

Medizinisch- Pädagogische Konferenz

Rundbrief für medizinisch, pädagogisch und
therapeutisch Tätige und interessierte Eltern



Heft 97 | November 2021

Impressum

Redaktion

Birgit Krohmer, Medizinisch-Pädagogische Konferenz
Heubergstraße 18, 70188 Stuttgart
mpk@waldorfschule.de

Lektorat: Stefan Weidenfeld

Dieser Rundbrief wird viermal im Jahr vom Bund der Freien Waldorfschulen,
Wagenburgstr. 6, 70184 Stuttgart, herausgegeben.

Autor:innen sind für den Inhalt des eigenen Beitrags selbst verantwortlich.
Nachdruck einzelner Artikel nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung
der Redaktion; drei Belegexemplare werden erbeten.
Wir freuen uns über Artikel, Tagungsberichte und Zuschriften.
Redaktionsschluss für die kommende Ausgabe: 10. Januar 2022

Abonnentenservice und Anzeigen

Bund der Freien Waldorfschulen e.V.
Britta Strähle, Wagenburgstr. 6, 70184 Stuttgart
mpk-abo@waldorfschule.de

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

Der Kostenbeitrag pro Heft beträgt € 5,- zzgl. Versandkosten, je nach Land,
und wird per Bankeinzug jährlich im Voraus abgebucht.
Bei Bestellung von Einzelheften bitte den Versandpreis per Mail erfragen.

Titelbild: Daniel Moreau

Birgit Krohmer Editorial	5
Sibylle Alberti-Enneking Hochsensible Kinder – und wir mit ihnen	8
Jos Meereboer Leben mit Autismus – Eine besondere Art des Daseins	30
Dr. Thomas Külken Das Brot und seine Materie	43
Steiner lesen Über das Wesen des Christlichen	61
Buchbesprechungen	
Sabine Deimann Elementare Eurythmie im Kindergarten	66
Ferdinand Klein Bewegung, Spiel und Rhythmik	69
Frank Linde Waldorfpädagogik und Anthroposophie	70
Kirsten Schreiber Familien-Stressmanagement, Ein Hand- und Bilderbuch für den Alltag	74
Tagungsberichte	
Ingrid Weidenfeld Bericht über die Handgestentagung spezial	76
83	

Liebe Leserinnen und Leser,

*Aber daran wird er merken,
dass es ein übersinnliches Wesen ist,
dass es sogleich verschwindet.¹*

Der Maler Daniel Moreau hat auf meine Bitte um Titelbilder für die Medizinisch-Pädagogische Konferenz eine Auswahl gesendet. Alle haben keine Titel oder Bildunterschriften, denn diese entstehen im Betrachter, in der Zwiesprache mit dem Bild.

Das für dieses Heft ausgewählte Bild sprach mich an, weil es nicht festgefügt, klar umrissen oder abgezirkelt ist. Die Augen können wandern – wie in einer Landschaft. So kann auch eine lasierte Wand Durchlässigkeit zeigen, und manches Kind legt sich an einer ganz bestimmten Stelle zur Ruhe, um einen Ausschnitt zu betrachten, der für es belebt, bewohnt zu sein scheint oder eine Geschichte erzählt.

Sowohl das Nass-in-nass-Malen wie auch das Lasieren und das Schraffieren beim Zeichnen haben die Besonderheit, dass das Auge zwischen Bild und Landschaft oder dem Gegenstand, der abgebildet wird, wandern kann. So erzieht sich das Auge im Immer-wieder-neu-Betrachten, und es gibt keine Fehler, sondern es kann alles im Ganzen nachgearbeitet und in ein neues Verhältnis gebracht werden.

In diesem Zusammenhang fiel mir die Frage einer Seminaristin ein: Sie habe jetzt seit fast 30 Jahren meditiert, um ihren Engel zu sehen, und nichts habe sich getan. Als Kind „wusste“ ich, dass ich meinen Schutzengel niemals sehen kann, weil er mir auf Schritt und Tritt folgt und seine Flügel von hinten über mich breitet. Wenn wir eine Vorstellung haben, wie der Engel auszusehen oder zu erscheinen hat, ist er vielleicht bereits fixiert, bevor er sich zeigen kann. Sich kein Bildnis zu machen könnte eine Bedeutung auch jenseits der Gebote haben. Vor-urteilslos oder ohne Vor-Stellungen wäre eine Wegbeschreibung zu eigener Wahrnehmung. Abbildungen weniger

¹ Rudolf Steiner, Das esoterische Christentum und die geistige Führung der Menschheit, Basel, 1.10.1911, GA 130.

inspirierter Künstler können einen Weg zu den Hierarchien ebenso verstellen wie eine Gartenzwerggesellschaft im Schrebergarten nicht unbedingt dabei hilft, den tätigen Helfern zu begegnen. Aus Urbildern sind Abbildungen oder verkaufbare, barocke Kitschteile geworden – das gilt auch für die Engelinflation, die überall wohlfeil ist. Die beiden Engelchen der sixtinischen Madonna sind weltweit der am häufigsten verwendete Werbeträger.

Als Pädagog:innen, Therapeut:innen und Ärzt:innen gilt es jedem Gegenüber immer wieder neu schauend zu begegnen. Und dennoch wird die Erinnerung mitgenommen und Veränderung dadurch erst bemerkbar.

Gerade in einer Zeit der verfestigten Positionen, in der viele die eigene Meinung für die einzig richtige halten, wäre es vielleicht gesund, einmal wieder zu malen und nicht „comic- oder holzschnittartig“ zu zeichnen. Dabei ist der Prozess des Schaffens wichtig, nicht das hinterher erreichte Ergebnis.

Da Tagungen ausgefallen und viele Vorträge Online abrufbar sind und es auch ökologisch nicht richtig erscheint, ein Reprint-Heft gesammelter, bereits veröffentlichter Werke zu drucken, haben wir uns gegen ein Augustheft entschieden.

Umso mehr freuen wir uns, dass jetzt ein Bogen gespannt werden kann:

- von hochsensiblen Kindern, bei denen wieder die Kinderzeichnungen die Kinder direkt aussprechen lassen, wie es ihnen geht
- zum Autismus mit einfühlsamer und somit nacherlebbarer Beschreibung dieser besonderen Begegnung mit der Welt und den Menschen
- zum Brot und seiner Materie.

Zwei der Buchbesprechungen haben den Bewegungsmenschen im Blick, die Eurythmie im Kindergarten und Bewegung, Spiel und Rhythmik in der inklusiven Kitapaxis.

Frank Linde berührt mit dem Thema „Waldorfpädagogik und Anthroposophie“ ein so grundlegendes Thema wie das tägliche Brot

aller in diesem Sinne Erziehenden. Und mit dem Familien-Stressmanagement sind Eltern angesprochen, auch als die Vorbilder, weil unsere Kinder von uns lernen.

Und seit langem es gibt wieder einmal einen Tagungsbericht!
Ich wünsche Ihnen ein anregendes Lesevergnügen.

Birgit Krohmer

Hochsensible Kinder – und wir mit ihnen (Teil 1)

SIBYLLE ALBERTI-ENNEKING

Eine Annäherung an das Phänomen der Hochsensibilität allgemein, dann vor allem mit dem Blick auf das Kind. Wie kann Hochsensibilität von Phänomenen abgegrenzt werden, die sich ähnlich zeigen? Wie können wir uns ein Verständnis für hochsensible Kinder aneignen? Worauf weisen sie uns hin? ¹

Der hochsensible Mensch, HSP, „the highly sensitive person“, wurde erstmals 1996 von der US-amerikanischen Psychologin Dr. Elaine N. Aron beschrieben. Die Charakteristika sind in einem Akronym zusammengefasst: D. O. E. S.

- D steht für Depth Overstimulated – Tiefe der Informationsverarbeitung als Voraussetzung für alles andere.
- O steht für Easily Overstimulated – leichtes Überstimuliert- oder Überreiztsein; der optimale Grad an Anregung ist schneller erreicht, insbesondere als Folge des ersten Merkmals.
- E steht für Emotional Reactivity and High Empathy – emotionale Berührbarkeit; Hochsensible zeigen stärkere Gefühlsreaktionen auf positive und auf negative Reize.
- S steht für Sensitivity to Subtile Stimuli – Wahrnehmung (auch) von subtilen Reizen: Bewusstsein und Wahrnehmung von Feinheiten. ²

Gesamtgesellschaftlich betrachtet, zählen 80 bis 85 Prozent der Menschen als etwas mehr und etwas weniger empfindlich und 15 bis

¹ Der Artikel ist ein Auszug aus der Abschlussarbeit der Autorin am Rudolf Steiner Institut für Sozialpädagogik, Kassel, Mai 2021.

² vgl. Petra Tomschi: Das Vielfühler Buch – Hochsensibilität, 2019, S. 17.

20 Prozent als entschieden empfindlicher. Es handelt sich um zwei verschiedene Wahrnehmungsformen, die sich von Geburt an zeigen. Die Abkürzung HSP könnte dazu verleiten zu meinen, dass Hochsensibilität pathologisch wäre. Dem ist aber nicht so, denn bei der Hochsensibilität handelt es sich um eine Wesensart, welche zeitlos und weltumspannend ist und bei der es ausdrücklich nicht um einen besonders sensiblen Umgang mit den eigenen Gefühlen geht. Diese Wesensart soll im folgenden in den Mittelpunkt gerückt werden, ohne sie zu verherrlichen.

Wirft man zuerst einmal einen forschenden Blick auf das Tierreich, so zeigt sich bei mehr als 100 Tierarten diese oben genannte Zweiteilung und zwar im selben Verhältnis wie unter den Menschen: Unter den einzelnen Tierarten gibt es eine Minderheit, die aufmerksamer, vorsichtig, verantwortlich reagiert und agiert, und eine Mehrheit, die sorgloser, wagemutiger, spontaner und neugieriger lebt.³ Dieses Phänomen zeigt sich besonders in Gefahrensituationen, in denen die aufmerksame Wachheit einzelner Tiere den anderen zugute kommt, indem diese gewarnt werden. In Thailand brüllten einzelne Elefanten und suchten als Herde rettenden Schutz im Landesinnern, bevor der verheerende Tsunami 2014 ausbrach und alles in Kürze verwüstete. Als diese Elefanten gezielt losliefen, hielten sich die Menschen sorglos an den Stränden auf.⁴

Aber auch in unseren Wäldern sind es die hochsensiblen Tiere unter ihren Artgenossen, die Nahrungsquellen rechtzeitig aufspüren, vor möglichen Gefahren warnen und rechtzeitig den Rückzug antreten oder den Impuls geben, um sich in die Winterquartiere zurückzuziehen.

Die Quote von 80 : 20 scheint optimal zu sein. Beide Strategien haben ihre Vorzüge und auch Nachteile, es hängt von der Situation ab, welche wann die günstigere ist.⁵

³ vgl. Petra Tomschi, S. 35.

⁴ vgl. Jutta Böttcher u. a., Fachbuch Hochsensibilität, 2018, S. 21.

⁵ Petra Tomschi, S. 35.

Das gilt offensichtlich bei Menschen und Tieren gleichermaßen. Diese Sichtweise, dass nämlich beides zusammengehört, sich gegenseitig bereichert und eine gute Mischung ergibt, liefert den Ansatz gegenüber möglichem Unmut, das eine oder andere könnte wichtiger oder besser sein. Die Hochsensiblen in ihrer vorsichtigen, bedächtigen, abwartenden, abwägenden und abspürenden Art profitieren von der Gemeinschaft mit den anderen, die spontan, entscheidungsstark, flexibel und risikobereit sind, und umgekehrt. Man nennt das auch Polaritätsprinzip, aus dem ein soziales Miteinander hervorgehen kann, das vom Interesse aneinander und von beidseitiger Wertschätzung geprägt ist.

Bereits Anfang des letzten Jahrhunderts befasste sich Iwan Pawlow mit der objektiven Messbarkeit von Empfindlichkeit. Aus seinen Forschungen zur transmarginalen Hemmung (= Schutzreaktion des Organismus vor Überreizung) schlussfolgerte er, dass es zwei Gruppen von Menschen gibt, die sich qualitativ unterscheiden in Bezug auf ihr Nervensystem und die damit einhergehenden Wahrnehmungs- und Verarbeitungsweise.⁶

Man wird dem hochsensiblen Menschen (HSP) nicht gerecht, wenn er allein auf seine Reizempfindlichkeit reduziert wird. Hochsensible Menschen nehmen mehr Eindrücke auf und verarbeiten diese gründlicher.⁷

Detaillierter, tiefer, umfassender: Viele Informationen und Eindrücke, die allein durch ihre Lebensart von einer Mehrheit unbeachtet bleiben, stehen den HSP zur Verfügung und werden in Beziehung gesetzt. Ihre feine Wahrnehmungsfähigkeit und ihre erhöhte und zugleich nuancierte Empfindlichkeit beruht einerseits auf schwächeren Filtern verbunden mit einem erheblich empfindsameren Nervensystem.⁸ Hochsensible riechen und schmecken differenziert mit entsprechenden Vorlieben und Abneigungen. Sie lüften Räume ausgiebig

⁶ vgl. ebd. S. 34.

