenüber. Im menschlichen Kopf hätten wir im Wesentlichen eine Kugelgestalt vor uns, Arme und Beine hingegen seien mit ihren Röhrenknochen gestreckt. Dem menschlichen Skelett lägen also zwei polare Bildekräf-

---

14 Steiner R., GA 9, 2003; GA 13, 1962; GA 293, 1992

15 Steiner R., GA 293, 1992

16 Steiner R., GA 202, S. 28–35, 1993



tewirkungen zugrunde: die Sphäre bildenden Kopfkkräfte und die radial wirkenden Gliedmaßenkräfte. Von beiden Elementen – der Rundung des Kopfes und der Streckung der Gliedmaßen – seien im mittleren Bereich, dem Brust-Bauch-Raum, die Formen zwischen Kugel und Radius anzutreffen.<sup>17</sup>

#### 2.1.2.2 Die Dreigliederung im Funktionellen der Lebensprozesse

Die Dreigliederung des Menschen sei nicht nur in seiner Gestalt, sondern auch in den Lebensfunktionen erkennbar. In einem Vortrag Steiners<sup>18</sup> wird das folgendermaßen dargestellt: An der Peripherie habe der Mensch seine Sinne lokalisiert, die sich nach innen hin zu den Nerven fortsetzen. Durch sie könne er die Außenwelt als Sinneseindrücke in sich hereinnehmen und in Erinnerung bewahren. Das bezeichnet er als Nerven-Sinnes-System, dessen Zentrum im Kopf sei.

Alles, was am Menschen eine rhythmische Funktion erfülle, die Blutzirkulation und äußere sowie innere Atemfunktion, gehöre einem zweiten, dem Rhythmischen System, an. Die Quelle dieser Rhythmen beherberge der Brustraum mit dem Herzen.

Das dritte System sei das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System. Zu diesem Bereich gehörten die Verdauung und Fortbewegung als zusammenhängendes Kraftsystem. Die Verdauung liefere die Energie für Wachstum und Erneuerung sowie für Fortbewegung und Gliedmaßentätigkeit.

#### 2.1.2.3 Die Dreigliederung im Seelischen

Laut Rudolf Steiner fänden die drei beschriebenen Systeme ihre Zugehörigkeit auch in der Seele, die ihr Zentrum im Rhythmischen System habe und sich der funktionellen Strukturen aller drei Systeme bediene: die denkende Seele, die fühlende Seele und die wollende Seele. Mit dem Nerven-Sinnes-Leben hätten die mentalen Funktionen, wie z. B. das Vorstellen als Hirntätigkeit, zu tun. Das Gefühlsleben pulsiere mit dem Atem-Puls-Rhythmus. Was im menschlichen Stoffwechselleib wirke, hinge zusammen mit dem menschlichen Wollen. Zum Beispiel geschehe immer etwas im Stoffwechselsystem, wenn eine Willenstätigkeit vorliege.<sup>19</sup> Ein ähnliches Bild schildert

---

17 Vogel L., 1992; Mees L. F. C., 1981; Rohen J. W., 2002

18 Steiner R., GA 301, S. 26–41, 1991

19 Steiner R., GA 301, S. 30, 1991

Friedrich Schiller in seinen „Briefen über die ästhetische Erziehung des Menschen“. Dort werden die drei Qualitäten Denken, Fühlen und Wollen dem Formtrieb, Spieltrieb und Stofftrieb zugeordnet. Der Form- oder Gestalttrieb, der den Gesetzen der Vernunft folge, wünsche keine Veränderung, gehöre dem oberen Pol an (Denken). Er suche das Allgemeine. Alles Geometrische habe hier seine Heimat. Der Stofftrieb, den Schiller auch Leben in weitester Bedeutung nennt, der alles materielle Sein umschließt, und konkrete Lebenserfahrungen sammeln will, entspreche dem Wollen. Den Spieltrieb bezeichnet er als lebende (sich wandelnde) Gestalt. In dieser Formulierung lebende Gestalt macht Schiller deutlich, dass in dem Bereich des Fühlens die beiden Kräfte Denken und Wollen im Zusammenwirken ihre jeweilige Einseitigkeit überwinden. Darin erkennt Schiller das wahrhaftige schöpferische Leben. „... so ist sie (die lebende Gestalt – Anm. d. V.) als ein Zustand der höchsten Realität anzusehen“. Dieser wahrhaft schöpferische Bereich im Menschen wird im Verlauf der schillerschen Schrift unsere zweite Schöpferin genannt.<sup>20</sup>

#### 2.1.2.4 Die Dreigliederung im Geistigen

Die Dreigliedrigkeit fände sich auch im schöpferisch-geistigen Bereich des Menschen und zwar in den Bewusstseinssebenen. Im Vorstellen des Menschen sei der wache Geist tätig, im Fühlen der träumende und im Wollen der schlafende. Wenn man sich den Wachzustand richtig zum Bewusstsein brächte, würde man bemerken, dass er faktisch nur im Vorstellen vorhanden sei. Denselben Wachheitsgrad könne man unmöglich im menschlichen Fühlen suchen. Dort läge dieselbe Art des Erlebens wie im Träumen vor. Der Bewusstseinsgrad im Wollen sei nur dem bewusstlosen Schlafen vergleichbar.<sup>21</sup>

#### 2.1.3 Die Ebenen im Raum

Der Mensch lebt in den drei Dimensionen des irdischen Raums und bewegt sich in ihnen. Diese werden als Sagittalebene, Transversalebene und Frontalebene zu mathematischen Größen abstrahiert.

---

<sup>20</sup> Schiller F., 2005

<sup>21</sup> Steiner R., GA 301, S. 41, 1991

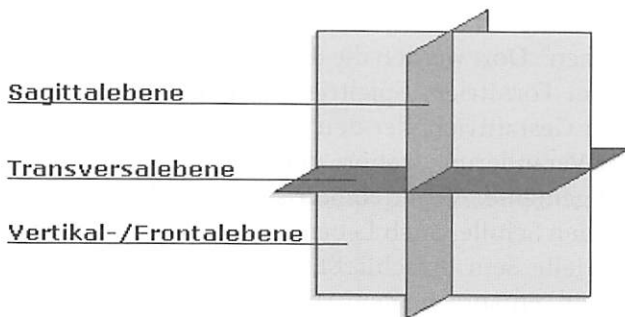


Abb. 1: Ebenen im Raum – Uwe Kurz

Das tatsächliche menschliche Erleben ist jedoch ein anderes. Die Dynamik der menschlichen Gestalt strebt in sechs Richtungen: oben/unten, links/rechts, hinten/vorne, die qualitativ unterschiedlich erlebt werden. Dass dies für den sich bewegenden, lebendigen Menschen von Bedeutung sei, führt Steiner im unten beschriebenen Zitat aus.

In einem Vortrag vom 9. April 1920<sup>22</sup> postuliert er, dass wir nicht über die drei Raumesrichtungen sprechen könnten, wenn wir sie nicht in unserem eigenen Wesen erleben würden. Das Verständnis für die vertikale Dimension würden wir uns in der Kindheit erwerben, indem wir erüben, uns aufzurichten. Es heißt dort: „Nur dadurch, dass der Mensch in sich diese drei Raumdimensionen erlebt, projiziert er sie auch in den äußeren Raum. Es gibt schlechterdings nichts, was der Mensch in der Außenwelt finden kann, ohne dass er es zuerst in sich selber findet. ... Erlebt will die Dreidimensionalität aber auch werden; und sie wird erlebt, noch im Unbewussten, wenn das Kind lernt, aus dem ungeschickt kriechenden Zustand, sich aufzurichten und mit der Welt ins Gleichgewicht zu kommen. Da ist konkret die Dreidimensionalität vorhanden. ... Die zweite Dimension ist diejenige, die wir unbewusst gewinnen, wenn wir die Arme ausstrecken. Die dritte Dimension ist die, die von vorne nach hinten geht und umgekehrt. In Wahrheit sind die drei Dimensionen konkret erlebt: oben/unten; rechts/links, vorne/hinten.“<sup>23</sup> Die Bewegungskräfte des Raumes würden in den Richtungen im Inneren des Menschen wirken. Erst durch die Vorstellung als mentaler Vorgang werde der Raum zur Abstraktion.

<sup>22</sup> Steiner R., GA 201, 1958

<sup>23</sup> Steiner R., GA 306, 1989

Wenig später wird dann detaillierter ausgeführt, was gemeint ist: „Sie werden leicht einsehen können, dass Ihre Symmetrie etwas zu tun hat mit Ihrem Denken ... Diese Ebene, die mitten durch geht durch Ihre Nase, durch Ihren ganzen Körper und die Symmetrieebene (Sagittalebene – Anm. d. V.) darstellen soll, ist dasjenige, dessen Sie sich bewusst werden können als etwas, das zu tun hat mit allem Unterscheiden in Ihnen, allem unterscheidenden Denken, unterscheidenden Urteilen.“<sup>24</sup> In der Vertikalen wirke also die Aufrichtekraft, sie ermögliche uns das Denken und gebe den Armen die Freiheit zum Handeln. Eine zweite Ebene, die uns in ein Oben und ein Unten trennt, die Transversalebene (auch Horizontalebene), nennt Rudolf Steiner in demselben Vortrag die Fühlensebene, das mitfühlende Hinwenden. Durch die Tatsache, dass wir die Arme und Hände nach außen, in den Umkreis, ausbreiten können, würden wir uns die Möglichkeit verschaffen, uns die zweite, also die horizontale Dimension zu eigen zu machen.

Die dritte Ebene, die Frontalebene, liegt zwischen hinten und vorne. Nach vorne schreiten, aus der eigenen Front heraustreten, bedeute, einem Ziel entgegenzugehen, also zu etwas Zukünftigem hinstreben. Vergangenes bleibe hinter einem zurück. Im Vorwärtsschreiten erlebe man Willenstätigkeit.

Erst wenn alle drei Ebenen in Betracht gezogen würden, setzt Rudolf Steiner fort, befände sich der Mensch im dreidimensionalen Raum und könne sich so erst als Mensch erleben. Mehrere Male wird ausgesprochen, dass man sich ein Gefühl für die verschiedenen Qualitäten der drei Ebenen erwerben solle.<sup>25</sup> Dieser Hinweis ist von entscheidender Bedeutung für das Verständnis der Eurythmie im Allgemeinen und der Zahnerythmietherapie im Besonderen.

### 2.1.2.5 Die räumliche Geometrie des Mundraumes

In der Zahnmedizin wird in der Diagnose mit drei Ebenen gearbeitet (sagittal, transversal, frontal). Für eine praxisbezogene Einteilung werden die Zähne in einen Raster der Ebenen gelegt.

So ergeben sich vier Quadranten, die im Uhrzeigersinn von außen betrachtet von 1 bis 4 benannt werden. Da der Zahnarzt bei jeder Behandlung genau angibt, an welchem Zahn gearbeitet wird, gilt im deutschsprachigen Raum allgemein folgende Lesart.

---

24 Steiner R., GA 201, 1958

25 Steiner R., GA 201, 1958

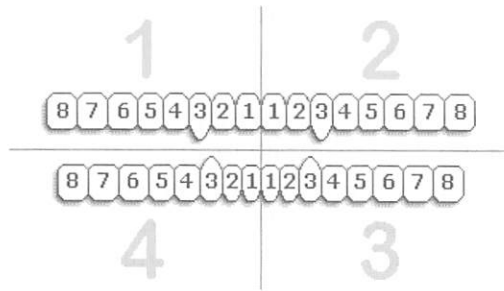


Abb. 2: Bezeichnung der Einzelzähne – Uwe Kurz

Die erste Zahl bezieht sich auf den Quadranten, die zweite auf den Einzelzahn, in der Mitte bei den Schneidezähnen wird mit 1 begonnen. So wird z.B. der obere rechte Schneidezahn mit 11 (man liest eins - eins) bezeichnet, der untere rechte mit 41, der untere linke 5er mit 35. Handelt es sich noch um Milchzähne, so erhalten die Quadranten die Zahlen 5, 6, 7 und 8. In Zeichnung 3 ist erkennbar, wie die Zähne in den Ebenen liegen.

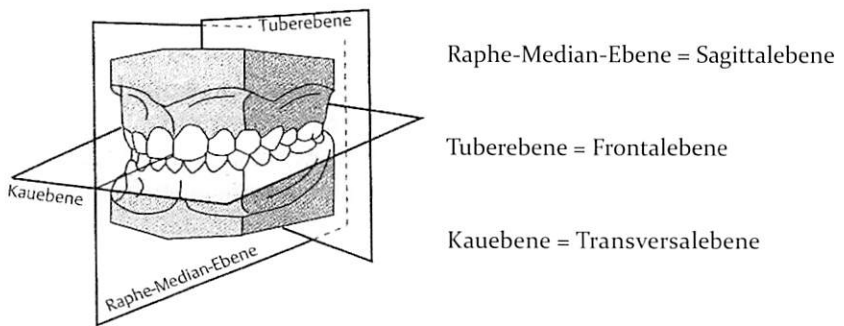


Abb. 3: Ebenen im Mundraum - Thomas Weber

#### 2.1.4 Metamorphosen – Prozesse unter dem Aspekt der Reinkarnation

Der Metamorphosegedanke wurde von Goethe exemplarisch an der Pflanze entwickelt. Er hat gezeigt, wie das einzelne Blatt nach einem ihm innewohnenden Bildungsgesetz schrittweise in die jeweils aufsteigend folgenden Blätter umgestaltet, ja schließlich in einer Art Umstülpung

zur Blüte verwandelt wird. Ähnliche Umgestaltungen findet man auch in der Formensprache des menschlichen Skeletts, z. B. in der Umgestaltung der Wirbelkörper zu den Schädelknochen.<sup>26</sup> Rudolf Steiner geht einen wesentlichen Schritt weiter, indem er die Metamorphose im Zusammenhang mit der Wiederverkörperung (wiederholte Erdenleben, Reinkarnation) sieht.

„Unseren Kopf haben wir dadurch, dass unsere Gliedmaßen aus dem vorhergehenden Erdenleben sich zum Kopf metamorphosiert haben. Unsere Gliedmaßen, wie wir sie jetzt an uns tragen, mit alledem, was zu ihnen gehört, werden sich metamorphosieren zu dem Haupt, das wir im nächsten Leben an uns tragen werden. In unserem Haupt arbeiten ja gegenwärtig, ... im Leben zwischen Geburt und Tod, die Gedanken. Diese Gedanken sind, wie wir auch gesehen haben, zugleich die Umgestaltung, die Metamorphose desjenigen, was in unseren Gliedmaßen in dem vorigen Leben als Wille wirkte. Und dasjenige wiederum, was als Wille wirkt in unseren gegenwärtigen Gliedmaßen, das wird zu Gedanken umgebildet sein in den nächsten Erdenleben.“<sup>27</sup>

Was sich in einem Leben als Tätigkeit der Gliedmaßen auslebe, aber auch in ihrer Ausgestaltung zur Erscheinung komme, gestalte in einem folgenden Leben den Kopf, und zwar in zweifacher Form: Einmal im Kopf als Ganzem – hier entspräche die obere Kopfpattie (Stirnbereich) dem Denkmenschen, der Nasenbereich dem Fühlen, der (bewegliche) Kiefer dem Wollen. Zum anderen würden diese drei Bereiche selbst wiederum dreigliedert sein. Im Kieferbereich entspräche der Oberkiefer dem Denken, der Zungenbereich dem Fühlen und der bewegliche Unterkiefer dem Wollen.

Die Zähne seien also, da sie sich im Kiefer befinden, auch Metamorphosen der Tätigkeiten der Gliedmaßen der vorigen Inkarnation. Das gelte noch nicht für die Milchzähne, die noch aus den Kräften des Erbstromes stammen, wohl aber für die bleibenden, die das Individuum aus seinen eigensten Kräften bilde. „... die ersten Zähne kriegt das Kind durch Vererbung, weil seine Mutter und sein Vater auch Zähne haben. Diese werden im Laufe der ersten sieben Jahre ausgestoßen, und dann kriegt das Kind erst seine eigenen Zähne, die zweiten Zähne, die der Körper erst fabrizieren muss.“<sup>28</sup>

---

26 Rohen J. W., 2002

27 Steiner R., GA 202, S. 72, 1993

28 Steiner R., GA 348, 1997

Die Art der Tätigkeit der Vergangenheit zeige sich jetzt metamorphosiert in der Dynamik des Denkens wie auch in der Ausgestaltung der Zähne. Die Zähne als stärkste Verdichtung im Kopf bilden laut Rudolf Steiner im jetzigen Leben die Grundlage für logisches und abstraktes Denken: „Sie sehen aus dem eben Gesagten, dass zunächst dieses Kraften im Körper, das gewissermaßen wie in einer Kulmination im Hervorgehen der zweiten Zähne gipfelt, parallel geht mit dem Festsetzen derjenigen Kräfte in der Seele, welche die Vorstellungen, die sonst vergessen werden, umformen in festgestaltete Begriffe, die dann bleiben, die ein Schatz in der menschlichen Seele werden.“<sup>29</sup>

Auf diesen Aussagen Steiners aufbauend, versucht Zahnarzt Claus Haupt weiterzuforschen. In seinem Manuskript führt er aus, wie sich die verschiedenen Tätigkeiten, Gewohnheiten und Äußerungen der vergangenen Leben konkret im Gebiss des gegenwärtigen Menschen wiederfinden würden. Zusätzlich zu den drei genannten Zuordnungen zeigt er Auswirkungen auf die Anordnung der Zähne auf. Er spricht von drei Vergangenheitsmenschen, dem Denkmenschen, dem Fühlensmenschen und dem Wollensmenschen. Die aus dem Denken des vorigen Erdenlebens entstandenen Kräfte würden dahingehend formbildend wirken, als sie in der symmetrischen Ausgestaltung der Frontzähne in Erscheinung treten. So würden Abweichungen des symmetrischen Gebisses im Frontzahnbereich auf Vereinseitigungen im Denken des vergangenen Lebens deuten.

Die innere Seite der Schädelbasis (in der Horizontalen angeschaut – Transversalebene) offenbare die aus dem vorherigen Leben wirkenden Seelen- oder Gefühlskräfte. Der von dieser Ebene aus sichtbare Bereich im Mund zeige die Enge und Weite des Gefühls- bzw. Seelenraums.

Beim metamorphosierten Willensmenschen stützten sich Claus Haupt ebenso wie L. F. C. Mees auf Rudolf Steiner. „Wenn man den Menschen aufzeichnet, müsste man zeichnen seinen Kopf. Man hat aber dann einen vollständigen Menschen. Dass man einen vollständigen Menschen hat, werden Sie schon daraus erkennen: Wenn Sie den Unterkiefer nehmen, so sind es eigentlich die Beine, nur sind sie nach rückwärts gerichtet am Kopf; dieser Mensch sitzt mit seinen Beinen. Der Kopf ist ein ganzer Mensch, nur sind die Beine umgestülpt ...“<sup>30</sup>

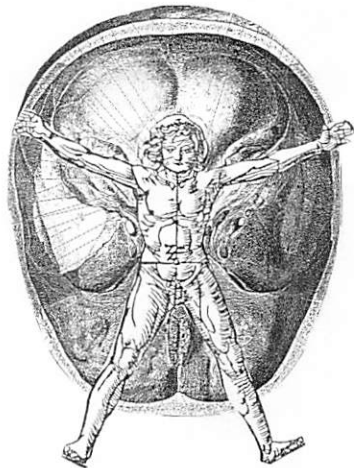
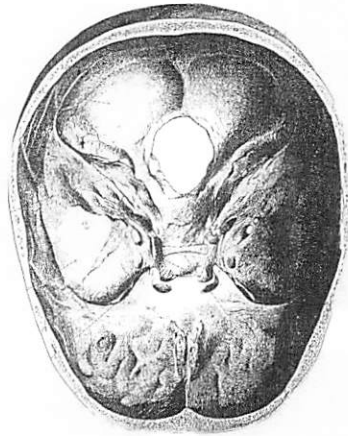
---

<sup>29</sup> Steiner R., GA 301, S. 19, 1991

<sup>30</sup> Steiner R., GA 208, S. 78, 1981



Der metamorphosierte Willensmensch erscheine im Schädel so, dass er auf seinen Unterschenkeln sitze, die Füße umgeklappt, die Zehen zu Zähnen und die Fersen zum Kinn verwandelt. Die Metamorphose sei hier als Kräftermetamorphose, nicht als direkte Verwandlung zu verstehen.



*Abb. 4: Der fühlende Vergangenheitsmensch im Schädel – Claus Haupt*

Die folgenden Bilder von L. F. C. Mees (siehe Abb. 5–9) mögen diese Ansichten veranschaulichen:

### Gestaltmetamorphose

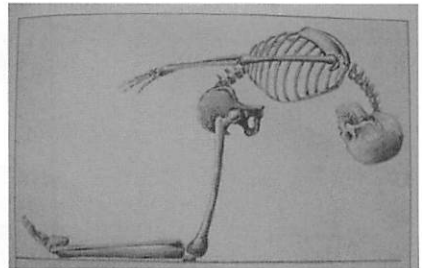
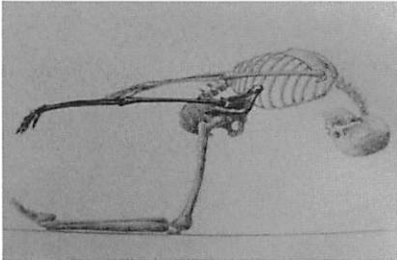
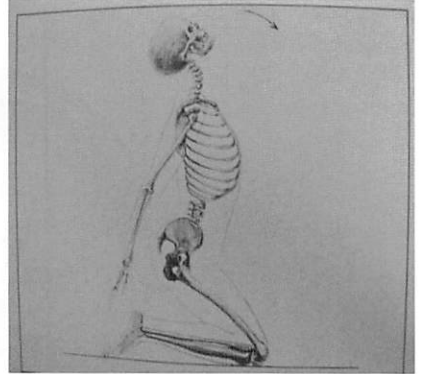
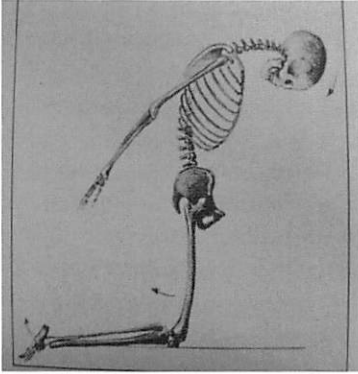


Abb. 5–8

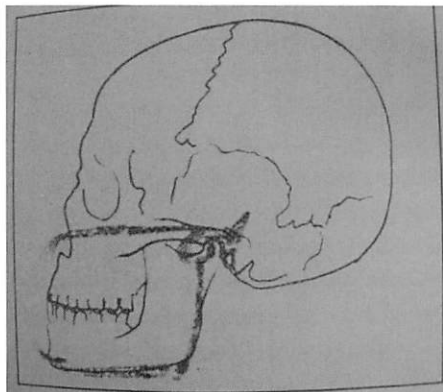


Abb. 9: Manifestation der Arme und Beine im Kiefer

Die Zeichnungen sollen veranschaulichen, wie Hüft- und Schultergelenke sich zum Kiefergelenk metamorphosieren.

Es sei hier aber darauf hingewiesen, dass Reichart<sup>31</sup> und Willemsen<sup>32</sup> die von Rudolf Steiner postulierte Metamorphose in ihrer Umsetzung anders interpretieren: Für sie verwandeln sich Hände und Füße nicht wie bei Mees zu Frontzähnen, sondern zu den Kieferansätzen.

Nach den Forschungen von Claus Haupt und den Erfahrungen der Verfasserin verhält es sich so, dass beiden Interpretationen in gewisser Weise recht zu geben ist, indem sich erstere auf den Oberkiefer und letztere auf den Unterkiefer beziehen könnten.

## 2.2 Gestaltung der Zähne im Abbild der Eurythmie

An dieser Stelle sei ein weiterer Gesichtspunkt eingefügt, der eng mit der menschenkundlichen Zahndiagnostik in Zusammenhang steht.

### 2.2.1 Eurythmieformen von Denken, Fühlen und Wollen

Rudolf Steiner spricht immer wieder davon, dass Eurythmie, die schon länger als die Eurythmietherapie existiert (seit 1912), aus dem ganzen Menschen geholt sei. „Denn dasjenige, was bisher entwickelt worden ist als Eurythmie, das ist durchaus hervorgeholt aus der Gestalt des gesunden Menschen.“<sup>33</sup> Ein Gesichtspunkt daraus ist die Gegensätzlichkeit von Denken und Wollen. Das Denken sei möglich durch das ruhig gehaltene Haupt, es spiele sich – äußerlich nicht sichtbar – in der weitgehend kugelig abgeschlossenen Form des Kopfes ab. Das Entgegengesetzte sei die Willensbetätigung, die durch die Gliedmaßen im Raum sichtbar würde. Für das innere Erleben bliebe aber diese Betätigung selbst im Unbewussten. Nur die Gedanken und Vorstellungen, die zum Entschluss geführt hätten, und dann die äußerlich sichtbar werdende Tat seien vom klaren Bewusstsein erfassbar. Was dazwischen liege, was zwischen seiner Seele, den Muskeln und Knochen vor sich ginge, wisse er nicht. Entsprechendes erlebe man beim Laufen von geraden und gekrümmten Linien. Bei einer geraden Linie wisse man, wie sie weiter verlaufe. Sie liege klar vor dem Bewusstsein wie ein klar durchschaubarer Gedanke. Bei der gekrümmten Linie wisse man eben nicht, um was es sich handle, wie sie sich fortsetze, man müsse sich ihr einfach

---

31 Reichart J. R., 2002

32 Willemsen G. 2002

33 Steiner R., GA 315, S. 15, 2003

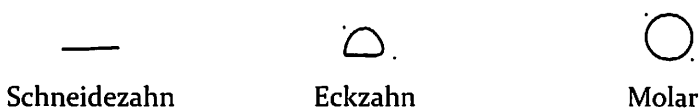
überlassen und würde von ihr mitgezogen. Aus diesen Untergründen heraus werden in der Eurythmie die Formen für das Denken durch gerade Linien ausgedrückt, für das Wollen sind die krummen Linien das Charakteristikum. Um Fühlen eurythmisch auszudrücken, werden gerade Linien mit krummen Formen verbunden.<sup>34</sup>

### 2.2.2 Formen von Denken, Fühlen und Wollen in den Zähnen

In den Zähnen findet sich das ganz konkret wieder. An der Kante (Krone) der Schneidezähne hat man die Gerade, die nur runden Formen bei den Molaren in den Ausbuchtungen der Höcker. Bei den Eckzähnen tritt die Verbindung von geraden und krummen Formen deutlich zum Vorschein, indem die Außenfläche und -kante die Rundung zeigt, die Innenfläche und -kante hingegen die Gerade.



*Abb. 10a: Eurythmieformen für Denken, Fühlen und Wollen – Zeichnung d. V.*



*Abb. 10b: Korrespondenz zwischen Eurythmieformen und Zähnen – Zeichnung d. V.*

So kann man die Schneidezähne die Denktähne nennen, die Molaren die eigentlichen Willenszähne, der Eckzahn ist der Repräsentant der Fühlenszähne, zu denen man aber auch die Prämolaren rechnet. Auch die Lage der Zähne hat ihre Bedeutung: die Denktähne, insbesondere 11 und 21 (siehe Abb. 10b) stehen parallel zur Frontalebene. Menschenkundlich heißt das: So wie zwei Augen notwendig sind, um ein Bild zu bekommen, so gehören zwei mit ihrer Vorderfläche nach vorne gerich-

<sup>34</sup> Steiner R., GA 279, S. 120 ff, 1968

tete Schneidezähne zu einer objektiven Wahrnehmungsfähigkeit. Die Willenzähne sind so angeordnet, dass sie senkrecht zur Willensebene (Frontalebene), parallel zur Sagittalebene stehen, also die Richtung hinten – vorne betonen.

Die Fühlenszähne stehen schräg zu den angesprochenen Ebenen. Also verbinden sie wie das rhythmische System das eine mit dem anderen. Daraus wird ersichtlich, dass die Prämolaren zur Fühlensregion hinzugezählt werden können. Nehmen die Frontzähne eine schräge Stellung ein (Pflugscharstellung), so kann das als Hinweis verstanden werden, dass das Denken und die Wahrnehmung durch Fühlen getrübt sind.

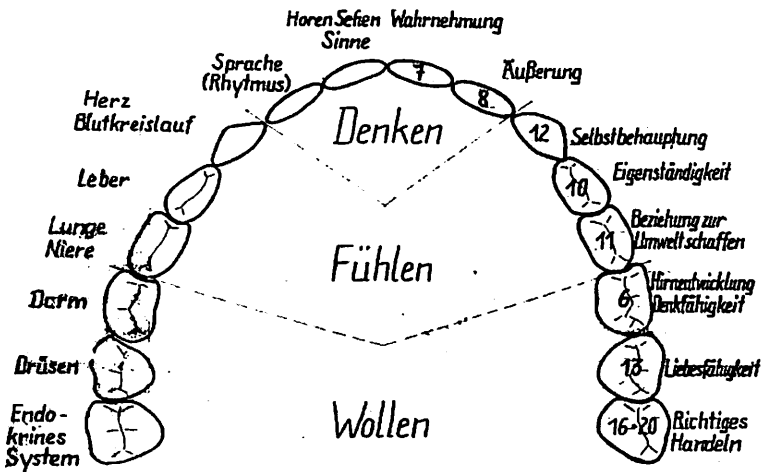


Abb. 11: Dreigliederung im Zahnbogen – Claus Haupt  
(Die Ziffern in den Zähnen bedeuten das durchschnittliche Durchbruchsalter)

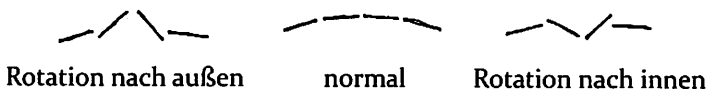
An der Stellung der oberen Schneidezähne (Frontzähne) wird somit deutlich, wie sich der Mensch auf Grundlage der Vergangenheitskräfte als Gegenwartsmensch in die Sinneswelt stellt. Treten Abweichungen von dieser Anordnung der Zähne auf, lässt sich daran erkennen, welche Kräftewirkungen bezogen auf die Raumesebenen den Menschen dominieren.

Verhaltensweise und Befunde sprechen dafür, dass bei nach vorne geneigten Schneidezähnen (Protrusion) der Mensch als Sinneswesen zu stark in der Welt lebt und sich nach außen zu verlieren droht. Sind sie

nach innen geneigt (Inversion), tendiert der Mensch dazu, zu vieles auf sich zu beziehen.

Aus dieser Sicht wird verständlich, dass beim Engstand in der Oberkieferfront, wenn die Schneidezähne eine Rotation nach innen oder außen aufweisen, also schräg im Raum stehen, in die objektive Wahrnehmung zu viel Fühlensqualität (Subjektivität) hineinkommt. Dies zeigt sich oft bei Kindern, die sich – auch grundlos – ungerecht behandelt fühlen.

Bei den mittleren Schneidezähnen:



*Abb. 12: Mögliche Positionen der Schneidezähne – Zeichnung d. V.*

## 2.3 Grundzahnfehlstellungen aus menschenkundlicher Sicht

Hier wird nur insoweit auf Fehlstellungen eingegangen, als es für die Eurythmietherapie notwendig erscheint.

Werden vor diesem oben angeführten Hintergrund die Zahnfehlstellungen betrachtet, so ergeben sich die menschenkundlichen Diagnosen für die verschiedenen Fehlstellungen: Der Kopf des gegenwärtigen Menschen erscheint als Resultat des dreigliedrigen – oberen (denkenden), mittleren (fühlenden) und unteren (wollenden) – Menschen seiner vorigen Inkarnation. Auf dieser Basis lassen sich die Grundzahnfehlstellungen menschenkundlich verstehen. So wird deutlich, dass das Betrachten der Zähne, basierend auf dem Metamorphosegedanken, darüber Aufschluss geben kann, was sich ein Mensch an Kräften für dieses Leben aus dem vorangegangenen Leben mitbringt. Für Ärzte gibt Steiner den Hinweis, dass an den Zähnen die Grundsignatur von Gesundheit und Krankheit abzulesen sei. Für die Beurteilung der Gesamtorganisation sei es außerordentlich bedeutsam, den Zahnbefund in die Anamnese mit einzubeziehen.<sup>35</sup>

Im festsitzenden Oberkiefer findet sich somit der denkende Mensch wieder. Dieser Tatsache entspricht die Ruhelage des Kopfes im vergangenen Leben.

---

35 Steiner R., GA 312, S. 99, 1985

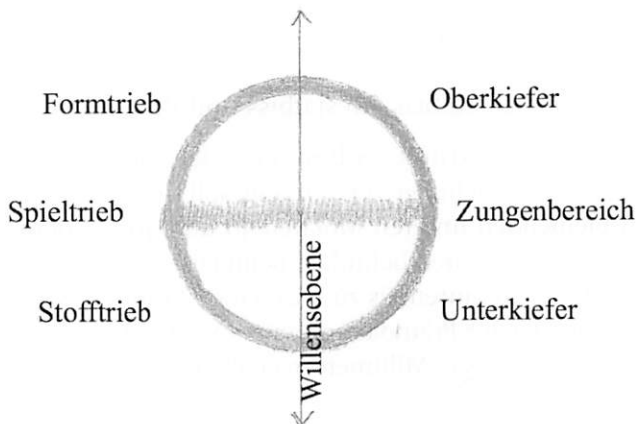


Abb. 13a: Normallage der Zähne – Seminarunterlage d. V.

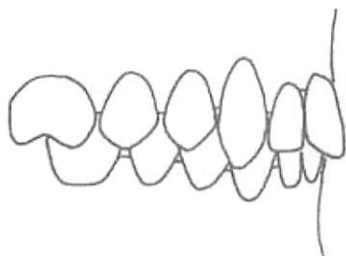


Abb. 13b: Gerhard Polzar



Abb. 13c: Gerhard Polzar<sup>36</sup>

Der Unterkiefer repräsentiert den Willensmenschen. In der Mitte im Zungenbereich, im Okklusionsbereich, in der Ruheschwebe, wie es in der Zahnmedizin heißt, hat der mittlere Mensch seinen Ort. Die Raumesebenen finden auch im Mundraum ihre bildhaft anschauliche Entsprechung in ihren Kräftewirkungen.

Im Normalfall umschließen die Zähne des Oberkiefers die des Unterkiefers. Das ist Ausdruck dafür, dass der obere Mensch den unteren Menschen umschließt und führt. Auf diesem Hintergrund lassen sich die Grundfehlstellungen schematisch darstellen. So wird deutlich, dass

<sup>36</sup> Dieses und folgende Fotos stammen von der Seite:  
<http://www.zahnspange-kieferorthopaedie.de/Diagnose-Kieferorthopaedie/Kieferfehlstellung/kieferfehlstellung.html>



zwei polar gegenüberstehende Fehlstellungen innerlich zusammen angeschaut werden können.

### 2.3.1 Distalbiss, Mesialbiss und Progenie

In der Zahnmedizin wird die Lage bestimmt. Bei einer Normallage, Euginathie, das heißt bei richtiger Verzahnung, soll sich der vordere Höcker der ersten bleibenden unteren Molaren 36 und 46 vor dem vorderen Höcker des oberen Molaren befinden. Beim Distalbiss<sup>37</sup> verschiebt sich der Unterkiefer nach hinten bis zu max. einer Zahnbreite, man spricht von halber oder ganzer Prämolarenbreite,<sup>38</sup> wodurch in der Front eine sagittale Stufe von 2 bis 12 Millimetern erscheinen kann.