⁷ Georg Parlow: Zartbesaitet, 2003, S. 14.

⁸ vgl. ebd. S. 14.

und halten sich gern draußen in der Natur auf. Sie hören Feinheiten von Tönen, Klängen und Stimmen, ebenso unterschwellige leise Geräusche. Dasselbe gilt für Farben, Formen, Kompositionen in der persönlichen Umgebung wie in der Kunst, bei Architektur, Mode und Schmuck. Sie können mit ihren eigenen Händen gefühlvoll und geschickt umgehen. Für Schmerz haben sie eine höhere Empfindlichkeit, ebenso für Hitze- und Kälteeinwirkungen.

Das Kommende vorausahnen, Krisen standhalten

Mit ihrer schwächeren Filterung und ihrer gesteigerten Wahrnehmung von Nuancen verbindet sich bei Hochsensiblen eine vorausschauende Einbeziehung der Konsequenzen einer Begebenheit, denn sie ahnen das Kommende voraus, nicht zuletzt wegen ihrer gründlichen Beobachtung im Vorfeld. Von einer hereinbrechenden Krise sind sie deswegen meist weniger überrascht und halten ihr bestmöglich stand. Sie stellen sich intensiv auf Situationen ein und identifizieren sich mit einem Thema. In alledem äußert sich das für Hochsensible charakteristische Bedürfnis, Eindrücke gründlich zu verarbeiten und zu befragen. Das kann eine Überforderung darstellen besonders dann, wenn Zeitdruck entsteht.

Dieses vernetzte Denken kann sowohl

- zeitlich-ursächlich sein (die Verbindung von Vergangenheit und Zukunft),

- inhaltlich (inwieweit betrifft das andere Bereiche oder Personen), als auch

- assoziativ (was hängt noch damit zusammen).⁹

Das bedeutet, dass Hochsensible bestrebt sind, Zusammenhänge zu erfassen und den Sinn dahinter zu ergründen. Auch in ihrer beruflichen Tätigkeit suchen sie diesen und sind bereit, Verantwortung verlässlich zu übernehmen. Oft haben sie einen ethisch-moralischen

⁹ Georg Parlow, S. 37.

Anspruch und sind nicht karriereorientiert. Ebenso orientieren sie sich nicht am finanziellen Verdienst als ausschlaggebendes Kriterium. Ausgleichend für den hohen beruflichen Einsatz legen HSP großen Wert auf eine Privatsphäre. Sie können Zeit gut mit sich allein verbringen und erholen sich nur durch Rückzug in ruhigere Gewässer. Sie pflegen wenige, aber langjährige Freundschaften. An gemeinschaftlich-spektakulären Veranstaltungen nehmen sie nur ungern teil, weil sie sich schnell daran erschöpfen. Dies macht sie notgedrungen zu Außenseitern. Insgesamt aber finden sie eine Akzeptanz oder gar stille Wertschätzung, weil sie als hilfsbereit, einfühlsam, sanftmütig, mitfühlend und vor allem als gute Zuhörer:innen und Gesprächspartner:innen gelten. Denn Hochsensible nehmen Gefühle und Stimmungen in der beschriebenen Intensität nicht nur bei sich, sondern ebenso beim anderen wahr. Weil sie spüren, was der andere gerade braucht, treffen sie auf Sympathie. Ihre Nähe wirkt tröstlich. Sie spüren, was ihr eigenes Verhalten im anderen Menschen bewirkt und reflektieren es spontan und nachhaltig.

Hochsensible leben häufig mit dem Phänomen der Gleichzeitigkeit. Sie hören das Rascheln des Papiers, das Kratzen der Feder des Füllers, die Schritte auf der Treppe, das Knarzen der Dielen im Obergeschoss, die Motorsäge in der Ferne, den Ruf des Reiher im Vorüberflug, das Rauschen des Windes in den Lärchen, das entfernte Bellen eines Hundes, während sie tätig sind. Damit gleichen Hochsensible dem aufmerksam lauschenden Reh im Getreidefeld. Sie sind es auch, die im Wald den Uhu entdecken, der regungslos im hohen Baum sitzt. Das Gefühl von Gleichzeitigkeit stellt sich genauso über große biographische Zeiträume ein und ist verbunden mit einem ausgeprägten und zugleich bildhaften Erinnerungsvermögen bis in die früheste Kindheit. Spontane Entscheidungen oder Antworten auf Fragen fallen HSP nicht leicht. Stattdessen wägen sie vorab sorgfältig ab und fassen Entschlüsse, die langfristig tragbar sind. Sie fragen sich, welchen tieferen Sinn diese oder jene Entscheidung in ihrem Leben haben könnte. Ein solch gründliches Hinterfragen dient

der Entscheidungskraft, entweder etwas aus Überzeugung zu tun, zu beenden oder zu integrieren.

Aufgrund ihrer für nicht hochempfindliche Menschen oft geradezu „übersinnlich“ anmutenden Detailwahrnehmung ist Intuition für viele hochsensible Menschen ein Sinnestor wie Auge und Ohr. Deshalb finden sich unter ihnen Musiker:innen, Dichter:innen, Schriftsteller:innen, Künstler:innen und Naturliebhaber:innen, jedoch nicht ausschließlich. Sie alle erhalten sich meist einen spielerischen Umgang „im Raum dazwischen.“

Im Berufsalltag gelten die hochsensiblen Kollegen und Kolleginnen als diejenigen mit den kreativen und oft überraschenden unkonventionellen Ideen – nicht selten in Verbindung mit einem Feinsinn für Humor. Ihre bildhafte Vorstellungskraft bezieht sich kausal auch auf zukünftige Entwicklungen im sozialen und kollegialen Miteinander.

Jede Situation, jede Handlung ist für die meisten der Hochsensiblen untrennbar mit potenziellen Zukünften verbunden. Bei vielen Dingen ist es offensichtlich, und ohne auch nur die geringste Anstrengung unternehmen zu müssen, sehen sie die wahrscheinlichsten Entwicklungen aus einer Situation, so als wären sie bereits Teil davon. (...) Dahinter verbirgt sich eine der gesellschaftlichen Funktionen der HSP.¹⁰

In früheren Kulturen der Menschheit wurden „die Bedächtigen und Feinfühligten respektiert und geschützt (...) Ihre Werte dienten als gesellschaftliche Leitbilder, für ihre besonderen Bedürfnisse wurde gesorgt, und kaum ein Herrscher traf Entscheidungen, ohne sie um Rat zu fragen. Heute lebt davon nur noch ein schwacher Widerstreben.“¹¹ Die germanische Seherin Valeda mag vielleicht solch ein Kind gewesen sein.

¹⁰ Georg Parlow, S. 35–36

¹¹ Georg Parlow, S. 68.

Hochsensible Erwachsene waren einmal hochsensible Kinder

Wie gewinnen wir nun aber ein angemessenes Verständnis für hochsensible Kinder? Worin äußert sich die kindliche Hochsensibilität? Hochsensible Erwachsene waren einmal hochsensible Kinder, konstatiert Petra Tomschi zu ihrem „Vielfühler Buch“, das mittlerweile in vierter Auflage erschienen ist.

Vielfach kann man schon bei Kindern in der Art und Weise ihres Umgangs mit der sinnlich wahrnehmbaren Umwelt eine hochsensible Veranlagung erkennen. Worauf achten sie, was sprechen sie an, das vielleicht gar nicht Kind-typisch ist, wie gehen sie mit Farben und Formen um, worauf reagiert die Haut, und was fühlen die kleinen Hände? Es ist besonders wichtig, diese Wahrnehmungen nicht in Frage zu stellen (...), sondern die Beobachtungen ernst zu nehmen, damit der kleine Mensch lernt, sich und seinen Sinnen zu vertrauen.¹²

Was also hat der eingangs beschriebene Einblick in die Hochsensibilität des Erwachsenen, der eine Zusammenfassung aus 1000 Seiten Fachliteratur ist, mit dem Kind zu tun? Wie zeigen sich hochsensible Kinder? Und worauf wollen sie uns hinweisen? Die Psychologin Petra Tomschi schreibt im erwähnten Buch auf Seite 55:

Es ist mir ein besonderes Anliegen, dazu beizutragen, das Phänomen der Hochsensibilität bekannt zu machen. Nicht nur bei den betroffenen Erwachsenen, sondern insbesondere bei denen, die mit Kindern umgehen – sei es in der Betreuung als Erzieher:in und Pädagog:in oder in der medizinischen bzw. therapeutischen Versorgung. Und, am allerwichtigsten, bei den Eltern. Meine Hoffnung ist, dass dadurch vermieden werden kann, was heute leider viel zu häufig geschieht: die 'Krank-sprechung' hochsensibler Kinder. (...) Das liegt unter anderem daran, dass das Phänomen der Hochsensibilität und die damit verbundenen Verhaltensauffälligkeiten in Fachkreisen (Ärz-

¹²Petra Tomschi, S. 77.

*t:innen, Heilpraktiker:innen, Psycholog:innen, Pädagog:innen)
und der Gesellschaft noch so wenig bekannt sind.*

In seinem Roman „Der letzte Satz“ imaginiert der österreichische Schauspieler und Schriftsteller Robert Seethaler, wie der Komponist und Dirigent Gustav Mahler, die Hauptfigur des Romans, bei einer Schiffsreise sein Leben Revue passieren lässt. Die Romanfigur Mahler erinnert sich dabei an Kindheitserlebnisse.

(...) Um in die Weite schauen zu können, musste er das staubige Städtchen verlassen, über einige Zäune klettern und hinaus in die Felder laufen. Er erinnerte sich, wie gerne er über die abgeernteten Äcker gegangen war, aus denen immer wieder lose Schwärme von Feldlerchen aufflatterten. (...) Er liebte die Einsamkeit dort draußen, der Raum um ihn schien grenzenlos, und das Geräusch des Windes und die hellen Rufe der Lerchen waren ein Trost für den beständigen Lärm und das Gebrüll, dem er in der Schule oder inmitten seiner Geschwister ausgesetzt war. Er ging stundenlang in der Gegend umher, manchmal sah er, wie die Nacht über den Horizont stieg, dann musste er rennen, um rechtzeitig vor Einbruch der Dunkelheit nach Hause zu kommen.¹³

Als Dreijähriger hatte er [Gustav Mahler] einmal eingezwängt zwischen den Eltern in der Synagoge gesessen und den Gesängen der Gemeinde gelauscht. Es war ein eiskalter Tag, durch die Fenster fiel dämmriges Winterlicht und bildete zusammen mit dessen Atemhauch und den falschen Tönen eine Atmosphäre des Grauens. Auf dem Höhepunkt des Kaddisch hielt er es nicht länger aus. Er sprang auf, stieß mit den Fäusten in die Luft und unterbrach den Gesang mit lautem Schreien. Mitten in die eingetretene Stille hinein begann er zu singen (...). Die Stimme des Kindes klang unerhört und einsam in den kalten hohen Raum.¹⁴

¹³ Robert Seethaler, Der letzte Satz, 2020, S. 106.

¹⁴ ebd. S. 21.

Indem wir für einen Augenblick innehalten, um die Begebenheit mit diesem Kind sprechen zu lassen, wird sie uns zu einem Wink: Wir alle kennen diese Kinder. Wir wollen sie nicht „unerhört und einsam“ lassen, sondern einmal genau hinhören. Das klingt in etwa so: Wir sind die Kinder, die meistens nicht mittendrin sind, sondern lieber in einem ruhigen Winkel des Hauses oder Gartens spielen. Wir entdecken viel und haben keine Langeweile. Selbst wenn wir allein sind, halten wir Zwiesprache mit einem Käfer oder schließen Freundschaft mit einem Eichhörnchen oder einem Zaunkönig. Überhaupt fühlen wir uns in der Natur sehr wohl. Allein ein Rinnsal Wasser nach einem Regenschauer, der Duft der Erde, ein herabwehendes Blatt und eine Nussschale erlauben uns, versonnen zu spielen und alles um uns herum zu vergessen. Nur unwillig lassen wir uns stören, denn es tut uns immer ein bisschen weh. Am Ende nehmen wir das Laubblatt und die Nussschale mit nach Hause, denn sie ist unser Boot mit Segel geworden, das wir liebgewonnen haben. Deswegen wollen wir es nicht achtlos auf dem Weg zurücklassen.