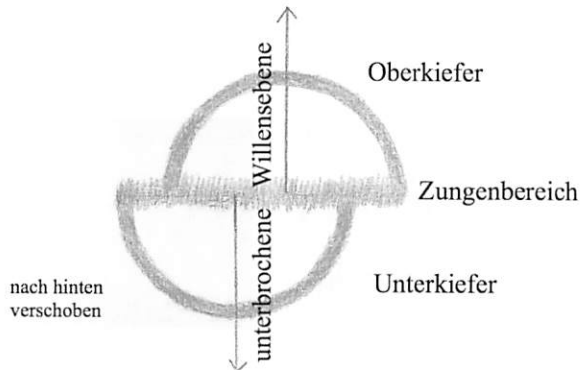


Abb. 14a: Distalbiss – Seminarunterlage d. V.

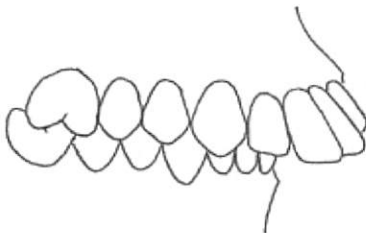


Abb. 14b: Gerhard Polzar



Abb. 14c: Gerhard Polzar

37 Klasse II nach Angle, Harzer W., S. 96, 2011

38 ebd., S. 91

Beim Mesialbiss<sup>39</sup> ist der Unterkiefer entsprechend nach vorne verschoben. Menschenkundlich ist beim Distalbiss die Rede vom Überwiegen des oberen, mehr dem Denken zugewandten Menschen. Der Willensanteil kommt zu kurz. Beim Mesialbiss und der Progenie (korrekter ausgedrückt: mandibuläre Prognathie, d. h. zusätzlich zum Mesialbiss ist der Oberkieferbogen zu klein gebildet) überwiegt der untere, der Willenspol, im Menschen. Bei einem Kind könnte man davon sprechen – um ein Bild zu gebrauchen – dass das Pferd mit dem Reiter durchgeht, dass es sich also nicht gut kontrollieren kann. Therapeutisch ist der jeweils andere Pol zu stärken, um die Harmonie wieder herzustellen. Bei diesen Fehlstellungen handelt es sich um eine Verschiebung auf der Willensebene.

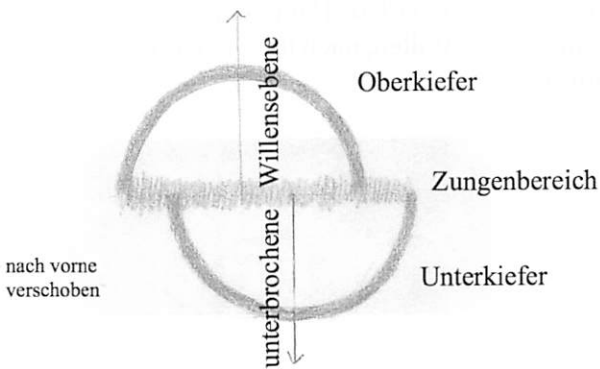


Abb. 15a: Progenie – Seminarunterlage d. V.

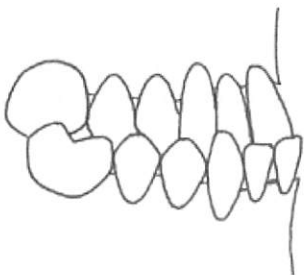


Abb. 15b: Gerhard Polzar



Abb. 15c: Gerhard Polzar

39 Klasse III nach Angle, Harzer W., S. 263, 2011

### 2.3.2 Kreuzbiss

Beim Kreuzbiss<sup>40</sup> liegt eine Verschiebung des Unterkiefers nach einer Seite vor. Die Mittellinie zieht sich nicht von oben nach unten durch, sondern verschiebt sich nach rechts oder links in der sagittalen Ebene. Menschenkundlich gesehen entgleitet auch hier wie bei der Progenie dem denkenden Menschen die Führung über den Willensmenschen. Hinzu kommt als weiterer Gesichtspunkt das Verhältnis von rechts und links als Ausdruck des Überwiegens der Willens- oder Gefühlsqualitäten. „Wir Menschen haben eine Körperachse, die in der Mitte liegt. Von hier aus expandieren transversal eine linke und eine rechte Körperseite. Rechts und links sind keine beliebig austauschbaren Positionen, sondern sie haben ihre eigene unverwechselbare Signatur.“<sup>41</sup> So bedeutet nach Claus Haupt eine Verschiebung nach rechts einer „Verhakung“ im Willen, nach links entsprechend einer Problematik im Gefühlsleben.



*Abb. 16: Kreuzbiss – Herbert Pick*

### 2.3.3 Engstände, Weitstand

Für die Engstandsproblematik ist der Blick von oben auf die Fühlensebene gerichtet. Es wird das Gebiss in der Horizontalen betrachtet. Der Zahnbogen wird im Verhältnis zur Zahngröße beurteilt. Es muss festgestellt werden, ob die bleibenden Zähne im Zahnbogen nicht genügend Platz finden<sup>42</sup> oder Lücken zwischen den Zähnen auftreten.<sup>43</sup> Ist der Zahnbogen regelrecht gerundet oder liegen an einigen Stellen Einbuchtungen vor? In welchem Bereich drängen die Zähne nach innen? Wo fehlt das Ausstreckende, die Rundung? Hier werden menschenkundlich Oberkiefer- und Unterkieferengstand unterschiedlich beurteilt.

---

40 Harzer W., S. 294, 2011

41 Edelmann J., S. 99, 2010

42 Zahnengstand, Harzer W., S. 281 ff, 2011

43 lückiges Gebiss, ebd., S. 329

Die Abweichungen in den drei Qualitäten Denken, Fühlen und Wollen sind in beiden anzutreffen, haben aber unterschiedliche Ursachen und erweisen sich auch differenziert: bei den Schneidezähnen das Denken, was wieder dem oberen Menschen entspricht; bei den mittleren Zähnen, den 3ern oder Eckzähnen und den Prämolaren die Fühlensqualitäten; bei den Molaren, und – falls vorhanden – den Weisheitszähnen der Willensbereich des Menschen. Körperlich drückt sich der Engstand dadurch aus, dass es Probleme bereitet, die Arme weit auszustrecken, die Schultern sind meist nach vorne gezogen.



Abb. 17a: Engstand Unterkieferfront

Abb. 17b: Engstand Oberkieferfront

Während beim Engstand die Zähne nicht genügend Platz finden, ist der Kieferbogen beim Weitstand im Verhältnis zur Zahngröße zu groß, wodurch zwischen den Zähnen Lücken entstehen. Solche Kinder erscheinen leicht seelisch überfließend oder schutzlos gegenüber der Umwelt.

Der harmonisch geschlossene Kieferbogen sollte eine gesunde Grenze zwischen Seele und Umwelt bilden. Die therapeutische Aufgabe besteht darin, diesen Zustand so weit wie möglich herzustellen.

#### 2.3.4 Tiefer Biss, offener Biss

Beim tiefen Biss<sup>44</sup> richtet sich der Blick von vorne auf die Fühlensebene. Es geht um eine Störung der vertikalen Beziehung der Zahnreihen zueinander. Normalerweise überdecken die oberen Schneidezähne die unteren um ein bis zwei Millimeter. Bei einer größeren Überdeckung der unteren Front spricht man vom tiefen Biss. Bei einem extrem tiefen Biss können die unteren Schneidezähne in das parodontale Gebiet des Oberkiefers beißen, was in der Folge zu Parodontalschäden führen

44 Harzer W., S. 252, 2011

kann. Die Molaren können bei dieser Fehlstellung nicht richtig aus dem Kiefer wachsen, da die Muskelspannung der muscoli masseter (seitliche Kaumuskeln) zu stark ist. Das Zähneknirschen<sup>45</sup> ist häufig eine Begleiterscheinung. Das kann wiederum ein zu schnelles Abschleifen der Molaren zur Folge haben. Menschenkundlich bedeutet das, dass die Fühlensqualität des Betroffenen wie herausgedrängt erscheint. Die eigenen Vorstellungen rutschen, ohne dass sie durch das Gefühl abgewogen werden können, gleich in die Tat: So und nicht anders habe etwas zu geschehen. Claus Haupt<sup>46</sup> spricht von Ehrgeiz, Hang zum Perfektionismus oder prägt den Begriff des formgewordenen Dogmatismus, das Göttlich-Eigenschöpferische drohe verloren zu gehen. Im Sinne von Schiller gehe hier der Spieltrieb verloren. „Denn ... der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“<sup>47</sup> In der Bewegung drückt sich der tiefe Biss in anderen Körperregionen in einer zu großen Muskelspannung in den Beinen, Sprunggelenken und im Schulter- und Unterkieferbereich aus. In der Bewegung lässt sich eine Muskelspannung im Schulterbereich erkennen, bei Sprüngen bleiben Knie- und Sprunggelenke fest. Die Aufgabe für den Therapeuten heißt: auf allen Gebieten lösen.



Abb. 18a: Tiefer Biss – Seminarunterlage d. V.

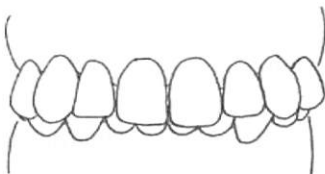


Abb. 18b: Gerhard Polzar



Abb. 18c: Gerhard Polzar

45 Bruxismus, Wühr E., S. 120, 2008

46 Haupt C., 2014

47 Schiller F., S. 34, 2005

Dieser Fehlstellung gegenüber steht der offene Biss.<sup>48</sup> Auch hier wird auf die Okklusionsebene geschaut. Hier kommen die mittleren Schneidezähne, die sich überlagern sollten, nicht zusammen, haben gar keinen Kontakt mit den Gegenzähnen.



Abb. 19a: Offener Biss – Seminarunterlage d. V.

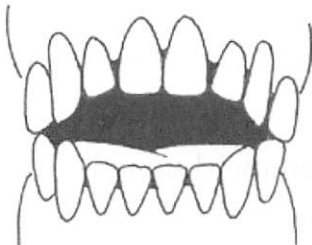


Abb. 19b: Gerhard Polzar



Abb. 19c: Gerhard Polzar

Hier sei nur angedeutet, dass im Unterschied zum tiefen Biss die Seele oder der Fühlensbereich des Menschen, insbesondere des jüngeren Kindes, sich nicht hinter der geschlossenen Zahnreihe halten kann, sondern das Kind wie seelisch ausfließt. Die therapeutische Aufgabe besteht darin, das Obere mit dem Unteren zu verbinden und den mittleren Bereich zu schließen, physisch die Zunge und oftmals die Lippen unter Kontrolle zu bringen, therapeutisch die Geistseele mit dem Körperleib zu verbinden.

Wenn bisher bei der Betrachtung des Gebisses von Fehlstellungen die Rede war, so war der Blick auf Abweichungen in den Ebenen gerichtet: Um den Distal- oder Mesialbiss festzustellen, wird bei den 6ern von

<sup>48</sup> Harzer W., S. 275, 2011

der Seite auf die Transversalebene geschaut, die dadurch als Linie erscheint. Die Verschiebung des Unterkiefers nach hinten (im Verhältnis zum Oberkiefer) zeigt den Distalbiss an, die Verschiebung nach vorne den Mesialbiss. Das heißt, die Frontalebene (Willensebene) geht nicht in einer Linie (von der Seite gesehen) von oben nach unten durch, sondern wird unterbrochen, sodass der untere Teil der Linie nach hinten oder vorne verschoben erscheint. Beim Engstand ist der Blick von oben (oder für den Oberkiefer von unten) auf die Transversalebene (Fühlensebene) des Kieferbogens gerichtet. Dessen Form und das Verhältnis der Zahngröße zu ihm werden auf dieser Ebene angeschaut und beurteilt. Auf diese Weise wird der Eng- oder Weitstand erkannt. Beim tiefen oder offenen Biss wird von vorne auf die Transversalebene (Fühlensebene) geschaut und das Verhältnis von oben und unten beurteilt. Berühren sich Ober- und Unterkiefer in der Okklusionsebene (Kauebene), indem die Molaren und Prämolaren durch die Verzahnung der Höcker beim Beißen aufeinander treffen und in der Front eine leichte Überlagerung (2 mm) vorhanden ist, dann ist die „Höhe“ gut. Bleiben aber Unter- und Oberkieferzähne entweder seitlich oder vorne ohne Berührung, so diagnostiziert der Zahnarzt den offenen Biss, bei Überlagerung der Ober- und Unterkiefer um mehr als 2 mm den tiefen Biss.

## 2.4 Tierkreis- und Planetenwirkungen

Nun soll der Weg zu den Kräftewirkungen in den einzelnen Zähnen aufgezeigt werden. Dazu kommt ein weiterer grundlegender Gesichtspunkt. Betrachtet man den Menschen nicht nur seiner Leiblichkeit nach, sondern diese als Ausdruck seiner seelisch-geistigen Dimension, muss man auch mit der Geistigkeit im Weltall rechnen. Wir sprechen dann nicht vom Tierkreis (Zodiak) im astronomischen Sinn, sondern von Tierkreiskräften geistiger Art. „Die Kräfte des Tierkreises wirken alles durchdringend vom Universum in den Menschen hinein. Jede seiner Regionen ist auf ihre Art in allen andern wirksam und stützt die Gemeinschaft der Zwölf.“<sup>49</sup> Auch die Gestalt des Menschenleibes wird in der Anthroposophie als Zusammenklang jener Kräfte verstanden; sowohl seiner Entstehung nach als auch seiner gegenwärtigen Beziehungen zum Kosmos. „Der Tierkreis ist die kosmische Ganzheit, der geistige Hintergrund, auf dem die mikrokosmische Ganzheit

---

49 Morell M., 1994

Mensch in allen Gestaltungen und Bildungen als wesenhaftes Abbild eines göttlichen Urbildes erscheint.“<sup>50</sup> Diese kosmischen Kräfte finden auch im Sprachorganismus des Menschen als konsonantische Laute ihren Ausdruck, wie auch in den dazugehörigen Gebärden und Bewegungen der Eurythmie.<sup>51</sup>

Ebenso werden die inneren Organe im Zusammenhang mit den Planetenkräften gesehen, die in der Sprache die Vokale hervorbringen. Auch hier muss ausdrücklich darauf hingewiesen werden, dass nicht von den Gesteins- oder Gaskörpern der Planeten die Rede ist, sondern von geistigen Wirkenskräften, die allerdings in einem gewissen Zusammenhang mit den Planeten stehen und mit deren Namen bezeichnet werden.<sup>52</sup> So wird z. B. die Saturnkraft in Zusammenhang mit dem Vokal U gesehen, das innere Halten, der Tiefsinn.<sup>53</sup>

#### 2.4.1 Tierkreiskräfte in der menschlichen Gestalt

Rudolf Steiner beschreibt die Wirkungen der einzelnen Tierkreiskräfte in der menschlichen Gestalt. So heißt es im Kurs: Eurythmie als sichtbare Sprache:<sup>54</sup> „Wir können ... einen anderen Ausgangspunkt noch wählen; das ist der, die Wesenheit des Menschen zunächst, wie sie ist, heranzunehmen und von da ausgehend die Form- und Bewegungsmöglichkeit zu entwickeln, zu sehen, was für Formen aus dem menschlichen Organismus folgen können, und dann von da ausgehend zuletzt gewissermaßen aufzustoßen darauf, wie die einzelne Form nun den Charakter des sichtbaren Lautes annimmt.“ Es folgen die Beschreibungen der eurythmischen Gebärden für den Tierkreis und die eurythmischen Bewegungen für die Planetenkräfte, aus denen die Zuordnungen zu den Konsonanten und Vokalen entwickelt werden. Ausführliche Ausarbeitungen zu diesem Thema sind zu finden bei Michael Aschenbrenner<sup>55</sup> und Willi O. Sucher.<sup>56</sup>

---

50 Barfod W., S. 14, 1998

51 ebd., S. 39–95

52 Steiner R., GA 204, 1979 und GA 213, S. 46–61, 1987

53 Steiner R., GA 315, S. 30, 2003

54 Steiner R., GA 279, S. 171 ff, 1968

55 Aschenbrenner M., 1982

56 Sucher W. O., 1999



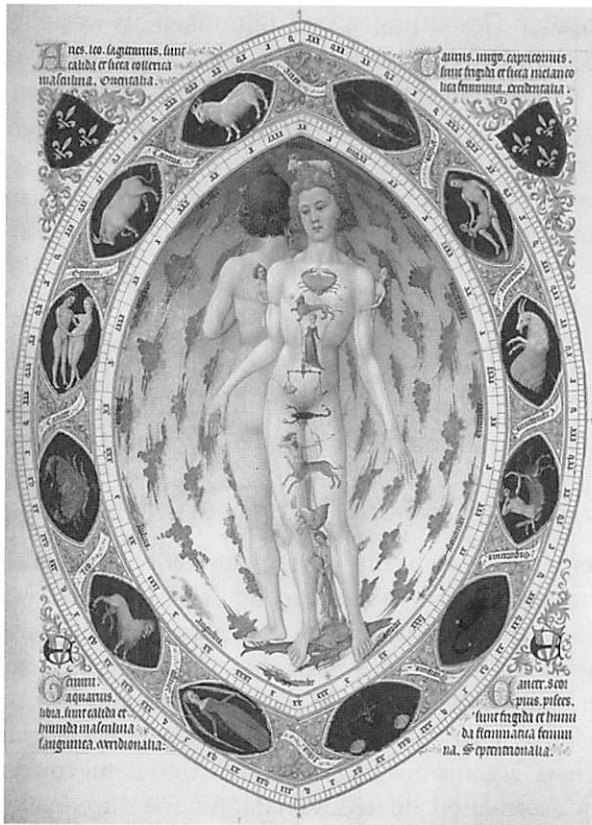


Abb. 20: Homo signorum – Johann von Berry

#### 2.4.2 Der dreifache Mensch als Abbild der Tierkreiskräfte

Fügt man den Gesichtspunkt des dreigliedrigen Menschen (Denken, Fühlen, Wollen – Kopf, Brust, Gliedmaßen) mit dem Tierkreis zusammen, ergibt sich erst der wesentliche Ansatz für die Therapie. Denn jeder der drei Menschen zieht andere Weltenkräfte aus dem Tierkreis zusammen, um sich zu bilden.

Der obere Mensch (der denkende Mensch) hat seinen Kopf zweifellos im Kopf selbst (Widder - Aufrichtekraft). Aber auch er hat zu ihm gehörende weitere Glieder, die im Tierkreis Stier (Kehlkopf - Sprachkraft), Zwillinge (Schultern - Symmetrie) Schütze (Oberarme), Steinbock (Ellbogen), Wassermann (Unterarme) und Fische (Hände) heißen. So sind die Hände gleichsam die Füße des oberen Menschen.

Der mittlere Mensch hat sein oberstes Glied (vergleichsweise den Kopf) in den Zwillingen (Schultern), steht im Schützen (Oberschenkel) auf seinen Füßen und hat seine fühlende Mitte und den Übergang zu seinen unteren Gliedern in Krebs (Brustkorb), Löwe (Herz), Jungfrau (Unterleib), Waage (Hüften) und Skorpion (Reproduktionsorgane).

Der untere Mensch steht auf den Fischen (Füße), geht durch Wassermann (Unterschenkel), Steinbock (Knie), Schütze (Oberschenkel), Skorpion (Reproduktionsorgane) und Waage (Hüften) zu seinem Kopf (in der Jungfrau).<sup>57</sup>

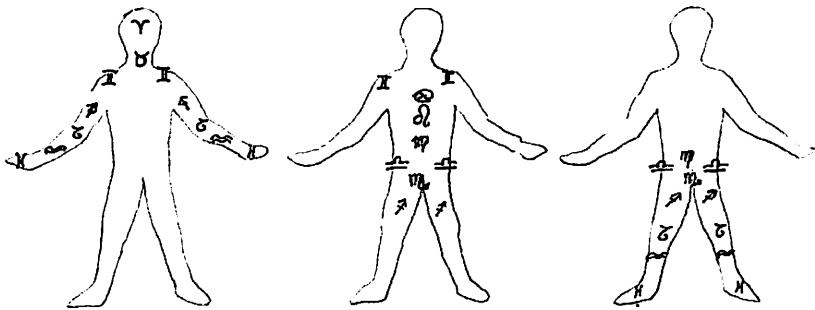


Abb. 21: Die drei Menschen mit Tierkreiszeichen – Seminarunterlage d. V.

oberer Mensch:	mittlerer Mensch:	unterer Mensch:
♈ Widder ('Kopf')	♊ Zwillinge ('Kopf')	♍ Jungfrau ('Kopf')
♉ Stier	♋ Krebs	♎ Waage
♊ Zwillinge	♌ Löwe	♏ Skorpion
♋ Schütze	♍ Jungfrau	♐ Schütze
♌ Steinbock	♎ Waage	♑ Steinbock
♍ Wassermann	♏ Skorpion	♒ Wassermann
♎ Fische ('Füße')	♐ Schütze ('Füße')	♑ Fische ('Füße')

Folgt man beim oberen Menschen der anderen möglichen Zuordnung vom Widder (über die Brust, wie es in der Darstellung von Berry gezeigt wird) bis zur Waage, ergibt sich, dass alle drei Menschen sich in Jungfrau und Waage überlagern. Von dieser Erkenntnis fällt Licht auf die Hohlkreuzproblematik, die sehr häufig beim offenen Biss anzutreffen ist.

Die bisherigen Betrachtungen sollten zeigen, in welchem komplexen Zusammenhang der ganze Mensch steht, so auch sein Kopf und darin wieder das Gebiss als Ganzes.

<sup>57</sup> Steiner R., GA 137, 1993

### 2.4.3 Tierkreis- und Planetenkräfte im menschlichen Gebiss

An dieser Stelle kann nur ganz aphoristisch ein Hinweis gegeben werden, wie die Zuordnung von Tierkreis- und Planetenkräften in den Zähnen selber zu suchen sind. Von mehreren möglichen Gesichtspunkten der Planetenzugehörigkeit ist nur einer herausgegriffen. Aus der Arbeit von Claus Haupt – in der Praxis der Therapeutin vielfach bewährt – stammt die folgende Zuordnung der Tierkreis- und Planetenkräfte zu den einzelnen Zähnen.

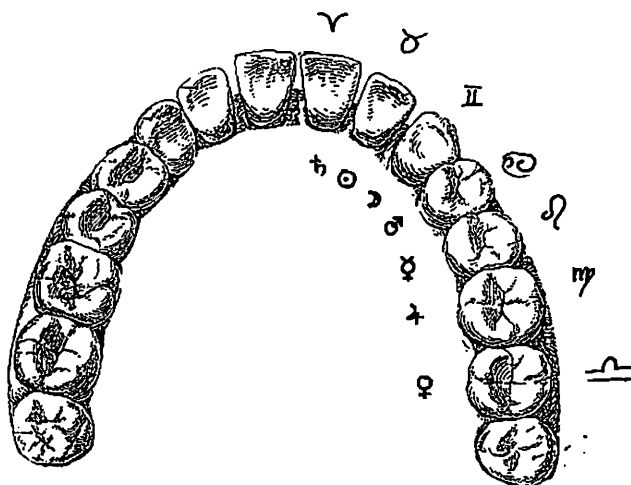


Abbildung 22: Tierkreis- und Planetenzuordnung zu den Zähnen – Seminarunterlage d. V.

Bei der Betrachtung der Einzelzähne wird gesondert auf Ober- und Unterkiefer geschaut. Auf die ersten drei Zähne des Oberkiefers soll kurz eingegangen werden. Claus Haupt führt in den Seminaren aus, dass die oberen mittleren Schneidezähne mit den Widderkräften des Tierkreises in Zusammenhang stehen. Diese ermöglichen dem Menschen die Aufrichtekraft. Aus dem Bereich der Planetenkräfte wirkt hier der Saturn, der eine enge Verbindung zum physischen Leib hat (siehe nächstes Kapitel). Ein wesentliches Merkmal des physischen Leibes ist die Sinnestätigkeit, das Sinnesleben. Häufig liegt bei Problemen mit dem 1. Schneidezahn auch ein Problem mit den Augen oder Ohren vor. So kann an diesen Zähnen abgelesen werden, wie sich ein Mensch unter dem Gesichtspunkt der Saturnkräfte mit seinen

Sinnen, unter dem Gesichtspunkt des Widders mit seiner Aufrichte in die Welt hineinstellt.

Beim 2. Schneidezahn kann der Zusammenhang mit den Stierkräften gesehen werden. Es ist das der Zahn, der bei Nichtanlagen an zweiter Stelle steht (laut Auskunft mehrerer KieferorthopädInnen). Vom Gesichtspunkt des Tierkreises besteht der Zusammenhang zur Sprechbewegung im umfassenden Sinn (Kehlkopf), vom Planetenkreis aus zur Lebenskraft, Vitalität. Das weist auf die Beziehung zur Sonne.

Der 3. Zahn hat die Beziehung zu den Zwillingen. In dieser Zweiheit liegt die Möglichkeit der Unterscheidung, was auf Denkbewegung hindeutet. Der Mond wirkt hier im Sinne der Emotionalität und der darauf beruhenden Persönlichkeitsbildung.

Bei Nichtanlagen einzelner Zähne muss darauf geschaut werden, für welche Tierkreis- und Planetenkräfte der jeweilige Zahn Ausdruck hätte sein sollen. Die Therapie wird da ansetzen, um einen Ausgleich zu schaffen.

#### 2.4.4 Vergrößerte Zähne bei den Tieren

Um eine Verständnisidee der speziellen Kräfte, die mit den einzelnen Zähnen zu tun haben, zu bekommen, ist es sinnvoll, das harmonisch ausgeformte menschliche Gebiss mit den einseitig ausgeprägten Zahn- und Kieferformen der Tiere zu vergleichen. Der Mensch als universelles Wesen hat alle Eigenschaften veranlagt, aber keine wie im Tierreich bis zu einseitiger Perfektion entwickelt. Diesem Versuch, die Zähne des Menschen mit den vergrößerten Zähnen bei den Tieren in Verbindung zu bringen, liegt der Gedanke zugrunde, dass das Einzelne immer aus dem Ganzen hervorgeht, und folglich eine auffällige Einseitigkeit Ausdruck des ganzen Wesens ist. Im Folgenden ist der Blick auf die Stellung und Betonung der Zähne gerichtet, und der Versuch gemacht, dies als Ausdruck einer bestimmten Seelenqualität zu erkennen. An Beispielen soll gezeigt werden, dass entsprechende Charakteristika auch auf den Menschen zutreffen.

Bei den Nagetieren sind die mittleren Frontzähne (Incisivi) vergrößert. Charakteristisch bei diesem Tier ist die nervös erscheinende Bewegung, die den Eindruck großer Wachheit vermittelt. Im spezifizierten Sehen und Hören ist die Nervensinnestätigkeit betont, so Max Hoffmeister.<sup>58</sup> Auf den Menschen übertragen heißt das, wir haben es bei den

mittleren Schneidezähnen mit Kräften zu tun, die in Zusammenhang mit unseren Sinnen stehen. Die Sinne sind dasjenige, was uns mit der Außenwelt verbindet, durch die Sinne nehmen wir sie wahr, nehmen die Eindrücke in uns hinein. Die Sinne sind ein Hauptmerkmal unseres physischen Leibes. Bei den Frontzahnfehlstellungen tritt diese Thematik deutlich zutage. So bemerkt ein Kind mit auffällig großen ersten Schneidezähnen und einer verlängerten Front beim Eintritt in den Therapieraum sofort jede kleinste Veränderung im Raum.

Der seitliche Schneidezahn (*Incisivus lateralis*) ist beim Elefanten vergrößert.<sup>59</sup> Berücksichtigt man, dass auch beim Elefanten das Einzelne aus dem ganzen Tierwesen hervorgeht, kann auf eine andere Eigenheit aufmerksam gemacht werden. Auffallend sind bei ihm die rhythmisch hin und her wiegende Bewegung des Kopfes mit dem Schwingen des Rüssels und das sanfte Auftreten der Beine. Diese Bewegung macht den Eindruck nachdenklicher Bedächtigkeit. Tatsächlich hat der Elefant ein erstaunlich gutes Gedächtnis. Nach dreißig Jahren erkennt er noch einen Menschen wieder, der ihn einmal verletzt hat. Das Körpervolumen ist beachtlich, ebenso die dicke Haut, die eine enorme Schutzschicht darstellt. Diese Eigenschaften des Elefanten zeugen von Vitalität und Lebenskraft. Beim Menschen zeigt sich nun bei einem gut ausgebildeten großen seitlichen Schneidezahn, dass er über starke Lebenskräfte verfügt. Stehen einem Menschen an dieser Stelle nur ein oder zwei Zapfenzähne (schmal und spitz zulaufend) zur Verfügung, zeigt die Erfahrung, dass es sich da um Menschen handelt, die mit ihren Lebenskräften nicht über die Stränge schlagen können, sondern sorgsam mit sich umgehen müssen, indem sie rechtzeitig Pausen einlegen oder durch ein rhythmisches Leben den Mangel an Vitalität auszugleichen versuchen. Ist beim Schulkind der zweite Schneidezahn noch nicht durchgebrochen, so können ihnen keine besonderen Gedächtnisleistungen abverlangt werden. Dieser Zahn ist beim Menschen am zweithäufigsten nicht angelegt.

Den vergrößerten Eckzahn (*Caninus*, manchmal auch Augenzahn genannt), der durch eine markante Spitze an der Krone gekennzeichnet ist, findet sich im Tierreich exemplarisch bei den Ebern. (Zwar ist dieser Ebereckzahn der Zählung nach der 4er, der Ausgestaltung nach aber eindeutig ein Eckzahn. Von diesem Gesichtspunkt aus gesehen, darf er mit dem Eckzahn des Menschen – dem 3er – verglichen werden). Der Eber ist charakterisiert durch die Impulsivität, sei es beim Wühlen oder

---

59 Samietz R., 2012

im Umgang mit den gegnerischen Artgenossen. Handelt es sich beim ersten Zahn um Sinnestätigkeit, beim zweiten um Vitalität, so haben wir es hier mit Seelischem zu tun, was bei Menschen auch Persönlichkeit bedeutet.

So hat sich in der Praxis der Verfasserin häufig gezeigt, dass bei Problemen mit den oberen Dreieren, dem sehr oft vorkommenden Eckzahnhochstand, die Ideale, die ein junger Mensch mitbringt, nicht so leicht in die Realität umsetzen lassen, weil es ihm an der nötigen Seelenstärke und Persönlichkeitskraft mangelt. Das soeben Beschriebene bezieht sich auf die Dreier im Oberkiefer, also bezogen auf den Denkmenschen. Tritt ein Problem im Unterkiefer auf, so handelt es sich um den Willensmenschen, also den Stoffwechsel-Gliedmaßen-Menschen. Den Idealen (oben) entsprechen hier die Triebkräfte (unten). Der Durchbruch der Dreier fällt mit dem Eintreten der Pubertät zusammen, in der die Emotionalität eine neue Färbung bekommt, das körperliche Wachstum ist unübersehbar.<sup>60</sup>

Der vergrößerte 1. Prämolare (4er) tritt bei den Raubtieren auf. Es bleibt offen, inwieweit für diesen Zahn das entsprechende Charakteristikum im Tierreich gefunden werden kann. Beim Menschen jedenfalls steht er für die Eigenständigkeit. Dieser Zahn wird für eine Kieferregulierung bei Engstand am häufigsten gezogen. „Zur Beibehaltung einer neutralen Bisslage und symmetrischen Zahnbogenform sind immer in allen Quadranten die 1. Prämolaren zu extrahieren, auch wenn der Platzmangel nur auf einer Seite oder nur im Oberkiefer dominiert.“<sup>61</sup> Der zu frühe Verlust dieser Zähne bei Kindern hat aber zur Folge, dass sie ihre innere Eigenständigkeit leichter verlieren. Auch bei einer Kippung des Vierers nach innen und bei einem Engstand an dieser Stelle zieht sich das Kind leicht in seinen seelischen Innenraum zurück.

Der zweite Prämolare (5er) tritt im Tierreich nicht vergrößert auf. Umso mehr lassen sich an diesem Zahn beim Menschen besondere Beobachtungen machen. Er ist am häufigsten nicht angelegt, oft sogar alle vier Zähne, was zumeist von Problematik im Sozialen begleitet wird. Es fehlt der Ausgleich zwischen Geben und Nehmen. Im besonderen Fall kann sich das als krasser Egoismus zeigen, ebenso auch als völlige Zurückhaltung in der Kommunikation.

Bei den Wiederkäuern ist der erste Molare (6er) vergrößert. Er ist der vorrangig verwendete Zahn beim Zermahlen und Zerreiben der Nahrung,

---

<sup>60</sup> Caffin M., 2007

<sup>61</sup> Harzer W., S. 289, 2011

die unzerkaut aus dem Magen wieder hervorgeholt wird. Das lange Kauen, bei dem das Tier wie in sich versunken zu sein scheint, kann veranschaulichen, dass bei dieser Tätigkeit nicht rege Sinnestätigkeit, sondern Willenstätigkeit vorherrscht. Im vorigen Kapitel ist bereits dargestellt worden, dass die 6er, 7er und 8er dem Willen zugehören. Dem 6er, auch 6-Jahr-Molar genannt, kommt daneben noch die besondere Bedeutung zu, dass er als erster bleibender Zahn die Schulreife anzeigt. Das kleine Kind lebt noch in der Fantasie, das werdende Schulkind beginnt Maß, Zahl und Gewicht denkerisch konkret zu fassen. Dazu muss sich dann auch ein willentliches ‹Durchkauen› hinzugesellen. „Man sieht wiederum ... wie das Denken sich da entwickelt von den ersten zu den zweiten Zähnen.“<sup>62</sup>

## 2.5 Eurythmietherapie

Rudolf Steiner hat erstmalig 1921 in einem Kurs für Ärzte, Heileurythmiekurs,<sup>63</sup> die Anwendung der Heileurythmie systematisiert. Die Eurythmie als Kunstform bestand bereits. Ihre Weiterentwicklung zur Therapie erforderte ihre strikte Anlehnung an die anthroposophische Medizin. Eine enge Zusammenarbeit mit einem Arzt bzw. einer Ärztin ist gefordert und gewünscht.

Sie wird in Kliniken, Schulen, Kindergärten, in der Heilpädagogik, in freier Praxis, in sozialtherapeutischen Einrichtungen und Seniorenheimen ausgeübt.

(Wenn im weiteren Verlauf das Wort „Heileurythmie“ in Zitaten erscheint, so ist dasselbe gemeint. Da in Österreich das Heilen gesetzlich nur dem Arzt vorbehalten ist, musste der Name geändert werden. Beide Namen sind in Österreich gesetzlich geschützt.)

„Die Grundelemente der Heileurythmie sind die durch Bewegung umgewandelten Elemente der Sprache (Vokale, Konsonanten) und der Musik (Töne, Intervalle). Sie werden je nach Indikation und therapeutischer Zielsetzung spezifisch eingesetzt. ... Heileurythmie wirkt gestaltend, ordnend und regulierend auf die Dynamik des Zusammenspiels von geistigen, seelischen und leiblichen Prozessen im Gesamtorganismus, wie in der Funktion einzelner Organe und Organsysteme. Ziel der Heileurythmie ist es, durch Bewegungsübungen die Dynamik der gesunden Funktionen des menschlichen Organismus

---

62 Steiner R., GA 307, 1957

63 Steiner R., GA 315, 2003

differenziert anzuregen, zu stärken und zu regulieren, um damit bestehende Fehlfunktionen, die zu akuter oder chronischer Krankheit geführt haben, oder sich ohne Korrektur zu Störungen mit Krankheitswert entwickeln würden, gezielt entgegenzuwirken.“<sup>64</sup>

### 2.5.1 Der viergliedrige Mensch

Bisher war es ausreichend, mit dem in 2.1.2 beschriebenen dreigliedrigen Menschenbild zu arbeiten. Bei der konkreten therapeutischen Arbeit ist eine weitere Differenzierung notwendig: Es lässt sich der Mensch nämlich unter weiteren Aspekten auch als viergliedriges Wesen beschreiben, wie es in der anthroposophischen Medizin eine bedeutende Rolle spielt. Ohne diesen Gesichtspunkt wäre die Eurythmietherapie nicht erklärbar. Nach Darstellungen Rudolf Steiners<sup>65</sup> wird folgende Skizze gegeben:

Physischer Leib nennt die Anthroposophie jenen stofflich-räumlichen Anteil am Menschen, der sich am deutlichsten am Leichnam offenbart.

Lebensleib oder Ätherleib wird der Kräftezusammenhang genannt, der vor allem mit dem Strömen der verschiedenen Flüssigkeiten die Lebensprozesse hervorbringt. Diese wirken und bewegen im stofflichen Leib, sie sind selbst geistiger Art, sinnlich nicht erfahrbar. Leben ruft Wachstum, Stoffwechsel und Bewegung hervor. Diese sogenannten Bilde- oder Ätherkräfte differenzieren sich in Wirkungen in der Wärme, im Licht, im Chemismus und in basalen Lebensvorgängen.

Astralleib ist jener Ort, aus dem die Seelenregungen hervorströmen: Empfindungen, Gefühle, Willensregungen und Denkbewegungen. Er ist der Träger des Wachbewusstseins. Die Seele ist Tor zwischen Innen- und Außenwelt. Sie dient als Vermittlerin des Physisch-Ätherischen einerseits und des geistigen Ich andererseits.

Ich ist die Instanz, die ein personales Bewusstsein vermittelt und als der zusammenfassend Tätige in allen bewussten Regungen wirkt. Das Ich ist der geistige Anteil am Menschen, der durch die wiederholten Erdenleben geht.

Alle vier Schichten greifen in vielfältigster Weise ineinander und bringen Wechselwirkungen hervor.<sup>66</sup>

---

64 von Laue H. B. et al., S. 169–170, 2007

65 Steiner R., GA 13, S. 52 ff, 1968

66 Steiner R., GA 13, 1968



## 2.5.2 Wirkungsweise der Eurythmietherapie

An dieser Stelle wird deutlich, dass der/die Patient/Patientin die Eurythmietherapie in allen vier Wesensgliedern erlebt. „Die Heilung muss vom Ich des Patienten selbst gewollt und erübt und durch selbstständiges Üben errungen werden.“<sup>67</sup> Der Astralleib ist beteiligt, indem es auf die innere Anteilnahme und die seelische Färbung ankommt, wie die Übungen durchgeführt werden. (Rudolf Steiner gibt der Eurythmie bei Einführungsvorträgen auch die Bezeichnung Seelisches Turnen.) Der Patient oder die Patientin ist seelisch engagiert, indem z. B. bei der eurythmischen Ausführung eines Lautes Wert gelegt wird auf die sehr differenziert zu gestaltende Gebärde in Bezug auf Bewegung, Gefühl und Charakter<sup>68</sup>, die bei jedem Laut anders geartet ist. Indem jede Bewegung durch lebendige Prozesse hervorgerufen wird, ist bei den Gebärden und Übungen der Ätherleib beteiligt. Das gestaltete Strömen ist das eigentliche Lebenselement der Eurythmie. Jeder Laut ist gestaltetes und gestaltendes Strömen. Diesen Zusammenhang greift die Eurythmietherapie auf, indem sie nun vom Ätherleib aus, d. h. durch die eurythmische Bewegung, einerseits auf den physischen Leib, andererseits auf die seelischen Kräfte einwirkt. Darin liegt auch die Begründung, dass mit einem Rezidiv unter normalen Verhältnissen nicht zu rechnen ist, weil die Therapie alle Wesensglieder einbezieht.

## 2.6 Eurythmietherapie bei Zahnfehlstellungen

In der Praxis lassen sich die in den vorangehenden Absätzen beschriebenen Gesetzmäßigkeiten wiederfinden. Denn in den Zähnen sind alle Weltengeheimnisse zur Form geworden. „In der oberen Zahnreihe konzentriert sich in Verfestigung dasjenige, was in der Menschheit nach Verfestigung strebt, was der Mensch aufnehmen will als die in ihm zur Ruhe gekommene Summe von Weltengeheimnissen.“<sup>69</sup> Wenn in den Zähnen die zur Ruhe gekommene Summe von Weltengeheimnissen enthalten ist, muss auch der Versuch unternommen werden, sie aufzusuchen. Deshalb wurden so viele Gesichtspunkte zusammengetragen. Erst in der Zusammenschau lassen sich geeignete Übungen für die Therapie finden.

---

67 von Laue H. B. et al., S. 16, 2007

68 Meierhans A., S. 10–11, 2010

69 Steiner R., GA 282, 1981

In diesem Sinne dienen der Verfasserin der Tierkreis und die Planeten, von denen aus ihre Bewegungsbeurteilung vorgenommen wird. Die Eurythmietherapie „... wird gespeist aus dem Geistigen, aus den zwölf konstituierenden Kräften des Tierkreises und aus der Siebenheit des Planetenreigens. Und wenn der Mensch krank wird in einer gewissen Weise, da werden schadhafte die Formen, die seinem göttlichen Urbilde entsprechen. Sie werden hier in der physischen Welt anders. Was sollen wir tun? Wir gehen zurück zu den Formen, die seinem göttlichen Urbild entsprechen, helfen nach, lassen den Menschen diese göttlichen Formen wiederum machen. Das muss zurückwirken auf ihn, dass die schadhafte Formen wiederum ausgebessert werden.“<sup>70</sup> Der im Zitat angeführte Satz stammt von R. Steiner.<sup>71</sup>

### 2.6.1 Diagnose

„Um zu einer begrifflichen Erfassung der Bewegung zu kommen, muss vor oder nach einer therapeutischen Sequenz der Standpunkt bestimmt werden, von dem aus die Bewegungsbeurteilung vorgenommen wird. Dies ist insofern von Bedeutung, als durch diesen Schritt die Bewegung resp. deren Analyse Aufschluss über vorhandene Disharmonien und/oder Funktionsstörungen gibt.“<sup>72</sup> Das begründet eine standardisierte Abfolge von diagnostisch einsetzbaren Übungen, die durch Bewegungsabweichungen über Irregularitäten im Zusammenspiel der vier Wesensglieder Auskunft geben können. Dies ist ein in der Eurythmietherapie regelhaft geübtes Verfahren.<sup>73</sup> Ein solches Diagnoseverfahren wird speziell bei der Behandlung von Zahnfehlstellungen oder Kieferdeformierungen eingesetzt. Dabei wird folgender Gesichtspunkt berücksichtigt:

Rudolf Steiner macht darauf aufmerksam, wie wichtig die geschickte Beweglichkeit mit den Gliedmaßen für den Zahnwechsel sei: „... Gerade am Verhalten von Armen und Händen, Beinen und Füßen zeigt sich ganz derselbe Typus, der dann im Zahnbildeprozess zum Vorschein kommt. Daher wirkt regulierend in hohem Grade dies, dass man die Kinder möglichst früh anleitet, kunstvoll zu laufen, so zu laufen, dass sie dabei ihre Füße kunstvoll bewegen müssen, also im Kiebitzschritt laufen lässt oder dergleichen, sodass sie immer den einen Fuß an den

---

70 Warning A. in: Weißkircher A./Warning A., 2010

71 Steiner R., GA 279, S. 20, 1955

72 Meierhans A., S. 13, 2010

73 Bräuner-Gülow G., 2002

anderen anschlagen, indem sie laufen oder ähnlich kunstvolle Laufschriffe ihnen aneignet. Dieses ... fördert in hohem Grade den Zahnbildungsprozess“, gemeint ist an dieser Stelle der Zahnwechsel.<sup>74</sup> Der Kiebitzschritt ist ein seitliches Springen.

In Erkenntnis der zentralen Bedeutung dieses Zitates wurde eine Diagnoseübung angewandt, die zeigt, inwieweit ein Kind in der Lage ist, seine FüÙe kunstvoll, d. h. mit geschickter Feinmotorik zu bewegen. AuÙerdem lässt sich an der Art der Bewegungsführung erkennen, welche Unregelmäßigkeiten vorliegen.

Dabei blickt man zuerst auf die Gestalt der drei Menschen, oberer, mittlerer und unterer Mensch, mit der Fragestellung, ob alle drei aufgerichtet sind. Das heißt konkret: Ist der Kopf gerade gehalten oder nach unten geneigt (oberer Mensch)? Sind die Schultern geöffnet oder hängen sie nach vorne (mittlerer Mensch)? Ist das Becken aufrecht oder nach unten gedreht (unterer Mensch)?

Als zweites erkennt die Therapeutin an der Bewegung, ob sie eine Tendenz zur Beschleunigung zeigt. Das wäre z. B. ein Hinweis auf einen Engstand in der Unterkieferfront, da drängt die Zeit. Werden die Sprünge sehr steif, aber korrekt, fast zu perfekt in der äußeren Bewegungsführung, erkennt man daran die Tendenz zum tiefen Biss. Das spielerisch Leichte in der Bewegung ist wie hinausgedrängt (siehe Spieltrieb bei Schiller), der mittlere Mensch wirkt zusammengedrückt, die Schultern sind meist hochgezogen. Bleiben die Beine und FüÙe schlaff und die Sprünge spärlich ausgeführt, weist das auf einen Distalbiss hin. Da überwiegt der obere Mensch, der untere ist zu stärken. Häufig liegen gleichzeitig zwei oder mehrere Fehlstellungen vor. Insbesondere tritt der tiefe Biss in Kombination mit dem Distalbiss auf. An der Bewegung lässt sich erkennen, ob der tiefe Biss oder der Distalbiss das primäre Problem darstellt. In einem Fall wäre der tiefe Biss gehoben (Ober- und Unterkiefer in die richtige Lage zueinander gebracht), wenn es gelänge, den Unterkiefer in die Normallage vorzuschieben. Der Biss würde sich dadurch von allein heben. Im anderen Fall ist der tiefe Biss so dominant, dass der Unterkiefer nicht nach vorne wachsen kann, weil der Druck der seitlichen Kaumuskeln zu massiv ist. An der eurythmischen Bewegung lässt sich diese Differenzierung gut wahrnehmen. Im ersten Fall werden aufgrund der Bewegungsdiagnose Übungen gewählt, die den unteren Menschen stärken. Im zweiten Fall ist darauf zu achten, dass in den Sprunggelenken, in den Knien und vor allem in

---

74 Steiner R., GA 312, S. 315, 1985

den Schultern die Bewegungen unter dem Gesichtspunkt des Lösens gewählt werden, damit sich der Freiraum (die Ruheschwabe zwischen den Zähnen) im mittleren Menschen wieder entfalten kann.

An der Bewegung (wenn sie als Ausdruck des Ätherleibes richtig verstanden wird) lässt sich die Ursache für ein Problem schon erkennen, bevor es physisch manifest wird. So kann im Sinne der Salutogenese gewirkt werden.

### 2.6.2 Diagnoseübung

Um die oben angegebene Diagnoseübung kindgemäß anwenden zu können, ist es nötig, sich auf die kindliche Psyche einzustellen. Ein möglichst bildhaftes Gedichtchen, in kindgemäßem Sprachklang gesprochen, erleichtert dem Kind durch Freude am Spielerischen den Einstieg in ungewohnte Bewegungen. Vor allem soll es der Therapeutin Gelegenheit geben, beobachten zu können, ohne dass das Kind darauf aufmerksam wird. Dabei lässt sich sehen, wie sich der Körper bewegt, wie sich Unregelmäßigkeiten im Gefüge des oberen und unteren Mensch zeigen. Auf dieser Grundlage können dann die weiteren Übungen gefunden werden.

Mein Pferdchen geht leise  
Schon früh auf die Reise,  
Mit silbernen Hufen,  
Von Sternen gerufen,  
Auf goldenen Wegen  
Der Sonne entgegen!

Jede betonte (hier unterstrichene) Silbe wird gedehnt gesprochen. Dabei setzt das Kind den Fuß behutsam nach vorne, berührt zuerst mit der Fußspitze den Boden und rollt ihn dann langsam ab. Beim Aufsetzen besteht die Aufgabe darin, das Gewicht zur Gänze auf dem hinteren Fuß zu lassen. Nur so ist gewährleistet, dass der vordere Fuß wirklich mit Bewusstsein geführt und behutsam abgerollt wird. Ein zweiter Gesichtspunkt kommt hinzu: die Anregung der Atemtätigkeit, und damit die Regulierung des mittleren Systems. Das langsame Vorziehen des Fußes und vorsichtige Aufsetzen der Fußspitze ist so gestaltet wie in der seelischen Übung für Sympathie,<sup>75</sup> die bewirkt, dass das Ich in Bezug zum Körper stärker ist als es sonst wäre, und die Zirkulation und die gesamte Verdauung anregt.

---

75 Steiner R., GA 315, S. 68, 2003

Auf die nächsten Zeilen folgt eine weitere Schrittart, das Traben:

Mein Pferdchen will traben,  
Hinüber zum Graben,  
Hinauf auf den Hügel,  
Ich fass es am Zügel,  
Nun geht es so munter,  
Hinauf und hinunter!

Hier wird besonders Wert darauf gelegt, dass die Knie möglichst locker und leicht in die Höhe kommen, während nur jeweils der Vorderfuß zart und im Gleichmaß den Boden berührt. Auf jede Silbe kommt ein Trabschritt.

Um für das Kind im Bild zu bleiben, darf das Pferdchen, nachdem es seine Hufen geprüft und das Traben ausprobiert hat, nun endlich galoppieren. Geübt wird dabei der Wechselsprung auf den folgenden Text:

Mein Pferdchen will springen,  
Die Glöcklein erklingen!  
Mein Pferdchen will eilen,  
Will nirgends verweilen,  
Will nirgends verschlaufen,  
Will rennen und laufen!

Das Wichtigste beim Wechselsprung ist das Nachspringen auf demselben Bein ein zweites Mal, während das andere so lange in der Höhe bleibt. Diese Strophe wird ein zweites Mal gesprochen, das Pferdchen darf über eine Hürde springen. (Hier hält die Therapeutin ihren Arm waagrecht in einer Höhe, die dem Sprungvermögen des Kindes angepasst ist. Manche Distalbisskinder nehmen dieses Angebot nicht wahr und gehen lieber am Arm vorbei. Tendenziell fordern die Kinder mit tiefem Biss höhere Hürden.) Die letzte Strophe hat dieselbe Schrittart wie die erste. Damit wird diese Übung, die in der ersten Strophe besonnen und ruhig beginnt, dann in der zweiten eine Steigerung im Tempo und in der dritten einen Höhepunkte im Springen erfährt, mit der vierten Strophe wieder in der Ruhe abgeschlossen.

Mein Pferdchen geht schlafen  
Mit Kühen und Schafen,  
Es möchte zum Stalle,  
Da schlafen sie alle,  
Es mag nicht mehr gehen -  
Mein Pferdchen bleibt stehen.

Diese Übung wird in der Regel sieben Wochen hindurch geübt. Sie dient nicht nur zur Diagnose, sondern bildet für alle weiteren Epochen die Grundvoraussetzung für die Rhythmen: Durch das behutsame Aufsetzen des Fußes wird die Länge (die betonte Silbe) für alle weiteren Rhythmusübungen vorbereitet.

## 2.7 Eurythmietherapie-Übungen bei Zahnfehlstellungen

Bei nahezu jeder Fehlstellung wird mit Rhythmen gearbeitet, in der Regel aus dem bereits dargestellten Grund, dass die Geschicklichkeit der Füße auf die Zähne zurückwirkt. Überhaupt wird in der Eurythmietherapie häufig auf der polaren Seite und nicht am Ort der Erkrankung gearbeitet wird: „Je weiter der Ort der Einwirkung des Leidens entfernt ist, desto sicherer wirkt die Therapie auf den Ätherleib, um eine Heilung zu erreichen“.<sup>76</sup> Das bedeutet, je mehr Arbeit in den Füßen als entgegengesetzter Pol zum Kopf getan wird, desto stärker kann die Wirkung in den Zähnen sein.

Nur bei Engstand kommt der auch sonst in der Eurythmietherapie gültige Gesichtspunkt hinzu, dass damit die Relation der Puls-Atem-Prozesse reguliert und die Mitte gestärkt wird, um der beengenden Tendenz im Kieferbogen entgegenzuwirken.

Ein ganz grundlegender Unterschied der Zahn-Eurythmietherapie muss hier beschrieben werden. Zum einen werden die Laute wesentlich zarter, saugender in der Bewegung, durchgeführt, um eine unmittelbare Wirkung bei den Zähnen zu erzielen. Man stelle sich dabei vor, dass man die angestrebte Bewegung entstehen lasse, wie wenn die Gliedmaßen von einer unsichtbaren Kraft angesogen würden. Jede überflüssige Muskelanspannung sei zu vermeiden. Zum anderen aber gibt es Gelegenheiten, bei denen es gerade darauf ankommt, möglichst kräftig einen Laut auszuführen, gelegentlich auch Glied gegen Glied zu schlagen, um dem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System einen kräftigen Impuls zu geben. Damit soll eine ätherische Gegenbewegung erzeugt werden. (Diese kräftigen Bewegungen werden verständlich aufgrund der von Rudolf Steiner speziell für den Zahnwechsel gegebenen Übung des Kiebitz oder Seitgalopp.) Erspürbar wird die Wirkung unmittelbar nach der Gestaltung des Lautes im Nachlauschen (Nachspüren). Die Kinder sprechen dann von einem Kribbeln in den Zähnen oder Kieferknochen oder Wangen. Das heißt, der Ätherleib beginnt zu arbeiten.

---

76 von Laue H. B., S. 136, 2007

## 2.7.1 Die Zahnübung LA LO

Bei fast allen Fehlstellungen, vor allem Kombinationen von Fehlstellungen, wendet die Verfasserin folgende Übung an, die in ihrer Urbildlichkeit deshalb repräsentativ für viele Übungen das konkrete Arbeiten mit der Eurythmie-therapie veranschaulichen soll.

Die Laute L A O wurden von Rudolf Steiner im Heileurythmiekurs<sup>77</sup> ganz speziell für die Zähne gegeben. So ist insbesondere der Laut L ein Schlüssel zum Verstehen der verschiedenen Zahnfehlstellungen. An der Art, wie ein Kind das L gestaltet, ist zu sehen, welche Zahnfehlstellung im Vordergrund steht. Dazu dient der Blick auf die drei Menschen: oberer, unterer und mittlerer Mensch.

Das Bild (die Imagination) einer Pflanze kann verdeutlichen, welche umfassenden Qualitäten das L durchläuft durch Wurzel, Stängel und Blütenregion. Man stelle sich den Säftestrom vor. Die Wurzeln saugen das Wasser aus der Umgebung heran, der Stängel leitet es hinauf zur Blüte, dann verflüchtigt es sich im Duft wieder in den Umkreis. Der erste Teil der Bewegung geht von außen seitlich nach unten, bis sich die Finger unten vorne berühren. Die Pflanze hat unter der Erde ihre festen Wurzeln, die verholzt und schwer zu durchdringen sein können (immer im Gleichnis gesprochen). So werden die Hände durch diesen Bereich auch mit Spannung in den Muskeln geführt. Im Aufsteigen – entsprechend dem Säftestrom durch den Stängel – von den kräftigeren Wurzeln zur zarten Knospe löst sich die Spannung in den Händen gänzlich auf. Oben, durch eine Drehung der Hände nach außen, ahmen sie den kostbaren Moment des Entfaltens der Knospe zur Blüte nach. Im dritten Teil der L-Bewegung breiten sich die Arme so weit als möglich in den Umraum aus – wie die Pflanze ihren Duft in die Umwelt verströmt – und sinken seitlich wieder zum Ausgangspunkt herunter. Ohne Bruch im Bewegungsablauf beginnt der Kreislauf von Neuem.



*Abb. 23: Bewegung für den Laut L – Zeichnung d. V.*

Ein Kind mit einem Distalbiss (der Unterkiefer liegt zu weit hinten – menschenkundlich gesehen überwiegt der obere Mensch gegenüber

---

77 Steiner R., GA 315, S. 115, 2003

dem unteren, der denkende gegenüber dem wollenden) nimmt den unteren Teil der L-Bewegung nicht wirklich wahr, als ob es ihm gar nicht vorgemacht worden wäre. Eurythmisch würde man sagen: Es gestaltet nicht mit dem unteren (dem Willens-)Menschen. Die Hände bleiben lasch, gewinnen nicht die nötige Muskelspannung, kommen also gar nicht bis zum Charakter des Lautes, der für diesen Teil des L bedeutend ist.

Umgekehrt wird von Kindern mit tiefem Biss der obere Teil des L – wenn die Knospe ihre Blüte öffnet – einfach übersehen. Zwar führen sie die Hände in die Höhe (Stängel), das Entfalten (Aufblühen) der Gebärde aber, die gleichsam das Aufspringen der Knospe vollziehen sollte, fehlt. Dieser Moment in der Bewegung des L erlaubt dem Ausführenden die größte Freiheit in der Gestaltung. Hier sieht die Verfasserin die Verbindung zum Spieltrieb von Schiller, weil genau dieser schöpferische Freiraum beim tiefen Biss wie hinausgedrängt ist. An dieser Stelle lässt die Therapeutin das Kind bei der Gestaltung des L in einem ‚Garten lauter Blumen aufblühen, wobei sie dann beim Kind die Farbe der Blüte (Fantasie ist hier gefragt) erkennen möchte. Auf diese Weise bekommt es ein Bewusstsein für diesen ihm verlorengegangenen Seelenraum.

Den Kindern mit Engstand – insbesondere im mittleren Bereich des Oberkiefers – gelingt es nicht, die dritte Phase des L zur Entfaltung zu bringen. Die Bewegung soll weit nach außen gehen. Sie setzen diese Bewegung nach außen an, ziehen dann aber ihre Arme – von den Oberarmen her – zum Körper zurück und nehmen den Raum, den ihre Arme ergreifen könnten, nicht in Anspruch. Man erkennt daran ihr zu geringes Selbstvertrauen (siehe Abb. 23).

Im Anschluss an das L wird mit einem Vokal lautiert (eurythmisch ausgeführt), dem A. Vokale drücken generell das Seelische des Menschen aus, wobei das A im Speziellen der Laut des staunenden Empfangens (Ah ..!) ist. Dabei werden die Arme schräg nach oben gestreckt, sodass sie einen Winkel miteinander bilden (das A), und unter Beibehaltung des Winkels bis zur Mitte (Brusthöhe, in die Fühlensregion) heruntergeführt. Dieser Mitte entspricht die Okklusionsebene, in der die Zunge ihr bewegliches Leben entfaltet. Die Kombination der beiden Laute in dieser Art durchgeführt, regt das Wachstum im Oberkiefer an. Da die Arme beim A ganz gerade gestreckt sind, besteht die Beziehung zum Denken (Oberkiefer). Um nun den Unterkiefer zu beeinflussen, wird wieder mit dem dreimaligen L begonnen, anschließend folgt ein O, der Laut des liebevollen Umfassens. Die Arme werden nach unten zu



einem Kreis geführt, sodass die Fingerspitzen einander berühren, (die Rundung der Muskeln soll gespürt werden) und von unten bis zur Mitte herauf geführt. Die Rundung beim O weist auf den Willensanteil im Unterkiefer hin. Nach beiden Vokalen ist die Pause wichtig, um die Resonanz der Bewegung im Kiefer zu spüren. „... aber heileurythmischen Erfolg hat es erst, wenn Sie tatsächlich beim Ausführen der Übung die Muskeln durch den ganzen Arm hindurch spüren. Besonders wichtig ist es, dass Sie auch beachten, dass eine Unterstützung der heileurythmischen Übung in ihrer Fortsetzung in das Bewusstsein hinein stattfindet ... dadurch unterstützen Sie im Wesentlichen das, was beabsichtigt wird: wie man den Bewusstseinsfaktor überhaupt nicht unterschätzen soll beim Heilen.“<sup>78</sup>

Verständlich wird auch hier die runde Form des O für den Unterkiefer: Dieser ist der bewegliche Teil am Kopf und weist somit auf den Willensanteil hin.

Für den Distalbiss wird diese Übung, da hier der untere Mensch gestärkt werden soll, modifiziert. Das L hat in der Eurythmietherapie (gegenüber der künstlerischen Eurythmie) eine Verstärkung erfahren, indem ein Sprung hinzugefügt wird. Dieses modifizierte L dient der Anregung des Stoffwechsels, des unteren Menschen,<sup>79</sup> was für den Distalbiss erwünscht ist. Die Fersen werden leicht angehoben, die Knie vorne zusammengedrückt und im zusammengedrückten Zustand erfolgt der Sprung). Innerhalb der Distalbiss-Übung wird dieses L mit Sprung und das aufsteigende O häufiger als das L A angewendet.

Für die Progenie wird das A verstärkt (häufiger angewendet), das O von der Mitte herunter geführt, um das Wachstum des unteren Menschen nicht anzuregen, sondern abzuschwächen. Das L wird nur mit den Armen (ohne Sprung!), das A dafür häufiger ausgeführt.

Für den offenen Biss wurde diese grundlegende Übung LALO, die wie ein eurythmisches Urbild für das Gebiss steht, nicht verwendet, da die aufstrebende L-Bewegung für das Ziel des Herunterkommens der Schneidezähne kontraindiziert erscheint.

### 2.7.2 Gesichtspunkte für weitere Zahnübungen

An dieser Stelle können nur ganz aphoristisch einige Gesichtspunkte erwähnt werden, die zur Wahl der sehr differenzierten Übungen bei Zahnfehlstellungen führen. In vielen Fällen ist es hilfreich, bei der Anwendung

---

<sup>78</sup> Steiner R., GA 315, S. 122, 2003

<sup>79</sup> ebd., S. 59

eines Lautes auf den im Tierkreis gegenüberliegenden Laut (Tierkreisachse) zu schauen und diesen zuerst therapeutisch einzusetzen.

**Distalbiss:**

zur Stärkung des unteren Menschen:

die Konsonanten des unteren Menschen, mit den Beinen ausgeführt: N M L K S C oder CH und B

um das Unterkieferwachstum nach vorne anzuregen;

B mit den Armen, im Jungfraubereich (Unterbauch) von hinten nach vorne bewegt

M mit ausgestreckten Armen unten, von hinten nach vorne

**Progenie:**

zur Stärkung des oberen Menschen:

Vokal-Übungen, Geometrische Übungen

um das Unterkieferwachstum zu hemmen

B im Jungfraubereich von vorne nach hinten

O von der Mitte nach unten

**Kreuzbiss:**

um den Unterkiefer in die Mittellage zu bekommen:

M in die entgegengesetzte Richtung als der Kreuzbiss konstatiert wird

**Engstand Oberkiefer mittlerer Bereich:**

um im mittleren Bereich den Zahnbogen zu weiten

Stärkung des mittleren Menschen: Ballen und Lösen

Arbeit mit der Tierkreisachse K - H

H hereinholen, (Zwillingslaut für die Schultern)

**Engstand Unterkiefer mittlerer Bereich:**

um im mittleren Bereich den Zahnbogen zu weiten:

Formen im Raum, die immer größer werden,

z. B. auswickelnde Spirale

**Engstand in der Oberkieferfront:**

um den Zahnbogen vorne zu weiten:

O mit den Armen hinter dem Rücken von unten

so weit als möglich hinaufführen

viel Rückwärtsgehen

**Engstand in der Unterkieferfront:**

um den Zahnbogen vorne zu weiten  
Rückwärtsgehen und das Tempo verlangsamen,  
die Tierkreisachse Jungfrau - Fische betonen

**Tiefer Biss:**

um den Biss zu heben:  
bei allen Lauten und Bewegungen die Gelenke lösen

**Offener Biss:**

um die Schneidezähne im Wachstum nach unten anzuregen:  
die Lautreihe K A S von oben nach unten

Auffallend bei den Übungen für die eurythmietherapeutische Methode bei den Zähnen ist die analoge Bewegungsrichtung der Laute zu den Raumesrichtungen, die im Kiefer vollzogen werden sollen, wenn die Laute in der saugenden Form ausgeführt werden. Es soll dadurch keine ätherische Gegenbewegung entstehen. Genau das Gegenteil ist der Fall, wenn es sich um die sehr kräftigen Bewegungen handelt; da ist diese Gegenbewegung bewusst angestrebt.

# Was sind die Bedingungen, um im freien Geistesleben verantwortlich zu wirken?<sup>1</sup>

*Heinz Zimmermann*

Die Waldorfschule kann ein lebendiges Beispiel sein, wie sich ein Organ des Geisteslebens konkret ausgestaltet. Wir sind in der Regel schnell bei der Hand festzustellen, dass doch eine Schule von staatlichen Einflüssen frei sein müsse, dass die Freiheit der Lehrer eine Grundbedingung für eine Erziehung zur Freiheit sei. Auch der einzelne Lehrer nimmt für sich gegenüber den anderen die Freiheit gern in Anspruch. Viel seltener aber wird der zweite Teil des Problems ins Auge gefasst: Was sind denn die Bedingungen, um verantwortlich im freien Geistesleben zu wirken? Freiheit vom Staat ist ja nur die Verpflichtung, diesen Freiraum selber verantwortlich im Dienste der Erziehung zu erfüllen. Welches sind die Bedingungen der Selbstverwaltung? Wie arbeiten wir als für den Schulorganismus Verantwortliche zusammen? Welches sind die Arbeitsformen einer Schulgemeinschaft, die auf der Grundlage ruht, die Beziehung zu einer göttlich-geistigen Welt in einer bewussten, modernen Weise zu suchen und zu pflegen? Jeder, der die Wirklichkeit der Waldorfschulen kennt, weiß, dass diese Fragen zu den brennendsten gehören, von deren Beantwortung ihre Existenz abhängt.

Gleichzeitig aber besitzen wir mit der Ausgestaltung einer solchen Selbstverwaltung eine Pionieraufgabe als einen Forschungsweg, auf dem sich Erkenntnis und Praxis durchdringen müssen. Wenn wir diesen Forschungscharakter entdecken, fällt es uns auch leichter, mit den Unvollkommenheiten fertig zu werden, die Fragen der Zusammenarbeit, der Verwaltung mit all ihren Krisen und Abstürzen nicht nur als lästige Begleiterscheinungen zu verwünschen, die einen vom Wesentlichen abhalten, sondern sie als stimulierende Herausforderungen zu begrüßen.

Wir müssen nun einmal die Bescheidenheit aufbringen, dass wir mit der Freiheitsentwicklung und dadurch mit der Ausgestaltung neuer Formen der Zusammenarbeit an einem Anfang stehen und eine jahrhundertelange Zukunftsentwicklung vor uns haben.

Was wir immerhin gerade an den Problemen der Zusammenarbeit überdeutlich konstatieren können, ist die Tatsache, dass irgendwelche

---

<sup>1</sup> Abdruck aus „Das Goetheanum“ 43/1996, mit freundlicher Erlaubnis der Redaktion

konventionellen Richtlinien oder Tragkräfte aus der Tradition endgültig verbraucht sind. Nur was durch die Betroffenen aus aktueller Initiative und Erkenntnis heraus unternommen wird, ist fruchtbar und zukunftsträchtig. Das hindert uns freilich nicht, aus der Vergangenheit zu lernen. Im Folgenden wollen wir dies tun, indem wir uns kurz die Lebens- und Arbeitsgemeinschaft des mittelalterlichen Klosters anschauen.

Im Gegensatz zu anthroposophischen Gemeinschaften können wir auf eine voll ausgebildete und entwickelte Idealform blicken, freilich einer vergangenen Bewusstseinsstufe. Allerdings verbindet die anthroposophischen Gemeinschaften die Orientierung der Aufgaben an einer übersinnlichen Welt mit dem Kloster.

Ausgehend von Benedikt von Nursia im 6. Jahrhundert, entwickelte sich das mittelalterliche Klosterleben zu einer beispielhaft kulturschaffenden und -tragenden Gemeinschaftsform. Unter dem Einfluss der Benediktinerregel mit dem Grundsatz „ora et labora“ (bete und arbeite) wurde das mittelalterliche Kloster zum Kulturzentrum schlechthin. Neben theologischer und philosophischer Gelehrsamkeit, neben Dichtung und Redekunst sind es auch die praktisch-sozialen Leistungen, die vom Kloster aus in die Gesellschaft strömten: Obstbau, Medizin, Chemie, Schule, Hospiz, Krankenpflege sind einige Beispiele. Dass es dabei auch manche Dekadenzerscheinungen, Einseitigkeiten und Krisen gab, liegt in der Natur der Sache, sollte aber nicht den Blick verstellen vor der fruchtbaren und segensvollen Wirkung dieser Gemeinschaftsform. Neben großen Unterschieden je nach Ordensregel, Gegend, Entwicklungsphase und so weiter bildete sich doch so etwas wie eine Art Selbstverständnis oder Idealgestalt aus, die wir bei aller individuellen Verschiedenheit erkennen können.

Diesen Modellcharakter wollen wir im Auge behalten, wenn wir nun im Folgenden zu einem Gedankenexperiment übergehen. Auf der einen Seite haben wir ohne Zweifel in der Klostersgemeinschaft eine vorbildliche Lebens- und Arbeitsweise, auf der anderen Seite gehört diese Form der Vergangenheit an und kann nicht einfach in unsere Zeit übertragen werden. Welche Elemente sind zeitlos, welche zeitgebunden? In welcher Weise müssen wir die zeitgebundenen Elemente verwandeln, dass sie unserem Zeitbewusstsein entsprechen?

Um diese Fragen zu beantworten, wollen wir versuchen, die Bedingungen des mittelalterlichen Klosterlebens zu beschreiben, in ihnen dann das Urbildliche zu entdecken, und uns dann fragen, wie diese Bedingungen, dem modernen Bewusstsein entsprechend, zum Beispiel in

einer Waldorfschule, realisiert werden können. So wollen wir uns nun für kurze Zeit in die Haltung eines mittelalterlichen gläubigen Menschen versetzen.

## Das Kloster als Idealgemeinschaft des Mittelalters

Wer in ein mittelalterliches Kloster eintrat, wusste, dass er sich einer Gemeinschaft verband, die durch ihre Lebensführung und all ihre Einrichtungen bestrebt war, den Willen Gottes auf Erden zu vollziehen. Sinn und Ziel war es sowohl für den Einzelnen wie auch für die Gemeinschaft, einen Weg zu Christus zu finden, sein Diener zu werden. Es bedeutete im biblischen Sinn, Vater und Mutter zu verlassen, das heißt, die Blutsbande zu überwinden, um in einem spirituellen Zusammenhang zu dienen. Dabei war es notwendig, dass dem Eintretenden eine Vorbereitungszeit – das Noviziat – zugemessen wurde: Er musste sich selber prüfen, ob diese Lebensentscheidung angemessen sei, und umgekehrt wurde er von den Klosterrepräsentanten auf seine Eignung für dieses Leben geprüft.