Mit anderen mitfühlen, im weiten Umkreis leben

Zurechtweisungen und Ermahnungen des Erwachsenen gehen uns sehr nah, das Weinen eines anderen Kindes macht uns betroffen, und wir weinen mit oder versuchen zu trösten. Wenn ein anderes Kind getadelt wird, fühlt es sich an, als wären wir gemeint. Wir empfinden den Schmerz oder die Beschämung dieses Kindes mit. Wenn aber die Zurechtweisung der Erwachsenen ungerecht erscheint, dann schämen wir uns für ihn mit. Wir fragen uns dann: Verstehst du denn gar nicht, was das Kind eigentlich will oder braucht oder sucht? Manchmal können wir abends nicht einschlafen, weil uns diese Erlebnisse noch beschäftigen. Immer wieder sind wir auch einmal krank, bisweilen sogar sehr. In solch intensiven Krankheitsphasen versuchen wir, unser Ja zum Leben auf der Erde von neuem zu bekräftigen.

Diese Kinder wollen gehört werden. Es ist erstaunlich, was sie alles wahrnehmen und uns erzählen, sobald wir uns ihnen zuwenden: „Papa! Guck mal! Wir haben einen Adler im Garten! Oben in der Bir-

ke!“ Der Vater eilt herbei, sucht den Adler in der Birke . . . , entdeckt ihn schließlich kaum sichtbar am hohen blauen Himmel. Aber an der Art, wie er höher steigt, erkennt er zweifellos die stille Erhabenheit, die dem Adler zu eigen ist. Und mit seinem fünfjährigen Sohn teilt er das gemeinsame andächtige Staunen über den Adler in den Lüften, und zugleich nimmt der Vater Anteil an der Wesensart seines Sohnes, der mit seinem weiten Umkreisbewusstsein ganz alltäglich lebt. Was für jedes kleine Kind gilt, bleibt für das hochsensible Kind lebensbestimmend:

*Durch den ganzen Organismus rieselt dasjenige, was an Eindrücken aus der Umgebung kommt, klingt nach, tönt nach, weil das Kind nicht so innig wie später der Mensch mit seinem Körper verbunden ist, sondern in der Umgebung lebt mit dem loserem Geistig-Seelischen. Daher wird alles aufgenommen, was an Eindrücken aus dieser Umgebung kommt.*¹⁵

Indem wir uns deutlich machen, dass das hochsensible Kind sich etwas bewahren will von dem, was gemeint ist, wenn wir menschenkundlich sagen, das kleine Kind mit seinem ausgeprägten Umkreis erleben und seiner Durchlässigkeit sei ganz Sinneswesen, ganz Sinnesorgan, öffnet sich uns ein Tor. Denn hochsensible Kinder bleiben leichter inkarniert, woraus sich ihre Schutzbedürftigkeit ergibt.

*Diese Wesenheit mit den Erlebnissen, die geistig durchgemacht worden sind, die steigt herunter, verbindet sich zunächst in einer losen Weise mit dem Physischen des Menschen während der Embryonalzeit und ist im Grunde genommen noch in loser Weise, gewissermaßen äußerlich als Aura den Menschen umschwebend, in dem ersten kindlichen Zeitalter zwischen der Geburt und dem Zahnwechsel gegenwärtig.*¹⁶

Andächtig beugen wir uns über die Wiege des Neugeborenen. In vielen Kunstwerken finden wir diesen Augenblick: Das schlafende Kind

¹⁵ Rudolf Steiner, GA 308, S. 28.

¹⁶ ebd. S. 27.

ist selig. Wenn es seine Augen aufschlägt, schaut es uns zuerst stauend und dann voller Vertrauen an. In seinem Ausdruck liegt ein himmlischer Nachklang von Geborgenheit, mit dem es den hiesigen Raum betritt. Wir nehmen das Kind in Empfang. Beim Neugeborenen wiederholt sich dieser Weltenwechsel mehrmals am Tag. Wir alle wissen, wie sensibel es darauf reagiert. Häufig weint es und braucht die liebevolle Umhüllung und unseren Trost beim Einschlafen und Aufwachen. Nach einer kurzen Wachphase, in der der Hunger gestillt wird, will es wieder schlafen: Es schläft aus Sehnsucht. Ganz allmählich lernt das Kind, richtig zu schlafen, richtig zu atmen im Wechselspiel zwischen kosmischer Weite und irdischer Enge, Innenwelt und Außenwelt, indem wir ihm liebevolle Geborgenheit und Rhythmus geben.

Wie sehr das kleine Kind noch im Umkreis ist, lässt sich an seinen seelischen Äußerungen ablesen: Das Lächeln der Eltern ist zugleich das Lächeln des Kindes, denn es lebt in der seelischen Hülle ihrer Gestimmtheit. Bis in die physiologischen Erscheinungsformen zeigt sich, dass der Inkarnationsweg des Kindes ein Herabstieg und Hereinstieg in die Erdenverhältnisse ist. Im Blut des Neugeborenen sind Eisengehalt und Sauerstoffspannung entsprechend dem eines Bergsteigers in 10.000 Meter Höhe, das heißt also einer Bergeshöhe, die ungefähr 1000 Meter mehr beträgt, als es auf der Erde eine solche gibt. Der Kupferserum-Gehalt des Blutes ist so hoch beziehungsweise der Eisenserum-Gehalt so niedrig wie nie wieder im zukünftigen Leben. Noch wirken mehr die umhüllenden Venus-Kräfte, während sie bald von den festigend-inkarnierenden Mars-Kräften abgelöst werden.

In jeder Kindergartengruppe oder Schulklasse gibt es ein oder zwei hochsensible Kinder. Wir fühlen uns von ihnen berührt, und dennoch sind sie meist für eine schwierige Kindheit prädestiniert. Warum? Weil sie von klein an unter einem hohen Anpassungsdruck stehen für das, was gemeinhin der Alltag von ihnen verlangt.

In der frühen Kindheit sind sie aufgrund ihrer tatsächlichen Eigenheit, aber auch, weil sie dem kulturellen Idealmodell weniger entsprechen, für die Betreuungspersonen oft eine Herausforderung, der viele Eltern, Erzieher und Lehrer nicht gewachsen sind. Dadurch kommen sie leichter in verletzende Situationen und haben dann auch noch geringere Chancen, ausreichende Begleitung und Unterstützung vorzufinden. Aus dieser Verquickung der Umstände ergibt sich eine klare Anfälligkeit für seelische Verletzungen, die zu Neurosen, Depressionen und Sozialphobien führen können. (...) Diese Störungen sind keine Eigenschaft der Hochsensibilität selbst, sondern eine Folge davon, dass hochsensible Menschen in unserer Kultur nicht die Rahmenbedingungen vorfinden, um sich entsprechend ihrer Anlage zu entwickeln. (...) Was Eltern und Erziehern fehlt, ist vor allem die Information über die Natürlichkeit, den besonderen Wert und die speziellen Herausforderungen der Hochempfindlichkeit.¹⁷

Mit seinem hellwachen feinsinnigen Umkreisbewusstsein nimmt ein hochsensibles Kind die Erwartungshaltung seines Lebensumfeldes unmittelbar wahr. Es orientiert sich an dieser und versucht ihr gerecht zu werden, soweit es ihm möglich ist. Es verwendet alle Mühe auf seine eigene Integration. Auf diese Weise passt es sich dem Alltagsgeschehen mit seinen Ansprüchen und Herausforderungen an. Es kennt es nicht anders. Zugleich ist es ganz selbstverständlich, dass wir es dem hochsensiblen Kind abverlangen. Wir erwarten, dass es sich von klein an in die Bedingungen des Berufsalltages der Eltern einfügt und sich jeden Morgen in die Gruppendynamik der Kindertagesstätte oder der Schulklasse eingliedert. Dort angekommen, schlüpft es von nun an in alle Eindrücke, Geräusche, Inhalte, Stimmungen: Sie alle rieseln durch es hindurch, erregen seine Aufmerksamkeit und sein Interesse.

¹⁷Georg Parlow, S. 92.

Sehnsucht nach Stille und Überschaubarkeit

Das hochsensible Kind ist ganz Resonanz. Und zugleich spürt es das Befinden der anderen Kinder und des Erwachsenen, ohne es formulieren zu können. Erst allmählich wird ihm das bewusst, und es spricht seine Wahrnehmungen mit erstaunlicher Präzision aus. Das hochsensible Kind hat jetzt schnell ein Gesamtbild aus seinem Erlebnis der Harmonien und Disharmonien im zwischenmenschlichen Miteinander seines sozialen Umfeldes. Es wägt vor dem Einschlafen am Abend die Nachwirkungen ab. Oft ist es seelisch belastet oder hat Angst. Eine latente Überforderung liegt nun greifbar nah, denn das hochsensible Kind verliert vorübergehend den Überblick. In Wahrheit ist ihm nämlich alles zu laut, zu wild, zu viel. Es sehnt sich nach Ruhe, Stille, Überschaubarkeit. Längst braucht es die fürsorglich wachsame und schützende Geste des Erwachsenen. Aber wo ist jener? Bleibt er aus oder meint gar, das Kind müsse sich allein durchkämpfen als ein abverlangter Lernprozess, dann sehen wir, wie das eine hochsensible Kind sich die Ohren zuhält, verzweifelt eine schützende Ecke sucht oder sich mittendrin abzukapseln beginnt. Es ist immer weniger ansprechbar, wirkt teilnahmslos und reagiert bei Aufforderung widerstrebend. Es ist im wahrsten Sinne des Wortes sprachlos.

Bei Dauerbelastung gelten diese hochsensiblen Kinder als auffällig und laufen Gefahr, einer möglichen Fehldiagnose ausgesetzt zu sein: Asperger-Syndrom oder Selektiver Mutismus. In der Schule wirken diese hochsensiblen Kinder verträumt, verlangsamt, oft abwesend. Sie sitzen gern in der Nähe des Fensters, aus dem sie mit ihrem Blick sehnsuchtsvoll wandern ...

Das andere hochsensible Kind äußert seinen Überreizungszustand, indem es sich explosiv in den Raum entlädt. Zuvor ist es leichtfüßig auf alle zugegangen und hat mit seiner Sensibilität gleichzeitig überall teilgenommen, was bald zu einer Desorientierung führt. Die jetzt eingetretene Überreizung wird durch eigenes lärmendes Verhalten im wahrsten Sinne des Wortes betäubt. Daraufgehend wird die-



Abbildung 1: Die feinsinnige Empfänglichkeit eines hochsensiblen Kindes, Mädchen, 5 Jahre

ses hochsensible Kind aggressiv, die Stimme laut und schrill, und es beginnt mit Gegenständen zu werfen, zu schlagen und zu beißen.

Darin äußert sich ein hilfloser Versuch, sich gegen die Überreizung zu wehren. Nun wird das Kind ausgegrenzt und findet notgedrungen in dem Alleinsein seinen Ruheraum. Diese Kinder laufen Gefahr, der möglichen Fehldiagnose ADHS ausgeliefert zu sein mit der entsprechenden Medikation Ritalin.

Die Folgen der sensiblen Überreizung richtig einordnen

Zwischen diesen beiden Extremen, mit denen das eine hochsensible Kind sich bemüht, sich durch Rückzug zu schützen und das andere mit offensiver Gegenwehr reagiert, gibt es viele abgestufte Nuancen. Je nach Temperamentslage bekommen sie eine andere Farbigkeit. Sie alle hinterlassen bei uns ein Gefühl der Ratlosigkeit und des Unbehagens. Vielleicht empfinden wir auch ernsthafte Betroffenheit und Fragwürdigkeit, denn im tiefsten Innern wissen wir, dass wir diesen Kindern nicht gerecht geworden sind. Auch wenn sie mit ihrem Rückzugsverhalten in ihr Schneckenhäuschen oder ihrer Auffälligkeit für Konzentrationsschwierigkeiten, mangelnde Impulskontrolle oder geordnete Handlungsabläufe unsere Sorge wachrufen, ist es ein wichtiger Hinweis, dass sie in vertrauter und harmonischer Umgebung ausgeglichen, ruhig, ausdauernd und originell hervortreten.

*Das sind wichtige Anzeichen, die eine Krankheit unwahrscheinlicher sein lassen.*¹⁸

*Spätestens wenn ein hochsensibles Kind in die Schule kommt, tritt der Unterschied zur Mehrheit der anderen Schüler deutlich hervor.*¹⁹

Das hochsensible Schulkind nimmt in der Unterrichtsstunde alles vielseitig und feinsinnig wahr, es will zuhören und fühlt sich vom Lärm gestört. Es will die Inhalte bewegen, ihnen nachsinnen, sie miteinander verknüpfen, denn es denkt komplexer als die anderen. Es

¹⁸Petra Tomschi, S. 61.

¹⁹Rolf Sellin, Mein Kind ist hochsensibel – was tun?, S. 131.

befragt das Gehörte, will sich ein Bild machen und das Wesentliche daran wahrnehmen. In seiner gründlichen Art zu verarbeiten sucht es das Kohärenzgefühl. Stattdessen aber ist der Unterrichtsverlauf längst fortgeschritten, und das hochsensible Kind hat entweder den Anschluss verpasst oder ist in den Zustand der Überforderung geraten. Der Schulvormittag mit seinen häufig wechselnden Unterrichtsfächern wird zur Strapaze.