Die Novizen wurden erfahrenen Nonnen und Mönchen in spezielle Obhut gegeben. Verbindlich wurde der Eintritt mit dem Ablegen der Gelübde, die zeitlebens galten und nicht mehr gebrochen werden durften. Das hieß, dass der Eintretende die Bedingungen dieses Klosterlebens anerkannte und gelobte, sie sich ganz zu eigen zu machen. Obwohl es in den verschiedenen Ordensregeln Unterschiede gab, kristallisierten sich neben drei Hauptgelübden aus, die im Hochmittelalter praktisch in jeder Klosterregel enthalten waren: Gehorsam, Keuschheit und Besitzlosigkeit.

Durch das Gehorsamsgelübde anerkannte man die Klosterhierarchie, man versprach, dem im Rang Höheren zu gehorchen. Im Hintergrund stand die Überzeugung, dass die oberste irdische Instanz (Äbtissin, Abt) durch ihr Amt wiederum Gottes Wille vollzog, sodass eine Gehorsamshierarchie von der einfachen Nonne bis zu Gott entstand. Alles Spirituelle, so war man überzeugt, ist hierarchisch geordnet, und so bildete die irdische Hierarchie die himmlische ab. Der Eigenwille musste zugunsten des göttlichen Willens überwunden werden, weil durch den Eigenwillen der Mensch sich von Gott sondert. Dieses erste und wichtigste Gelübde, das sich auf den Menscheng Geist bezieht, stützt die gegebene Hierarchie und anerkennt das Autoritätsprinzip.

Das zweite Gelübde, die Keuschheit, wurde oft einseitig auf den geschlechtlichen Bereich eingengt. Die Ehelosigkeit gehörte sicher dazu,

aber es war doch allgemein das Gelübde der Seelenreinheit. Um Christus in der Seele zu empfangen, musste man diese erst würdig für die hohe Aufgabe machen. Natürlich liegt auch der Gedanke zugrunde, dass ein Familienleben mit all den äußeren Pflichten von der Ausübung der klösterlichen Aufgaben abhält, und zudem soll ja gerade die Bluts-gemeinschaft durch eine Geistgemeinschaft ersetzt werden.

Die Besitzlosigkeit, das dritte Gelübde, das sich auf den Menschen als Träger eines Leibes bezieht, sollte eine zu starke Verbindung mit den Erdenwerten verhindern. Es schließt sich eng an die vielen Christus-Worte an, in der konkreten Ausgestaltung durch die Apostel, die das empfangen, was ihnen die Menschen freiwillig zugestehen. Die beiden großen Bettelorden, die im 12. Jahrhundert gegründet wurden, die Franziskaner und Dominikaner, stellten diese apostolische Armut in den Vordergrund, während andere Vertreter nur den Verzicht auf persönlichen Besitz hervorheben: Alles gehört allen, und im Übrigen gab es sehr reiche Klöster.

Mit dem Ablegen des Gelübdes anerkannte der Eintretende auch die für alle – auch die Äbtissin und den Abt – verbindliche Ordensregel, die oft in umfangreichen Darlegungen bis in praktische Einzelheiten hinein (zum Beispiel, welche Strafen auf welche Vergehen folgen) das Leben innerhalb des Klosters bestimmten und schriftlich festgelegt waren.

Mit dem Gelübde entschied man sich also, sein Leben nach den entsprechenden Regeln einzurichten. Die Mauern grenzten dieses Leben von dem früheren der Außenwelt ab. Jeder, der ins Kloster hinein oder aus dem Kloster heraus wollte, musste am Pförtner vorbei, die Bereiche innen und außen waren klar getrennt – das Wort Kloster (lat. claustrum) heißt ja auch „das Abgeschlossene“. Im Gegensatz zur Einsiedelei bedeutete dies aber nicht den völligen Rückzug von der Welt. Die Klöster wirkten, wie oben beschrieben, sogar sehr stark in die Umwelt, aber diese Beziehungen waren klar geregelt und entzogen sich dem Willen der einzelnen Nonnen und Mönche. Alle Arbeit geschah für das Ganze und wurde entsprechend angewiesen.

Auf ein letztes und wichtigstes Lebelement des Klosters sei noch hingewiesen: den Abendmahlkultus. Der gemeinsame Gottesdienst, der einen festen Bestandteil im Tageslauf einnahm, bedeutete die spirituelle Vereinigung, die geistige Nahrung und das Lebensblut der Klostersgemeinschaft, die deshalb auch eine Abendmahlsgemeinschaft genannt werden kann. Was die einzelne Nonne in ihrer Zelle in Bezug auf das Einswerden mit Christus auf dem mystischen Schu-

lungsweg vollzog, das wurde erhört und fand seine Erfüllung in dem vierstufigen Weg der Messe über die Verkündigung, das Opfer und die Wandlung zur realen geistigen Vereinigung mit Christus in der Kommunion.

Fassen wir zusammen: Die mittelalterliche Klostergemeinschaft beruhte auf einer strengen Hierarchie, die im Sinne des Autoritätsprinzips von oben nach unten wirkte und durch eine verbindliche Klosterregel unterstützt wurde. Nur wer nach einer Vorbereitungszeit sein Gelübde als Lebensentscheidung ablegte, konnte aufgenommen werden. Tragende geistige Grundlage war die gemeinsame Abendmahlsfeier.

## Die Geistgemeinschaft des 20. Jahrhunderts

Wenn wir als Menschen des 20. Jahrhunderts Worte hören wie Hierarchie, Autorität, verbindliche Ordensregel, Mauer, Gelübde und Kultus, so empfinden wir vor allem das abschreckend Überholte, die unserem Freiheitsbewusstsein widersprechende Seite. Zwar kennen wir in uns wohl die Seelenregung, die uns in frühere Zeiten versetzen will. Wie schön wäre es doch, wenn wir nicht immer selber denken müssten, wenn jemand uns sagte, was wir zu tun hätten. Wie schön wäre es, wenn wir uns in einer sicheren gottgewollten Ordnung bewegen könnten, aufgehoben in einer klar definierten Lebensgemeinschaft, die für einen sorgt, wenn man krank oder alt wird, ohne den täglichen Kampf ums Dasein, ohne Sorge um die materielle Existenz und erst noch mit der Gewissheit, einem höheren Ziel zu dienen, ein gottgefälliges Leben zu führen.

Und so sind manche Erscheinungen – auch in anthroposophischen Arbeitsgemeinschaften – anachronistische Reste unverwandten Mittelalters: Autoritätsgläubigkeit, Abhängigkeit vom Urteil und Willen anderer, Sehnsucht nach Ruhe und Ordnung, Offenbarungsglauben, Wirtschafts- und Technikfeindlichkeit und so weiter.

Das mittelalterliche Kloster, in die Gegenwart versetzt, wäre eine Unmöglichkeit, ein nostalgischer Vergangenheits Traum. Und dennoch dürfen wir nicht darüber hinwegsehen, dass es eine Lebensform war, die zu ihrer Zeit Grandioses hervorgebracht hat. Daher wollen wir in einem nächsten Schritt versuchen, aus dem Zeitbedingten das Zeitlose herauszuschälen, um es dann mit den aktuellen Problemen der Zusammenarbeit zu verbinden.



## Das hierarchische Prinzip

Nur derjenige kann eine höhere Entwicklungsstufe erreichen, der zu diesem Höheren hinaufschauen kann. Diese Haltung, ins Gefühl gewandelt, ist die religiöse Grundstimmung. So beginnt auch der Pfad der Erkenntnis bei Rudolf Steiner mit dem Kultivieren der Devotion: „Wenn wir nicht das tiefgründige Gefühl in uns entwickeln, dass es etwas Höheres gibt, als wir sind, werden wir auch nicht in uns die Kraft finden, uns zu einem Höheren hinaufzuentwickeln. Höhe des Geistes kann nur erklimmt werden, wenn durch das Tor der Demut geschritten wird.“<sup>2</sup>

Wenn wir der Überzeugung sind, dass es überhaupt eine Höherentwicklung gibt, dann kommen wir notwendig zum Gedanken der Hierarchie – allerdings nicht einer statischen, festen Hierarchie, sondern einer dynamischen, sich in der Zeit fortwährend verändernden.

Das Kind hat einen natürlichen Drang, sich an das zu halten, was es noch nicht ist, es schaut als Kleinkind physisch zum Erwachsenen hinauf, dann als Schulkind seelisch in der Anerkennung der Autorität; der Jugendliche orientiert sich an Idealen und selbst gewählten Vorbildern, denen er nachstrebt; und so kann der Erwachsene in Christus ein Menschheitsideal erblicken, der ein zukünftiges Entwicklungsziel in der Zeitenwende vor die Menschen hingestellt hat: Christus als das Wesen, das alle Entwicklungsmöglichkeiten des Menschen verkörpert und deshalb von Rudolf Steiner auch „Menschheitsrepräsentant“ genannt wurde.

Nun verwandelt aber gerade Christus das Bild der Hierarchie grundlegend. In der Fußwaschung gibt er ein Vorbild künftiger Zusammenarbeit: Der in der Entwicklung Höhere dient dem Niederen. Das Prinzip der Macht, das man ja zu Unrecht meistens mit der Hierarchie verbindet, verwandelt sich durch die Christus-Tat in das Prinzip der Liebe und Hingabe, zum Dienst am anderen. Wer die Wirklichkeit der Hierarchie im Geistigen ablehnt, muss notgedrungen eine geistige Höherentwicklung verneinen.

Aber gerade dann, wenn man das hierarchische Prinzip mit dem Entwicklungsgedanken verbindet, eröffnet sich einem ein weiterer Gedanke, der für das Gemeinschaftsleben von elementarer Bedeutung ist. Ein geistiges Wesen wie der Mensch kann sich nur zu etwas Höherem entwickeln, wenn dieses Höhere in ihm selbst als Möglichkeit teilhat.

---

2 Rudolf Steiner: Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?  
GA 10, 1993, Seite 21

Im Geistigen herrscht nicht Sonderung, sondern Durchdringung. In jedem Menschen also, auf welcher Stufe er auch immer steht, lebt etwas von der höchsten Geistigkeit. Durch die ganze Verschiedenartigkeit in Bezug auf Fähigkeiten und Begabung strömt der alle Menschenwesen vereinigende göttliche Geist. Damit schließt sich der vordergründige Gegensatz zwischen Individualisierung und Gemeinschaftsbildung zu einer höheren geistigen Einheit zusammen. Im tiefsten Grund verbinden sich so die beiden Ideale der Gleichheit und individueller Verschiedenheit.

Im Mittelalter wurde im Allgemeinen der statische Aspekt der Hierarchie stärker betont als der dynamische. Das Amt und die Aufgaben der Verantwortungsträger waren von vornherein bestimmt. Es war die institutionalisierte Hierarchie mit der weitgehenden Identität von Person und Amt. Der Geist konnte nicht wehen, wo er wollte, sondern gemäß der vorbestimmten Rangordnung. Wenn wir damit rechnen, dass geistige Erneuerung heute einzig aus dem individuellen Geiste quillt, aus dessen Initiative und Arbeitsfähigkeit, dann ergeben sich ganz andere Gesichtspunkte. Eine Gemeinschaft, die auf ein gemeinsames Ziel zuarbeitet, muss daran interessiert sein, dass sich die individuell verschiedenartigen Fähigkeiten der Aufgabe gemäß möglichst frei entfalten können. Hier darf keinesfalls das Prinzip der Gleichheit – „jeder muss alles machen“ – herrschen. Man sieht heute leicht ein, dass nur der geschulte Chirurg eine Operation durchführen kann. Keinem fiel es ein, den Vorschlag zu machen, jeder müsse sich doch einmal an dieser Aufgabe versuchen. Es ist aber fast selbstverständlich, dass an Waldorfschulen möglichst jeder einmal die Konferenz leitet, unabhängig davon, ob die Fähigkeiten dazu vorhanden sind, ja sogar oft, ohne anzuerkennen, dass man sich dazu überhaupt fähig machen muss.

Etwas ganz anderes wäre es, wenn man regelmäßig Rückblicke auf den Verlauf einer Konferenz oder eines Entscheidungsablaufes halten oder sogar einen oder mehrere Teilnehmer von Anfang an mit dieser Aufgabe betrauen würde. Dann könnte tatsächlich ein Lernprozess stattfinden. Jeder Mensch braucht zu seiner Entwicklung Selbsterkenntnis. Genau so gilt es in der Gemeinschaft, Standortbestimmung als Grundlage von neuen Entwicklungsmöglichkeiten vorzunehmen.

So ist es eine entscheidende Bedingung eines freien Geisteslebens, die Fähigkeiten für entsprechende Aufgaben zu erkennen. Das bedeutet eben, die Unterschiede unter den Mitarbeitern wahrzunehmen. Es ist außerordentlich hilfreich, wenn wir uns von Zeit zu Zeit die Frage

stellen: Welche Fähigkeiten leben in unserer Gemeinschaft? Kenne ich meine Kollegen und Kolleginnen wirklich? Oder liegen vielleicht große Kapazitäten brach? Das Interesse für den Mitarbeiter erweist sich als unabdingbare Voraussetzung einer selbstverwalteten Gemeinschaft. Nur wenn ich mich für den anderen interessiere, lerne ich seine Fähigkeiten kennen. Es ist eine häufige Erfahrung, dass sich latente Fähigkeiten entfalten, wenn sie von den anderen durch Interesse hervorgehoben werden. Man kann oft erleben, dass Mitarbeiter über sich selbst hinauswachsen, wenn ihre Kompetenz anerkannt und ihre Leistung erwünscht und erwartet werden.

Auch das Umgekehrte findet oft statt. Wer dem anderen nichts zutraut oder für dessen Arbeit kein Interesse aufbringt, lähmt und schwächt dessen Produktivität. Es ist daher für die gemeinsame Arbeit außerordentlich hilfreich, wenn sich der Einzelne von Zeit zu Zeit Klarheit darüber verschafft, ob er deutliche Bilder der Impulse, Fähigkeiten und Leistungen seiner Kolleginnen und Kollegen hat, ja ob er überhaupt die Arbeitsweise der anderen kennt.

Wenn man dies zum ersten Mal tut, entdeckt man – ähnlich wie beim Lehrer in der Klasse mit seinen Kindern –, dass diese Bilder von sehr unterschiedlicher Deutlichkeit sind. Von einigen wissen wir ganz genau, was und wie sie im Ganzen wirken, andere bewegen sich am Rande unseres Bewusstseins oder sind ganz aus ihm herausgefallen. Und so wie es sich der Lehrer zur Aufgabe machen kann, gerade die Kinder speziell ins Zentrum seiner Aufmerksamkeit zu nehmen, die blass, unauffällig oder apathisch sind, so kann man es in Bezug auf seine Mitarbeiter tun. Man macht es sich zur inneren Pflicht, zu jedem Mitarbeiter eine bewusste Beziehung aufzubauen. Selbst wenn dies nur von wenigen geleistet wird, verändert es die Zusammenarbeit entscheidend.

Es hat nämlich zur Folge, dass man im Einzelfall erkennt, wer für welche Aufgabe infrage kommt, und im täglichen Umgang wird derjenige entscheidend gefördert, der sich auch nur von einem einzigen Mitarbeiter in seinen Impulsen und Fähigkeiten wahrgenommen fühlt. Je mehr diese Haltung lebt, umso mehr verwandelt sich die vorgegebene Hierarchie zu einer Fähigkeitenhierarchie, die durch aktuelle gegenseitige Anerkennung entsteht und sich in Bezug auf die jeweilige Aufgabenstellung und auch im Zeitverlauf ständig bewegt.

Zwei Gefahren sind dabei zu beachten. Die eine ist, dass man das hierarchische Empfinden nicht auf die Aufgabenstellung und die damit verbundene Fähigkeit beschränkt, sondern zu einer prinzipiellen Rang-

ordnung der Mitarbeiter macht. Dann kommt man zum alten Autoritätsglauben, der einem schon im Voraus sagt, dass ein Gesprächsbeitrag belanglos, fragwürdig oder weise ist, noch bevor er formuliert wird. Die Zusammenarbeit beschränkt sich dann auf Anerkennung (oder Bekämpfung) der Rangordnung und ein entsprechend kluges, taktisches Verhalten.

Eine Vorform dieser überlebten Hierarchie ist die „Reichsbildung“, die dadurch entsteht, dass einzelne Ämter und Aufgaben so weit institutionalisiert und mit bestimmten Personen verbunden werden, dass niemand anderes mehr zugelassen wird. Es sind die bekannten Hausmächte, die – oft mit Spezialschlüssel versehen – eifersüchtig und misstrauisch bewacht und verteidigt werden. Auch wenn Separation in einzelnen Bereichen (zum Beispiel Kassier, Verwaltung kostbarer Sammlungen, Physik und Chemie oder Gartenbau) sicher notwendig ist, bemerkt man den feinen Unterschied, wo die Aufgabe nicht mehr nur im Dienste des Ganzen getan wird, sondern eben zur nicht mehr vertretbaren Eigendomäne verkommt. Dies wird dadurch begünstigt, dass es die Bequemlichkeit der anderen fördert – „Es wird ja erledigt, ich brauch mich nicht mehr darum zu kümmern“ – und dadurch entfällt es der bewussten Durchdringung, es hat sich vom Ganzen gelöst. Wenn der „Reichsherr“ stirbt oder geht, weiß niemand über die Aufgabe Bescheid. Die ideale moderne Fähigkeitshierarchie setzt demgegenüber immer voraus, dass sie vom Bewusstsein der Mitarbeiter durchdrungen ist, dass jeder weiß, was an der Institution wie geschieht.

Praktische Handhabungen können dieses Ideal fördern und die beschriebene Gefahr vermindern. Von Zeit zu Zeit, zum Beispiel vor dem Schuljahresende, richtet man eine mit genügend Zeit versehene Konferenz ein, an der zunächst alle Verantwortungsträger über ihre Erfahrungen berichten, auf Fragen antworten, eventuelle Anregungen zur Kenntnis nehmen. Dann wird die Frage nach der Fortsetzung gestellt.

Auch ein Amt, das grundsätzlich nur sinnvoll ist, wenn es die gleiche Person mehrere Jahre ausführt (zum Beispiel eine Klassenführung, Delegierter im Schulverein und so weiter), sollte diese Bestätigung regelmäßig erhalten, um dem Verantwortlichen den nötigen Rückhalt zu verleihen, um der erwähnten Pfründenbildung vorzubeugen und um es in das Bewusstsein aller einzubinden. Wenn solche Rückblicke und Bestätigungen die Regel sind, braucht man sie auch nicht als Misstrau-

enskundgabe zu fürchten. Es empfiehlt sich generell, wenn ein Amt übernommen wird, dessen Zeitdauer und den Zeitpunkt des Rückblickes festzuhalten (möglichst schriftlich im Protokoll).

Nun gibt es einen weiteren Aspekt einer berechtigten Hierarchie. Man lernt ihn am besten kennen, wenn man in einer ehrlichen Selbsterkenntnis prüft, welche Stellung und welche Aufgaben in Bezug auf die Selbstverwaltung einem zukommen. Es ist peinlich, wenn man jahrelang nicht bemerkt, dass man durch seine Beiträge und Vorschläge außer Langweile und stummer Ablehnung bei den anderen nichts bewirkt. Oder dass man fortwährend andere verletzt, ohne es zu merken. In diesem Fall gehört es zu dem vornehmsten Freundschaftsdienst, seinen Freund auf solche Dinge hinzuweisen. (Nur nicht vor allen im Plenum!) Das sind natürlich Extreme, aber jede Selbsterkenntnis zeigt, dass es in einer Arbeitsgemeinschaft verschiedene Ausstrahlungsgrade gibt, dass nicht jeder Gesprächsbeitrag das gleiche Gewicht hat. Damit ist nicht die obige negative Rangordnung gemeint, sondern einfach die Tatsache, dass an einer Schule der eine mehr zu sagen hat als der andere. Obwohl es manchen schwerfällt, muss man diese Tatsache doch anerkennen. Natürlich verändert sich das im Lauf der Zeit, aber immer hat der eine mehr Gewicht als der andere. Dieser Tatsache gegenüber die Augen zu verschließen, schwächt eine Gemeinschaft und führt meist zu einer Herrschaft des Mittelmaßes, wo eifersüchtig darüber gewacht wird, dass keiner mehr als der andere zu sagen hat. Doch auch hier muss man streng unterscheiden zwischen dem Gewicht im Hinblick auf die Gemeinschaftsaufgabe und der allgemeinen Menschenwürde, die natürlich jedem gleichermaßen zukommen muss.

Zudem gilt auch hier der Satz: Der Geist weht, wo er will, und man muss im Einzelfall beurteilen, wo er in einer Gemeinschaft gegenwärtig weht; vielleicht heute gerade bei dem Vielredner, dem man kaum mehr zuhört. Wesentlich dabei ist ferner die Zusammensetzung der Verantwortlichen. Bestimmte Schicksalskonstellationen in einem Kollegium steigern oder schwächen die Möglichkeiten der einzelnen oder aber veranlassen zu anderen Gewichtungen.

Zur Fähigkeitshierarchie tritt noch eine weitere ergänzend hinzu, die ebenso wie diese beweglich und funktionell zu denken ist: die Verantwortungshierarchie. Es kann sein, dass eine Schulumutter, die möglicherweise noch Kollegin ist, der Lehrerin ihres Kindes weit überlegen ist. Trotzdem muss sie die Verantwortung der Lehrerin voll respektie-

ren; sie wird niemals direkt in die Klassenführung eingreifen dürfen, sondern kann nur indirekt über das Gespräch, und insoweit die Lehrerin überhaupt darauf eingehen will, etwas bewirken. Das gilt aber für jede Verantwortung, die einem Einzelnen oder einer Gruppe übertragen wurde. Selbst wenn man es besser könnte, muss man sich strikte zurückhalten, vor allem auch in der Kritik, solange man nicht selbst die Verantwortung übertragen bekommt. Das Nichtbeachten dieses Gesetzes hat viel Ärger, Leid und Streit an den Waldorfschulen verursacht und ist überdies eine verantwortungslose Zeitverschwendung.

Exemplarisch bildet sich in jedem Entscheidungsprozess diese fluktuierende Hierarchie, wenn die Teilnehmer im Sinne der vorigen Ausführungen ein Bewusstsein entwickelt haben. Die Gewichtung der Beiträge aufgrund der Fähigkeits- und Verantwortungshierarchie führt dazu, dass selbst bei einem Entscheid, der durch offene oder geheime Abstimmung erfolgt, keineswegs ein nivellierendes Gleichheitsprinzip den Ausschlag gibt. Bei genauerem Zusehen findet fortwährend eine Beurteilung der eigenen Kompetenz und derjenigen der Mitbestimmenden statt. Entscheidungen erfolgen daher sehr häufig durch diese Beurteilung und Gewichtung, die sich auf die Personen beziehen und nicht auf die Sache.

So wird zum Beispiel das Gewicht des Klassenlehrers, wenn es sich um eine Maßnahme mit einem Schüler handelt, in der Entscheidung ausschlaggebend sein. Nur in extremen Fällen wird man eine Entscheidung erzwingen wollen, die im Widerspruch zu der Überzeugung des Klassenlehrers steht. In diesem Fall wird aber zweifellos die Zusammenarbeit mit diesem Klassenlehrer als nächster Verhandlungspunkt auf der Tagesordnung erscheinen. Grundsätzlich wird man denjenigen, die am stärksten von der Ausführung betroffen sind oder aber die sich am stärksten mit dem anstehenden Problem beschäftigt haben, auch am meisten Gewicht im Entscheidungsprozess zugestehen. Ohne einer passiven Expertengläubigkeit das Wort zu reden, muss man doch an die bemühenden Entscheidungsprozesse erinnern, die sich dadurch endlos hinziehen, weil zu viele Teilnehmer, die wenig von der Sache verstehen, selber von der Ausführung des Entscheids nicht betroffen sind oder gar den Prozess nicht von Anfang an begleitet haben, sich am meisten zu Worte melden. Es gehört zu den wichtigsten Kompetenzen, vollgültig an einer Entscheidung teilzunehmen, wenn man beurteilen kann, wo man etwas zu sagen hat und wo man besser schweigen oder sich zurückhalten und die Kompetenzen anderer anerkennen sollte.

Damit hängt ein weiteres hierarchisches Element zusammen. Der Entscheidungsprozess selber bildet nämlich eine Hierarchie vom Zusammentragen des Materials, dem Meinungs austausch über die Urteilsbildung bis hin zur Entscheidung selber. In einer Anfangsphase sind viele Gesprächsbeiträge erwünscht, damit ein möglichst umfassendes Bild dessen entsteht, worum es geht. Es ist in dieser Phase sogar wünschenswert, dass auch Menschen ihre Urteile, Meinungen und Gesichtspunkte mitteilen, die am Ende gar nicht mitentscheiden. Den Entscheidungsträgern aber helfen solche Mitteilungen zur Urteilsbildung. Mitsprechen kann jeder, der weiß, worum es geht; Entscheiden erfordert die Kontinuität an dem Prozess, die Arbeitskompetenz und die unbedingte Bereitschaft, die Konsequenzen der Entscheidung zu tragen. Das ist die Risikobereitschaft des Unternehmers. Angestelltingesinnung, das Abschieben der Verantwortung auf „die Konferenz“ und so weiter haben nichts in einem modernen Entscheidungsgremium zu suchen.

Hilfreich kann auch sein, wenn man nach Abschluss der Urteilsbildung, wenn alle Gesichtspunkte geäußert wurden, die Entscheidung einem kleineren Gremium überträgt und dessen Ergebnis hernach bestätigt. In manchen Fragen kommt man weiter, wenn der Kreis verkleinert wird. Das setzt allerdings ein transparentes Delegationsverfahren voraus.

Was macht man aber, wenn bei Uneinigkeit am Schluss doch der Abt fehlt, der das letzte Wort hat? Die Erfahrungen haben gezeigt, dass ein prinzipielles Ideal der Einstimmigkeit häufig zu Blockaden oder gar zur Terrorisierung der Mehrheit durch eine Minderheit, ja sogar durch eine einzige Person führen kann. In vielen Fällen ist es möglich, zu dem Einvernehmen zu kommen: „Ich bin zwar immer noch dagegen, sehe aber, dass der Entschluss gefällt werden muss, also werde ich ihn trotz innerem Widerstand mittragen.“ In manchen, und zwar gerade in tief greifenden Beschlüssen ist dieses Einvernehmen aber nicht zu erreichen. Was dann? Hier hilft nur der Verzicht auf das Ideal der Einstimmigkeit. So ist es zum Beispiel unwahrscheinlich oder zumindest höchst selten, dass man zu einer Einstimmigkeit kommt, wenn es darum geht, sich von einem langjährigen Kollegen zu trennen. Auch bei Entscheidungen, die Baufragen betreffen, bleibt meist bis zum Ende Opposition. Es lohnt sich, wenn sich ein Lehrerkollegium, statt sich in endlosen Grundsatzdiskussionen über Wert und Unwert des demokratischen Prinzips zu ergehen, Vereinbarungen trifft und schriftlich festhält, welche Entscheidungen nur einstimmig gefällt werden dürfen

(zum Beispiel bei der Zuwahl neuer Mitarbeiter), bei welchen einfaches Mehr, bei welchen qualifiziertes Mehr erforderlich ist und wo die Entscheidung überhaupt nicht Sache der Konferenz ist, sondern einzelnen Mitarbeitern zusteht. Dass man trotzdem überall Einstimmigkeit anstrebt, versteht sich von selbst.

Diese letzte Frage führt uns zu dem Feld der alten Klosterregel. Was tritt heute an diese Stelle? Was entspricht heute dem Gelübde, dem bewussten Eintritt in den Zusammenhang der vollständigen Verantwortung und Repräsentanz und damit auch der Anerkennung der Klosterregel, beziehungsweise der zurzeit herrschenden Vereinbarungen?

Wie verwandeln sich die vorgegebene Hierarchie, die Klostermauer, die Ordensregel, das Gelübde und das Heilige Abendmahl der mittelalterlichen Klostersgemeinschaft in die freien Bedingungen des modernen Arbeitszusammenhangs? Im ersten Teil wurde dies in Bezug auf die Hierarchie untersucht, die sich von der vorgegebenen Starrheit zu einer fluktuierenden Fähigkeits- und Verantwortungshierarchie wandelt, durch wechselweise Anerkennung immer wieder neu gebildet. Im Folgenden wenden wir den Blick auf die Ordensregel, die Mauer, das Gelübde, das Noviziat und das Abendmahl, wie sie heute in gewandelter Form zur Erscheinung kommen können.

## Die Ordensregel

Die mittelalterliche Klosterregel hatte zwei Funktionen. Zum einen regelte sie das Zusammenleben bis in die Einzelheiten hinein, zum anderen war sie für jeden Teilhaber, unabhängig von seiner Stellung, verbindlich. Während die Abendmahlsfeier die geistige Erneuerung für den Einzelnen wie für die Gemeinschaft bewirkte, ordnete die Regel im Sinne des Klosterideales die Verhältnisse im Zusammenleben und bildete so ein internes Rechtsleben. Sie wirkte im eminenten Sinne formbildend.

Wie steht es mit dieser Aufgabe eines verbindlichen internen Rechtslebens in anthroposophischen Initiativen? Leider müssen wir feststellen, dass diese wichtige Funktion häufig vernachlässigt wird. „Wir kennen doch alle unsere Zielsetzungen, wozu also noch Vereinbarungen, und dann noch in schriftlicher Form? Ist das nicht ein Zeichen des gegenseitigen Misstrauens? Ja, ist es nicht der Ausdruck dafür, dass die lebendige Zusammenarbeit nicht mehr klappt? Derartige Festlegungen



antworten doch bereits auf einen ungesunden Zustand.“ Solche und ähnliche Äußerungen sind oft zu hören und haben natürlich dann ihre volle Berechtigung, wenn die Vereinbarungen den Charakter von starren Gesetzen tragen. Viele Beispiele aber zeigen, dass mangelnde Rechtsformen zu Willkür oder Chaos oder beidem führen. Wenn zum Beispiel Schulletern zugemutet wird, sie müssten einfach zum Klassenlehrer oder gar zum ganzen Kollegium Vertrauen haben, zeugt das schlicht von mangelndem Einfühlungsvermögen und eigener Selbstüberschätzung. Wer die Möglichkeiten, Probleme zu besprechen oder Klagen vorzubringen, nicht erklärtermaßen vorsieht, bringt den Betroffenen leicht dazu, alles in sich hineinzufressen und sich womöglich verbittert zurückzuziehen.

Natürlich ist das gegenseitige Vertrauen erklärtes Ziel im Erziehungsprozess; aber wer kann so naiv sein, um nicht zu wissen, dass dieses Ideal nicht immer erreichbar ist? Was dann? Dann entstehen leicht Druckverhältnisse, oft verbunden mit unbewusst oder halbbewusst ausgeübter Macht, die wiederum zu Angst führt. Dort, wo weder das ursprüngliche Vertrauen der Pionierphase herrscht, noch klare Regelungen gelten, wie in einem Konfliktfall umzugehen sei, macht sich Angst breit – Angst vor den anderen Kollegen, der Kollegen vor den Eltern, der Eltern vor der Schulleiterkonferenz oder einzelnen Lehrern oder der Lehrer vor den Mitgliedern des Schulvereins: Ein alles durchziehendes Netzwerk der Angst vergiftet häufig das Zusammenleben der gegenseitigen Beziehungen. Viele scheinbare Machtdemonstrationen und Drohgebärden sind nur die Kehrseite dieser Angst. Sicher liegen diesen Ängsten tiefere Ursachen zugrunde als mangelnde Regelungen. Wir leben ja in unserer Gesellschaft in einem Klima der Angst, das wir nur allzu gern durch eine bürgerliche Patina zu überdecken suchen. Der tiefere Grund liegt bestimmt im Verlust einer lebendigen Beziehung zu einer göttlichen Welt in uns selber und im anderen als dem Urgrund des Vertrauens. Daher kann eine Gemeinschaft nichts Wirksameres gegen das Klima der Angst unternehmen, als geistig produktiv zusammenzuarbeiten. Wir werden diese Arbeit im Zusammenhang mit der Abendmahlsfrage ausführlicher besprechen. Klare Verabredungen aber können dafür sorgen, dass eine latente Angst, die in jedem Zeitgenossen vorhanden ist, nicht in der Gemeinschaft das gegenseitige Verhalten bestimmt.

Genauso wie in der mittelalterlichen Regel sich alle Einzelheiten dem Ziel unterordnen, so müssen dies die Vereinbarungen innerhalb der

Schule tun, und ebenfalls gehört die Verbindlichkeit gegenüber allen ohne Ansehen der Person dazu. Wie müssen wir aber im Sinne der modernen Bewusstseinsentwicklung die würdige Klosterregel verwandeln und sie zu einem Instrument einer modernen Gemeinschaft umschmelzen?

Zunächst einmal wird eine moderne Gemeinschaft anstreben, dass alle Regelungen und Vereinbarungen Früchte eines Erkenntnis- und Erfahrungsprozesses sind, an dem alle davon Betroffenen mitgewirkt haben. Da sich die Zusammensetzung einer Schulgemeinschaft ständig ändert, gilt dies natürlich nicht für jeden Einzelfall, sondern nur grundsätzlich. Dennoch muss jeder neu Hinzugekommene prinzipiell die Möglichkeit haben, eine bestehende Regelung zu ändern. Dazu muss er die anderen von seinen neuen Einsichten in einem neuen Erkenntnisprozess überzeugen können.

Neben kurzfristigen Vereinbarungen gibt es solche, die eine bestimmte Geltungsdauer voraussetzen. Wenn an einer Schulgeld- oder Gehaltsordnung drei Jahre lang gearbeitet wurde, kann sie schwerlich nach einem halben Jahr wieder umgestürzt werden, es sei denn, gravierende Mängel würden dazu zwingen. Der Stundenplan, ebenfalls eine Vereinbarung, der Schulbeginn, die Ferienordnung, das Konzept der Oberstufe sind Beispiele für Vereinbarungen, die eine gewisse Minimaldauer voraussetzen.

Zwei Gesichtspunkte wirken im Schulleben oft zusammen. Wir bestreben uns einerseits, unsere Entscheidungen aufgrund pädagogischer Zielsetzungen zu treffen, müssen aber oft erkennen, dass diesen Zielsetzungen die Interessen und Rechte der Betroffenen entgegenstehen. Einer Empfehlung Rudolf Steiners folgend, sollte zum Beispiel die Mittagspause aus hygienischen Gründen sehr ausgiebig sein; ferner empfiehlt er für den Stundenplan, die mehr den Intellekt ansprechenden Fächer wie Mathematik früh am Morgen stattfinden zu lassen, die mehr besinnlichen, wie Kunstbetrachtung, gegen Abend. Beiden Empfehlungen, die leicht einsehbar sind, stehen die Lebensgewohnheiten unserer Zeit mit der kurzen Mittagspause und die oft weiten Schulwege der Kinder entgegen, aber auch die Wünsche der Lehrer, die einen für sie günstigen, das heißt möglichst kompakten Stundenplan wollen. Wieder andere pädagogische Zielsetzungen müssen den wirtschaftlichen Möglichkeiten angepasst werden (Verstärkung des Förderbereichs, Reduktion der Klassengröße, Reduktion der Deputate und so weiter).

Die klösterlichen Ordensregeln prägten den Gewohnheitsleib der mittelalterlichen Gemeinschaft. Sie waren langfristig und verbindlich für jeden Einzelnen gesetzt. Die Beschlüsse und Vereinbarungen einer modernen Arbeitsgemeinschaft mit ideellen Zielen prägen ebenfalls den Gewohnheitsleib und sind ebenfalls für den Einzelnen verbindlich, von ihm aber grundsätzlich mitentschieden und mitverantwortet. Daher können sich mit jedem Mitglied, das neu hinzutritt, die Regelungen auch ändern; sie sind nicht gottgegeben, sondern menschengemacht. Auf die Frage, wie lange Regelungen gelten, gibt es daher nur die Antwort: Solange sie im Bewusstsein der sie Betreffenden sind. Manche Gemeinschaften empfinden es als Zeichen der Unfreiheit, solche verbindlichen Regelungen festzulegen. Die Folge ist nur zu oft, dass sich anstelle der vermeintlichen Unfreiheit Willkür und Machtverhältnisse einschleichen, die ebenfalls den Gewohnheitsleib bilden und von außen als Chaos und Mangel an Verantwortung erlebt werden. Das andere Extrem ist ein Gestrüpp an Regelungen und Formalien mit Gesetzesanspruch, was jede Eigeninitiative und schöpferische Natur vertreibt.

Eine moderne Arbeitsgemeinschaft, die mit der Freiheit des Einzelnen rechnet, ist darauf angewiesen, dass gemeinsame Regelungen der Willkür des Einzelnen entzogen sind. Das scheint eine Selbstverständlichkeit zu sein, und doch zeigt die Erfahrung, dass es immer wieder vorkommt, dass die Freiheit so interpretiert wird, dass man auch nach einem Beschluss, besonders wenn man selber gar nicht ganz einverstanden war, frei sei, sich im Einzelfall daran zu halten oder nicht. Damit aber tötet man das Gemeinschaftswesen und disqualifiziert sich selbst als deren mündiges Mitglied. Es kann sehr hilfreich sein, wenn ein Kollegiumsmitglied den Auftrag erhält, aus dem Protokoll die Konferenzbeschlüsse herauszuschreiben, um im Bedarfsfall Auskunft geben zu können. Hilfreich ist es auch, wenn regelmäßig, zum Beispiel am Ende eines Quartals, alle gefassten Beschlüsse vorgelesen und allen schriftlich zur Verfügung gestellt werden.

Manche Verabredungen werden nämlich nicht nur, wie oben geschildert, willkürlich verletzt, sondern schlicht vergessen. Aus solchen Darlegungen wird deutlich, dass es einen fließenden Übergang von dem gibt, was der Ordensregel entspricht, nämlich verbindliche, längerfristige Vereinbarungen bis hin zu den aktuellen Alltagsbeschlüssen. Um daher die Aufgabestellung klarer zu fassen, wollen wir uns im Folgenden auf zwei Bereiche beschränken, wo das Nichtfassen oder Nichteinhalten der Vereinbarungen zur Existenzfrage der Gemeinschaft wird.

Das eine ist der Bereich, wodurch die Menschenwürde eines Mitgliedes der Gemeinschaft ignoriert wird, es ist der Bereich, wo das Rechtsleben ins Geistesleben hineinragt; das andere ist die pädagogische Zielsetzung, die es zu schützen gilt: also Konsens über das gemeinsame Ziel in seiner Idealgestalt und Konsens über den Schutz des Individuums. Während die Ordensregel im Mittelalter beide Aufgaben erfüllen konnte, können wir heute durch schriftliche Vereinbarungen nur die Sphäre des Rechts, nicht aber diejenige der geistigen Zielsetzung wirklich schützen. Ein schriftlich formuliertes Ideal, wenn es nicht in der Gemeinschaft gepflegt wird, ist bloßes Papier. Ideale sind nun einmal nicht von außen zu fordern, sondern können nur von innen zur Lebenswirklichkeit gebracht werden. Höchstens kann man von außen feststellen, wenn sie nicht mehr gelten; dann kann allenfalls der Namensschutz in Anspruch genommen werden. Was aber von jeder Schulgemeinschaft gefordert werden muss, sind schriftliche Übereinkünfte, aus denen ersichtlich wird, wie in einem Konfliktfall vorgegangen wird und welche Rechte und Pflichten die Mitwirkenden haben.

Was geschieht bei einer Kündigung oder einem Ausschluss? Viel Leid könnte erspart werden, wenn zum Beispiel zwingend vorgesehen ist, dass vor einer Anrufung des Richters ein schiedsrichterliches Verfahren stufenweise, zuerst schulintern und dann schulextern, Platz greift. Viel Unmut kann vermieden werden, wenn den Eltern von Anfang an klar ist, welche Möglichkeiten sie in einem Konfliktfall mit dem Klassenlehrer, der Konferenz und so weiter haben: eventuelle Anrufung eines Vertrauenskreises (Ombudsstelle), Beschwerde bei der Konferenzleitung, Einbeziehen einer selbst gewählten Vertrauensperson und so weiter. Schon die Tatsache, dass es solche klaren Wege gibt, hilft, dass man sich nicht verunsichert und ausgeliefert empfindet, wirkt entkrampfend und schafft eine Vertrauensbasis.

Bei der Anmeldung eines Kindes oder der Zuwahl eines neuen Mitarbeiters sollte es ganz selbstverständlich sein, den Hinzukommenden diese Regelungen darzulegen und zu erläutern und anschließend in schriftlicher Form auszuhändigen. So sollte es nicht bei einem neuen Kollegen nach der Zuwahl Erstaunen hervorrufen, wenn von ihm der regelmäßige Konferenzbesuch, die Mitarbeit in der Durchführung der Beschlüsse und die schrittweise Übernahme von Verantwortung für das Ganze erwartet werden. Eine Schule, in der nur von wenigen Standhaften diese Aufgaben wahrgenommen werden, kommt früher oder später zum Kollaps oder verliert ihre Identität, wenn es dabei bleibt.

Vereinbarungen, Regeln und Gewohnheiten sind gesund, wenn sie Folge eines lebendigen Zusammenwirkens im Sinne des gemeinsamen Zieles sind.

Wie aber kann dieses wirksam gepflegt und allenfalls gegenüber Verfremdungen geschützt werden? Gibt es auch Bedingungen und Voraussetzungen für ein freies Geistesleben? Manches davon ist schon früher erwähnt worden. Im Folgenden soll in Anknüpfung an die Klostermauer, das Gelübde und die gewandelte Bedeutung der Abendmahlsfeier der Frage nach der Gemeinschaftsbildung in einem Organismus des modernen Geisteslebens, wie es eine Schule ist, nachgegangen werden.

## Gemeinschaftsbildung innerhalb eines Organismus des Geisteslebens – Mauer, Gelübde, Abendmahl

Die allererste Frage an die Gesundheit einer Schule lautet: Wie lebendig sind die zu erziehenden Kinder bewusstseinsmäßig in den Konferenzen anwesend? – Wenn sich Schulen hauptsächlich mit ihren internen Problemen beschäftigen, wenn sich Debatten nach neuen Strukturen endlos hinziehen, wenn sich die verantwortlichen Erwachsenen hauptsächlich damit beschäftigen, wie sie ihr eigenes Zusammenleben gestalten sollen und dafür Spezialisten für teures Geld zuziehen, ist der Organismus bereits schwer krank. Die Erziehungskunst, der pädagogische Auftrag, die Kinder selbst bilden den Maßstab und die innere Orientierung einer Schule. Wie kommen sie innerhalb der Beratungen zum gemeinschaftsstiftenden Leben? Nur dadurch, dass wir die ins Geistige verwandelten Klostermauern beachten, und das heißt, dass wir an dem Bewusstsein arbeiten, die Schwelle zwischen dem Außen und dem Innen zu respektieren. Damit ist keineswegs die unbedingt abzubauen Mauer zwischen einer kollektiven Lehrerschaft, die sich hinter den Mauern verbirgt und nicht zu fassen ist, und Schülern und Eltern gemeint, sondern etwas ganz anderes. Wer sich entschieden hat, in der Erziehung berufsmäßig tätig zu sein, hat mit diesem Schritt eine Verantwortung übernommen. Er ist zum Repräsentanten der Pädagogik gegenüber den Schülern, Eltern und der Öffentlichkeit geworden. Was er sagt und tut, ist nicht einfach freie Privatangelegenheit, sondern wird als Repräsentanz der Pädagogik und innerhalb der Waldorfschule außerdem als Repräsentanz der anthroposophischen Erziehungskunst verstanden.

Die Freiheit liegt in der Entscheidung für diese Aufgabe. Hat man sich aber dafür entschieden, so muss man die Konsequenzen beachten. Man befindet sich nun innerhalb des Kreises der Waldorf-Repräsentanten, nicht mehr außerhalb, und es wird viel davon abhängen, ob dieser Tatbestand innerhalb der Waldorfschulen genügend gewürdigt wird. Jedes Elterngespräch, jede Maßnahme im Unterricht, jeder Konferenzbeitrag ist Ausdruck dieser Repräsentanz und fördert oder schädigt die Waldorfschule, je nachdem, ob die Verantwortung bewusst gehandhabt wird oder nicht.

Dabei geht es beileibe nicht um ein inhaltliches Credo oder gar Dogma, sondern um eine Grundhaltung, um das Bewusstsein, auf welchem Boden man wann steht. Wir begegnen damit den verwandelten Mönchsgelübden. Hier ist es besonders wichtig, den Bewusstseinswandel gegenüber dem Mittelalter zu beachten, weil sich hier das Urbildliche mit dem Antiquierten besonders leicht vermischt. Tatsächlich fällt es nicht schwer, einen Negativvergleich einer Schule mit dem Kloster durchzuführen. Die totale Vereinnahmung des Privatlebens durch den Schuldienst, die Absonderung von der Welt; das Gelübde des Gehorsams kann man auf die „Lehre“ Rudolf Steiners beziehen, Ehelosigkeit kann wünschbar sein, da eine Familie nur von den Schulpflichten ablenkt, und Besitzlosigkeit gehört ohnehin schon zum Standard einer Waldorfschule. Aber all das ist ja gerade das unverwandte Mittelalter, gerade das muss ja als Rückschritt erkannt werden, der mit dem Freiheitsgedanken nicht Ernst macht.

Nichtsdestoweniger sind mit dem Eintritt als Erzieher in eine Waldorf-Schulgemeinschaft viel mehr Konsequenzen verbunden, als man normalerweise denkt, und die Frage ist lediglich, ob man sich in einem bewussten Entscheidungsprozess diesen Konsequenzen stellt oder ahnungslos in sie hineinschlittert. Es gehört daher zu den vornehmsten Leitungsaufgaben, einen grundsätzlich gleichberechtigten Hinzukommenden auf die Grundlagen und die Bedeutung dieses Schrittes hinzuweisen. Es ist eine Lebensentscheidung, sich mit der neuen Schulgemeinschaft so zu verbinden, dass man den ganzen Tageslauf in der Weise einzurichten sucht, um in der bestmöglichen Art dem gemeinsamen Ziel dienen zu können; insbesondere hat man sich damit ja auch entschlossen, auf der Grundlage der Anthroposophie pädagogisch tätig zu werden. Das bedeutet die Bejahung dieses Weges der Eigenständigkeit und der Selbstverwandlung, die Treue zu einem „Geistigen im Menschenwesen“, dem man sich als einem Höheren verpflichtet fühlt

und das man zum Maßstab seiner Lebensführung macht. Es ist nichts anderes als das verwandelte Gelübde im Hinblick auf die zu übernehmende Verantwortung. Beruf wird zur Berufung und ist nur so wirklich durchführbar.

Im ersten Vortrag der Allgemeinen Menschenkunde empfiehlt Rudolf Steiner den Erziehern, sie sollten den Alltagsmenschen wie ein Kleidungsstück vor dem Betreten des Klassenzimmers aufhängen. Die Alltagsorgen und -freuden, die spontanen Sympathien und Antipathien müssen draußen gelassen werden, um den Raum freizugeben allem, was die Kinder mitbringen und vom Erziehenden verlangen. Ebenfalls erfordert es die Verantwortung gegenüber der selbst gewählten Aufgabe, dass ich die Lehrerkonferenz im Bewusstsein betrete, nicht einfach Privatperson zu sein und meinen spontanen Sympathien und Antipathien zu folgen. Um die Verantwortung wirklich erfüllen zu können, muss ich beispielsweise den Mut aufbringen, dem besten Freund zu widersprechen, ja gegebenenfalls ihn zum Rücktritt aufzufordern, wenn mein pädagogisches Gewissen ein solches Urteil nahelegt. Persönliche Beziehungen und pädagogische Verantwortung dürfen niemals vermischt werden, sonst verliert diese ihre Glaubwürdigkeit.

Dazu gehört auch die Diskretion. Was innerhalb der Konferenz gesprochen wird, braucht den Schutz der Verschwiegenheit. Antiquierte, schlechte Mauerbildungen entstehen nicht durch wirkliche Diskretion, sondern durch Gerüchtebildendes, halbes Nach-außen-Tragen. Je stärker sich das Selbstverständnis der inneren Verantwortung bildet, einschließlich der Diskretion als Schutzmaßnahme auch für einzelne Personen, um so souveräner und großzügiger kann eine Gemeinschaft sich öffnen und auf falsche Mauern verzichten. Dieses von der Aufgabe geforderte Schwellenbewusstsein muss jedes Mal neu durch das Individuum erworben werden. Was innerhalb des Kreises geschehen kann, hängt davon ab, wie viel Mitwirkende diese Leistung erbracht haben. Und da gilt im Unterschied zum Kloster, dass ein solches Unternehmen nur innerlich gewollt sein kann, niemals von außen zu fordern ist: das Risiko der Freiheit.

Was in der Gemeinsamkeit erreicht werden kann, ist bestimmt durch das, was die Einzelnen in sich bewusst verwandelt haben. Schwellenbewusstsein und Selbstschulung auf Grundlage selbst gewählter Ideale sind die Hauptbedingungen für das Wirken im Geistesleben. Das kann wenig sein, aber auch viel, so viel, dass es ein Einzelner niemals für sich allein erreichen könnte, wie wir am Beispiel einer Kinderbespre-

chung sehen können. Ohne ein aktiv erzeugtes Schwellenbewusstsein wird das Gespräch über ein Problemkind den spontanen, assoziativen Einfällen derjenigen folgen, die das Kind kennen, während die übrigen mehr oder weniger ihren eigenen Gedanken nachhängen. Das ist nicht nur vertane Zeit, sondern es verletzt auch die Würde des besprochenen Kindes. Nicht viel besser ist es, wenn statt der Assoziationen Beiträge kommen, wie aufgrund der gemachten Erfahrungen mit anderen Kindern in diesem speziellen Fall vorzugehen sei, ob man den Eltern eine Lösung in einem Heim oder den Besuch einer Sonderschule empfehlen solle usw. Organisatorische Routine greift Platz und missachtet ebenso das Wesen des Kindes wie spontane Assoziationen.

Das Schwellenbewusstsein grenzt die Alltagswelt vom Konferenzgeschehen ab. Ich verbiete mir, aus meinen Alltagsgefühlen und Routinegedanken heraus zu sprechen; dadurch aber rechne ich mit dem lebendigen Wirken einer Welt, der das Wesen des Kindes angehört und die jenseits der Schwelle von Geburt und Tod zu finden ist. Bewusste Fragen an das Schicksal, bewusste Fragen an den Nachtbereich des Menschen, das Hinaufschauen zu einer wesensdurchdrungenen, höheren Welt, aus der allein die Hilfe kommen kann: All das ist die Voraussetzung, dass durch das Gespräch tatsächlich etwas schlechthin Neues entstehen kann. In diesem Moment ist Schicksalsgestaltung aus Freiheit möglich, welche die freie Entscheidung der Teilnehmer voraussetzt. Erfahrene Klassenlehrer können von vielen Beispielen erzählen, wo am Tag nach einem intensiven Konferenzgespräch das besprochene Kind anders war, etwas sagte oder tat, was den inneren Zusammenhang mit dem Gespräch offenbarte. Damit war es gelungen, mit dem Bereich der Nacht, mit der Welt der höheren Wesen konkret zusammenzuarbeiten. Solche Ereignisse haben aber nicht nur für das Kind Konsequenzen, sondern auch für die Gemeinschaft der Konferenzteilnehmer. Es bedeutet für jeden einzelnen, aber auch für den Geist der ganzen Gemeinschaft Ernährung und Erneuerung, in zarter Form eine dem Abendmahlserlebnis entsprechende Erfahrung. Man spürt das daran, dass man sich nach solch einem Gespräch, solch einer Konferenz erfrischt fühlt und in der Verbindung zu den anderen gestärkt. Es ist eine Gemeinschaftsbildung aus dem Erleben des gemeinsamen Ideals, die hier Wirklichkeit geworden ist. Ein ähnlich beglückendes Erlebnis kann man haben, wenn nach einem langen Entscheidungsprozess die Lösung wie eine reife Frucht, allen einsichtig, von einem ausgesprochen wird. Es ist die zarte Berührung des Schulgeistes, der sich hier als



etwas konkret Erfahrbares zeigt. Nicht der eine oder andere, nicht ein demokratisches Kollektiv oder ein Machtgremium haben entschieden, sondern es wurde durch den Entscheidungsprozess die Schale gebildet für etwas, das zum Entschluss reif war.

Solche Gnadenmomente können vorbereitet und gefördert werden, wenn regelmäßig an den Grundlagen und Zielsetzungen so gearbeitet wird, dass die Teilnehmer erleben, wofür sie sich eigentlich einsetzen. Die aus der Vergangenheit wirkenden, immer zur Zersplitterung führenden Elemente der Gruppenbildung können so überwunden werden; anstelle von Interessensvertretung und Politik tritt die Gemeinschaftsbildung aus einem Hinschauen auf eine gemeinsame Zukunftssonne, der jeder Einzelne zustrebt, wenn er an seinen Idealen arbeitet.

Auf drei Säulen und dementsprechend drei Idealen beruht eine moderne Gemeinschaft, die sich einem geistigen Ziel verpflichtet fühlt. Es sind die drei Bedingungen, die eine fruchtbare Zusammenarbeit im Geistesleben ermöglichen, und sie müssen in einem Gleichgewicht zusammenwirken. Damit möge noch einmal auf den grundlegenden Wandel gegenüber dem mittelalterlichen Kloster hingewiesen werden. Das Erste ist das Vertrauen in die erneuernde Quelle des individuellen Geistes. Alles, was eine heutige Gemeinschaftentwicklungsfähig erhält, alles, was ihr letztlich den Zusammenhalt gibt, entstammt individueller Initiative und individueller Einsicht. Das Ich ist die Voraussetzung zum Wir; nicht die vorgegebene Gemeinschaft wie im Kloster kommt in Betracht, sondern die aus dem Willen der Einzelnen entstehende und sich dadurch wandelnde Gemeinschaft.

Allerdings kann neue Initiative nur dann fruchtbar Bestehendes verwandeln, wenn sie aus der gründlichen Kenntnis und Akzeptanz des Vorhandenen hervorgeht. Man kann erst dann voll verantwortlicher Mitarbeiter sein, wenn man den Gewohnheitsleib und die Biografie eines Gemeinschaftswesens wirklich kennt und anerkennt. Ohne dies wirkt Initiative als Selbstverwirklichung und wird als Provokation meist abgelehnt. In diesem Tatbestand kann man das umgewandelte Noviziat als etwas Berechtigtes wiederfinden. Es kann als gegenseitige Probezeit auftreten, kann sich aber auch so abspielen, dass der neu Hinzukommende selber spürt, wo er sich noch zurückhalten muss und wo er sich schon vollständig einbringen kann. Die feste Aufnahme in das Führungsgremium bedeutet den Abschluss dieses Prozesses. Das moderne Gelübde kann man ohnehin nur dem Abt in sich selber, dem eigenen höheren Selbst gegenüber ablegen. Dass ein erfahrener Kol-

lege dem Neuling beisteht und ihn über alle Fragen der Schulführung laufend orientiert, sollte eine Selbstverständlichkeit sein, ebenso, dass nach einer Anfangszeit der Mentor selbst ausgewählt oder zumindest der ursprüngliche bestätigt wird. All dies ist der Ausdruck dafür, dass neue Initiativen grundsätzlich willkommen sind, aber erst nach einer gewissen Zeit fruchtbar werden können.

Die zweite Säule ist unmittelbar mit der ersten verbunden. Es ist der Sinn für das Ganze, insbesondere das Interesse an dem, was die anderen tun und denken. Statt meine eigenen Interessen zu vertreten oder mich zu Interessensgruppen politisch zusammenzuschließen, wirkt es heilsam und friedensstiftend, wenn ich die Interessen und Fähigkeiten der anderen wahrnehme und zur Geltung bringe. Das ist die wahre Geschwisterlichkeit innerhalb des Geisteslebens. Freiheit muss das ganze Leben eines Organismus des Geisteslebens durchpulsen. Aber aus der individuellen Freiheit heraus entwickle ich das Interesse und Verständnis für den andern: Geschwisterlichkeit aus der Freiheit.

Wo finden wir nun die dritte Säule, das, was innerhalb des Geisteslebens dem Ideal der Gleichheit entspricht? Was vereingt die verschiedenen Individuen zu einer Gemeinschaft? Es ist die alle verbindende, für alle gleiche, geistige Zielsetzung. Sie muss ebenfalls aus freier Initiative zum gemeinsamen Erleben gebracht werden.

Auf eine Waldorfschule bezogen, lauten demnach die drei entscheidenden Fragen:

1. Wie viel individuelle Urteilsbildung und Initiative lebt unter uns und ist willkommen?
2. Wie viel Interesse an dem, was die andern tun, lebt in unserer Gemeinschaft?
3. Wie viel arbeiten wir an der Verlebendigung unserer gemeinsamen Ziele?

Individuelle Urteilsbildung und Initiative, Interesse und Verständnis für die anderen sowie Pflege an der gemeinsamen geistigen Zielsetzung sind die drei Säulen, auf denen ein moderner geistiger Organismus ruht.

# Der freie Wille und die drei Blutstropfen im Schnee<sup>1</sup>

*Bernd Kalwitz*

Während der Begriff „Wille“ im wissenschaftlichen Diskurs immer mehr verschwindet und immer weniger verstanden wird, schlagen Diskussionen um die Willensfreiheit regelmässig hohe Wellen. Dies ist nicht verwunderlich, denn zunächst würde jeder behaupten, er sei in seinen Willensentscheidungen frei. Auch die Ethik unserer Gesellschaft gründet auf der Vorstellung, dass jeder Mensch in der Regel verantwortlich ist für das, was er tut, da er sich zu seinen Handlungen entscheiden konnte. In heilpädagogischen und sozialtherapeutischen Arbeitsfeldern stellt sich die Frage nach der Freiheit des Willens – nach dem Wesen des Willens überhaupt – oft in besonderer Eindringlichkeit. Würden nicht alle kleinen und grossen Initiativen, die unser tägliches Handeln betreffen, in einem ganz anderen Licht erscheinen, wenn man sie nicht als freie Taten freier Individuen betrachten könnte? Wie wäre eine Begegnung freier Individuen möglich ohne freien Willen? Auch stehen wir in heilpädagogischen oder sozialtherapeutischen Situationen manchmal vor Phänomenen, die unser Verständnis von dem, was Wille eigentlich ist, in ganz besonderer Weise herausfordern. Ein Beispiel: Tom, ein junger Mann mit Behinderung, den ich über viele Jahre kannte, wollte eigentlich immer nur eines: weg. Er wurde in einer Lebens- und Arbeitsgemeinschaft betreut, war dort ein angenehmer Mitbewohner und geschätzter Werkstattkollege, aber er strahlte stets durch sein ganzes Wesen aus, dass er eigentlich woanders sein wollte. Diese manchmal von ihm auch explizit vorgetragene Idee wurde zunächst überhaupt nicht ernst genommen, da es ihm offensichtlich gut ging und er selbst auch nicht wusste, was ihm eigentlich fehlte, geschweige denn, wo er denn hin wollte. Aber dieser Willensimpuls, der in ihm wirkte, wurde immer stärker und löste schliesslich auch zunehmend soziale Schwierigkeiten aus. Die Entwicklung führte dann tatsächlich dazu, dass er die Einrichtung und den Kreis der Menschen, mit denen er zum Teil über Jahrzehnte verbunden gewesen war, verlassen musste.

---

1 Abdruck aus dem Heft „Seelenpflege“ 1/2013 mit freundlicher Genehmigung des Autors und der Redaktion.

Niemand hätte sich damals vorstellen können, dass bei der komplexen Natur seiner vor allem psychischen Hilfsbedürftigkeit ein Ort gefunden werden könnte, der ihm besser angemessen wäre als die Einrichtung, deren Gründung er miterlebt und deren innere Entwicklung er durch seine Eigenschaften und seinen Unterstützungsbedarf massgeblich mit beeinflusst hatte. Er landete dann auch tatsächlich in einer Situation, die zunächst eher zu Besorgnis Anlass gab. Aber: Er fand dort die Liebe seines Lebens! Einen Menschen, mit dem er eine innige Beziehung einging und diese seitdem leben kann, wie es schöner kaum vorstellbar ist. Wie geht man mit dem Willensimpuls eines Menschen um, dem es kognitiv gerade an den entscheidenden Fähigkeiten zu fehlen scheint, auf die wir unsere Willensfreiheit zu stützen glauben? Toms Impuls schien „unvernünftig“, aber er führte ihn dorthin, wo er sein Glück fand. Ein anderes Beispiel: Amy, seit ihrer Geburt vollständig spastisch gelähmte, wurde stündlich von Krampfanfällen geschüttelt, konnte nicht sprechen und nicht essen. Selbst ihren Blick konnte sie nur in die Richtung wenden, die für ihren am Rollstuhl festgeschnallten Kopf gerade vorne lag: Sie war völlig davon abhängig, in welche Richtung der Rollstuhl gedreht wurde. Wegen ihres grossen Hilfebedarfs waren ihre Eltern die treibende Kraft bei Gründung einer Betreuungseinrichtung und bereits in ihrer Kindheit und Jugend hatten sich viele Menschen um sie herum eingefunden, um ihr zu helfen. Als sie im Alter von 24 Jahren starb, glich ihre Beerdigung dem Begräbnis einer Prominenten, und es wurde der unglaublich grosse Kreis von Menschen sichtbar, die sich mit ihr während ihres kurzen Lebens verbunden hatten. Auch hier wirkte der Wille eines Menschen, der zwar durch seinen Körper keinerlei aktive Impulse in die Welt tragen konnte, der aber den Anlass dazu gab, dass eine Einrichtung und eine Gemeinschaft von Menschen entstand.

## Der Wille in der Forschung

Der Begriff des Willens verschwindet immer mehr aus dem Forschungsfeld der Psychologie und der Philosophie. Die Vorstellungen von dem, was man unter Wille verstehen will, verlieren mehr und mehr an Konturen, aber die Idee der Willensfreiheit wird dessen ungeachtet immer wieder heftig diskutiert. Waren es früher eher philosophische oder psychologische Argumente, die gegen einen freien Willen ins Feld geführt wurden, stammen diese heute – wie sollte es anders sein – meist aus der Hirnforschung. Zunächst war es der kalifornische

Neurophysiologe Benjamin Libet (1916–2007), der die Idee des freien Willens ins Wanken brachte, als er 1985 und 1987 in San Francisco die Ergebnisse seiner inzwischen berühmten Experimente vorstellte. Er hatte eine spezielle Form des schon in den 1960er-Jahren von Helmut Kornhuber<sup>2</sup> entdeckten Bereitschaftspotenzials im Gehirn gefunden, bei dem sich zeigte, dass schon einige Zeit vor dem Bewusstwerden eines Willensimpulses in der Hirnaktivität Prozesse nachweisbar sind, die offensichtlich diesem Willensimpuls entsprechen. Eine grosse Zahl von Versuchspersonen sollte bei diesen Experimenten jeweils genau den Moment angeben, an dem sie den Impuls („Urge“) zu einer Handbewegung in ihren Körper geschickt hatten, und es zeigte sich, dass ungefähr eine Drittelsekunde (300ms) vor diesem Moment das Gehirn die Bewegung bereits vorbereitete. Der Willensimpuls schien den Versuchspersonen also erst sekundär bewusst zu werden, nachdem das Gehirn bereits dabei war, die Bewegung einzuleiten. Natürlich gab es bald eine unermessliche Fülle von methodischen Einwänden gegen Aufbau und Auswertung der Experimente<sup>3</sup> und auch Libet selbst war mit seiner Interpretation eher vorsichtig. Dennoch wurden seine Ergebnisse fortan als Argumente für die These verwendet, dass der Wille im Grunde ein biochemischer Prozess sei, der uns erst im Nachhinein bewusst wird, wenn die Handlung bereits determiniert ist. Demzufolge wäre das innere Erlebnis einer freien Willensentscheidung bloss eine Illusion. Interessanterweise konnten spätere Untersuchungen mit ihren inzwischen epochal verbesserten technischen Möglichkeiten die Ergebnisse Libets nicht nur eindrucksvoll bestätigen, sondern die mit ihnen aufgeworfene Frage nach der Willensfreiheit tatsächlich noch erheblich verschärfen. Am überzeugendsten scheinen mir in dieser Hinsicht die Forschungen von John Dylan Haynes 2007 am Max-Planck-Institut in Leipzig zu sein.<sup>4</sup> Haynes zeigte nicht nur, dass sich aufgrund der nun wesentlich besser darstellbaren Hirnaktivität die Art und Weise einer getroffenen Willensentscheidung zuverlässig voraussagen lässt, bevor die Versuchsperson sich dieser Entscheidung bewusst wird. Er konnte zudem anhand der gemessenen Hirnaktivität vorhersagen, zu welcher Bewegung sich der Proband entschlossen

---

2 1965, S. 281:1–17

3 z. B. Alfred R. Mele (2007): *Decisions, Intentions, Urges, and Free Will: Why Libet Has Not Shown What He Says He Has*. In: Joseph Keim Campbell, Michael O'Rourke und Harry S. Silverstein *Explanation and Causation: Topics in Contemporary Philosophy*. MIT Press, S.228 ff.

4 z. B. in *Die Zeit* vom 17. April 2008: *Der unbewusste Wille*.

hatte, bevor sich dieser überhaupt eines Entschlusses bewusst war. Noch überraschender war jedoch, dass dieses von ihm gemessene Bereitschaftspotenzial sage und schreibe bereits zehn Sekunden vor dem Moment auftrat, in dem die Versuchsperson glaubte, sich zu dem Willensimpuls entschieden zu haben. Zehn Sekunden sind eine sehr lange Zeit – und Haynes' Experiment vermied auf sehr elegante Weise die methodischen Schwächen, die Libets Versuchen vorgeworfen worden waren. Untersuchungen wie diese waren es, welche den Bremer Neurophysiologen Gerhard Roth zu der Aussage führten, Menschen seien eigentlich nicht für ihre Handlungen verantwortlich zu machen, weil sich ihre Willensentscheidungen unbewusst und durch biochemische Prozesse gesteuert entwickeln.<sup>5</sup> Roth plädiert folglich für eine Anpassung unseres Strafrechtes an diese biologische „Schuldunfähigkeit“ des Menschen.<sup>6</sup>

## Der Wille in der Menschenkunde Rudolf Steiners

Bei allen Fragen, die diese Forschungen aufwerfen, bestätigen sie doch zunächst etwas, worauf Rudolf Steiner schon vor fast einem Jahrhundert hingewiesen hat: Der Wille als Seelenfähigkeit lebt in einem Bewusstseinsraum, der dem tiefen, traumlosen Schlaf entspricht.<sup>7</sup> In unseren Gedanken und Vorstellungen, auch in unseren äusseren Wahrnehmungen können wir sehr bewusst ‚wach‘ sein. Auch wenn wir uns dafür sehr anstrengen müssen, können wir den Raum der Sinneswahrnehmungen und Gedanken überblicken und selbst gestalten. Wir können lernen, selbst zu bestimmen, wohin wir unseren Blick richten, welche Sinneseindrücke wir aufnehmen wollen und welche Gedanken unser Bewusstsein erfüllen. Mit unseren Gefühlen leben wir in einer Art traumhaftem Bewusstsein: Einiges kommt, der Spitze eines Eisberges gleich, uns zu Bewusstsein, das meiste aber bleibt im Dunklen. Unsere Gefühle, ihre Ursachen und ihre Verwandlungen können wir nie ganz bewusst durchschauen. In einer noch tieferen Bewusstseinssebene spielt sich unser Willensleben ab. Es ist von unserem Tagesbewusstsein ebenso weit entfernt wie unser Bewusstsein während des tiefen, traumlosen Schlafs. Wenn wir unseren Arm bewegen, ist uns der Entschluss dazu als Gedanke bewusst, wir haben auch eine bewusste Vorstellung davon, was geschehen soll und

---

5 vgl. Pauen; Roth 2008

6 vgl. Roth 2004

7 Steiner 1992, S. 91 ff.

können die Bewegung mit unseren Sinnesorganen im Verlauf verfolgen. Doch von der Kraft, die in unseren Gliedern wirksam wird und dort die Bewegung auslöst, haben wir kein Bewusstsein. Sie wirkt gleichsam in der tiefen Dunkelheit der Nacht.

Dies eben zeigen auch die neurobiologischen Befunde: Nicht bewusste Prozesse sind es, die unsere Bewegungen auslösen, das Bewusstsein kommt erst im Nachhinein dazu.

Kann im Willen Freiheit herrschen?

Rudolf Steiner hat beschrieben, wie der Wille sich in den verschiedenen Ebenen unseres Wesens in unterschiedlicher Gestalt zeigen kann: als Instinkt, Trieb und Begierde in den tieferen Schichten unserer Leiblichkeit; als Motiv, Wunsch, Vorsatz und Entschluss in unseren höheren seelisch-geistigen Anteilen, in denen die Möglichkeit des Zugriffes durch unser Ich wächst (a.a.O., S. 62 ff.).

Jeder weiss, wie sehr Triebe und Begierden die Freiheit unseres Willens einschränken können, man muss hier nur an dessen Schattenseiten wie beispielsweise Süchte denken. Doch nicht nur unsere leibgebundenen Impulse, auch unser Karma wirkt in der Nacht unseres Willenslebens und bindet dieses zunächst. Es ist dies eine Bindung an etwas, zu dem wir uns vorgeburtlich einmal entschlossen haben, wie dies in dem Herrmann Hesse zugeschriebenen Gedicht „Das Leben, das ich selbst gewählt“ in bezaubernder Weise ausgesprochen wird:

Ehe ich in dieses Erdenleben kam,  
ward mir gezeigt, wie ich es leben würde.  
Da war die Kummernis, da war die Gram,  
da war das Elend und die Leidensbürde.  
Da war das Laster, das mich packen sollte,  
da war der Irrtum, der gefangen nahm.  
Da war der schnelle Zorn, in dem ich grollte,  
da waren Hass und Hochmut, Stolz und Scham.  
Doch da waren auch die Freuden jener Tage,  
die voller Licht und schöner Träume sind.  
Wo Klage nicht mehr ist und Plage  
und überall der Quell der Gaben rinnt.  
Wo Liebe dem, der noch im Erdenkleid gebunden,  
die Seligkeit des Losgelösten schenkt,  
wo sich der Mensch, der Menschenpein entwunden,  
als Auserwählter hoher Geister denkt.