Das Kind fühlt sich fremd wie von einem anderen Stern.²⁰

Es findet nirgendwo den Rückzug und die Zeit für seine Art der Verarbeitung, und dabei hat es genau mit dieser Art etwas vor! Denn es will ausdrücklich im Verbund mit dem Zeitorganismus lernen, es will üben und sucht nach der Einverleibung der Inhalte. Es will sie sich nämlich ganz zu eigen machen. Weil es aber die Bedingungen dafür nicht findet im breiten Alltagsstrom, lebt es phasenweise in einer zweiten Welt.

Andere Konstitutionsformen oder Ursachen erkennen

Um zu vermeiden, dass Hochsensibilität einer gewissen verwaschenen Zuordnung anheimfällt, erwähne ich im Folgenden skizzenhaft zwei weitere Formen von seelischer Dünnhäutigkeit oder besonders ausgeprägter Sensitivität.

In jeder Kindergartengruppe oder Schulklasse gibt es Kinder, deren Haut zart und empfindsam und deren Haar fein und fließend ist. Voller Verzweiflung strecken sie uns jede kleine Wunde entgegen und erinnern sich lange Zeit an eine längst verheilte. Sie schwitzen häufig, besonders am Kopf oder an Händen und Füßen, welche feucht und kalt sind. Seelisch fließen diese Kinder in jede Ritze bis weit hinein in die Peripherie ihres Umfeldes. Sie nehmen die Regungen ihrer Mitmenschen wahr, ebenso Veränderungen im Raum, mögen diese auch noch so klein sein. Sie sind beeindruckbar von verschiedensten Reizen und schnell irritiert oder verletzt. Ihr Hüllengefühl ist seelisch wund. Eine vorbeihuschende Maus oder eine klei-

²⁰vgl. ebd. S. 131.

ne Spinne können sie aus der Fassung bringen. Vor Anforderungen weichen diese Kinder empfindsam zurück: „Ich kann das nicht!“, ist wie ein wiederkehrendes Lebensmotiv. Sie haben nämlich selber genaue Vorstellungen und hohe Ansprüche, wie etwas sein soll. Zugleich reagieren sie mit Angst, diese nicht zu erfüllen und schrecken davor zurück. Abwehr und Wut- oder Weinanfälle, welche sich theatralisch steigern können und alle in den Bann ziehen, sind die Folge. Jetzt befinden sich diese Kinder im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. Je mehr sie außer sich geraten, desto bestimmender werden sie. Ihr Verhalten kann bis ins Tyrannische gehen.

Die gemalten Bilder dieser seelisch ausfließenden Kinder schwimmen über den Blattrand hinaus. Unter verzweifelten Tränen werden sie zerknüllt und weggeworfen. Vor einem neuen Versuch verzagen sie. Nass-in-nass sollte man möglichst nicht mit ihnen malen. Als Gegenbewegung erlebt man an Kindern mit dieser Konstitution eine plötzliche Ausgelassenheit. Sie brauchen verlässliche und überschaubare Abläufe, pädagogisch müssen wir hinter ihnen stehen, aufmerksam, verbindlich, mitfühlend, aber nicht mitleidend. Daran können sich diese Kinder ausrichten und finden den nötigen Halt und Orientierung.

Ebenso lässt sich die Hochsensibilität als eigenständiges Phänomen eindeutig abgrenzen gegenüber Kindern, die besonders sensitiv reagieren durch eine zu frühe kognitive Ansprache. Ihr Nervensystem ist aufgrund von intellektuellen Erklärungen, die aus der Bewusstseins-ebene der Erwachsenen kommen, permanent gefordert und schließlich überreizt. Aus einer – zwar gut gemeinten, aber fehlgedeuteten – partizipatorischen Grundhaltung dem kleinen Kind gegenüber wenden sich Eltern oder Erzieher:innen in einer Fragehaltung an das Kind, und es ist aufgerufen, laufend eigene Entscheidungen treffen zu müssen. Partizipation kann auch als liebevoll aufmerksame Teilhabe und Anteilnahme verstanden werden – immer unter dem Aspekt der Gleichwürdigkeit. Stattdessen aber fordert man dem Kind eine zu frühe Gegenüberstellung ab, die es gar nicht leisten

kann mit seinem Umkreisbewusstsein. Diese Kinder sind tendenziell blass, ängstlich und schnell erschöpft. Eine derartige Überforderung kann auch umschlagen in eine heftige Abwehr, mit der das Kind sich zu schützen sucht und zugleich alleingelassen fühlt. Vordergründig wirkt es womöglich keck und frühreif. In Wahrheit aber will sich das kleine Kind im ersten Jahrsiebt leibbezogen und willensorientiert, das heißt, über Vorbild und Nachahmung inkarnieren und eben gerade noch nicht über Bewusstsein und Gegenüberstellung.

Die Kinderzeichnungen von zu früh kognitiv angesprochenen Kindern sind Ausdruck der beschriebenen Nervensinnesbezogenheit: Es sind unsicher und eilig zu Papier gebrachte Kritzeleien. Sie haben strichbetonten Konstruktionscharakter meistens von Autos, U-Booten, Raketen und entstammen nicht der unmittelbaren kindlichen Erlebniswelt. In vielen Wiederholungszeichnungen werden sie fast mechanisch reproduziert. Man findet sie überall in den Kindergartengruppen. Oft sind es auch planerisch wirkende Häuser mit Umgebung aus der Vogelperspektive. Farbstimmungen fehlen, und man spürt, dass das Kind nicht wirklich glücklich ist mit seinem Werk. Stattdessen schaut es eher teilnahmslos auf sein splittrig-bruchstückhaftes Bild und lässt es achtlos liegen.

Diese Kinder brauchen eine sorgfältige Pflege ihrer Basalsinne mit besonderem Augenmerk auf die träumende Lebenssinnsphäre. Denn sie spüren, wie sie herausfallen aus dem gemeinschaftlichen Tun. Sie haben große Schwierigkeiten, in den Reigen einzuschwingen, im Rhythmus zu klatschen oder Bewegungen nachzuahmen. Stattdessen versuchen sie, alles aus Gegenüberstellung nachzuvollziehen, und weil das nicht gelingt, steigen sie aus, stören und kompensieren.



Abbildung 2: Die strichbetonte Darstellung eines Hauses, Junge, 5 Jahre

Es erscheint mir wichtig, diese Kinder miteinzubeziehen, damit Erziehung heilsam werden kann.

Wie merkt man aber, ob es stimmt?

Es ist ein feines Empfinden, ein Gefühl: Ich bin auf dem richtigen Weg. Wenn nicht, dann spürt man, dass man das Kind (...) verliert.²¹

Vor dem Hintergrund, dass das hochsensible Kind sich von uns verstanden fühlt, wenn es im lebendigen Zusammenspiel mit dem Zeitorganismus lernen darf, dann heißt das konkret: Es möchte

1. Kontakt aufnehmen und sammeln,
2. in Beziehung treten und sich verbinden,
3. das Neue – über Lust und Unlust – verinnerlichen,

²¹Christoph Wiechert, in: Medizinisch-Pädagogische Konferenz, Heft 46, S. 10).

4. Fragen entwickeln und etwas wagen,
5. üben, variieren, pausieren und verwandeln,
6. Fähigkeiten erlangen und
7. daran Daseinsvertrauen entfalten, indem es selbstbewusst sagt:
„Ich kann das jetzt.“

Es ist nun bereit für einen ganz neuen nächsten Entwicklungs- oder Lernschritt. Dahinter verbirgt sich ein gelungener Lernprozess, der bis in die ätherische Einverleibung geht. Natürlich ist es für jedes Kind heilsam und eine gute Voraussetzung für seine gesunde Entwicklung. Umgekehrt lässt sich erahnen, wie ungesund es ist, wenn vom Kind verlangt wird, etwas zwar kennenzulernen, ihm aber nicht die zweite Phase der Erwärmung gönnt, stattdessen aber verlangt, dass es die Inhalte rasch reproduzieren soll, indem man sie als bloßes Wissen abfragt.

Es ist nicht mein Anliegen, dass hochsensible Kinder eine Sonderrolle mit Sonderbedingungen bekommen. Es genügt ihnen zunächst einmal, wenn sie stillschweigend wertgeschätzt werden. Sie fühlen sich ermuntert, wenn sie gesehen werden, denn sie suchen den Blick des Erwachsenen und seine bestätigende Rückversicherung. Je sicherer das Bindungsverhältnis, desto selbständiger wird das Kind in der Wahrnehmung seiner Bedürfnisse: Ohne viel Aufhebens finden sich Möglichkeiten für eine benötigte Pause oder zur Verarbeitung, denn es ist für sein ganzes Leben von Bedeutung, dass es lernen darf, auf seine Bedürftigkeit hinzuhorchen.

Solange das Kind noch nicht sagen kann: Mir ist das jetzt zu laut, zu wild, zu schnell, und ich kann nicht mehr, könnte es unsere Aufgabe werden, seine Befindlichkeit herauszulesen und dafür zu sorgen, ihm rechtzeitig eine Ruhezone zu ermöglichen. Aus dieser Art der Rücksichtnahme schöpfte das hochsensible Kind neue Kraft und Mut und lernte da heraus, sich allmählich selber zu helfen, und es erwüchse ihm eine ruhige Selbstsicherheit.

Entscheidend in allem ist, dass wir lernen, innezuhalten und unserer Ratlosigkeit für einen Augenblick Raum zu geben. Dadurch werden wir fragend. Wir tasten uns in neue Gefilde hinein und spüren allmählich, dass wir Antworten finden werden. Bereits eine kleine Begebenheit oder Beobachtung kann uns dann vielleicht auf einmal überraschend wegweisend sein. Wir lernen, den Wert einer Pause zu schätzen, ebenso der Stille. Vielleicht fällt uns wie Schuppen von den Augen, was wir im pädagogischen Alltag ändern können.

Der Garten ruft – praktische Anregungen für den Alltag

Wie könnte das aussehen? Während wir beobachten, wie sich das hochsensible Kind innerhalb der Gruppe gerade wieder einmal erschöpft und die Situation zu eskalieren droht, was sich kräftezehrend auf alle im Raum auszuwirken beginnt, fällt unser Blick durchs Fenster in den Garten: Wie still er daliegt, fast wartend. Ein Schmetterling, eine Biene ... leise wiegt der Wind eine Blüte, die Taube gurr ... Warum verlangen wir von dem hochsensiblen Kind, hier drinnen unter all den vielen Kindern den Tag verbringen zu müssen, ohne sich zurückziehen zu können, während es im „Kindergarten“ draußen so schön ist? Kopfschüttelnd stellen wir fest, dass er nur eine einzige Stunde lang im Kindergartenalltag genutzt wird! In allen Nachbargruppen gibt es hochsensible Leidensgenossen. Warum eigentlich lassen wir sie nicht hinaus in den Garten? Wir wissen doch, wie lieb ihnen die Natur ist. Der Garten ruft. Aber wie ist es mit der Aufsichtspflicht? Gibt es eine Kollegin, die abkömmlich ist? Eine Praktikantin? Wenn nicht, wer dann?

Inzwischen gibt es eine Initiative, die Großeltern in die Einrichtungen ruft, welche mit ihrer reichen Lebenserfahrung die Gärten mit Anpflanzungen, Baumschnitt, Obst- und Gemüseanbau bereichern. Sie tun all das mit einer Ruhe und Besonnenheit. Über diese Wärme, die sie dabei ausstrahlen, wird das Kind aufmerksam, und sein Interesse erwacht für etwas, was da passiert und was es noch nicht kennt. Auch all die nötigen Reparaturen könnten angegangen und von den Kindern nachgeahmt werden. Vielleicht ließen

sich Hühner, Hasen, Ziegen oder Schafe beheimaten. Hochsensible Kinder erleben sehr ausdrucksvoll die Wesenhaftigkeit in der Natur, treten in Beziehung zu ihr, ohne dass das von Wind und Wetter beeinträchtigt werden würde.

Entscheidend in allem ist unser suchender Impuls nach Erweiterung von Bewährtem in der Pädagogik. Das führt uns aus dem Gewordenen in das Werdende. Dies spürt das hochsensible Kind und dankt es uns.

Fortsetzung und Bibliographie in der nächsten Ausgabe der Medizinisch-Pädagogischen Konferenz, in Heft 98. Im Teil 2 wird der Tastsinn und Lebenssinn und deren jeweilige Bedeutung für das hochsensible Kind im Mittelpunkt der Betrachtung stehen.

Leben mit Autismus – eine besondere Art des Daseins

JOS MEEREBOER

Warum denken Menschen mit Autismus anders, und warum können sie sozusagen nicht „wollen“? Weder in der Allgemeinen Menschenkunde noch im Heilpädagogischen Kurs sprach Rudolf Steiner explizit über Autismus. Dennoch verdanken wir ihm wertvolle Hinweise zum Verständnis dieser Daseinsart.