Mir ward gezeigt das Schlechte und das Gute,  
mir ward gezeigt die Fülle meiner Mängel.  
Mir ward gezeigt die Wunde, draus ich blute,  
mir ward gezeigt die Helfertat der Engel.  
Und als ich so mein künftig Leben schaute,  
da hört ein Wesen ich die Frage tun,  
ob ich dies zu leben mich getraute,  
denn der Entscheidung Stunde schlüge nun.  
Und ich ermass noch einmal alles Schlimme.  
„Dies ist das Leben, das ich leben will!“  
Gab ich zur Antwort mit entschlossner Stimme.  
So wars, als ich ins neue Leben trat  
und nahm auf mich mein neues Schicksal still.  
So ward geboren ich in diese Welt.  
Ich klage nicht, wenns oft mir nicht gefällt,  
denn ungeboren hab ich es bejaht.

Die durch unseren Willen impulsierten Bewegungen sind es, die uns dorthin führen, wo wir den Menschen begegnen, die wir in diesem Leben treffen wollen. Wenn wir uns einmal rückblickend vergegenwärtigen, welche Schritte und Abirrungen manchmal nötig waren, um in einem zentralen Moment unseres Lebens zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein und dort einem wichtigen Menschen zu begegnen, dann können wir einen Eindruck davon gewinnen, welche Weisheit in diesem Nachtbereich unseres Bewusstseins wirkt, der ja trotz seiner Verschiedenheit vom Tagesbewusstsein dennoch zu uns gehört. Mag dies auch eine Bindung an unsere eigenen vorgeburtlichen Entschlüsse sein: Es handelt sich um eine Bindung.

Wirklich frei sind wir nur in unserem Gedanken- und Vorstellungsleben: Das hat Rudolf Steiner in seiner „Philosophie der Freiheit“ GA 4 (1962) dargestellt. Aber wir können das Freiheitselement unseres Gedankenlebens in beide Bereiche hineinragen, in denen unser Wille zunächst gebunden ist. Wir haben die Möglichkeit, unsere individuellen Entscheidungen in den Vordergrund unserer Willensmotive zu stellen und auf diese Weise etwa die Wirksamkeit von Instinkten oder Trieben zu blockieren. Wir können ebenso an einem Menschen oder einer Situation vorbeigehen, die wir mit der Nachtseite unseres Willens aufgesucht haben, weil wir uns dann bewusst gegen diese Begegnung entscheiden.



Libet hatte bei seinen Versuchen Hinweise darauf gefunden, dass bis zu einer Zeitspanne von 100 ms vor der Handlung eine durch das Bereitschaftspotenzial vorbereitete Willensbewegung bewusst wieder abgebrochen werden kann. Haynes überzeugten diese von Libet dargestellten Hinweise nicht. Er wollte überprüfen, ob ein ausgelöster Willensimpuls in seiner zehn Sekunden dauernden unbewussten Vorbereitungsphase durch ein bewusstes Veto wieder abgebrochen oder modifiziert werden kann. Man würde vermuten, diese Untersuchung könnte nicht mehr allzu schwer sein, aber bisher sind mir keine diesbezüglichen Ergebnisse bekannt.

## Den Willen befreien

Wie trägt man die Freiheit seines Gedankenlebens in den Willen? Auf ein intensives Bild hierfür hat Walter Johannes Stein in seinen Anmerkungen zu Wolfram von Eschenbachs „Parzival“ hingewiesen.<sup>8</sup> Beim Anblick von drei roten Blutstropfen, die eine von einem Falken verletzte Gans in der weissen Schneedecke des Waldes hinterlassen hat, versinkt Parzival in eine derart leidenschaftliche Sehnsucht nach Kondwiramur, dass sein Bewusstsein sich herabdämpft. Benommen und entrückt verliert er sich in dem Bild, das ihn an die helle Haut und die warmen Lippen seiner lange entbehrten, geliebten Frau erinnert, und er handelt nur noch wie in tiefer Bewusstlosigkeit. Wenn er angerempelt wird und sein Pferd sich dreht, sodass sein Blick kurz etwas anderes sieht, wacht er ein wenig auf und greift in das um ihn herum tobende Kampfgeschehen ein. Doch wirklich zu Bewusstsein kommt er nicht, und immer wieder sucht er sogleich wieder die Blutstropfen im Schnee auf, um erneut in sie ‚hineinzuträumen‘. Sein Wille ist an seine leidenschaftliche Sehnsucht gebunden.

In dieser Situation kommt Gawan, der Helfer und Heiler der Gralssage, steigt vom Pferd und deckt ein Seidentuch über die Blutstropfen. Nun erwacht Parzival aus seiner tiefen Benommenheit und kann sich wieder der Wirklichkeit um sich herum zuwenden. Wir können die tief unbewussten Impulse unseres Willens nicht immer direkt beeinflussen. Aber wir können entscheiden, wohin wir unseren Blick wenden und mit welchen Gedanken wir unser Bewusstsein erfüllen: Auf diese Weise können wir unseren Willen den bindenden Kräften entziehen.

---

8 Stein 1986, S. 207 ff.

Die Kraft des Willens hat ihren Ursprung nicht im zentralen Nervensystem des Kopfes. Das dort entstehende Bewusstsein unserer Willensimpulse ist ein sekundäres, ein gespiegeltes Bewusstsein. Die Willensimpulse dagegen entstehen an der Peripherie, in unseren Bewegungen, unserer Umgebung, unserem sozialen Umkreis. Sie kommen uns gleichsam aus der Zukunft unseres Schicksals entgegen, wie im Beispiel von Tom, und sie wirken oft im Umkreis, wie im Beispiel von Amy. Gegen eine Freiheit dieser Willenskräfte im Sinne einer bewussten Beliebigkeit von Entscheidungen sprechen auch alle bisherigen neurobiologischen Befunde. Wir können jedoch lernen, unseren Willen mehr und mehr an der Freiheit unseres Gedankenlebens zu orientieren und ihn damit aus seiner doppelten Bindung zu befreien.

### *Literatur*

- Kornhuber, H. H.; Deecke, L. (1965): Hirnpotentialänderungen bei Willkürbewegungen und passiven Bewegungen des Menschen: Bereitschaftspotential und reafferente Potentiale. *Pflügers Arch Physiol.*, 281: 1–17
- Libet, B. (1985): Unconscious cerebral initiative and the role of conscious will in voluntary. *Behavioral and Brain Sciences* 8. S. 529–566
- Pauen, M.; Roth, G. (2008): *Freiheit, Schuld und Verantwortung – Grundzüge einer naturalistischen Theorie der Willensfreiheit.* Edition Unsel, Suhrkamp-Verlag, Berlin
- Roth, G. (2004): Spiegel-Streitgespräch – Das Hirn trickst das Ich aus. Neurobiologe Gerhard Roth und Moraltheologe Eberhard Schockenhoff über neue Zweifel an der Entscheidungsfindung des Menschen, umstrittene Erkenntnisse der Hirnforschung und die Folgen für das Strafrecht. *Der Spiegel* Nr. 52, S. 117–121
- Stein, W. J. (1986): *Weltgeschichte im Lichte des heiligen Gral* (4. Auflage). J. CH. Mellinger-Verlag, Stuttgart
- Steiner, R. (1992): *Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik* (GA 293, 9. Aufl.). Rudolf-Steiner-Verlag, Dornach
- Steiner, R. (1962): *Philosophie der Freiheit* (GA 4, 16. Aufl.). Rudolf-Steiner-Verlag, Dornach

# Das 30. Jahr

*Oswald Sander*

Der Erzählband „Das dreißigste Jahr“ berichtet von Ereignissen und Reflexionen dieses Lebensalters, auf das die Autorin Ingeborg Bachmann selbst aus kurzer biografischer Distanz zurückblickt. Sie interessiert sich vor allem für das seelische Geschehen, das sie bild- und metaphernreich schildert. Der namenlose Protagonist – wie wohl auch sie selbst – erlebte Schicksalhafteres in diesem Alter. Ihm ist nicht klar, was er im Leben sein und erreichen will und entdeckt in seinem dreißigsten Jahr, dass er von seiner Vorstellung einer ihm in alle Richtungen offen stehenden Zukunft Abschied nehmen muss. Er beschließt, das Angebot einer festen Anstellung anzunehmen und sich in der gesellschaftlichen „Falle“ zu etablieren. „Im Allgemeinen scheint mit dem dreißigsten Jahr die Leichtigkeit des Seins zu enden“; es zeitigt für jeden Menschen einen individuell ausgeprägten Neuanfang<sup>1</sup>. In der Erzählung spiegelt sich das Unfertige der Individualität des Suchenden. „Seine Rollen reichen ihm nicht mehr, er will zu seinem eigentlichen Ich vorstoßen.“ So erlebt er etwas wie eine „Wiedergeburt“.<sup>2</sup>

Blicken wir nach 30 Jahren auf unser Leben als Ganzes zurück, überschaut man zugleich die Zeitspanne einer menschlichen Generation, deren drei somit ein Jahrhundert umfassen. Mit dem 30. Lebensjahr rundet sich auch der größte planetarische Rhythmus im menschlichen Leben. „Beinahe 30 Jahre dauert ein Umlauf des Saturns durch den Tierkreis. Die heutige hohe Lebenserwartung bedeutet, dass drei Saturnzyklen ein Menschenleben ausmachen. Nun gilt in der esoterischen Überlieferung der Saturn als Planet des Wachstums und der Reife. Nimmt man diese Zuweisung als Okular für die Biografie, ergeben sich drei Arten des Wachstums.“<sup>3</sup>

## 1. Der gewordene Mensch

Bereits mit Anfang 20 ist das eigentliche Wachstum beendet. Mit 25 sei auch das Gehirn erwachsen, also voll kompetent, so sagen die Neuro-

- 
- 1 Simone R. Sammer: Interpretationen zu Ingeborg Bachmanns „Das Dreißigste Jahr“, [https://opus4.kobv.de/opus4-uni-passau/files/172/Sammer\\_Simone.pdf](https://opus4.kobv.de/opus4-uni-passau/files/172/Sammer_Simone.pdf)
  - 2 Stefan Leichsenring: Kurzgeschichten-Interpretationen, [www.leixoletti.de](http://www.leixoletti.de)
  - 3 Wolfgang Held: Alles ist Zahl, Stuttgart 2011, S. 198

biologen. Aufbauende Prozesse des Leibes dauern aber noch einige Jahre an. „Diese körperliche Entfaltung verleiht der seelischen Reife Rückenwind.“<sup>4</sup> Wenn aber der Mensch nichts Neues aus seinem Inneren heraus schöpft, so kommt es zu einem Entwicklungsstillstand. „Und wird in ihre Seelen nicht etwas gegossen, dass sie sich weiter entwickeln, dann bleiben sie den ganzen Rest ihres Lebens siebenundzwanzig Jahre alt. Das spätere wäre lediglich eine wesenslose Draufgabe.“<sup>5</sup> Bis zu diesem Alter von etwa 27–30 Jahren wird man daher klüger, ob man will oder nicht. „Von da ab gibt die Umgebung nichts mehr her.“<sup>6</sup> In Goethes „Faust“ heißt es dazu recht deftig: „Hat einer dreißig Jahr vorüber, / So ist er schon so gut wie tot.“<sup>7</sup> Die natürliche Vollendung ist dann erreicht, der Endzustand der allgemeinen Entwicklung. „Trau keinem über dreißig“ war ein Spruch der antiautoritären Bewegung des 20. Jahrhunderts gegen das Establishment. „Die heutigen Menschen werden, indem sie alt werden, bloß alt, werden nicht weiser, sie werden Mumien“,<sup>8</sup> wenn nicht das lebendige Geistige erfasst wird. Bisher hat so mancher Dreißigjährige alles Mögliche in seinem Leben getan, ohne sich auf das zu besinnen, was er im Leben wirklich tun wollte. „Die Jugend ist vorbei, jetzt beginnt der Ernst des Lebens“<sup>9</sup> heißt es bei Lievegoed für die Phase von 28–35. Konfuzius sagte von sich: „Mit 30 war ich in mir selbst gefestigt und stand sicher im Leben“. Das Leben gleitet in feste Bahnen. „Ein Teil der Männer, die sich noch bisher freigehalten haben, gehen eine Ehe ein und verbürgern, manche verspießern sogar.“<sup>10</sup> Nun beginnt die Zeit der Selbsterziehung im Sinne einer neuen Geburt des Ichs und es wird sich zeigen, ob die Krisis des 30. Lebensjahres bestanden wird. „Saturn repräsentiert in diesem Sinne sowohl Ende als auch Beginn. Wenn er nach 30 Jahren die Stellung, die er zur Geburt

---

4 Wolfgang Held: Alles ist Zahl, Stuttgart 2011, S. 198

5 Rudolf Steiner: Die Hintergründe des Ersten Weltkrieges, (GA 174b), Vortrag vom 13. Mai 1917 in Stuttgart, Dornach/Schweiz 1994, S. 219

6 Wolfgang Held: Alles ist Zahl, Stuttgart 2011, S. 198

7 Johann Wolfgang Goethe: Faust II, Gotisches Zimmer, Zeile 6787 f., Goethe bezieht sich hierbei auf eine Äußerung Fichtes: „Wie sie über dreißig Jahre hinaus waren, hätte man zu ihrer Ehre und zum Besten der Welt wünschen müssen, daß sie stürben, indem sie von nun an nur noch lebten, um sich und die Umgebung immer mehr zu verschlimmern.“ Zitiert nach Theodor Fr. L. J. Scheithauer: Kommentar zu Goethes Faust, Reclam, Stuttgart 1991

8 Rudolf Steiner: Geistige und soziale Wandlungen in der Menschheitsentwicklung, (GA 196), Vortrag vom 16. Januar 1920 in Dornach, Dornach/Schweiz 1992, S. 70

9 Bernard Lievegoed: Lebenskrisen – Lebenschancen, München 1979, S. 69

10 Norbert Glas: Jugendzeit und mittleres Lebensalter, Stuttgart 1960, S. 40

innehatte, wieder erreicht, endet die Lebensphase der Jugend und beginnt zugleich die Etappe der Persönlichkeitsentwicklung, in der die Energie für jeden Fortschritt allein aus dem eigenen Persönlichkeitskern fließt.“<sup>11</sup> Bei Fichte ist es das schöpferische Ich, aus dem heraus der Mensch sich selbst zu ergreifen und zu führen hat; er muss durch sich selbst werden. „Die Natur hat alle ihre Werke vollendet, nur von dem Menschen zog sie die Hand ab, und übergab ihn gerade dadurch an sich selbst. Bildsamkeit, als solche, ist der Charakter der Menschheit.“<sup>12</sup> Bleibt der Mensch offen und bildsam für sein weiteres Werden, dann ist, wie es in einem katalanischen Sprichwort heißt, die Jugend keine Lebensperiode, sondern ein Geisteszustand.

## 2. Der werdende Mensch

„Nach diesem ersten Drittel eines leiblich-seelischen Wachstums folgt eine Spanne, in der die Erfahrung kaum erspart bleibt, dass nur dasjenige im eigenen Charakter verwandelt werden kann, was man durchschaut.“<sup>13</sup> Die freie Persönlichkeitsbildung erreicht eine neue Stufe der Selbstständigkeit, wenn sich das seelische Wachstum ohne die leibliche Unterstützung fortsetzt.<sup>14</sup> „Es ist in diesem Sinne ein geistig-seelisches Wachstum, denn erst aus der Erkenntnis wächst die Seele.“<sup>15</sup> Nur das bedenkende Miterleben und das Hineinstellen des Erlebten in ein Vorher und Nachher weiten den Blick für den inneren Zusammenhang des ganzen Lebens. „Was du ererbt von deinen Vätern hast, erwirb es, um es zu besitzen“,<sup>16</sup> ruft Goethes „Faust“ in seiner Lebensmitte aus. Die übernommenen Eigenschaften wollen individualisiert, zu eigen gemacht werden. „Wohl zu keiner Zeit des Lebens ist es so wichtig, sich Zeit für sich selbst zu nehmen - innezuhalten, damit durch die innere Versenkung eine Kraft sich bildet, die an die Stelle der nun versiegten physischen Kraft treten kann.“<sup>17</sup> Die Scheu vor der intimeren Begegnung mit sich selbst tritt besonders vehement im Lebensalter von 30 bis 35 auf. In dem mittleren Teil seines Erdenlebens wird der Mensch aber eigentlich erst Mensch, wenn er sich diesen neuen Herausforderungen stellt. In dieser Zeit hat der Mensch innere Prüfungen abzulegen. Jetzt

---

11 Wolfgang Held: Vier Minuten Sternzeit, Stuttgart 2006, S. 90

12 Johann Gottlieb Fichte: Grundlage des Naturrechts, Berlin 1845, S. 80

13 Wolfgang Held: Alles ist Zahl, Stuttgart 2011, S. 198

14 Norbert Glas: Jugendzeit und mittleres Lebensalter, Stuttgart 1960, S. 40

15 Wolfgang Held: Alles ist Zahl, Stuttgart 2011, S. 198

16 Johann Wolfgang Goethe: Faust I, Nachtszene, Zeile 682 f.

17 Norbert Glas: Jugendzeit und mittleres Lebensalter, Stuttgart 1960, S. 40

entscheidet er sich dafür, ob der Rest Welken oder Reifen ist. „Er muss sich erproben. Er muss die Konflikte nicht nur passiv ertragen, sondern aktiv aufsuchen, um an ihnen zu erstarken. Er muss verstehen, alt zu werden, d. h. den göttlich-geistigen Kräften, die sich von seinem Leibe zurückziehen mit seiner Seele nachfolgen. Sonst wird er nicht Meister, sondern bleibt ein Geselle oder Lehrling. Glücklich der Jüngling, der einen gereiften Menschen findet, der ihm weiterhilft“<sup>18</sup>, so beschreibt es der Dichter Albert Steffen. „Wenn der Mensch sich nicht selbst denkt und damit geistig wie persönlich noch einmal konzipiert, ist er nicht selbst bewusst vorhanden. Diesen Tatbestand hat man in der esoterischen Tradition immer das Geheimnis der zweiten Geburt genannt. Die erste Geburt geschieht aus den Kräften der Natur, oder religiös gesprochen: des Vaters; dafür bin ich nicht verantwortlich, dafür ist Er verantwortlich. Aber die zweite Geburt geschieht aus den Kräften des Heiligen Geistes, d. h. aus der Kraft des geistig konzipierenden Denkens. Dafür bin ich entscheidend mitverantwortlich.“<sup>19</sup> Als Urbild der zweiten Geburt ist die Johanna-Taufe anzusehen, als der Christusgeist in den dreißigjährigen Jesusleib einzog und in diesem ein neues Seelenleben begann. Rudolf Steiner sprach in diesem Zusammenhang von einem neuen Christuserlebnis: „Eine Zeit steht jetzt vor der Tür, in welcher die Menschen immer zahlreicher werden, bei denen vom dreißigsten Jahre ihres Lebens an, zwar nicht der Christus in seiner Fülle, aber die Christus-Erkenntnis wie durch eine Erleuchtung einziehen wird. Im dreißigsten Lebensjahr wird bei diesen Menschen ein neues, umfassendes Seelenleben beginnen dadurch, dass sie den Christus in seiner ätherischen Wesenheit schauen werden.“<sup>20</sup>

### 3. Der mögliche Mensch

Über seine Selbsterziehung in den einzelnen Lebensphasen sprach Konfuzius: „Mit 60 hatte ich ein feines Gehör, um das Gute und das Böse zu unterscheiden und mich durch die Meinungen anderer Menschen nicht mehr beirren zu lassen.“ So muss jeder Mensch selbst „König werden“ und für sich selbst Verantwortung übernehmen. „Die

---

18 Albert Steffen: Conrad Ferdinand Meyers lebendige Gestalt, Dornach/Schweiz 1965, S. 16–17

19 Michaela Glöckler: Praktische Konsequenzen der Salutogenese-Forschung, in: „gesundheit aktiv“, Nr. 177, Bad Liebenzell 2003, S. 27

20 Rudolf Steiner: Vorstufen zum Mysterium von Golgatha, GA 152, Dornach/Schweiz 1990, S. 89 f.

dritten 30 Jahre ab dem 60. Lebensjahr zeigen ein Wachstum, das sich noch einmal steigern und geistig-leibliches Wachstum überschrieben werden kann. Nun ... entscheidet sich die körperliche Vitalität vor allem durch die geistige Beweglichkeit und Dynamik ... Weiße Haare und das heller werdende Antlitz bringen zum Ausdruck, wie der Geist der menschlichen Persönlichkeit den Leib durchscheinend werden lässt.“<sup>21</sup> Wenn der Geist wächst, muss der Leib vergehen. – Ein neues Verständnis dieses Lebensalters zeigt der Denkanstoß eines bekannten Journalisten: „Unsere Zukunft ist das Alter“.<sup>22</sup>



The image shows the cover and several pages of the journal 'Der Merkurstab'. The cover is dark with a white line drawing of a hand holding a staff. The title 'Der Merkurstab' is printed in white. Below the title, it says 'Zeitschrift für Anthroposophische Medizin' and 'Journal of Anthroposophical Medicine'. The issue number '1/14' is visible at the bottom left of the cover. The pages in the background show text and a small anatomical drawing of a hand.

## Der Merkurstab

Zeitschrift für Anthroposophische Medizin  
Journal of Anthroposophical Medicine

- **Originalia**
- **Praxis Anthroposophische Medizin**
- **Anthroposophische Arzneimittel**
- **Initiativen und Berichte**
- **Rezensionen**

Herausgeber: Medizinische Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft und Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland e. V.

- **Abonnements: Der Merkurstab**  
Kladower Damm 221, D-14089 Berlin  
Fon 030/20 89 82 68-0, Fax -9  
service@merkurstab.de  
Jahresabo: € 90,- / Studenten: € 30,-  
[www.merkurstab.de](http://www.merkurstab.de)

21 Wolfgang Held: Alles ist Zahl, Stuttgart 2011, S. 198

22 Heribert Prantl: Alt. Amen. Anfang., Neue Denkanstöße, München 2013, S. 7, S. 54

# Die „ich.live“-Methode Ein psychoedukatives Tool für die psychosomatische und -therapeutische Arbeit mit Jugendlichen<sup>1</sup>

*Petra Maria Stemplinger*

Einleitung: Wenn Sokrates Kinderpsychiatrie getrieben hätte, wie hätte das wohl ausgesehen? Diese Frage stelle ich mir als klassische Kinderpsychiaterin, die sich im Rahmen ihrer Ausbildung auch zwei Semester Philosophie gegönnt hat, immer wieder. Die Frage nach dem „Wer bin ich eigentlich?“ und „Wo finde ich Halt in mir?“ als Mensch und als Individualität scheint mir doch eine zentral wichtige im Entwicklungsverlauf eines jungen Menschen. Diese Frage stellt sich im Scheitern, in der Krise respektive in der Krankheit, d. h. wenn wir dem jungen Menschen begegnen, umso brennender. Wo wird ein Jugendlicher heutzutage gehört und ernst genommen, wenn diese Frage in ihm aufkeimt? Darf sie überhaupt noch auftauchen im Binnenhorizont seiner Seele? Wo wird sie fundiert diskutiert? Im Religions- und Ethikunterricht an der Schule? Im Philosophiegrundkurs an einigen humanistischen Gymnasien? In der Jugendarbeit? In der Familie? Im Sportverein? Hat diese Frage noch einen Stellenwert in der heutigen Zeit? Oder gehört sie zum Ewig-Gestrigen und Überholten, das uns bremst und behindert im Wettbewerb um die beste Platzierung auf dem Laufsteg des Lebens? Googeln wir die Frage „Wer bin ich?“, dann findet sich, was der Zeitgeist dazu bietet: psychometrische Tests zur Selbstfindung. Damit liegen wir als KJPP ganz im Trend mit unseren standardisierten Methoden der Psychodiagnostik.

Ich möchte Ihnen hier gerne einen anderen Weg zur Einführung in ein selbstreflexives und mithin psychotherapeutisches Arbeiten mit Jugendlichen vorstellen. Eine Methode, die ohne Psychometrie auskommt und stattdessen durch ihren offenen, dialogischen (=sokratischen) Aufklärungscharakter im besonderen Maße ein Vertrauensverhältnis zum Jugendlichen begründen kann.

---

<sup>1</sup> Abdruck mit freundlicher Erlaubnis der Autorin und des Forum-Verlags aus der Zeitschrift Forum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie, Heft 2/2016



## **Die „ich.live“-Methode – eine sokratische Methode für die psychotherapeutische Arbeit mit Jugendlichen**

Kinder und Jugendliche haben vielfältige Vorstellungen und Ängste vor dem Besuch beim Psychiater. In der Regel teilen sie uns diese nicht mit. Als Kinder- und Jugendpsychiaterin interessiere mich dafür und erfrage deshalb die Vorbehalte meiner Klienten gern am Ende einer Therapie im Rückblick auf den Anfang. Dabei kommen in etwa folgende Fragen und Sorgen zu Tage: *Bin ich verrückt? Was ist nicht normal an mir? Heißt Psychotherapie, dass ich selber schuld bin an meiner Krankheit? Was bedeutet Psychodiagnostik und Psychotherapie? Was wird da mit mir gemacht? Werde ich manipuliert? Kann ein Psychiater in meine Seele schauen? Kennt er mich besser als ich mich selbst?*

Diese Fragen sind berechtigt und stehen häufig (unausgesprochen) am Anfang einer Begegnung mit dem Kinderpsychiater/-psychologen. Sie berühren Schuld- und Schamgefühle und die Sorge, ausgeliefert zu sein. Je verletzt und geschwächt das Selbstgefühl des Klienten, desto mehr generiert sich Misstrauen und Abwehr aus dieser Gefühlslage. Wer psychotherapeutisch mit Kindern und Jugendlichen arbeiten möchte, sorgt deshalb für Transparenz, um ihnen den Vertrauensaufbau zu erleichtern.

### **Als Psychiater stehen wir in einer Aufklärungsbringschuld gegenüber den Jugendlichen.**

Als Kinder- und Jugendpsychiaterin an einem Kinderkrankenhaus bin ich in besonderer Weise mit diesem Problem konfrontiert. Fast täglich sehe ich Patienten im Konsildienst, die ihre körperliche Symptomatik nicht unmittelbar mit psycho-sozialen Phänomenen in Verbindung bringen. Vom Kinderarzt geschickt, ohne klare Eigenmotivation und zum Teil voller Vorurteile und Vorbehalte gegenüber „Psychos“ brauchen diese Patienten eine prägnante und verständliche Aufklärung über bio-psycho-sozio-individuelle Zusammenhänge, die ihnen eine Brücke zum Psychiater bauen.

Aus dieser Situation hat sich in den letzten Jahren ein psychoedukatives Aufklärungsmodell entwickelt, welches ich mittlerweile in Workshops vermittele: das „ich.live“-Modell. Es ist entstanden in der gemeinsamen Reflexion mit Jugendlichen an der Frage „Was ist die Seele?“ und „Was hat sie mit meinen Schmerzen/meinen Symptomen zu tun?“ Mit ich.live wird ein praktischer Begriff von Seele vermittelt, der sich aus einer einfachen, streng am Phänomen orientierten Introspektion herleitet. Der Nimbus des Unbehaglichen („Man will mich zum Psycho machen!“) wird aufgegriffen und unter die Lupe genommen: „Was heißt denn über-

haupt Psycho, Psyche?“ Die stille Empörung „Ich bin kein Psycho!“ wird dabei enttarnt und verzaubert in die Frage nach dem Selbstbewusstsein: „Wer bin ich eigentlich?“ Damit wird zugleich Interesse und Neugier geweckt an den Möglichkeiten zur Vertiefung des Selbstbewusstseins.

„Ich.live“ ist eine dialogische Methode. Ähnlich einem sokratischen Dialog werden im Gespräch mit dem Jugendlichen Fragen nach dem Seelischen und unserer individuellen Erlebnisweise gestellt, die im gewöhnlichen Leben im Bewusstseinsraum des Selbstverständlichen, mit hin im „Unbewußten“ untergehen. Durch die Dialogform passt sich die Methode stets an die persönlichen Gegebenheiten des Jugendlichen an. Das weckt sein Interesse und schärft seinen Blick für Zusammenhänge zwischen leiblichen, seelischen und geistigen Phänomenen. Dadurch gestaltet sich die Erarbeitung organisch und zeiteffektiv zu einem selbstreflexiven, problemfokussierten Dialog. Hürden der therapeutischen Begegnung werden abgebaut und eine Basis zur Zusammenarbeit gelegt. Durch die Standardisierung als Methode schärft sich dabei auch automatisch der diagnostische Blick des Untersuchers. Es entsteht ein gemeinsames Koordinatensystem, in welchem man den subjektiven Bedeutungsgehalt des Berichteten ähnlich sicher einem psychometrischen Verfahren einschätzen lernt.

Weil die Methode dialogisch ist, eignet sie sich schlecht für einen monologen Aufsatz wie diesen. Ich muss deshalb auch die Darstellung zum Teil in dialogischer Rede gestalten. Dennoch kann sie nur ein anfänglicher Einblick bleiben.

Die „ich.live“-Methode ist leicht zu lernen und mit verschiedenen Modulen individuell und situativ anzupassen. Damit natürlich auch kompatibel mit jedweder Psychotherapierichtung und unterschiedlichen Krankheitsbildern. Menschenkundliche Basis des Modells ist meine Beschäftigung mit Erkenntnistheorie und anthroposophischer Geisteswissenschaft (*Selg, Steiner*) sowie neueren Denkansätzen zum Leib-Seele-Problem (*Fuchs, Heusser, Neider, Selg, Schieren, Schneider, Steiner, Storch et.al.*). Der „ich.live“-Workshop ist damit zugleich eine Einführung in Grundbegriffe eines philosophischen Menschenbildes sowie einer phänomenologisch, evidenzbasierten Selbsterfahrung.

Los gehts: Stellen Sie sich vor, ein Kinderarzt erbittet ein Konsil für einen 16-jährigen Patienten, um seine Bauchschmerzsymptomatik mit ihm zu evaluieren. Der Jugendliche zeigt keine Einsicht, dass ein Problem, das er im Körper erlebt, von einem Psychiater untersucht werden soll. Er sitzt mit Misstrauen und Widerstand in ihrer Sprechstunde. Er fürchtet,

dass ihm die Ärzte unterstellen, er habe keine „echten“ Schmerzen oder er simuliere diese nur, weil man ja „nichts gefunden“ hat.

KJPP: Dein Kinderarzt hat also gemeint, dass Du mit mir über Deine Schmerzen sprechen sollst?

Jugendlicher: Ja, der meint das sei „psychisch“. Ich brauch aber keinen Psychiater. Ich brauche endlich Hilfe gegen diese Bauchschmerzen!

KJPP: Hat Dir denn Dein Kinderarzt erklärt, was die Seele ist und wie sie mit dem Körper zusammenhängt?

Jugendlicher: Nein. Er meint, ich hätte vielleicht Stress!

KJPP (solidarisiert sich mit dem Jugendlichen): Man kann psychische Zusammenhänge nicht allein mit dem Begriff „Stress“ erklären. Interessiert es Dich, wie Körper und Seele zusammen arbeiten? Willst Du mehr erfahren, dann will ich es Dir gern erklären.

Jugendlicher: Okay.

*Einschub: Die Widerstände des Jugendlichen sind erheblich, zugleich aber oft auch die Not hinter diesem Widerstand und dem körperlichen Symptom. Als Psychotherapeut gerät man unmittelbar in eine Ambivalenz: einerseits den Widerstand zu respektieren und damit (im Hinblick auf den Patienten) weiter kostbare Zeit zu verlieren und andererseits helfen zu wollen (weil man aus Erfahrung weiß, dass sich das Leiden verschlimmern kann, wenn man das Vertrauen des Jugendlichen nicht zu gewinnen weiß). In dieser Situation ist es für beide befreiend, ein offenes und unverbindliches Angebot der Aufklärung aussprechen zu können. Es befreit den Jugendlichen von der Last, etwas von sich preisgeben zu müssen, und es gibt dem KJPP die Möglichkeit, sich zu erklären.<sup>2</sup>*

KJPP (malt die Umrisse eines Menschen<sup>1</sup>):

Also, Du siehst schon, was ich hier male. Einen Menschen. Genauer gesagt, den Körper eines Menschen. Also das, was man sehen und untersuchen kann mit Blutentnahme, Ultraschall und vielem mehr. Wenn Du magst, können wir Deine Schmerzen da rein malen. Wenn Du mir beschreibst, wo Du sie spürst und wie sie sich anfühlen, kann ich das auch für Dich tun. Du korrigierst mich.



<sup>2</sup> Grafiken von Sabine Hauptmann, Diplomgestalterin und zertifizierte Kunsttherapeutin am Kinderkrankenhaus St. Marien

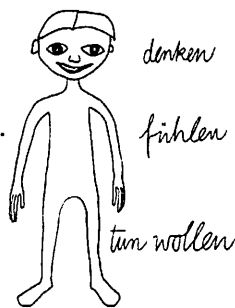
*Einschub: Die gemeinsame Konzentration auf ein Bild entspannt die Situation noch mehr. Bei der Evaluation und beim Malen des Schmerzes bemerkt der Jugendliche, dass man ganz ärztlich vorgeht und genau über das Symptom nachfragt. Er erfährt auch, dass man seine individuellen Formulierungen und Begriffe besonders ernst nimmt und ihn sogar ermutigt, eigene Worte und Bilder für den Schmerz zu finden. Er erfährt, dass es gut tut, verstanden und ernst genommen zu werden im Schmerz und vor allem einen Ausdruck dafür zu finden. Aus den Begriffen des Jugendlichen lässt sich oft schon eine Diagnosehypothese formulieren.*

KJPP: Wie sollen wir denn jetzt die Seele dazu malen? Woran sieht man denn, dass dieser Mensch eine Seele hat/ist?

Jugendlicher: Am Gesicht – er schaut und lacht ...

KJPP: Ganz richtig. Man sieht schon, dass da einer zu Hause ist in diesem Körper. Wenn wir jetzt beschreiben wollen, was die Seele ist, würde ich Dir folgendes vorschlagen:

Die Seele ist alles, was wir ...



*Einschub: An dieser Stelle werden im Dialog Beispiele für Denken, Fühlen und Handeln gesucht. Der Unterschied zwischen Denken und Handeln wird herausgearbeitet. Der Begriff des Entscheidens wird eingeführt. Es wird konkret nachgespürt, wo und wie man Denken, Fühlen und Wollen im Körper erlebt. Nicht, was man darüber weiß und gelernt hat, sondern wie man es am eigenen Leib erfährt, wie es sich im Körper anfühlt zu denken, zu fühlen und zu entscheiden. Dies ist eine explizite Einladung sich selbst phänomenologisch zu erforschen und führt in einen unspezifischen, einfach menschlichen Prozess der Selbstreflexion.*

*Dabei ergibt sich in der Regel, dass das Denken aufgrund der Sinneswahrnehmung im Kopf erlebt wird. Man kann es aber auch frei, d. h. ohne konkreten Körperbezug erleben. Im Gegensatz dazu wird das Fühlen am ganzen Körper, an der Haut, seelisch vor allem im Herz-Brust-Bereich, aber auch im Bauch sowie als Kraft und Lebendigkeit in den Muskeln erlebt. Fühlen ist immer mit dem Körper verbunden, Denken kann den Körper ausblenden, vergessen.*

*Das Wollen wird gern schnell mit dem Denken in Verbindung gebracht und gleichgesetzt. Es bleibt aber letztlich am geheimnisvollsten. Das*

läßt sich zum Beispiel erarbeiten an einer Frage, die viele Menschen bewegt: Was will ich wirklich? An dieser Frage zeigt sich unwillkürlich, dass es trotz allem Nachdenken nicht selbstverständlich ist, zu einer Handlungsentscheidung zu finden. Der Moment des Entscheidens, der Augenblick, in dem man zur Tat schreitet, bleibt unbewußt, verborgen. Viele Menschen setzen ganz bewußt eine Nacht Schlaf vor eine wichtige Entscheidung, als würden sie im Schlaf näher heranrücken an diese geheimnisvolle Sphäre der Tatkraft, aus der heraus allein eine Entscheidung tragfähig und belastbar für die Zukunft wird. Ich erkläre an diesem Sachverhalt gerne „das Unbewußte“. Es ist alles das, was sich nicht im Tageslicht unseres Bewusstseins abspielt, sondern was wir wie blind, in einer Art Halbschlaf, bzw. in einem Lausch-/Tast-/Spür-Raum der Wärme ergründen müssen und können. Es ist verbunden mit der Kraft unserer Lebendigkeit und unserer Gefühle, die wir im ganzen Organismus spüren. Die sich in der Regel unbemerkt in unserer Atem- und Herztätigkeit, in Muskeln und Gliedern, in unserer Kondition und Wärme mitteilen. Ohne diese unbewußte, unreflektierte, d. h. selbstverständliche Wärmekraft käme es nicht zur Umsetzung in eine Tat, sondern alles Denken bliebe stecken im Vorstellen, Abwägen und Zweifeln. Beim Ergründen und Erfahren dieser Kraft hilft uns das Fühlen. Das Fühlen ist enger mit dem Körper verbunden als das Denken und kann daher ganz organisch handlungsleitend werden. Um die Gefühle mitzukriegen, muss man allerdings das Bewusstsein, die Aufmerksamkeit auf sie, und das heißt auf sich, richten.

Diese Erkenntnis holt etliche Jugendliche da ab, wo sie stehen, und führt sie auf Basis des Gefühls, Verstanden zu werden, tiefer in den Prozess. Häufig spielen gerade Entscheidungsdilemmata und -zwickmühlen eine erhebliche Rolle im psychosomatischen Konflikt.

Ist diese Basis der Selbstbeobachtung erarbeitet, führt der nächste Schritt noch tiefer in die Selbstverantwortung:

KJPP: In der Seele gibt es einen Chef.  
Wer ist bei Dir der Chef?  
Wer denkt?  
Wer fühlt?  
Wer entscheidet?



Jugendliche (und Erwachsene) antworten darauf meistens: „mein Kopf“ oder „mein Denken“, und distanzieren sich dadurch wieder von der direkten (live-)Selbstbeobachtung in die sichere Sphäre des Wissens. Man weiß bzw. hat sich daran gewöhnt, zu wissen, dass alles Seelische mit dem Kopf zu tun hat. Therapeutisch(-philosophisch) ist es aber essenziell, dass der Jugendliche an dieser Stelle kurz aufwacht an dem Erlebnis, dass nur „ich“, d. h. nur er selbst, die Chefrolle in der Seele innehaben kann. Diese banale kleine Selbstverständlichkeit, mit der man tagtäglich von s-ich als Handlungssouverän spricht, gilt es staunend in den Blick zu nehmen. Und dieses Staunen ist heute wie zu Sokrates Zeiten die Geburtsstunde der Philosophie: Kein anderer kann an meiner Stelle für mich denken, fühlen oder entscheiden. Sich selbst zu befähigen, eigene Entscheidungen zu treffen und auf dieser Basis das eigene Leben zu ergreifen und zu führen, ist eine, wenn nicht die wesentlichste Aufgabe des Erwachsenwerdens.

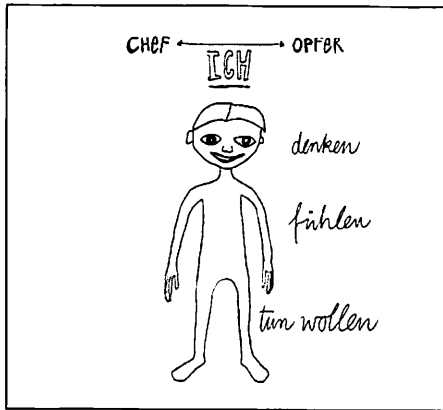
Dass ein Jugendlicher entwicklungspsychologisch an diesem Punkt natürlich noch keine Sicherheit haben kann, ändert daran nichts. Er wird genau wie jeder Erwachsene ein Leben lang unterwegs sein auf diesem Weg der eigenständigen Selbstaktualisierung. In Bezug auf eine introspektive Live-Selbstbesinnung kann man a priori keine fixierte Sicherheit gewinnen, weil sie sich in jedem Moment neu generiert und aktualisiert. Insofern hilft es ungemein, dass achtsamkeits- und meditationsbasierte Methoden Eingang gefunden haben in die psychotherapeutische Praxis.

(Eine Ausarbeitung dieser Zusammenhänge würde den Rahmen dieser Darstellung sprengen. Wird aber bei nächster Gelegenheit und im Rahmen des genannten Workshops erfolgen.)

Zurück zu unserem Jugendlichen: Es ist ein besonderer Moment, wenn er realisiert, dass er live auf der Bühne des Lebens steht. Seit jeher markieren Übergangsrituale im pädagogischen und spirituellen Leben (z. B. Konfirmation und Firmung) diesen Moment des Aufwachens in sich selbst. Diesen Übergang von der Kindheit ins Jugendalter gilt es auch von psychotherapeutischer Seite forschend in den Blick zu nehmen, da eine Halt und Orientierung gebende Einbindung in konfessionell gegründete Menschengemeinschaften vielfach fehlt und weiter rasant an Bedeutung verliert. Es ist zeitgemäß und richtig, dass man Halt und Orientierung nicht mehr in Glaubensgemeinschaften sucht, sondern von einer psycho-philosophischen Wissenschaft erwartet. Wir haben als Kinderpsychotherapeuten eine entscheidende Rolle in

diesem Prozess, weil wir das Selbstwirksamkeitserleben unserer Klienten fördern und wieder beleben, wenn es durch Krankheit und Krise abhanden gekommen ist. Wir praktizieren in dieser Beziehung eine salutogenetische Kunst, die genauestens phänomenologisch beobachtet und aufgeschlüsselt werden sollte. Zu diesem Prozess möchte ich mit meinem „ich.live“-Modell einen kleinen Beitrag leisten.

Der Verlust des Selbstwirksamkeitsgefühls heißt im „ich.live“-Modell, kontrastierend zum „Chef“: „Opfer“. Dabei wird in dieser Gegenüberstellung das Belastende des Opfergefühls enttabuisiert, weil es zugleich als Chance und Notwendigkeit aufleuchtet. Dieser konstruktive Tabubruch befreit aus der Scham- und Schuldfrage und hilft entscheidende Hindernisse auf dem Weg sich anzuvertrauen, zu überwinden.



An dieser Stelle im Ablauf gilt es dringend auch, dem „neugeborenen“ Ich-Gefühl Halt und Orientierung zu geben. Dabei spielen die Erfahrungsbegriffe des Selbstbewusstseins und des Vertrauens eine Hauptrolle. Als innere Orientierung gebe ich bei Bedarf das Adjektiv-Triplet:



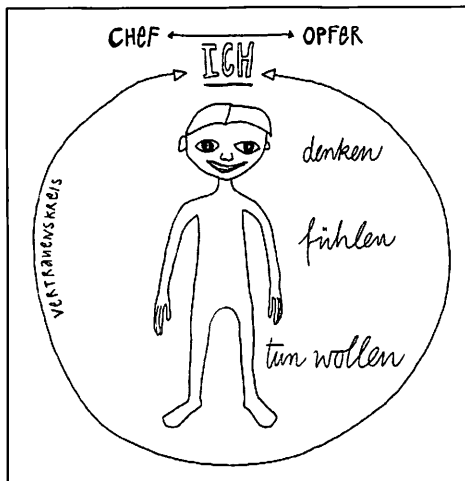
Ähnlich dem bekannten „echt, stark, fair“ (Zimmerer, Scheid) bringen Eigenschaftsbegriffe Werte zum Ausdruck und erlauben damit dem Jugendlichen, die persönliche Haltung des Therapeuten für sich zu prüfen. Kann er sich in diesen Werten wiederfinden? Oder ist er (bzw. sind seine Eltern) auf schnellen Erfolg in der Schule und möglichst rasche Abschaffung des Leidens aus?

**Aufrecht** meint so viel wie authentisch, ohne sich zu sehr zu verbiegen, anzupassen oder gar zu verrücken. Meint, sich aufzurichten und aufzubauen als eigenständige Persönlichkeit. Meint, nicht immer nur Rollen zu spielen, die andere erwarten.

**Fair** meint bei allem immer auch nach rechts und links, sozusagen im Augenwinkel seine Mitmenschen im Blick zu behalten.

**Frei** meint, in allem Handeln und Entscheiden letztlich ein Grundgefühl von Eigenständigkeit und Selbstwirksamkeit, von „Chef“ aufleuchten zu lassen. Auch wenn dieses immer wieder im Opfermodus verloren gehen wird, dennoch zu spüren, dass man auch wieder zum machtvollen Chefgefühl durchstoßen kann.

**Selbstbewußt** sein meint, sich seiner Seele bewußt zu sein, und das heißt, zu wissen, was man denkt, was man fühlt und was man will. Das wiederum läßt sich am besten herausfinden, wenn man Menschen hat, denen man vertrauen kann. An dieser Stelle bekommt der entwickelte Mensch im Modell einen Halt- und Geborgenheit vermittelnden Vertrauenskreis:





Spätesten an diesem Punkt hat der Jugendliche meist intuitiv verstanden, dass ich als Psychotherapeutin ihm ein offenes Vertrauensangebot mache, welches er frei nach seinem Ermessen annehmen oder abweisen kann. Wenn er sich an diesem Punkt entscheidet, es abzuweisen, kann das ein wichtiger Wendepunkt sein, den Entscheidungsfaden wieder aufzunehmen. Aus therapeutischer Sicht ein notwendiger Schritt heraus aus dem Opfermodus. Ich bestärke den Jugendlichen deshalb in seiner Entscheidung, gebe ihm meine Visitenkarte und überlasse es ihm, sich wieder zu melden, wenn sich sein Problem nicht lösen sollte.

Wenn der Jugendliche (unbemerkt) entschieden hat, sich anzutrauen, ist er bereits in einen Prozess mit mir als Therapeutin eingetaucht. Dieser Prozess lässt sich dann ganz nach Bedarf und Vermögen des jeweiligen Therapeuten diagnostisch, krisenintervenitorisch, verhaltenstherapeutisch oder tiefenpsychologisch weiterführen. Natürlich unter Wahrung der Selbstbestimmtheit des Patienten. Er ist schließlich der Chef!

So weit dieser Einblick in das „ich.live“-Modell.

Das unnachahmliche eines Live-Prozesses ist seine Unberechenbarkeit und Einzigartigkeit, insofern kann ich mit diesem Text nicht den Zauber dieser Dialoge transportieren. Bestenfalls kann es gelingen, ein Interesse zu wecken, an der Entwicklung einer dialogisch-reflektierten Beziehungsbegründung. Der Workshop in Regensburg soll und wird im Selbsterfahren des Modells weitere Möglichkeiten aufzeigen.

Jugendliche lieben es heutzutage, sich live auf Youtube zu präsentieren und zu tummeln. Meine Hoffnung ist es, psychoedukative Prozesse ebenso attraktiv für sie zu gestalten, um ihnen die enormen Entwicklungsmöglichkeiten solcher Prozesse aufzuschließen. Nicht zuletzt, weil Jugendliche im Umgang mit Bildschirmmedien vielfältig der manipulativen Psychologie der Werbung ausgesetzt sind. Ein echtes, auf selbst nachvollziehbarer Beobachtung und eigenem Erleben gegründetes Selbstbewusstsein ist ein notwendiges Rüstzeug, um der Manipulation standzuhalten.

Eltern, Pädagogen und Therapeuten stehen den Kindern live im Alltag gegenüber. Sie müssen intuitiv ihren Fragen, Sorgen und Nöten begegnen oder ihrer Kritik standhalten. Kinder stellen uns infrage und stellen die Frage nach der Seele! Spätestens wenn ein geliebtes Haustier sterben oder der Opa schwer krank wird.

Für diese Situationen sollten auch wir selbst eine innere Orientierung gefunden und unsere Intuition geschult haben, um mit aufrechter Haltung die richtigen Worte zu finden. Denn die Frage nach der Seele stellt sich natürlicherweise in kritischen, krisenhaften und existenziellen Momenten des Lebens. Gerade dann, wenn das Seelenschiff in Gefahr gerät und Schiffbruch droht, ist die innere Orientierung, der Kompass am notwendigsten. „Ich.live“ stellt einen Versuch dar, Heranwachsenden ein Koordinatensystem des Seelischen an die Hand zu geben. Dabei ist die Frage nach dem Ich, die entscheidende. Im Alltag ist das Ich keine Frage, sondern unsere Kompassnadel. Wir stellen es nicht infrage, weil wir intuitiv spüren, dass es unsere Selbstverständlichkeit des Denkens und Handelns verunsichern würde. Natürlich verlassen wir uns auf die Kompassnadel.

Umso mehr sollte es Schutzräume geben, in welchen man die Frage „Wer bin ich?“ gefahrlos stellen und erforschen darf. Sichere, professionell geführte Selbsterfahrungsräume – in Familie, Schule, Jugendarbeit. Vor allem für das heranreifende und in der Jugend aufbrechende Ich ist das bedeutsam.

Der Orientierungsrahmen im „ich.live“ ist immer zugleich weltbeziehungs-offen und auf sich selbst gerichtet. In diesem aufgespannten Raum lässt sich „dem Rätsel des Ichs“ (Schieren, Neider) nachspüren. Wenn auch noch lange nicht ergründen. Es bleibt ein geheimnisvolles Rätsel, aber das Rätsel wird handhabbar, weil ich darüber sprechen und es ausdrücken lerne. Das befreit, beglückt, macht selbstbewußt und verbindet mit den anderen.

Durch die introspektive Blicklenkung auf die Aktivität der Seele im Denken, Fühlen und Entscheiden wird zugleich die Bedeutung von Beziehung und Kommunikation mit der Welt aufgewertet und als konstituierend für das eigene Selbst (zunächst intuitiv erahnt und später) erlebt (Buber). Dadurch werden auch Beziehungsbrüche in ihrer tiefen diagnostischen Bedeutsamkeit erfahrbar. Das Im-Stich-gelassen-Sein ist die tiefste Kränkung für einen Jugendlichen.

In einer „ich.live“-Begegnung ist erlebbar, dass man dem anderen Ich ohne test- und messpsychologische Methoden, einfach mit Kunst und Einfühlung sehr nahekommen kann. Es verschließt sich nicht, sondern vertraut sich an. Im Verlauf des Arbeitens mit dem Modell schult sich die Wahrnehmung für dieses Ich und man spürt, wo und wie es sich aufrichtet und befreit.

## Literatur

- Buber, Martin (1997), Ich und Du, Verlag Lampert, Gerlingen
- Fuchs, Thomas, Leibgedächtnis und Lebensgeschichte,  
<http://www.benediktushof-holzkirchen.de/images/mediathek/benediktushof/mittschnitte-manuskripte/fuchs.pdf>
- Heusser Peter, Selg Peter (2011), Das Leib-Seele-Problem, Verlag des Ita Wegmann Instituts, Arlesheim
- Martin, Gottfried (1967), Sokrates in Selbstzeugnissen und Bilddokumenten, rowohlt's monographien. Reinbek bei Hamburg
- Neider, Andreas, Herausg. (2008), Wo steckt unser Ich?, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart
- Novalis (1985), Werke in einem Band, Aufbau-Verlag Berlin und Weimar.
- Platon, 8. Auflage (1973), Hauptwerke ausgewählt und eingeleitet von Wilhelm Nestle, Kröners Taschenausgabe, Stuttgart
- Schieren, Jost (25.06.2012) Das Rätsel des Ich, in Das Goetheanum, Wochenschrift für Anthroposophie
- Schubert Christian, 2. Auflage (2015), Psychoneuroimmunologie und Psychotherapie, Schattauer Verlag, Stuttgart
- Selg Peter, 2. Auflage (2000), Vom Logos menschlicher Physis, Verlag am Goetheanum, Dornach
- Steiner Rudolf, 15. Auflage (1987), Philosophie der Freiheit. Rudolf Steiner Taschenbücher, Dornach
- Storch Maja, Cantieni Benita, Hüther Gerald, Tschacher Wolfgang, 2. Auflage (2010), Embodiment, Verlag Hans Huber, Bern
- Zimmerer Eva Maria, Scheid, Marion, [www.echtstarkundfair.de](http://www.echtstarkundfair.de)

# Massage nach Dr. Simeon Pressel – Hilfe und Begleitung

Annette Robert

*Heute sind wir darauf angewiesen, unser körperliches und seelisches Gleichgewicht immer wieder zu finden und zu erhalten. Die Berührung unseres Körpers in der Massage auf künstlerisch-geistige Art verleiht nicht nur Wohlbefinden, sondern regt in dieser spezifischen Massage nach Dr. Simeon Pressel die Selbstheilungskräfte an und hat sich als Lebenshilfe im Alltag vielfach bewährt. Sie findet weiterhin Anwendung als unterstützende Maßnahme im Behandlungskonzept der anthroposophischen Medizin.*

Die Berührung des Körpers hatte in alten Zeiten eine spirituelle Dimension. Heute jedoch steht die physische Anwendung (z. B. Sportmassage) bzw. das Bedürfnis nach Wellness im Vordergrund. Damit wird dem ganzheitlichen Aspekt des Menschen mit seiner körperlichen, seelischen und geistigen Tragweite unzureichend entsprochen. Diese Dimension wurde in der anthroposophischen Medizin durch die Rhythmische Massage von Ita Wegmann (1876–1943) und Margarethe Hauschka (1896–1980) wieder aufgegriffen und durch die Massage von Simeon Pressel ergänzt und erweitert.<sup>1</sup> Beiden gemeinsam ist das rhythmische Element, das unser Leben ordnet und sich im Ein- und Ausatmen, im Wachen und Schlafen, im Anspannen und Entspannen zeigt. Wie im Folgendem verdeutlicht werden soll, will der von Simeon Pressel entwickelte Ansatz den Menschen wieder in seiner Gesamtheit erfassen und in eine menschengemäße rhythmische Ordnung bringen. Dies geschieht sowohl auf *hygienisch-salutogenetische*, d. h. in krankheitsvorbeugender Weise, als auch auf *therapeutische Weise*. Mit den Worten der anthroposophischen Ärztin Gretl Stritzel (1912–2003) ist die Massage nach Simeon Pressel ein „Schicksalsgeschenk an die Menschheit aus der großen Not der Gegenwart“.<sup>2</sup>

Die von Simeon Pressel erarbeitete *Massageheilkunst* ist in ihrem methodischen Ansatz die direkte Umsetzung des Konzepts der *Dreigliederung des menschlichen Organismus*. Dieses von Rudolf

- 
- 1 Hauschka, Margarethe: Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegmann. Menschenkundliche Grundlagen, Margarethe-Hauschka-Schule, Bad Boll
  - 2 Stritzel, Gretl: Die Strömungsmassage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 6, 2007, S. 560–565

Steiner entwickelte Menschenbild bildet die Grundlage der anthroposophischen Medizin. Wie auch in der Waldorfpädagogik geht es in der spezifischen Anwendung dieser Massage um die Stärkung des Rhythmischen Systems (Herz-, Kreislauf- und Atmungstätigkeit). Es wirkt als ausgleichende und somit heilende Kraft der beiden entgegengesetzten Pole: des Nerven-Sinnes- und des Stoffwechsel-Gliedmaßen-Systems. Dieses auch in der Waldorfpädagogik veranlagte Ziel besteht zeitlebens für den Menschen als Herausforderung. Mit der Massage nach Simeon Pressel kann der Versuch, dieses Ziel zu erreichen, vielfältig unterstützt werden. Pädagogik und Salutogenese reichen sich hier die Hand.

## 1. Die Erfordernisse der Zeit für das körperlich-seelisch-geistige Gleichgewicht des Menschen

Schaut man sich im Familien- und Bekanntenkreis um, so trifft man überall auf ähnliche Phänomene und Symptome, die durch große Anfechtungen das physisch-seelisch-geistige Gleichgewicht der Menschen beeinträchtigen: akute Erschöpfung, chronisch geringe Belastbarkeit, Überforderung, Burn-out sowie Verhärtungstendenzen (z. B. Zunahme von Herz- und Kreislauf- als auch Krebserkrankungen) gehen Hand in Hand mit unausgeglichene seelisch-geistigen Reaktionen wie Interesse- und Lustlosigkeit, depressiven Verstimmungen und extremer Suche nach Betäubung und Ersatzbefriedigung. Darüber hinaus erweist es sich, dass nach medizinischem Eingriff durch Chemotherapie, Bestrahlung oder Operation Maßnahmen für eine Begleittherapie immer notwendiger werden, die die *Selbsteilungskräfte* des Menschen wecken bzw. unterstützen und die seelische Befindlichkeit stabilisieren.

Ein soziales Umfeld kann gebildet werden, z. B. in Form von familiären oder freundschaftlichen Aktivitäten, die diesen Belastungen durch künstlerisch-praktische Anwendungen eine heilsame Pflege entgegenbringen, die mit hygienischen Maßnahmen vergleichbar sind und der präventiven Gesundheitsförderung dienen.

Weiterhin kann im Krankheitsfall in der Nachsorge Hilfe gewährt werden, zu der u. a. auch eine Vergangenheitsbewältigung sowie eine Öffnung für Zukunftsimpulse (soweit es das Schicksal des betreffenden Menschen zulässt) gehören, die durch die Massage nach Simeon Pressel ermöglicht werden.

## 2. Geschichte der Entstehung der Massage nach Simeon Pressel

Simeon Pressel (1905–1980) hatte seine erste Massageerfahrung im Schulalter (schwedische Massage). Offensichtlich wurde bereits da der Impuls, selber massierend tätig zu werden, gelegt. Später erlebte Simeon Pressel – wie sein ärztlicher Kollege Adalbert Graf von Keyserlingk in der Biografie von Simeon Pressel ausführt – beim Massieren des Vaters die “heilende Kraft seiner Hände”.<sup>3</sup> Die Massagetätigkeit übte er ab 1933 in seiner Arztpraxis in Bayreuth aus. In dieser Zeit fand er auch über die Homöopathie und Naturheilkunde den Weg zur anthroposophischen Medizin und zur Anthroposophie. In seiner Kriegsgefangenschaft in Weißrussland baute er die Massage aufgrund der vorangegangenen Vertiefung in die Geisteswissenschaft (besonders die Ärztekurse) weiter aus. Dabei stellte er die starke Wirkung der Massage bei den Kameraden fest.<sup>4</sup> Er bildete verschiedene Mitgefangene als Helfer aus, die gemeinsam mit ihm die heilende Tätigkeit der von ihm entwickelten Rückenmassage ausübten. Wie Keyserlingk weiter ausführt, konnte Simeon Pressel durch seinen inneren Heilermut während der ganzen Lagerzeit schwerste Krankheiten ohne medikamentöse Unterstützung überwinden helfen.

Zurück in Deutschland siedelte er 1948 seine Praxis in Stuttgart an und wurde Schularzt an der Freien Waldorfschule Uhlandshöhe. Damit stand er einer neuen Herausforderung gegenüber, nämlich den kriegsgeschädigten Kindern wieder einen Erdenbezug zu vermitteln. So entstand im Wechsel zur Rückenmassage die Beinmassage.<sup>5</sup>

In seiner Praxis setzte Simeon Pressel, laut Keyserlingk, die Massage u. a. als Mittel zu einer Art diagnostisch-therapeutischer Intuition ein. Dabei nahm er über die Muskeln nicht nur die Krankheiten des Bewegungsapparates wahr, sondern auch die Krankheiten der tiefer gelegenen Organe. Er teilte seine Kraft durch seine Hände dem Lebenswillen der Patienten mit. Von entscheidender Bedeutung im Heilungsprozess war, nach Keyserlingk, die große Wärme und Toleranz, die er seinen Patienten entgegenbrachte. Sie wurde durch das Vertrauen belohnt, das diese ihm schenkten.

- 
- 3 Keyserlingk, Graf Adalbert von: Simeon Pressel; in: Selg, Peter: Anthroposophische Ärzte. Lebens- und Arbeitswege im 20. Jahrhundert, Verlag am Goetheanum, 2000
  - 4 Pressel, Elisabeth: Massage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 1, 2007, S. 45–49
  - 5 s. Fußnote 3

Durch die Heirat mit Elisabeth van Schouwen (1958), die in der Rhythmischen Massage nach Ita Wegmann und Margarethe Hauschka ausgebildet war, bekam der Massageablauf neue Impulse. Ab 1975 gab Simeon Pressel seine Massagemethode in Ausbildungskursen weiter. Nach seinem Tod (1980) wurden diese Schulungen durch Elisabeth Pressel und die Ärztin Gretl Stritzel weitergeführt sowie in der Nachfolgezeit durch weitere Ausbildungszentren.

### 3. Das Besondere der Massage nach Simeon Pressel

Die Massage nach Simeon Pressel gliedert sich in zwei Teile. Zu Beginn der Behandlung werden Füße, Waden, Oberschenkel und die untere Rückenpartie massiert. Beim nächsten Massagetermin werden oberer Rücken, Arme und Nacken behandelt. In diesem rhythmischen Wechsel der Behandlung des „unteren“ und „oberen“ Menschen liegt die Einzigartigkeit dieses Massagemodells. Fragt man die Patienten nach Abschluss der Massage, so kommen häufig Antworten wie „ich fühle mich wieder belebt“, „meine ewig kalten Hände und Füße sind ganz warm“, „mein Kopf ist wie befreit“, „ich bin besser geerdet und erlebe mich von Neuem als Ganzheit“ oder „meine Beine sind ganz leicht“.

Was ist geschehen? Simeon Pressel beschreibt es in seinem Buch: „Bewegung ist Heilung“.<sup>6</sup> In der Massage wird ein Strömen in Bewegung gesetzt, welches die jedem Menschen innewohnende Energie zu freiem Fließen zwischen Kopf und Füßen anregt. Behandlungsziel ist es dabei, nach und nach Stauungen, Verdichtungen, Blockaden und Strömungshindernisse aufzulösen. Der individuellen Situation entsprechend wird die Massage als Belebung, Erneuerung und Durchwärmung empfunden oder als Entspannung und wohlige Müdigkeit, je nachdem, ob viel ausgeschieden werden muss oder ob gleich Helligkeit und Frische die Seele erfüllt.

Im Idealfall gestaltet der Patient den Gesundungsprozess aktiv mit. Patient und Therapeut gehen einen gemeinsamen Heilungsweg.

Wie anfangs erwähnt, nimmt die Massage nach Simeon Pressel das Konzept Rudolf Steiners von der *Dreigliederung des menschlichen Organismus* auf. Das bedeutet, dass durch die Wadenmassage am gegenüberliegenden Pol das *Nerven-Sinnes-System* mit seinem Zentrum im Kopf angesprochen wird. Das *Stoffwechsel-Gliedmaßen-System*, das schwerpunktmäßig vor allem „im unteren Menschen“ zu Hause ist, wird durch die Arbeit an Armen und Rücken belebt. Der regelmäßige

---

<sup>6</sup> Pressel, Simeon: *Bewegung ist Heilung*. Verlag Freies Geistesleben, 2007

Wechsel zwischen den beiden Polen aktiviert das mittlere, *Rhythmische System*, im Brustkorb angesiedelt, wo sich Herz- und Atmungsbewegungen in rhythmisch-strömenden und Polaritäten ausgleichenden Prozessen vollziehen. Besteht unzureichender Ausgleich zwischen den beiden polaren Funktionssystemen, hat z. B. der Nerven-Sinnes-Pol die Überhand, können eine Reihe von Krankheiten auftreten, die mit Verhärtungen und Ablagerungen zu tun haben. Bei überaktivem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System herrscht ein Überschuss an Aufbauprozessen vor, welche Entzündungsvorgänge und Wucherungen verursachen können. Die Tätigkeit des Rhythmischen Systems versucht durch seine ureigenen Heilkräfte diese Tendenzen immer wieder auszugleichen.

#### 4. Die Auswirkungen der Massage

Die Massage nach Simeon Pressel wirkt auf den Menschen in seiner Gesamtheit.

Empfindungen von gestärkter Vitalität können direkt im Anschluss an die Massage sowie auch in den darauffolgenden Tagen erlebt werden. Der Masseur überträgt gewissermaßen ein Urbild von Gesundheit in Form eines Modells auf den Muskelorganismus und indirekt auf die inneren Organe.<sup>7</sup> Durch eine kontinuierliche Massagebehandlung (einmal wöchentlich über 2 bis 3 Monate) wird ein Weg zur körperlichen und seelischen Gesundheit in Zusammenhang mit einer größeren geistigen Präsenz eingeleitet.

Mit der Beinmassage kann eine bessere Verarbeitung von vergangenen und gegenwärtigen schwierigen Schicksalssituationen einhergehen. Die in die Muskulatur eingepprägten Lebenserfahrungen können befreiende Impulse empfangen. Durch die Belebung des Rückens kann eine Öffnung für die Zukunft möglich werden.<sup>8</sup> Damit berührt die Massage die Schicksalssphäre des Menschen, wo Neues geschehen kann.

Besonders im *hygienisch-salutogenetischen Bereich* kommt der Massage ein großer Stellenwert zu. Hier hat sie einen positiven Einfluss u. a. bei vegetativen Dysfunktionen, bei unausgeglichenem Wärmehaushalt, bei Verdauungsproblemen, bei Schlafstörungen, chronischer Müdigkeit, Stress oder auch bei Erschöpfung, Antriebslosigkeit, Verspannungen und Stauungen infolge einseitiger Arbeitshaltungen.

---

7 Herrero, Florencio: Indikation, Durchführung und Wirkung der Massage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 2, 2013, S.141-144

8 Ebenda



*Medizinisch-therapeutisch* sind die Einsatzmöglichkeiten der Massage vielfältig und werden mit dem behandelnden Arzt abgesprochen: bei chronischen Erkrankungen des Stoffwechsels, bei Herz- und Lungenerkrankungen, in der Onkologie wie auch bei Allergie, Immunschwäche, Suchtkrankheiten (auch Anorexie und Bulimie) sowie bei Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Im Seelischen wirkt die Massage aufbauend bei depressiven Verstimmungen. Sie erleichtert die Verarbeitung von traumatischen Ereignissen, wirkt hilfreich begleitend in der Palliativmedizin wie auch unterstützend in der Psychosomatik und Psychiatrie. In heilpädagogischen und sozialtherapeutischen Lebens- und Tätigkeitsbereichen können die betreuten Menschen durch die Massage nach Simeon Pressel besondere Förderung erfahren.

Wenn Kinder zur Massage kommen, so ist vor der Pubertät nur ein wärmend-pflegendes Einhüllen angebracht, um Reifeprozesse zu fördern und die heilende Ordnung durch behutsame Massagegriffe in kindgerechter Weise zu ermöglichen.<sup>9</sup>

Häufig sind Jugendliche in ihren verschiedenen Entwicklungsphasen sehr dankbar für diese besondere Massage, da sie, inneren Kräften und von außen kommenden Einflüssen ausgesetzt, für sich selbst und für die Familie besonders anstrengend sind. Die Massage, die zutiefst ordnend und klärend wirkt, hilft ihnen, mutvoll freudig mit ihren neuen Erfahrungen umzugehen.<sup>10</sup>

## 5. Die Bedeutung der Griffqualität und der Wärme

Die Massage nach Simeon Pressel kann durch die spezifische Behandlungsweise zu einer Heilkunst werden. Der erfahrene Masseur verbindet sich mit dem Patienten individuell und modelliert in sorgfältiger, liebevoller und aufmerksamer Weise.

Berührungsqualität wird zu Beziehungsqualität. Die sorgfältig bemessenen Bewegungen der massierenden Hand erreichen halb- und unbewusste Vorgänge der Atmung und Blutzirkulation. Dabei kommen die Urformen der Lemniskate und der sich entfaltenden Spirale zur Anwendung. Die Lemniskate ermöglicht Ausgleich und Verbindung; die Spiralform erlaubt immer neu impulsierende Belebung. Der Massierende

---

9 Pressel, Elisabeth: Massage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 1, 2007, S. 45–49

10 Stritzel, Gretl: Die Strömungsmassage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 6, 2007, S. 560–565

arbeitet wärmend und umhüllend. So bringt die Massage zum einen die Ätherströmungen zum Fließen, zum anderen den Astralleib zum Ausgleich, der sich in Muskulatur und Organen einseitig festsetzt.<sup>11</sup>

Die verschiedenen Qualitäten der Griffe, die den Planetenqualitäten nachempfunden sind, verweben und ergänzen sich und schaffen eine musikalisch-rhythmische Komposition, eine Partitur, die der Masseur zu beherrschen lernt. Zur Bedeutung des Muskelorganismus als Instrument des Astralleibes hat der anthroposophische Arzt Florencio Herrero besonders geforscht.<sup>12</sup>

Wie bei kaum einer anderen Massage kommt der äußeren Wärme (Wärmeflasche, Wollsocken und -decken usw., belebendes Bürsten, wärmende Öle, rhythmisches Massieren) besondere Bedeutung zu. Die innere Wärme des Masseurs, der seinen Beruf liebt und enthusiastisch ausübt, tut ein Übriges. Seine Wärme und geistige Präsenz können die Ich-Kräfte des Patienten – und das sind Initiativ- und Mutkräfte – wachrufen und stärken. Daran dachte Simeon Pressel, als er davon sprach, dass diese seine Massage eine „michaelische“ sein will.<sup>13</sup>

Zum Schluss soll Simeon Pressels besonderes Anliegen nochmals zur Sprache kommen: Er hoffte, dass die Massage neben ihrer Anwendung in der therapeutischen Praxis auch im Familien- und Freundeskreis ausgeübt werden möge, um den Bedürfnissen der Zeit zu entsprechen und Vorbeugung, Gesundheitspflege und allgemein stärkende Lebensbegleitung zu sein. Das ist ein großer, zukunftsweisender Gedanke.

---

11 Stritzel, Gretl: Die Strömungsmassage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 6, 2007, S. 560–565

12 Herrero, Florencio: Indikation, Durchführung und Wirkung der Massage nach Dr. Simeon Pressel; in: Der Merkurstab, Heft 2, 2013

13 Stritzel, Gretl: Brevier zur Heilmassage nach Dr. Simeon Pressel. Unveröffentlichtes Manuskript, Wackersberg, 2000

# Wirkungen der Erziehung im Lebenslauf

## Metamorphosen der Leibgestaltung

*Rudolf Steiner*

Nun ist aber, wie wir ja aus anderen Betrachtungen wissen, die menschliche Hauptesorganisation so gebaut, dass sie eben besonders fähig ist, den Gedanken hereinzunehmen aus der Welt. Sie ist aus den Gedanken heraus geformt, aus den Gedanken heraus gebildet. Die menschliche Hauptesorganisation aber weist uns ja zu gleicher Zeit nach dem vorigen Erdenleben hin. Wir wissen, dass das menschliche Haupt eigentlich das metamorphosische Ergebnis der vorigen Erdenleben ist, während die menschliche Gliedmassenorganisation auf die künftigen Erdenleben hinweist. Grob gesprochen: Unseren Kopf haben wir dadurch, dass unsere Gliedmaßen aus dem vorhergehenden Erdenleben sich zum Kopf metamorphosiert haben. Unsere Gliedmaßen, wie wir sie jetzt an uns tragen, mit alledem, was zu ihnen gehört, werden sich metamorphosieren zum Haupt, das wir im nächsten Erdenleben an uns tragen werden. In unserem Haupt arbeiten ja gegenwärtig, vorzugsweise im Leben zwischen Geburt und Tod, die Gedanken. Diese Gedanken sind, wie wir auch gesehen haben, zugleich die Umgestaltung, die Metamorphose desjenigen, was in unseren Gliedmaßen im vorigen Leben als Wille wirkt in unseren gegenwärtigen Gliedmaßen, das wird zum Gedanken umgebildet sein in den nächsten Erdenleben.