Während meiner langjährigen Berufserfahrung innerhalb der anthroposophischen Heilpädagogik in Holland und seit 1979 in Deutschland habe ich mich mit wachsendem Interesse dem Phänomen Autismus zugewendet. Energisch machte ich mich auf den Weg, dieses Phänomen zu enträtseln. Die Beschäftigung mit dem anthroposophischen Menschenbild half mir während meiner Erfahrungen und Erlebnisse mit Menschen mit Autismus, allmählich Antworten auf Fragen zu finden, die andere Veröffentlichungen nicht geben konnten.

Dieser Aufsatz ist ein Ausschnitt aus einer Veröffentlichung in den Niederlanden. Darin beschreibe ich, wie Menschen mit Autismus vor und während der Geburt davor zurückschrecken, auf Erden anzukommen, und wie sie dadurch in zwei Welten leben. Außerdem erläutere ich hier das Umkehrphänomen, das bei Menschen mit Autismus so kennzeichnend ist. Ich hoffe, dass ich meine Veröffentlichung in vollständiger Form bald auch in Deutschland für interessierte Leser zugänglich machen kann.

In meinen Seminaren und Veröffentlichungen sehe ich ganz bewusst davon ab, Autismus als eine Krankheit oder als ein Krankheitsbild zu beschreiben und zu verstehen. Vielmehr begreife ich ihn als eine besondere Art des Daseins.

Das Umkehrphänomen

Ein junger Mann mit Autismus versuchte, die im Herbst nach unten gefallenen Blätter der Bäume wieder an den Zweigen aufzuhängen.

Schon im Jahr 1976 beschrieb Dr. med. Walter Holtzapfel, ein anthroposophischer Arzt und Heilpädagoge, das Umkehrphänomen bei Kindern mit Autismus.¹ Das war für mich vor etwa 40 Jahren eine erste gute Orientierung, um das Verhalten von Menschen mit Autismus zu verstehen. Ein tieferes Verständnis bekam ich, als ich Holtzapfels Ausführungen zum Autismus in einen Zusammenhang mit dem fünften Vortrag in Rudolf Steiners Heilpädagogischem Kurs bringen konnte.² Seit zwölf Jahren lege ich nun den Schwerpunkt meiner Forschung auf das Umkehrphänomen im Zusammenhang mit dem Thema Blut und Nerv, wie es in Rudolf Steiners Allgemeiner Menschenkunde beschrieben ist.³

Das Resultat dieses Studiums ist der folgende Gedanke:

1. Einerseits identifiziert der Mensch mit Autismus sich zu wenig mit „der lebendigen Materie“ in seinem Körper, mit den Lebensprozessen, die sich dort vollziehen, mit seinem Stoffwechsel-, Blut-, und Muskelsystem.
2. Andererseits verbindet er sich zu stark mit „der in Abbauprozessen sich befindenden Materie“, mit seinem Gehirn und Nervensystem. Dadurch ist er in seinem Gehirn und Nervensystem wie gefangen.

Um das Umkehrphänomen näher zu beschreiben, werden wir besonders das Verhalten eines Menschen mit einer schweren Form von Autismus betrachten.

¹ Walter Holtzapfel, „Seelenpflege-bedürftige Kinder“, Verlag am Goetheanum, Dornach 1976. Band 1 und 2. Letzte Ausgabe 1982.

² Rudolf Steiner, „Heilpädagogischer Kurs“ – Zwölf Vorträge gehalten in Dornach, 1924 Fünfter Vortrag, „Die Totalorganisation des Menschen.“

³ Rudolf Steiner, „Allgemeine Menschenkunde“ – 14 Vorträge, gehalten in Stuttgart, 1919. Dritter Vortrag: „Das Blut-Muskelsystem und das Nerven-Knochen-System.“

Motorische Fähigkeiten – Wollen und Bewegen

Unsere Lebenskräfte wirken in unserem Stoffwechsel-Blut-Muskel-System. Hier entstehen unter anderem leibliche Vitalität, Wachstum und Gesundheit. Wir finden hier auch den Ort unserer Willens- und Bewegungsimpulse. So beschreibt es Rudolf Steiner in der Allgemeinen Menschenkunde.

Ich sehe den Apfel in meiner Hand, und ich bekomme den Impuls, in den Apfel zu beißen.

Ein Mensch mit Autismus hat zu wenig Bezug zu diesem System. Er findet dazu keinen Zugang, er wendet sich geistig-seelisch ab und bleibt mehr oder weniger gewissermaßen außerhalb seiner Leiblichkeit. Dadurch ist sein Zugang zu seinem Willensleben eingeschränkt.

Er kann sozusagen nicht von sich aus wollen.

Er verlässt sich stattdessen auf Willensimpulse, die von der Außenwelt auf ihn zukommen:

Ein Kind mit Autismus sieht einen Apfel in seiner Hand und wartet ab. Wartet ab, wann der Apfel sich beißen lässt.

Äußerlich reagiert ein Mensch mit Autismus nicht sichtbar auf seine Mitmenschen, er nimmt nicht oder kaum an Aktivitäten teil, er bewegt sich kaum. Dennoch nimmt er „sich außerhalb seines Leibes befindend“, alles in seiner Umgebung wahr.

Sensorische Fähigkeiten – das Bewusstsein und die Funktionen des Gehirns

Der Gebrauch unseres Nervensystems mit dem dazu gehörenden Gehirn bewirkt einen Abbauprozess innerhalb der Materie desselben. Solange unsere Vitalitätsprozesse intakt sind, findet ein Ausgleich zwischen Abbau- und Aufbauprozessen statt. Sind wir „nervlich“ jedoch überlastet, spüren wir bald Ermüdung. Das Gehirn- und Nervensystem kann sich nach einer schweren Verletzung fast nicht mehr regenerieren. Nach einer Gehirnverletzung, zum Beispiel nach einer Gehirnblutung, werden mit therapeutischen Maßnahmen an-

dere Nerven innerhalb der betreffenden Gehirnareale aktiviert, um dem Patienten bei seiner Gesundung zu helfen, weil die beschädigten Gehirnzellen sich nicht mehr wiederherstellen lassen.

Unser Nervensystem – mit dem Gehirn als dessen Zentrum – ist unser „Instrument“, um auf Erden Bewusstsein zu entwickeln. Dieses Bewusstsein erleben wir in denkender Vorstellungsfähigkeit und im Spüren von körperlichen Schmerzen. Unbewusst reagiert unser Nervensystem auf alle Bewegungsimpulse. Es nimmt sie wahr, koordiniert und gestaltet sie. So sind wir geschickt in unserer Motorik und Bewegungskoordination.

Wenn ich einen Nagel in ein Holzbrett schlage, entwickle ich Muskelkraft mit meinem Willensimpuls. Dass ich dabei motorisch geschickt bin und den Nagel mit dem Hammer genau auf den Kopf treffe, verdanke ich meinem gesunden Nervensystem, meinem sensorischen System. Das ist eine direkte Reaktion meines Nerven- und Gehirnsystems auf mein Stoffwechsel-, Blut- und Muskelsystem. Umgekehrt erleben wir dieses Unmittelbar-aufeinander-Reagieren, sobald wir Tanzmusik vernehmen (sensorisch), dann wollen unsere Beine tanzen (motorisch).

Geistig-seelisch sind wir unmittelbar verbunden mit unserer lebendigen Stofflichkeit, mit unserem Stoffwechsel-Blut-Muskel-System, dem Ort unseres Willens. In unserem „Fleisch und Blut“ sind wir inkarniert. Aber *nicht* in der „toten Materie“, in den Abbauprozessen unseres Gehirn- und Nervensystems. Dort bleiben wir geistig-seelisch „draußen“.

Innerhalb der Terminologie der Steinerschen Allgemeinen Menschenkunde finden wir sinngemäß die Aussage: Geistig-seelisch haben wir Sympathie (= Einssein) zu unserem Stoffwechsel-Blut-Muskel-System. Wir sind dort drinnen anwesend. Wir haben Antipathie (= Abstand halten) gegen unser Nervensystem. Wir stehen davor!

Geistig-seelisch sind wir nicht in der Materie unserer Nervenzellen anwesend, sondern wir stehen davor. Die Nervenzellen bilden eine Art Spiegelwand. Substanziell bildet die physische Mate-

rie unserer Nervenzellen eine Art „Hohlraum“ für die geistige Welt. Geistig-seelisch können wir nicht dort „drinnen“ sein. Wir stehen davor, wie vor einem „Reflektor-Organ“, mit dem wir Wahrnehmungen in Vorstellungsbildern spiegeln. Mit unserem Stoffwechsel-Muskel-Blut-System sind wir dagegen eins mit der geistigen Welt. Deshalb können wir geistig-seelisch von hier aus Willensimpulse entfalten.

Unser Gehirn- und Nervensystem hat also eine reflektierende Funktion, es ist eine Art Spiegelorgan. Um Bewusstsein zu entwickeln müssen wir nicht *in*, sondern *vor* dem Spiegel stehen! Das gilt auch für das unbewusste Reflektieren auf Willensimpulse.

Wir beobachten, dass ein gerade auf die Welt gekommenes Baby Schritt für Schritt die Möglichkeit erst erwerben muss, auf seine noch chaotischen Bewegungsmuster reagieren zu können, um diese Bewegungen zu gestalten. So bekommt das Baby sensorische Fähigkeiten und lernt in seiner weiteren Entwicklung zu greifen, zu sitzen, zu stehen und zu gehen. Das Kind lernt diese Fähigkeiten durch die bewussten und unbewussten Wahrnehmungen seines Leibes, die es reflektiert.

Wenn wir eine Rose wahrnehmen, dann verbinden wir uns willentlich mit der Rose (Sympathie-Geste). Nehmen wir danach Abstand von der wahrgenommenen Rose (Antipathie-Geste) und schließen unsere Augen, können wir uns von der Rose ein Bild machen. Das ist ein Abbild der Rose innerhalb unseres Vorstellungslebens. Das Wort Vor-Stellung bedeutet „sich davor zu stellen“.

Bei Menschen mit Autismus ist das genau umgekehrt!

Menschen mit Autismus identifizieren sich mit der Materie des Gehirn- und Nervensystems. Sie stehen mehr oder weniger nicht *vor*, sondern *in* dem Spiegel! Sie sind in der Gehirnmaterie wie gefangen. Geistig-seelisch verbinden sie sich mit demjenigen innerhalb ihrer Leiblichkeit, was eigentlich tot, absterbende Materie ist. Auch außerhalb ihrer Leiblichkeit finden sie eher ein Verhältnis zu den toten und technischen Gegenständen als zu lebendigen Geschöpfen wie Pflanze und Tier.

Einerseits sind sie gefangen innerhalb der toten Materie ihres

Gehirn- und Nervensystems, andererseits befinden sie sich geistig-seelisch außerhalb ihres lebendigen Organismus.

Das hat Birger Sellin, ein Mensch mit einer schweren Form von Autismus, im Jahre 1993 dramatisch zum Ausdruck gebracht:

„eines ist irre – insichsein ist ein toter zustand – ohnesichsein ist einsamkeit – weder das insichsein noch das ohnesichsein können leben – reine zustände gibt es nicht – ewig findet ein wechsel statt in mir die nicht zusammenfinden“⁴

Als ich das damals las, verstand ich noch nicht, was er damit zum Ausdruck bringen wollte. Nachdem ich das Verhalten von Menschen mit Autismus in Zusammenhang mit meinem Studium des anthroposophischen Menschenbildes gebracht hatte, wurde mir klar, wie weise Birger Sellin seine Lebenssituation beschrieben hatte.

Die Aktivität der Ich-Organisation vom Zentrum und von der Peripherie aus

Obwohl Rudolf Steiner autistisches Verhalten nicht explizit besprochen hat, finden wir in dem fünften Vortrag des Heilpädagogischen Kurses eine Methode, um die Ursache des Verhaltens von Menschen mit Autismus zu verstehen.

Rudolf Steiner stellt in diesem Vortrag die „menschliche Totalorganisation“ vor und beschreibt sie als eine Viergliederung. Den physischen Leib, den Äther- oder Lebensleib, den Astral- oder Bewusstseinsleib und das Ich des Menschen, in einer Polarität zueinander organisiert. Das Ich wird so beschrieben, wie es in dieser Leiblichkeit „organisiert“ ist. Deshalb nennt er das in diesem Zusammenhang die „Ich-Organisation“.