Wenn Sie das überschauen, können Sie sich sagen: Der Gedanke, er erscheint eigentlich als dasjenige, was gewissermaßen der Keim des Gedankens ist. – Sodass wir sagen können: Es entwickelt sich der Wille allmählich in den Gedanken hinein. Was zuerst Wille ist, wird später Gedanke. Wenn wir Menschen uns betrachten, so müssen wir, wenn wir uns als Hauptesmenschen ansehen, zurückblicken auf unsere Vorzeit, indem wir in dieser Vorzeit den Willenscharakter hatten. Wenn wir nach der Zukunft schauen, müssen wir uns gegenwärtig den Willenscharakter in unseren Gliedmaßen zuschreiben und müssen sagen: Das wird in der Zukunft dasjenige, was in unserem Haupt ausgebildet wird, der Gedankenmensch. Aber wir tragen fortwährend diese beiden in uns. Wir sind gewissermaßen bewirkt aus dem Weltenall dadurch, dass sich in uns der Gedanke aus der Vorzeit mit dem Willen, der in die Zukunft hinein will, zusammenorganisiert.

Nun wird das, was so den Menschen gewissermaßen aus dem Zusammenfluss von Gedanke und Wille organisiert, deren Ausdruck dann die äußere Organisation ist, das, was den Menschen gewissermaßen so durchorganisiert, besonders anschaulich, wenn man es vom Standpunkt geisteswissenschaftlicher Forschung betrachtet.

*aus: GA 202, Vortrag vom 5. Dezember 1920*

## Zahngesundheit und Geschicklichkeit der Glieder

Ein gut Stück von dem, was bei uns in der Waldorfschule in die Pädagogik hineingezogen ist, das ist neben anderem auf die gesunde Entwicklung des Kindes Wirkenden auch darauf berechnet, die frühe Zahnverderbnis der Menschen, die zu uns in die Waldorfschule gehen, zu verhindern. Denn es ist das Merkwürdige, dass gerade mit Bezug auf diese peripherischen Bedingungen außerordentlich viel abhängt von der richtigen Erziehung im kindlichen Alter. Schade, dass man eigentlich heute nur die Möglichkeit hat, durch die Waldorfschule doch erst in einer Zeit zu wirken, wo es für den eigentlichen prophylaktischen Prozess, den man für die Zahnbildung vornehmen müsste, schon etwas zu spät ist; es müsste schon etwas früher begonnen werden. Aber immerhin, da ja die Zähne nicht auf einmal erscheinen, sondern nach und nach, und der innere Prozess noch lange nachwirkt, so kann auch einiges noch getan werden, wenn man die Kinder eben erst im sechsten oder siebten Jahre bekommt, aber eigentlich durchaus nicht genügend. Denn dasjenige, um was es sich handelt, das ist, dass in einer gewissen Weise das schon ausgeführt werden kann, was ich gesagt habe: Man muss sorgfältig prüfen, wenn der erste Zahn erscheint, wie der ganze Zahnbildungsprozess eigentlich beschaffen ist. Nun natürlich, es wurde mit Recht eingewendet, dass das ja deshalb Schwierigkeiten bietet, weil dieser Zahnbildungsprozess schon vorbereitet ist, weil sich gewissermaßen die Krone nur vorschiebt und schon fertig ist. Das ist richtig, aber man merkt ja nicht allein an den Zähnen selber, wie der Zahnbildungsprozess ist, sondern es handelt sich darum, dass man finden wird, dass, wenn ein Kind im vierten, fünften, sechsten Jahr an Armen und Händen und Beinen und Füßen ungeschickt ist, also nicht leicht zu einer geschickten Handhabung der Arme und Beine, namentlich der Hände und Füße, zu bringen ist, es dann dazu neigt, den Zahnbildungsprozess nicht ordentlich einzureihen. Gerade am Verhalten von Armen und Händen, Beinen und Füßen zeigt sich ganz derselbe Typus, der dann im Zahnbildungsprozess zum Vorschein kommt. Daher wirkt regulierend auf den

Zahnbildungsprozess in hohem Grade dies, dass man die Kinder möglichst früh anleitet, kunstvoll zu laufen, so zu laufen, dass sie dabei ihre Füße kunstvoll bewegen müssen, also im Kiebitzschritt laufen lässt oder dergleichen, sodass sie immer den einen Fuß an den anderen anschlagen, indem sie laufen oder ähnliche kunstvolle Laufschritte ihnen aneignet. Dieses verbunden damit, dass die Finger geschickt gemacht werden, fördert in hohem Grade den Zahnbildungsprozess.

Gehen Sie bei uns in der Waldorfschule in unseren Handarbeitsunterricht, so finden Sie da drinnen, dass die Knaben ebenso stricken und häkeln wie die Mädchen, dass alles gleich gemacht wird von Knaben und Mädchen. Sogar die älteren Knaben machen das noch mit Begeisterung, dass sie stricken. Das geschieht alles nicht aus irgendeiner Schrulle heraus, sondern das geschieht darum, weil die Finger geschickt, gelenkig gemacht werden sollen, weil Seele hineingetrieben werden soll in die Finger. Und treibt man in die Finger Seele hinein, so fördert man vor allen Dingen dasjenige wiederum, was mit dem Zahnbildungsprozess zusammenhängt. Es ist nicht einerlei, ob man ein Kind fortwährend sitzen lässt, wenn es faul ist, oder es anleitet, herumzulaufen; ob man ein Kind ungeschickt sein lässt mit seinen Händen oder ob man es fördert im Geschicktwerden der Hände. Das ist deshalb nicht einerlei, weil später alles das, was man da unterlassen hat, im frühen Zerstören der Zähne zum Vorschein kommt, natürlich bei dem einen mehr, bei dem anderen weniger. Diese Dinge sind individuell, aber sie kommen eben zum Vorschein. Sodass man sagen kann: Gerade je früher man mit einer solchen Disziplinierung des Menschen anfängt, desto mehr beeinflusst man von dieser Seite her das Verlangsamten des Zerstörungsprozesses der Zähne. Es ist so schwer, in alles das, was mit dem Zahnprozess zusammenhängt, irgendwie einzugreifen, dass man schon auf diese Notwendigkeit, scheinbar recht Entferntes zu berücksichtigen, hinschauen muss.

*aus: GA 312, 17. Vortrag vom 6. April 1920*

## Tagungsberichte

### Bericht vom Treffen der Kindergarten-Schulärzte Regionalgruppe Süd am 2. Juli 2016 in Stuttgart

Hauptthema war die Frage von Neueinstufungen von Kindern im Laufe der Schulzeit. Ist es – und wenn ja, aus welchen Gründen – berechtigt, Kinder eine Klasse hinauf- oder hinunterzustufen?

Emmi Husemann stellte zwei Kinder vor, die im Laufe der Unterstufe neu eingestuft wurden. Bei beiden war der Gewinn der Rückstufung in die untere Klasse deutlich. Beide hatten eine Teilleistungsstörung, was aber nicht typisch ist. Gründe für die Rückstufung waren vielmehr, dass die Kinder sich nicht wohlfühlten in der Klasse, sozial ausgegrenzt wurden und unter physischen Symptomen wie Bauchweh und Kopfschmerzen litten. Bei Einem kam eine Schulverweigerung dazu. Da es keine Frage der intellektuellen Fähigkeiten ist, wäre es wichtig, hier ein positives, entwicklungs-gemäßes Wort für „Rückstellung, Rückstufung“ zu finden, denn es geht nicht um einen „Makel“ oder Versagen, sondern um die Not der Kinder. Natürlich sind sie 1–2 Jahre älter als die neue Klasse, vor allem in der körperlichen Entwicklung, aber seelisch passend.

In der folgenden Diskussion wurden Fragen bewegt und von weiteren Beispielen berichtet. Welche Bedürfnisse haben Kinder in der Schule? Worauf muss man achten? Ist das Kind passend in seiner Gruppe? Wie entscheidend ist das Kriterium Glücklich-Sein in einer Klasse? Wie machen die betroffenen Lehrer mit? Sind sie offen für solche Entscheidungen? Falls nicht, in der Klasse nach der Not schauen. Es sollte möglich sein – sowohl eine Klasse hoch- als auch hinunterzustufen. Ein guter Zeitpunkt für diese Frage könnte der Rubikon sein. Hat dieser schon stattgefunden? Manchmal müssen Kinder die Rolle im Sozialen ändern können. Man sieht den richtigen Platz evt. deutlicher als bei der Einschulung. Klassenübergreifende Unterrichtsprojekte könnten helfen, Schicksalsfäden zu bemerken. Es gibt Kinder, die sich Freundschaften in anderen Klassen suchen, in die sie „eigentlich“ gehören.

Im zweiten Teil berichtete Till Reckert von der ESU-1-Auftaktveranstaltung im Landesgesundheitsamt (LGA) und von Gesprächen mit Verantwortlichen aus dem LGA.

Zuletzt wurde auf die Aufgaben geblickt, die übernommen werden müssen in der Koordination der Kindergarten- und Schulärzitarbeit und der Betreuung der ESU-1, da Claudia McKeen im Herbst nach Brasilien geht.

*Till Reckert/Claudia McKeen*

### Ein Werdender sein

Monika Ley (Hrsg.): *Ein Werdender sein.*

Helmut von Kùgelgen – *Ein Kämpfer für die Kindheit.*

Bezug über: [info@waldorferzieherseminar.de](mailto:info@waldorferzieherseminar.de), Spende 10.– €

Englische Ausgabe: [s.howard@iaswece.org](mailto:s.howard@iaswece.org), Spende \$ 14.–



Anlässlich seines 100. Geburtstags in diesem Jahr hat Monika Ley vom Waldorf-Erzieherseminar in Stuttgart ein Buch mit Artikeln von und über Helmut von Kùgelgen zusammengestellt, das an seine Persönlichkeit und seine Lebensimpulse erinnern möchte. Unter dem Titel „Love as the Source of Education“ erscheint es auch in englischer Sprache.

Man begegnet ihm in einem autobiografischen Beitrag mit eindrucksvollen Bildern aus seinem Leben, wie er sie an seinem 80. Geburtstag erzählte. Es folgt eine Auswahl von Artikeln und Beiträgen aus der Erziehungskunst durch die die großen pädagogischen Themen seines Lebens aufscheinen: anthroposophische Menschenkunde als pädagogische Kunst, Religion und sein unermüdlicher Kampf für die Würde und den Schutz des kleinen Kindes, den Kindheits- und Entwicklungskräften.

Man begegnet dem Klassenlehrer, dem Begründer der Internationalen Vereinigung der Waldorfkinderergärten, dem Lehrer in anthroposophischen Ausbildungsstätten, dem Vortragenden, Dichter und Schriftsteller. Am Ende stehen Erinnerungsbilder von Freunden.

*Claudia McKeen*

### Angsthasen, Albträumer und Alltagshelden

Gabriele Pohl: *Angsthasen, Albträumer und Alltagshelden.* Springer Spektrum, Berlin, Heidelberg 2016, 213 Seiten, € 19,99

Kinder haben Angst, junge Menschen haben Angst, und Erwachsene ebenso. Angst zeigt sich in den unterschiedlichsten Facetten. Wie aber wird Angst bewältigt, was macht stark oder resilient gegen Angst?

Mit der vorliegenden Publikation greift Gabriele Pohl ein Thema auf, das – obwohl überall präsent – doch immer wieder verdrängt oder verleugnet wird. Die Autorin zeigt uns auf, auf welche unterschiedlichen Art und Weise Kinder mit ihren Ängsten umgehen und wie sie sie insbesondere im freien Spiel verarbeiten. Sie spricht von Entängstigungsstrategien von Kindern und kennt viele Beispiele dazu. Im Erleben der Natur sieht sie ein Therapeutikum, das das Kind sich selbst finden und Hilfe für die Angstbewältigung fruchtbar werden lässt.



Mit vielen Fallbeispielen führt Gabriele Pohl Leser/innen an die Thematik Angst heran, an ihre Erscheinungsbilder, an Interventionsstrategien, an Angstübertragung usw. Ferner schreibt sie über Aspekte der Selbsthilfe, die Kinder anwenden. Wichtig sei die Rolle der Eltern: Zu schnell wollen sie beschwichtigen. Dabei ist es von größter Bedeutung, dass sie die Ängste des Kindes ernst nehmen und ihm gleichermaßen zutrauen, seine Ängste zu bewältigen. Beim Lesen findet man immer wieder Parallelen zu kindlichem Verhalten, das einem beruflich oder in der Familie in irgendeiner Weise schon einmal begegnet ist. Durch die dargestellten Berichte und Geschichten der Kinder können sich die Leser/innen motiviert fühlen, genauer und sensibel zu beobachten, was Kinder belastet, was sie ängstigt. Wichtige Informationen und einen gut verständlichen theoretischen Hintergrund liefert uns die Autorin mit ihren Einschüben. So entstand ein Lesebuch, ein Fachbuch, ein Sachbuch – alles in einem. Es führt Leser/innen auf den Weg, nicht vorschnell nach Symptomen zu suchen, Zuschreibungen zu machen und durch Etikettierung den Weg zu Lösungen oder Hilfen zu verbauen.

Es wäre zum Wohle unserer Kinder und Jugendlichen, wenn viele Menschen zu diesem Buch greifen würden. Eltern und Pädagog/innen würde es die Augen öffnen, so manche Angst nehmen und zu mehr Verständnis für Kinder führen. Auch für die Ausbildung und Fortbildung aller in der Kinder- und Jugendhilfe tätigen Menschen liefern Gabriele Pohls Ausführungen unverzichtbares Wissen und Unterstützung!

*Ingeborg Becker-Textor*



## An den Leserkreis – aus dem Leserkreis

„We don't need no education ...“

In Deutschland verlassen 53 000 Schüler pro Jahr die Schule ohne Abschluss. In manchen Städten, wie z. B. in Mannheim, sind es fast 10 % aller Schüler. Dem geht meist eine Zeit der Schulabstinenz voraus. Das ist eine soziale Katastrophe, denn die meisten finden in der Folge keinen Arbeitsplatz. Außerdem ist dies ein Faktum, das gesellschaftspolitisch und wirtschaftlich nicht zu verantworten ist.

Andererseits gibt es eine große Anzahl an Menschen, die schulisch gescheitert sind, aber schließlich doch – oft auf interessanten Umwegen – ihren Weg gemacht haben und häufig heute sogar an exponierter Stelle stehen. Was ist passiert?

Irgendwann in ihrer Biografie sind sie auf jemanden gestoßen, der an ihre Fähigkeiten geglaubt hat, der sie ermuntert und unterstützt hat. Sie haben Themen gefunden, für die es sich zu arbeiten, zu lernen, sich zu engagieren lohnte.

Schulverweigerung ist kein Zeichen von mangelnder Intelligenz oder der Anfang einer kriminellen Karriere, häufig sind die Kinder und Jugendlichen in Entwicklungskrisen geraten, aus denen sie aus eigenem Antrieb nicht herausfinden, oder sie haben für sich im heutigen Schulsystem keinen Platz gefunden, fühlten sich dort nicht angesprochen und wollten sich nicht einordnen.

Ein enormes Potenzial an Kreativität und Individualität geht hier womöglich verloren.

Unternehmen beklagen heute zunehmend, dass der Nachwuchs an Arbeitskräften antriebslos, desinteressiert und fantasielos sei. Das sind diejenigen, die sich als Jugendliche irgendwie durchgemogelt und ihre Zeit abgesehen haben, aber eigenverantwortliches Handeln, Begeisterung, Kreativität und Initiative wurden bei ihnen nicht oder kaum gefördert.

Was also könnten wir Besseres tun, als gerade Jugendliche, die Fragen haben, die anspruchsvoll sind, die eigene Ideen haben, die eigenwillig sind und nach neuen, individuelleren Lernformen verlangen, zu fördern? Und was braucht die Zukunft eigentlich dringender als eigensinnige Köpfe?

In Mannheim hat sich eine Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung etabliert, die sich mit diesen Kindern und Jugendlichen auf ganz eigene Weise befasst. Und das mit großem Erfolg: der ZWISCHENRAUM für lebensnahes Lernen, für Individualentwicklung und seelische Gesundung.

Im ZWISCHENRAUM sollen nicht nur bereits schulisch gescheiterte Jugendliche ihre Aufgabe und ihren Platz finden, sondern auch gerade die Jugendlichen, die noch nicht ganz aus dem sozialen Rahmen gefallen sind, können hier rechtzeitig aufgefangen werden.

In einer natur- und lebensnahen Umgebung können sie an der Wirklichkeit lernen. Das schließt die Mitarbeit einmal in der Woche auf dem Bauernhof ebenso ein wie die Restaurierung eines alten Zirkuswagens, der als neues Domizil genutzt werden und Praxistage oder -wochen in selbst gewählten Institutionen oder Betrieben.

Da sich der ZWISCHENRAUM in Mannheim im sog. Waldorfdreieck befindet (drei Waldorfschulen am gleichen Ort) wird der Wechsel auch dann ermöglicht, wenn spontan eine Auszeit aus dem Unterricht angebracht scheint. Für wenige Wochen oder auch nur für eine gewisse Zeit des Tages. Dann kann sich das Kind oder der Jugendliche in dieser Phase eigenen Projekten widmen. Die Einrichtung ist für alle Heranwachsenden offen, nicht nur für Waldorfschüler.

Dass sie durch solche Selbstwirksamkeitserlebnisse den Sinn ihres Daseins und Tuns erfahren, macht der 15-jährige Jakob deutlich: „Ich muss da (in den Zwischenraum, A.d.V.) jetzt hin, sonst werden wir mit der Arbeit nicht fertig.“ Jakob hat, bevor er in den Zwischenraum kam, monatelang die Schule verweigert, konnte morgens nicht aufstehen und blieb stundenlang antriebslos im Bett liegen. Seit er im ZWISCHENRAUM ist, nimmt sogar einen morgendlichen Anfahrtsweg von einer Stunde in Kauf, weil er zum ersten Mal erlebt, dass es auf ihn ankommt, dass er gebraucht wird und etwas kann.

Sowie Jakob können alle Kinder im ZWISCHENRAUM neue Fähigkeiten entdecken und die ihnen gemäße Lebensperspektive entwickeln. Leitgedanken sind dabei das Lernen in und an der Natur und das Lernen am Vorbild des tätigen Erwachsenen. Der Pädagoge, der jedem Kind zugeordnet ist, spielt eine eminent wichtige Rolle, nicht nur als Vorbild, sondern auch als zuverlässiger und verständnisvoller Wegbegleiter.

Die Arbeit und das Lernen finden projektorientiert und individuell statt in den Bereichen Kultur (Kunst und Handwerk, wie beispielsweise Theater, Musik, Fotografie, Schreibern, Buchbinden) und Natur (Gärtnern,

Landwirtschaft, Erlebnispädagogik). Der ZWISCHENRAUM kooperiert mit verschiedenen Betrieben im nahen und weiteren Umfeld der Einrichtung und mit Menschen, die die notwendigen Fachkenntnisse für die erwähnten Bereiche haben.

Im Mittelpunkt steht die individuelle Entwicklung. Hierzu gehört, dass der Heranwachsende an eigenen Projekten und Themen arbeitet, wofür ihm Zeit, Raum und Unterstützung zur Verfügung gestellt wird. So kann er sein eigenes Lebensthema suchen und ihm kann geholfen werden, sich an selbst gesetzten Zielen weiterzuentwickeln und Kompetenzen über eigene Erfahrungen zu erlangen.

Außerdem gibt es gemeinsame Projekte, wie beispielsweise ein mehrwöchiges Arbeiten mit einem Künstler oder einem Handwerker ebenso erlebnispädagogische Angebote. Geplant ist ein eigener handwerklicher Betrieb und/oder ein Café. Hier ergeben sich viele individuelle Lern- und Arbeitsfelder, sodass jeder Heranwachsende Tätigkeiten finden kann, die seinen Neigungen, Interessen und Fähigkeiten entsprechen. Die Räumlichkeiten dafür gibt es schon.

Voneinander und miteinander lernen, gemeinsam arbeiten und feiern: Auch junge Menschen mit Behinderungen gehören selbstverständlich mit dazu. Soziale Projekte verbinden mit der Welt „draußen“. In Planung ist beispielweise gerade ein Projekt, das alte Menschen mit Kindern und Jugendlichen zusammenführt.

Im besten Falle ist die Arbeit des ZWISCHENRAUMS präventiv, das heißt, es kann rechtzeitig vor einsetzender Resignation, vor dem Abdriften in Sucht und Delinquenz gehandelt werden. So können die Heranwachsenden nicht nur vor dem Schulabbruch bewahrt werden, sondern auch echte Lebensperspektiven entwickeln.

Oft aber kommen Hilfsangebote, die nachhaltig wirksam wären, zu spät (nicht weil es die Angebote nicht gäbe, aber die finanziellen Mittel werden nicht bereitgestellt).

Hier sind neben staatlichen Institutionen auch Unternehmen aufgerufen, Unterstützung zu leisten. Letzten Endes wäre nicht nur den jungen Menschen geholfen, sondern es könnten auch enorme Kosten eingespart werden, weil kostspielige Heim- oder Psychiatrieaufenthalte vermieden werden und langfristig der drohenden Arbeitslosigkeit dieser jungen Menschen entgegengewirkt wird.

*Gabriele Pohl*

## Aktuelle Informationen

### Mikroplastik in Kosmetikprodukten – die unsichtbare Gefahr!

Das Meer ist heute einer Vielzahl von Bedrohungen ausgesetzt, eine davon ist die Verschmutzung durch Plastikmüll. Kunststoff findet sich in unterschiedlichsten Formen, Farben und Größen. Je kleiner das Plastik ist, desto größer ist die Anzahl der betroffenen Tiere, die sie mit ihrer Nahrung aufnehmen. Als Mikroplastik werden Plastikteilchen bezeichnet, die kleiner als fünf Millimeter ist.

#### Wo kommt Mikroplastik her?

Man unterscheidet zwischen primärem und sekundärem Mikroplastik. Zum primären Mikroplastik gehören sogenannte Basispellets, das Grundmaterial für die Plastikproduktion sowie der in der Kosmetikindustrie verwendete Kunststoff. Sekundäres Mikroplastik hingegen entsteht beim Zerfall größerer Kunststoffteile im Verwitterungsprozess, durch Wellenbewegung und Sonneneinstrahlung.

Gemeinsam ist beiden Formen, dass sie über Jahrzehnte im Meer verbleiben und mit den Strömungen in alle Meeren gelangen.

#### Mikroplastik in Kosmetik

Kunststoffe werden in einer Vielzahl von Kosmetikprodukten verwendet, unter anderem als Schleifmittel, Bindemittel, Füllmittel und Filmbildner. Zum einen pulverisiert oder als Granulat, wenn reinigende Funktionen angestrebt werden, zum Beispiel das Glätten oder Abtragen einer Hautschicht (Peeling). Zum anderen in Form von Dispersionen, wenn Kunststoff als Zusatzstoff eingesetzt wird, wie in Shampoo- und Badezusatzprodukten. Hier ist der Kunststoff fein verteilt in einem flüssigen Medium und dient als Füllstoff, Bindemittel und Filmbildner. Das Mikroplastik gelangt dann durch das Abwasser in die lokalen Kläranlagen. Diese können es meist nicht ausreichend herausfiltern, und es gelangt so in die Umwelt und unsere Gewässer. Für VerbraucherInnen ist es schwierig bis nahezu unmöglich, herauszufinden, in welcher Form und Größe der Kunststoff in dem Produkt vorliegt, da es leider keinerlei Transparenz durch Kennzeichnungen gibt. Allerdings ist es sicherlich kleiner als fünf Millimeter und damit Mikroplastik.

## Ein ökologisches Desaster!

Mikroplastik findet sich in allen Tiefen des Meeres. Es wurde zum Beispiel bereits in Kleinstlebewesen (Zooplankton), Muscheln, Würmern, Fischen und Seevögeln gefunden. Leichtes Mikroplastik schwimmt zum Großteil an der Meeresoberfläche und wird hier von Kleinstlebewesen aufgenommen, die eine wichtige Nahrungsquelle für Fische darstellen. Von Fischen und Muscheln ernähren sich Meeres-säuger, Vögel und wir Menschen.

Plastik wirkt in der Umwelt wie ein „Magnet“ für Schadstoffe, die Schadstoffkonzentration am Mikroplastik ist oft hundertmal höher als im Meerwasser. Dies geschieht aufgrund der physikalischen und chemischen Eigenschaften des Kunststoffes. Zum anderen enthält der Kunststoff bereits Chemikalien, die während der Produktion hinzugefügt wurden. Wenn Tiere diese Mikroplastikpartikel fressen, nehmen sie dann auch die Schadstoffe mit auf.

Der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e. V. (BUND) setzt sich für ein Verbot von Mikroplastik und anderen Kunststoffformen in Kosmetikartikeln ein und bittet Sie um Ihre Hilfe: Verzicht auf Plastik- und Mikroplastikprodukte und nutzen Sie Alternativen!

### Der BUND-Einkaufsratgeber

Im BUND-Mikroplastik-Einkaufsratgeber finden Sie Produkte, deren Inhaltsstoffe einen oder mehrere der beschriebenen Kunststoffe enthalten. Oft ist es nur schwer zu erkennen, ob ein Produkt Mikroplastik enthält. Der BUND hat daher den Einkaufsführer erstellt. In der Tabelle sehen Sie, nach welchen Stoffen wir gesucht haben.

Sie haben einen Kosmetikartikel entdeckt, der Mikroplastik enthält, aber nicht auf unserer Produktliste zu finden ist? Auf [www.bund.net/mikroplastik](http://www.bund.net/mikroplastik) können Sie uns Ergänzungen für die Produktliste melden.

### Teilerfolg gegen Mikroplastik

Der Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel e. V. hat erklärt, dass er seinen Mitgliedern empfehlen werde, Mikroplastik aus Kosmetika zu entfernen. Außerdem haben sich viele Hersteller direkt bei uns gemeldet und den Ausstieg aus Mikroplastik angekündigt.

Auf [www.bund.net/mikroplastik](http://www.bund.net/mikroplastik) können Sie sehen, welche Unternehmen dies sind. Wir werden die Ankündigungen natürlich überprüfen und im Bedarfsfall die Unternehmen an ihre Zusagen erinnern. Hoffentlich werden ihnen viele weitere folgen! Die Produkte werden

allerdings solange, wie sie im Handel verkauft werden, weiterhin in unserem Mikroplastik-Einkaufsratgeber gelistet!

Die häufigsten Kunststoffe in Kosmetika und ihre Abkürzungen:

Polyethylen	PE
Polypropylen	PP
Polyethylenterephthalat	PET
Nylon-12	Nylon-12
Nylon-6	Nylon-6
Polyurethan	PUR
Ethylen-Vinylacetat-Copolymere	EVA
Acrylates Copolymer	AC
Acrylates Crosspolymer	ACS
Polyquaternium-7	P-7

*McK*

## 800 Tonnen Antibiotika

Jährlich verordnen Ärzte deutschlandweit rund 800 Tonnen Antibiotika. In der Tiermedizin sind es jährlich 1238 Tonnen. Im Jahr 2014 gab es laut Wissenschaftlichem Institut der AOK in der Humanmedizin 45 Millionen Verordnungen und 448 Millionen Tagesdosen, 85% davon im ambulanten Bereich. So der Bericht über die Entwicklung des Antibiotikaverbrauchs und die Verbreitung von Antibiotikaresistenzen in der Human- und Veterinärmedizin in Deutschland.

*GERMAP 2015 / McK*

## Antibiotika und chronische Sinusitis

Bei Patienten mit chronischer Nasennebenhöhlen-Entzündung ist die Vielfältigkeit der mikrobiellen Besiedlung der Schleimhaut reduziert. Jede Antibiotikaeinnahme, egal aufgrund welcher Indikation, kann dieses Gleichgewicht stören – und so die Manifestation einer chronischen Sinusitis begünstigen. In einer Fall-Kontroll-Studie mit 1162 Patienten konnte ein eindeutiger Zusammenhang zwischen vorausgegangener Antibiotikaeinnahme und der Manifestation einer chronischen Rhinosinusitis festgestellt werden.

*Laryngoscope online, 23. August 2016 / McK*

## Tagungsankündigungen

### Kindergarten- und Schulärzte-Treffen der Regionalgruppe Süd

Samstag, 3. Dezember 2016, 10.30–15 Uhr  
Waldorferzieherseminar Stuttgart, Heubergstraße 11

Ein wesentliches Thema wird dieses Mal sein mit Vertretern des Landesgesundheitsamtes über unsere Waldorf-ESU zu sprechen. Es wäre gut, wenn möglichst viele ESU-Ärzte sich beteiligen könnten, da es möglicherweise auch über die Frage der weiteren Fortführung gehen wird.

Weitere inhaltliche Themen werden im Einladungsschreiben genannt, das bald versendet werden soll.

Anmeldung und Informationen bei Barbara Zaar:  
E-Mail: [Barbara\\_Zaar@gmx.de](mailto:Barbara_Zaar@gmx.de)

---

PRO KID 

### Der Wille und seine Störungen im Kindes- und Jugendalter

22. Fachtagung zur anthroposophischen Kinder- und  
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie  
Freitag/Samstag, 10./11. März 2017  
in der Blote-Vogel-Schule in Witten-Annen

**Freitag, 10. März, 14 Uhr, bis Samstag, 11. März 2017**

- Wille und motorischer Nerv (*Siegward Elsas*)
- Rhythmische Erfrischungen (*Ulrike Ronnefeldt*)
- Anstrengungsverweigerung (*Bettina Bonus*)
- Zur spirituellen Dimension des Willens. Prinzipien der Heilung im Neuen Testament (*Peter Matthiessen*)

- Falldarstellungen (*Uwe Momsen*)
- Impulsivität – der überschießende Wille (*Arne Schmidt*)
- Rhythmische Erfrischungen (*Ulrike Ronnefeldt*)
- Willensschulung in der Schule (*Rüdiger Reichle*)
- Suchterkrankungen als Willensstörung (*Reinhard Kaul*)
- Psychose/Depression als Willensstörung (*Wolfgang Reißmann*)
- Wille, Rhythmus, Melodie: Musiktherapie (*Lutz Neugebauer*)
- Willensschulung (*Michael Meusers*)

### **Information und Anmeldung**

Pro Kid e. V., Petra Müller, Weg zum Poethen 69, 58313 Herdecke  
 Tel. 02330 - 809 30 70, Fax 02330 - 809 19 86 | [www.prokid-herdecke.de](http://www.prokid-herdecke.de)  
 Teilnahmebeitrag incl. Mittag- und Abendessen: € 140  
 Frühbucherpreis bis 10. Februar 2017: € 110

*Michael Meusers*

*Uwe Momsen*

*Arne Schmidt*

### **Arbeitsgruppen**

1. Anstrengungsverweigerung (*Bettina Bonus*)
2. Plastizieren/Malen (*Christiane Uffmann*)
3. Sprachgestaltung (*Helge Vögler*)
4. Musiktherapie (*Lutz Neugebauer*)
5. Gesprächsgruppe zum Tagungsthema  
(*Michael Meusers, Uwe Momsen, Arne Schmidt*)
6. Meditation als Willensübung (*Anke von Meding*)
7. Exposition zum eigenen Beobachten (*David Hornemann von Laer*)
8. Spielerische Wahrnehmungsübungen im Kontext von Musik  
und Bewegung (*Ulrike Ronnefeldt*)
9. Willensschulung aus Sicht des Lehrers am Beispiel des unbewussten  
und vollbewussten Wiederholens (*Rüdiger Reichle*)
10. Heileurythmie (*Ilona Wedde-Jung*)



# Medizinisch-Pädagogische Konferenz

Rundbrief für Ärzte, Erzieher, Lehrer, Eltern und Therapeuten

## Bestellschein

Bitte senden an: Eveline Staub Hug, Ehrenhalde 1, 70192 Stuttgart  
oder per E-Mail: [med-paed-konferenz@gmx.net](mailto:med-paed-konferenz@gmx.net)

Ich/Wir bestelle(n) die Medizinisch-Pädagogische Konferenz zu € 4.– pro Heft zzgl. Versandkosten. Rechnungstellung jeweils im August für ein Jahr im Voraus.

Bitte liefern Sie jeweils ..... Exemplar(e) ab Heft ..... an folgende Adresse:

Vorname ..... Name .....

Straße, Hausnummer .....

Postleitzahl/Ort .....

E-Mail .....

Tel. .... Beruf .....

Datum ..... Unterschrift .....

✂ - - - - -

## Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige(n) ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen für die „Medizinisch-Pädagogische Konferenz“ 4 Hefte pro Jahr zu je € 4.– zzgl. Versandkosten bei Fälligkeit von

IBAN .....

BIC/Bank .....

durch Lastschrift einzuziehen.

Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kotoführenden Kreditinstituts (s. o.) keine Verpflichtung zur Einlösung.

.....  
(Ort) (Datum) (Unterschrift)

.....  
(genaue Anschrift)

## Anschriften der Verfasser

*Ingeborg Becker-Textor*

Fichtestraße 14a, 97074 Würzburg  
Diplom-Pädagogin

*Mareike Kaiser*

Zinzendorfsgasse 23/5, 8010 Graz, Österreich  
Heileurythmistin

*Dr. Bernd Kalwitz*

Ohlstedter Straße 11, 22949 Ammersbek  
Leiter des Vogthofes, Schularzt der Rudolf-Steiner-Schule  
in den Walddörfern in Hamburg-Bergstedt

*Gabriele Pohl*

Waldparkstrasse 32, 68163 Mannheim  
Kindertherapeutin

*Dr. Till Reckert*

Lederstraße 118, 72764 Reutlingen  
Kinder- und Jugendarzt

*Dr. phil. Annette Robert*

Im Schwarzwäldele 15, 77654 Offenburg  
[www.presselmassage.info](http://www.presselmassage.info)  
Masseurin, Dozentin

*Oswald Sander*

Gähkopf 2, 70192 Stuttgart  
Waldorf-Lehrer

*Petra Maria Stemplinger*

Minzestraße 13, 84036 Kumhausen  
Kinderpsychiaterin/Schulärztin  
an der Waldorfschule Regensburg

## Termine

20.–25. November 2016	Bad Boll	Chirophonetik **
3. Dezember 2016	Stuttgart	Treffen der Kindergarten- und Schulärzte, Regionalgruppe Süd *
15.–19. Februar 2017	Marolds- weisach	Meditationswoche für Ärzte und Medizinstudenten **
10./11. März 2017	Witten	22. Fachtagung zur anthroposophischen Kinder- und Jugendpsychiatrie „Der Wille und seine Störungen im Kindes- und Jugendalter“ *

\* Programm im Innenteil „Tagungsankündigungen“

\*\* Programm siehe Medizinisch-Pädagogische Konferenz 78/2016