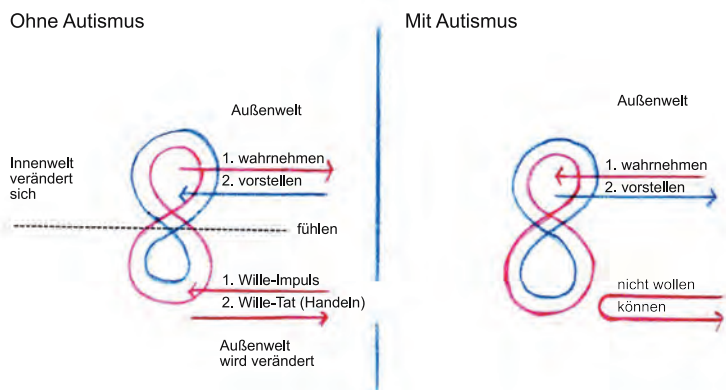
Was in unserem Leib am physischsten ist, unser Knochensystem, ist am Haupte peripher organisiert: Der Schädelknochen umschließt Ätherleib und Astralleib, die sich nach Innen einordnen, wo im Zen-

⁴ Birger Sellin, „ich will kein in mich mehr sein“, Botschaften aus einem autistischen Kerker. Verlag Kiepenheuer & Witsch. Das Zitat ist nachzulesen auf Seite 209 in der Ausgabe von 1993 und auf Seite 157 in den Ausgaben von 1995 bis 2018.

trum unser Ich organisiert und aktiv ist. Wir nehmen mit den Sinnen von innen nach außen wahr, und im Haupte können wir zentriert aktiv vorstellend denken.

In unseren Gliedmaßen ist es genau umgekehrt: Unser Ich ist hier peripher organisiert und ergreift unser Stoffwechsel-Blut-Muskel-System von außen nach innen, um Willensimpulse zu entwickeln und uns aktiv in Bewegung zu bringen.

Ein Mensch mit Autismus nimmt weniger mit seinen Sinnen von innen nach außen seine Umwelt wahr, sondern er verbindet sich von außen wahrnehmend mit seinem zentralen Nervensystem. Seine Vorstellungen werden nach außen verlagert. Weil er sich mit seinem peripheren Ich von der Leiblichkeit abwendet, kann er keine Willensimpulse entfalten. *Nicht wollen können!*



Das sensorisch-motorische System im Vergleich

Die Inhalte aus dem fünften Vortrag des Heilpädagogischen Kurses ergänzen dasjenige sehr gut, was Rudolf Steiner in dem dritten Vortrag der Allgemeinen Menschenkunde über die Polarität von Blut und Nerv beschrieben hat. Betrachten wir das Tafelbild von Rudolf Steiner aus dem Heilpädagogischen Kurs.



Tafelbild von Rudolf Steiner aus dem Heilpädagogischen Kurs, GA 317

Sensorische Zwanghaftigkeit und motorische Passivität

Sensorisch: Da Menschen mit Autismus ihr Gehirn- und Nervensystem als „Spiegelorgan“ anders nutzen, verlegen sie sowohl die Strukturen ihrer Gehirnfunktionen als auch ihre Vorstellungswelt nach außen in ihre physische Umgebung. Auf diese Weise finden sie dort einen Halt. Wir finden einen Halt in unserer Leiblichkeit und in unserer inneren Vorstellungswelt. Die folgenden Verhaltensbeispiele können das erklären.

- a. *Zwanghaftes Bedürfnis nach Symmetriestrukturen in der unmittelbaren Umgebung.*
 - Die Symmetrie eines gedeckten Tisches darf nicht aufgehoben werden.
 - Die Symmetrie eines Schubladenschrankes muss eingehalten werden, alle Schubladen sind geöffnet oder alle Schubladen sind geschlossen.
 - Die symmetrische Ordnung vieler Gegenstände muss beibehalten werden.

Ein kleiner Junge mit Autismus hatte die Schnürsenkel eines Schuhs verloren. Als er das bemerkte, zog er auch die Schnürsenkel seines anderen Schuhs heraus.

- b. *Zwanghaftes Strukturieren: die von ihnen genau festgelegten Abstände zwischen den Dingen in ihrer unmittelbaren Umgebung müssen eingehalten werden.*
- Die Möbel im Raum eines Menschen mit Autismus haben einen festgelegten Platz mit festgelegten Abständen zwischen Schrank, Bett, Stuhl, Tisch, Papierkorb usw. Nichts darf auch nur einen Millimeter verschoben werden.
 - Beim Aufstellen von Spielzeugautos darf kein einziges Auto nur einen Millimeter von seinem Platz verschoben werden. Ordnen bedeutet strukturieren.
 - Zeitschriften in ihrer Ablage müssen jeden Tag am gleichen Platz verbleiben.

Es wäre interessant zu untersuchen, ob ein messbarer Zusammenhang besteht zwischen dem strukturellen Aufbau des Gehirns und dieser zwanghaften Ordnung der Gegenstände eines Menschen mit Autismus. Falls es doch notwendig sein sollte, diese zwanghafte Ordnung zu ändern, dann ist es außerordentlich wichtig, die betreffende Person mit Autismus einzuladen, es mit ihr zusammen zu tun. Wir dürfen das nicht einfach für sie übernehmen und sie nicht dazu zwingen. Es würde eine große Angst verursachen.

Motorisch: Weil ein Mensch mit Autismus sich mehr oder weniger nicht mit seinem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System verbindet, fehlt ihm die Möglichkeit, aktiv Willensimpulse zu entfalten. So ist er auf die aktiven Willensimpulse aus seiner Umgebung angewiesen. Er geht davon aus, dass der Apfel in seiner Hand ihm signalisiert, „beiß doch in mich rein“ oder dass ein Stuhl ihm den Auftrag erteilt, wenn der zur Seite gestellt werden soll. Es hilft, einen Menschen mit Autismus indirekt anzusprechen. „Jan, wir gehen nach draußen, zieh deine Jacke an, dann kann Anton (der Mensch mit Autismus) das

auch tun.“ So sprechen wir Anton nicht direkt in seinem persönlichen Willensleben an.

Bei Erwachsenen und Kindern mit einer leichteren Form von Autismus sind viele Phänomene subtiler wahrzunehmen:

Sensorisch:

- Technische Geräte üben eine starke Anziehungskraft auf sie aus, auch die neuen Medien. Das Fernsehen bewirkt, dass der Zuschauer seine Vorstellungen nicht aktiv in sich bildet, sondern er mit seinem Bewusstsein sich in der Vorstellungswelt des Bildschirms befindet. Das kommt Menschen mit Autismus entgegen, aber es verstärkt ihr autistisches Verhalten.
- Mehrere Sinneseindrücke, denen Menschen mit Autismus zeitgleich ausgesetzt sind, überfordern sie, weil sie die vielen unterschiedlichen, äußeren Wahrnehmungen nicht in inneren, zusammenfassenden Vorstellungsbildern zur Ruhe bringen können. Es hilft ihnen, Sinneseindrücke zu reduzieren und zu kanalisieren.
- Menschen mit Autismus nehmen durch ihre Sinne die äußere Welt in Einzelheiten wahr und können dadurch oft das große Ganze nicht enträtseln. Nicht selten gibt ihnen ein Gegenstand in der Hand einen Halt. Die Kehrseite der Medaille ist, dass diese Detail-Wahrnehmungen zusammenfallen in einem erstaunlichen Gedächtnis, mit einseitiger Fokussierung.
- Außerhalb ihres Leibes haben sie hingegen übergeordnet ein zusammenfassendes Bild von allem, was um sie ist.

Ein Mädchen aus meiner Klasse mit einer leichten Form von Autismus, damals sieben Jahre alt, hatte in ihrem Zimmer ein sehr großes Regal, auf dem sie zahlreiche Spielsachen und viele andere Dinge gesammelt und platziert hatte. Als ihre Mutter einmal einen ganz kleinen Gegenstand, mit dem sie schon jahrelang nicht mehr gespielt hatte, ungesehen wegnahm und das

*Mädchen danach in das Zimmer eintrat, merkte sie das sofort,
um danach lautstark zu protestieren.*

Motorisch:

- Ein Handschlag zur Begrüßung geht meistens nicht von Menschen mit Autismus aus.
- Schulkinder mit Autismus müssen oft von der Lehrerin oder dem Lehrer indirekt eingeladen werden, in die Pause zu gehen. Von sich aus bleiben sie auf ihrem Platz sitzen.
- Zu sportlichen Aktivitäten sind sie nicht einfach zu bewegen.

Mit einer einladenden Geste helfen wir Menschen mit Autismus, über die Schwelle zu treten, um sie aus der Zuschauerrolle in Eigenaktivität zu bringen.

Anthroposophische Autismus-Forschung und die zwölf Sinne

Innerhalb der anthroposophischen Literatur ist mir Folgendes aufgefallen: In fünf mir bekannten Veröffentlichungen wird publiziert, dass Menschen mit Autismus Probleme mit ihren zwölf Sinnen haben, besonders mit dem Lebenssinn. (Siehe Literaturliste.⁵) Das ist nach meiner Meinung einerseits eine richtige Feststellung, andererseits aber liegt die Ursache der nicht richtigen Aktivierung ihrer physischen (!) Sinne darin, dass sie sich geistig-seelisch nicht adäquat verbinden können mit ihrem physischen (!) Leib. Wenn das Kind oder der Erwachsene mit Autismus bereit ist, an Übungen teilzunehmen, die die aktiven Wahrnehmungen der Sinne schulen und an Handlungsimpulse anknüpfen, kann das durchaus helfen, sich mehr mit dem physischen Leib zu verbinden. Dabei denke ich besonders an den Tastsinn.

⁵ Medizinisch-Pädagogische Konferenz, Stuttgart. Heft 62 – August 2012. Ein Artikel von Renate Wispler, Ärztin: Menschenkundliche Aspekte zum Verständnis autistischer Phänomene.

Äußere wissenschaftliche Forschung – ein Beispiel

An den nicht-anthroposophischen wissenschaftlichen Veröffentlichungen über Autismus fällt mir auf, dass die Untersuchungen zu diesem Thema heute meistens medizinisch orientiert sind. So werden häufig die Organe oder die Verdauung untersucht, aber besonders die Gehirnfunktionen. Ich möchte in diesem Zusammenhang auf ein Buch hinweisen: „Der Junge, der zu viel fühlte“, geschrieben von dem Journalisten Lorenz Wagner.⁶

In diesem Buch wird über den bekannten Hirnforscher Henry Markan und seinen Sohn berichtet. Der Vater wusste lange nicht, was mit seinem Sohn sein könnte. Nach langem Umherirren bei vielen Ärzten und Therapeuten erzählte eine Therapeutin aus Kanada ihm, dass sein Sohn Autismus habe. Diese Diagnose veranlassete ihn, das Gehirn von Menschen mit Autismus zu erforschen. Nach vielen Jahren intensiver Untersuchungen, begleitet von sehr hohen Forschungskosten, kam er zu der Einsicht, dass bei Menschen mit Autismus die Gehirnzellen aktiver sind als bei Menschen ohne Autismus. Das war innerhalb der Wissenschaft revolutionär, weil man bis dahin vom Gegenteil ausging. Henry Markan bekam deshalb viel Widerspruch und auch Ablehnung. Nach unzähligen Versuchen, seinem Sohn helfen zu wollen, kam er für sich zu der Schlussfolgerung, *dass wir nicht versuchen sollen, Menschen mit Autismus heilen zu wollen!* Menschen mit Autismus wollen das auch nicht. Wir müssen lernen zu akzeptieren, dass Menschen mit Autismus nicht krank sind, sondern eine andere Form des Daseins auf Erden haben.

Es ist sehr erfreulich, dass das von Seiten der Naturwissenschaft auch allmählich eingesehen wird.

Der Inhalt dieses Aufsatzes will nicht mehr sein als eine Anregung für die Leserinnen und Leser, weiter nach der Wahrheit zu suchen und dadurch Menschen mit Autismus besser zu verstehen.

⁶ Lorenz Wagner: „Der Junge, der zu viel fühlte“. Europa Verlag, München 2018.

Dieser Artikel ist ein Auszug aus einer Veröffentlichung in den Niederlanden, „Leven met autisme, een bijzondere vorm van bestaan“, Januar 2020. In: Gezichtspunten Nr.: 67, herausgegeben von centum voor gezondheidszorg, Dronten

Weitere Literatur

[König, Karl; Holtzapfel, Walter; Müller-Wiedemann, Hans u.a.:](#) Der frühkindliche Autismus als Entwicklungsstörung: Erscheinungsformen und Hintergründe (Heilpädagogik aus anthroposophischer Menschenkunde/Schriftenreihe der medizinischen Sektion am Goetheanum Dornach). Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 1988.

[Müller-Wiedemann, Hans:](#) Autismus verstehen. In: Beiträge auf Grundlage anthroposophischer Menschenkunde, hg. v. Schmalenbach, B. u. Schulz, D., Wuppertal 2010.

[Ruhrman, Ingrid](#) (Hrsg.): Autismus Spektrum, Medizinische Sektion der anthroposophischen Gesellschaft in Dornach, Schweiz.

Das Brot und seine Materie

DR. THOMAS KÜLKEN

Draußen in der Welt sehen wir keine Materie, sondern nur Erscheinungen, die wir gewöhnlich als „materiell“ bezeichnen; sie hängen geistig jedoch mit dem zusammen, was wir selbst sind. Die Materie hingegen ist eine geistige Tatsache, die wir nur seelisch-innerlich in unserem Leibe aufsuchen können.¹

Seit der Mitte des 15. Jahrhunderts ist das Menschheitsbewusstsein in einem tiefgreifenden Umschwung begriffen. Das bedeutet, „dass der Mensch immer mehr und mehr aus der Tiefe seiner Seele heraus zu einem eigenen Urteil kommen will.“² Hatten die Menschen im Mittelalter noch eine Art Gemeinschaftsbewusstsein, so bildete sich nun mehr und mehr das Individualbewusstsein heraus. In ihrer historischen Voraussicht suchte die katholische Kirche nach Mitteln und Wegen, das Heraufkommen des Individualbewusstseins zu verhindern und das dumpfe gemeinschaftliche Bewusstsein zu erhalten.

Wenn man bewandert ist in einer solchen Sache, dann erzählt man den Leuten unter Autorität Dinge, die unwahr sind. Man macht das systematisch. Dadurch dämpft man ihr Bewusstsein bis zu der Dumpfheit des Traumbewusstseins herunter. Dadurch erreicht man, dass man untergräbt dasjenige, was als Individualbewusstsein seit der Mitte des 15. Jahrhunderts in den Menschenseelen herauf will. Und es ist eine grenzenlos grandiose Unternehmung, so zu wirken unter Autorität, dass man den Menschen – nun, ich will ohne Bild sprechen – solche Artikel schreibt, wie sie jetzt im „Katholischen Sonntagsblatt“ erscheinen, denn dadurch erreicht man es, die Menschen nicht

¹ Der vorliegende Artikel entstand in Anlehnung an einen Vortrag des Autors vor dem „Kulturkreis Dreisamtal“ in Freiburg i. Br. am 4. Oktober 2020.

² Rudolf Steiner: Heilfaktoren für den sozialen Organismus (GA 198), Dornach 1969, S. 124.

*kommen zu lassen zu dem, wozu sie sich entwickeln sollen seit der Mitte des 15. Jahrhunderts.*³

Mit erschreckender Leichtigkeit bewirkt dieses systematische Wiederholen einer Lüge beim Empfänger eine schwer wiegende Bewusstseinsveränderung. Genauer: Zumindest für den Kontext, auf den die jeweilige Lüge abzielt, wird das Bewusstsein auf das Niveau des Traumes herabgedämpft. Und Traumbewusstsein bedeutet: Die Inhalte werden zwar intensiv erlebt, können aber nicht kritisch hinterfragt, nicht korrigiert oder, wie Steiner sagt, „nicht kontrolliert“ werden. Die Kontrollinstanz wäre das Individualbewusstsein, das sich besonders durch die Fähigkeit zur intellektuellen und moralischen Selbstkritik auszeichnet und genau deshalb ausgeschaltet werden soll. Und ist es einmal ausgeschaltet, dann sind wir selbst gar nicht mehr im Spiel, und zwar nachhaltig. Was bleibt, ist eine uns gar nicht bewusste geistige Ohnmacht angesichts der Ungereimtheiten und der Lebensfremdheit dessen, „was heute aus den autoritativen Zusammenhängen herauskommt.“⁴

Das zeitgemäße Heilmittel gegen diesen Rückfall in das Gruppenseelenhafte ist die Anthroposophie – weniger das anthroposophische Wissen, mehr das individuell getätigte Denken der Anthroposophie oder Geisteswissenschaft.

Diese Geisteswissenschaft wird nicht nur aufklären über die Zusammenhänge in der Entwicklung des Menschen, sondern durch die Art von Gedanken, die sie hat, wird sie uns gesunden Verstand entwickeln, der heute aus größeren Tiefen hervorgeholt werden muss, als er in der griechisch-römischen Kulturperiode, der vierten nachatlantischen Kulturperiode, herausgeholt, hervorgeholt werden musste. Die von dem anderen Wissenschaftlichen verschiedene Art des Begriffbildens, des Vorstellungbildens, die notwendig ist für die Geisteswissenschaft,

³ A. a. O., S. 125f.

⁴ Rudolf Steiner: Die Verbindung zwischen Lebenden und Toten (GA 168), Dornach 1984, S. 109.

*die befähigt uns nicht, eine Autorität auf diesem oder jenem Gebiete zu werden, aber urteilsfähig zu werden.*⁵

Dieser Art des Begriffsbildens weichen wir nur allzu gerne aus; denn viel lieber wollen wir (leicht verständliche) Begriffe haben, als (schwer verständliche) Begriffe bilden. „Unser Verstehen“, so hat es Herbert Sieweke darum einmal provokant formuliert, „ist für die anthroposophische Arbeit das größte Hindernis.“⁶ In diesem Sinne möchte der folgende Gedanken-Gang eine Anregung sein.

In der Welt zeigt sich keine Materie

Ich sehe ein Stück Brot; ich taste es mit Händen, Gaumen und Zunge. Ich schmecke und rieche das Brot und spüre, wie es beim Schlucken abwärts wandert. Und dann gewahre ich vielleicht noch die Empfindung einer inneren Wohligkeit. Richte ich so meine Aufmerksamkeit auf das Brot, dann nehme ich mit dem Brot einen *Teil der Welt* wahr, einen Teil der Sinneswelt.

Wir erleben das Brot als einen materiellen Gegenstand. Aber was heißt „materiell“? Wenn jemand behauptete, das Brot bestehe aus Materie, dann müssten wir fragen: Wo siehst Du diese Materie? Wo ist sie denn? Zeig sie uns! Und dann wird er hindeuten: ja hier – und hier und hier. Aber worauf er dann deutet, das ist, bei genauerer Betrachtung, nichts anderes als eine Fülle von *Erscheinungen*. Die Augen vermitteln Farbenercheinungen, die Nase Geruchsercheinungen, die Zunge Geschmacksercheinungen, die Tastorgane Erscheinungen von „hart“ und „weich“ und so weiter. Der glänzende, auf meinen Kopf drückende, kühle Regentropfen ist nicht materieller als der Regenbogen, nur weil ich jenen taste und diesen nicht. Und wenn ich mit dem Kopf an einen Balken anschlage: Der Balken, die Beule und der Schmerz sind nichts anderes als *Sinneserscheinungen*. Die Annahme, dass alles, was da erscheint, ein Ausdruck von „materiellen“ Entitäten und Vorgängen sei, ist willkürliche Theorie. Und Theori-

⁵ A. a. O., S. 110.

⁶ Mündliche Äußerung auf einer „Arbeitswoche der Medizinischen Arbeitsgruppe am Goetheanum“, nicht datierbar.

en erfinden wir, so Goethe, um die Erscheinungen loszuwerden.⁷ Warum wollen wir sie loswerden?

In den Sinneserscheinungen bringt sich kein materielles Wirken zur Erscheinung, sondern ein geistiges. Jeder Ton, jede Farbe, jeder Geschmack, jede Gestalt und jeder Vorgang in der Sinneswelt ist Ausdruck, ist Physiognomie oder Geste von geistigen Wesenheiten. Diese Tatsache macht uns unterbewusst Angst, weshalb wir uns nur allzu gern aus dem realen Reich der Phänomene in das phantastische Reich der Konstrukte flüchten. „Aberglaube ist der Glaube an Geister, wo keine sind; aber man kann auch nicht an Geister glauben, wo welche sind: das ist der negative Aberglaube.“⁸

In der Welt zeigt sich das andere Selbst

Wenn mir eine Farbe erscheint, ein Grün zum Beispiel, was ist das für ein Vorgang? Dazu gibt Rudolf Steiner zu denken: Ich selbst, das heißt mein eigentliches oder „anderes Selbst“⁹, ist Geist; und dieses „andere Selbst“, das der Engel von Erdenleben zu Erdenleben führt, sitzt nicht isoliert hier drinnen in meinem Körper. Es lebt in allem, was mir aktuell von der Welt sinnlich erscheint: „Der Teil der Welt, den wir sehen, der sind wir selbst.“¹⁰ Das persönliche „Ich“, als welches „ich“ die Welt sehe und „mich“ in „meinem“ Körper verorte, ist nur die Spiegelung, durch die mein „anderes Selbst“ von sich auf sinnliche Weise weiß. Und der Spiegel dafür ist „mein“ Leib. Wenn „ich“ ein Grün sehe, dann lebt in diesem Moment mein „anderes Selbst“ als Geist da draußen in der Geistigkeit des Grüns und spiegelt sich diese Geistigkeit in sinnlicher Form. So darf ich andererseits sagen: Das Grün, das ich sehe, grünt mir; es meint mich, wenn ich es

⁷ „Theorien sind gewöhnlich Übereilungen eines ungeduldigen Verstandes, der die Phänomene gern los sein möchte und an ihrer Stelle deswegen Bilder, Begriffe, ja oft nur Worte einschiebt.“ J. W. Goethe, Max. u. Refl. 428.

⁸ Rudolf Steiner: Das Karma des Berufes des Menschen in Anknüpfung an Goethes Leben (GA 172), Dornach 2002, S. 192.

⁹ Rudolf Steiner: Die Schwelle der geistigen Welt (GA 17), Dornach 1987, S. 32ff.

¹⁰ Rudolf Steiner: Okkultes Lesen und okkultes Hören (GA 156), Dornach 2003, S. 23. – „Sehen“ steht hier stellvertretend für das gesamte (zwölfältige) sinnliche Wahrnehmen.

sehe, indem mein „anderes Selbst“ in diesem Augenblick in und mit der Geistigkeit dieses Grün lebt (und sie mit ihm). Das ist das, was uns Rudolf Steiner in den verschiedensten Formen nahezubringen versucht und was an Unverständlichkeit kaum zu überbieten ist:

*Suchst du dich selbst,
So suche draußen in der Welt;
[...]*¹¹

Draußen in der Welt finde ich **sinnliche Erscheinungen**. Was da erscheint, ist nicht Materie oder Wirkung von Materie, sondern mein „anderes Selbst“ als Geist unter wirkenden Geistern.

In mir selbst finde ich **geistige Erscheinungen** – einschließlich derjenigen Erscheinung, die ich als „Ich“ bezeichne. Diese geistige Erscheinung „Ich“ erlebe ich als „mich“, als Ichbewusstsein, das durch Sinneseindrücke geweckt und wach erhalten wird. Aufgrund von Wahrnehmung und aufgrund von Erinnerung weiß dieses Bewusstsein von Sinnestatsachen und ist von ihnen erfüllt. Aber dieses Bewusstsein selbst? Dieses „Ich“ selbst? Hat es auch ein Innen, so wie die Sinneswelt ein Innen hat?

[...]
*Suchst du die Welt,
So suche in dir selbst.*¹²

Die Materie – eine okkulte Tatsache

Den Weg ins Innere des „Ich“ haben die großen Mystiker des Mittelalters gebahnt.¹³ Was tat ein solcher Mystiker? In jahrelanger Praxis des Gebetes strebte er zunächst nach absoluter Selbstlosigkeit. Schließlich konnte er „sich“, er konnte sein Bewusstsein vollständig leer machen: leer von seiner Person und leer von allen Erinnerungen an die Sinneswelt. Wir würden dabei einschlafen. Der Mystiker

¹¹ Rudolf Steiner: Wahrspruchworte (GA 40), Dornach 1998, S. 257.

¹² A. a. O., S. 257.

¹³ Rudolf Steiner: Metamorphosen des Seelenlebens, Pfade der Seelenerlebnisse, 2. Teil (GA 59), Dornach 1984, S. 71ff.

aber hatte sich die Willensstärke errungen, wach zu bleiben, bewusst zu bleiben. Das ist für uns zunächst eine unvorstellbare Vorstellung: Man ist hellwach, man ist pures Bewusstsein, man ist ein ungeheurer starkes Bewusstsein, aber ohne einen Inhalt. Und da konnte dem Mystiker im Grunde dieses „Ich“ als dasjenige erscheinen, geistig erscheinen, was er „das Fünklein“ nannte. Und er erlebte dieses Fünklein als ein Göttliches. Es war ihm die göttliche Substanz des Bewusstseins. Es war ihm die Göttlichkeit seiner Seele.

Rudolf Steiner bestätigt das zwar, aber der Mystiker würde sich sehr wundern, wenn er wüsste, was dieses Fünklein im Genaueren ist, das ihm im Grunde des Bewusstseins aufleuchtet. Es ist nämlich – Materie, genauer: zur Bewusstseinsflamme sich entzündende Materie.¹⁴ Ohne es zu wissen, waren die Mystiker die Erstentdecker der Materie.

Hatten wir uns nicht vorhin alle Mühe gegeben, den Begriff der Materie zu überwinden? Ihn aus der Welt zu schaffen? Und hatten wir nicht allen Grund dazu? Mussten wir doch den Materie-Begriff aus der Welt schaffen, weil in der Welt, in der Sinneswelt, keine Materie zu finden ist. Und nun das: Indem der Mystiker in den Grund seines Bewusstseins dringt, stößt er auf Materie. Es war ein durchaus richtiger Instinkt, so gibt Rudolf Steiner zu denken, von einer Materie zu sprechen. Der Irrtum bestand nur darin, dass man diese Materie in der Sinneswelt finden wollte, dass man ihr ein sinnliches Sein zuschrieb.

Blicken wir noch einmal in die Sinneswelt: Dieses „draußen in der Welt“ ist für unser Wahrnehmen und Denken ein vielfach gegliederter, sinnvoller Zusammenhang von Sinneserscheinungen. Und was uns da sinnlich erscheint, das ist unser „anderes Selbst“, wie es momentan mitlebt mit den geistigen Hervorbringern der Sinneserscheinungen. Wie aber sind diese Sinneserscheinungen möglich als Sinneserscheinungen? Wodurch kann die Geste einer geistigen Wesenheit, mit der mein „anderes Selbst“ mitlebt, sinnlich erscheinen?

¹⁴Rudolf Steiner: Gegensätze in der Menschheitsentwicklung (GA 197), Dornach 1996, S. 102f.

Rudolf Steiner verwendet, um uns das denkbar zu machen, das Bild des „Wurzeln“. ¹⁵ Es ist ein Bild aus der Sinneswelt: Pflanzen müssen, um sich zu entfalten, in der Erde wurzeln; sie wurzeln in etwas, woraus sie selbst weder stammen noch bestehen. Ebenso müssen die Sinneserscheinungen, um zu erscheinen, in etwas wurzeln, woraus sie selbst weder stammen noch bestehen. Sie wurzeln in etwas, was wesentlich anderer Natur ist als sie selbst. Sie wurzeln in etwas, was nie und nirgends sinnlich zur Erscheinung kommt. Und Rudolf Steiner hält es für angemessen, dieses mysteriöse Etwas „Materie“ zu nennen. ¹⁶ Dieses mysteriöse Etwas hat nichts Physisch-Sinnliches an sich, weshalb wir es in der Sinneswelt nicht auffinden können; auch im sinnlich erscheinenden menschlichen Körper können wir es durch keine äußere Untersuchungstechnik nachweisen. Es ist ausschließlich dort zu entdecken, wo es die Mystiker gefunden haben: im Grunde des Ichbewusstseins im eigenen Leibe.

Das sichtbare, schmackhafte Brot ist ein Stück Sinneswelt. Wenn wir es essen, tritt es in ein anderes Stück Sinneswelt ein, in unseren Körper. Und was dann weiter verfolgt werden kann, was mit dem Brot in diesem Körper passiert: auch das ist Sinneswelt, in der sich nirgends Materie zeigt. Doch die Erscheinungen der Sinneswelt wurzeln in Materie. Und essen wir das Brot, dann nehmen wir mit dem Brote auch dasjenige auf, worin die Sinneserscheinung Brot wurzelt: die Materie des Brotes. Und noch einmal: Materie ist eine mystische Tatsache, eine okkulte Tatsache.

Der Leib - eine okkulte Tatsache

Im Jahr 1911 hielt Rudolf Steiner in Prag acht Vorträge über „Okkulte Physiologie“. ¹⁷ Sie gipfeln in einer differenzierten Charakterisierung

¹⁵ A. a. O., S. 116.

¹⁶ Im Wort „Materie“ steckt das Wort „Mater“, was auf Lateinisch Mutter heißt. Die Wortwahl mag auf eine Analogie verweisen: Wie das heranwachsende Kind mit seinen Hüllen in der Mutter wurzelt, ohne ein Produkt der Mutter zu sein, so wurzeln die Sinneserscheinungen in Materie.

¹⁷ Rudolf Steiner: Okkulte Physiologie (GA 128), Dornach 1991. – Achtung: Die früheren Auflagen dieses Kurses sind unbrauchbar. Lesbar geworden ist er erst ab der

des Schicksals der Nahrungsmaterie im menschlichen Leib. Dieser Leib, an dem sich die Materie zur Flamme unseres Bewusstseins entzündet, ist nicht zu verwechseln mit dem (die sichtbare Speise aufnehmenden) sichtbaren Körper.

Der alte Mystiker kam bis zu dem Fünklein; weiter nicht. Der moderne Geisteswissenschaftler dringt tiefer. Das kann er, weil er sich nicht nur nach Art der Mystiker vorbereitet hat, sondern auf noch andere Weise. Der alte Mystiker kannte nur den Weg nach innen, der voraussetzt, dass man alle Sinneserfahrung aus dem Bewusstsein ausgetilgt hat. Auch der moderne Mystiker geht diesen Weg zum „Fünklein“, bringt aber eine andere Geist-Erfahrung mit, eine Geist-Erfahrung, die auf einem ganz neuen Weg in die *Außenwelt* gewonnen wurde. Es ist der Weg, der durch Goethe anfänglich gebahnt wurde und der die Seele in Berührung bringt mit demjenigen Geistigen, das – im Bunde mit dem „anderen Selbst“ – „hinter“ den Sinneserscheinungen waltet. Für den so Vorbereiteten wird das „Fünklein“ zu einem Tor. Es wird zum Tor in „die Welt“. Und was ist „die Welt“? Sie ist der eigentliche Leib, der geistfähige Leib. Dieser Leib ist, wie die Materie, keine sinnliche, sondern eine mystische Tatsache. Dieser Leib ist als eine reale kosmische *Erinnerung* zu denken. Seine Organe und Tätigkeiten *sind* geistesgegenwärtige, produktive Erinnerungen an alles, was wir als Evolution (im Sinne der „Geheimwissenschaft im Umriss“) denken können. Was unserer Erde vorausgegangen ist, die Saturnentwicklung, die Sonnenentwicklung und so weiter: das alles bildet diesen Leib, schafft in diesem Leib, ist dieser Leib. Und wie im Makrokosmos zum Beispiel die geistigen Planetenwirkungen unseres Planetensystems eine Wirkung dieser Entwicklungen sind, so sind es auf ihre Weise die Leibeswirkungen bestimmter Organe (Milz–Saturn, Herz–Sonne und so weiter). So ist dieser Leib anzusehen als der „Mikrokosmos“. Er ist eine unsichtbare Tatsache. Er ist der geistfähige Leib, an dem sich die Materie zur Bewusstseinsflamme entzündet. Aber nicht nur zur Flamme unseres gewöhnli-

„völlig neu erarbeiteten“ 5. Auflage (1991), zu der weitere Mit- und Nachschriften hinzugezogen wurden.

chen Bewusstseins, sondern auch zu den Flammen anderer Bewusstseinsformen, die „unter“ unserem Bewusstsein ihre Aufgaben erfüllen. Dafür bereitet Rudolf Steiner unser Denken mit einer Art Hilfsbegriff vor. Die Kurzfassung dieses Hilfsbegriffes lautet: *Ich gewahre mich selbst durch Anstoßen an einen Gegenstand*. Dieser Hilfsbegriff wird tragfähig, wenn wir ihn gründlich ausbilden.

Widerstand und Selbstbewusstsein

Mein Zusammenstoß mit einem fremden Gegenstand wird für mich zur Ursache eines Schmerzes, der sich in meinem Inneren abspielt. Dadurch dass ich mich in Berührung bringe mit einem fremden Gegenstand, der mir als Hindernis im Weg liegt, wird ein innerlicher Vorgang hervorgerufen: *das Gewahrwerden meines eigenen Selbstes*. Um das zu erleben, brauche ich von nichts anderem zu wissen als von dem Schmerz, der innerlich durch das Anstoßen bewirkt wird. Wenn ich des Nachts schlaftrunken durch ein dunkles Zimmer tappe und heftig an eine Kommode anstoße, dann ist mein unmittelbares Erleben nicht: „Ah, die Kommode“, sondern ich spüre die Wirkung des Stoßes, den Schmerz. Ich erlebe nichts anderes als einen *inneren Vorgang*. Und wenn ich mir im zweiten Schritt sage: ich habe mich an der Kommode gestoßen –, dann ist das ein mehr oder weniger unbewusster Schluss von dem inneren Erlebnis auf ein äußeres Hindernis. „Daraus können Sie sehen, dass der Mensch seines Inneren gewahr wird durch das Finden eines Widerstandes. Diesen Begriff müssen wir haben: das Gewahrwerden des Selbstes, das Erleben des Inneren, das Ausgefülltsein mit realen Erlebnissen im Inneren durch das Finden eines Widerstandes.“¹⁸

Und nun der eigentliche Gedankengang: Das Sichtbare des Brotstückchens, das ich abgebissen, geschmeckt, gekaut und geschluckt habe, nimmt seinen Weg durch den sichtbaren Körper. An verschiedenen Stellen des Organismus erfährt dieses Sichtbare des Brotstückchens physisch-chemisch nachweisbare „Absonderungen“.¹⁹ Das ist

¹⁸ A. a. O., S. 97.

¹⁹ A. a. O., S. 97.

der sinnliche Tatbestand. Was aber bedeutet dieses Geschehen für die *Materie* des Brotstückchens? Diese Materie geht so durch den Leib, wie ich mich durch das dunkle Zimmer bewege. Und wo sie auf einen Widerstand des Leibes stößt, wird sie sich ihrer selbst bewusst, wie ich mir meiner selbst bewusst werde, wenn ich schlaftrunken an die Kommode stoße. Ich gewahre mich selbst, indem ich auf den Widerstand der Kommode stoße. Die Brot-Materie gewahrt sich selbst, indem sie auf einen Widerstand des Leibes stößt.

Das materielle Selbstbewusstsein des Leibes

Bis hierher ist der zu bildende Begriff für unser Verständnis zwar ein ungeheuerlicher; er ist aber durchaus bildbar anhand des vorbereitenden Hilfsbegriffs. Mit dem jedoch, was nun folgt, sprengt der zu bildende Begriff den Hilfsbegriff, denn das Selbstbewusstsein, das die Materie innerlich beim Anstoßen entwickelt, wird zum Selbstbewusstsein der Leiblichkeit, an die sie anstößt. Das wäre vergleichsweise so, wie wenn ich an die Kommode anstieße und es die Kommode wäre, die in meinem schmerzhaften Zu-mir-selbst-Kommen zu sich selbst käme. Aber so ist es zu denken: Was auch immer sich der Nahrungsmaterie als ein leiblicher Widerstand entgegenstellt – es empfängt von der Innerlichkeit der Nahrungsmaterie sein Selbstbewusstsein.

Rudolf Steiner ist es offenbar wichtig, dass wir dieses Geschehen möglichst wesenhaft denken; denn er schildert nicht so abstrakt, wie ich das zunächst getan habe. Auf den ersten Blick mag seine Schilderung naiv klingen. Genau damit aber erreicht er, dass wir uns mit der Nahrungsmaterie „miterkennend“ identifizieren und ihr mit unserem Denk-Willen Wesen verleihen, unser Wesen verleihen. Wesen sind Willenswesen. Auch das Wesen „Nahrungsmaterie“ will. Es will und west im Sinne des Makrokosmos, aus dem das Brot stammt.

Bevor ich meiner selbst am Widerstand der Kommode gewahr werde, bin ich schlafbewusst. Bevor jenes Wesen seiner selbst am Widerstand des Mikrokosmos gewahr wird, ist es *Makrokosmos-bewusst*. Dann aber stellt der Mikrokosmos dem Materie-Wesen den Wider-

stand eines Organs in den Weg. Und nun die scheinbar naive Sprechweise Rudolf Steiners: „Es wird ihm gleichsam durch das Organ gesagt: ‚So kannst du nicht bleiben, wie du bist, du musst dich ändern.‘“²⁰ Dieses „du musst“ appelliert an das Wollen des Materiewesens. Und dieses Wesen willigt ein und „ändert sich“, das heißt: es lässt sich auf einen Bewusstseinswandel ein. Es opfert sein makrokosmisches Bewusstsein und wird *Mikrokosmos-bewusst*. Und nicht nur einmal trifft die Brot-Materie auf ihrem Weg durch den Mikrokosmos auf einen solchen Widerstand. Und weil es ganz verschiedene Funktionsorte sind, auf deren Widerstand sie trifft, so ist auch „das Gewährwerden des Selbstes“ eines jeden Ortes ein anderes.

Das makrokosmische Bewusstsein der Nahrungsmaterie

Würde die Nahrungsmaterie auf keinen Widerstand stoßen und unverändert durch den Leib hindurchgehen, so würde sie bleiben, wie sie ist. Sie würde ihr ursprüngliches makrokosmisches Bewusstsein bewahren und „die Folge davon wäre, dass der menschliche Organismus sich nicht in sich selbst erleben könnte, sondern er würde sich nur erleben als angehörig der gesamten großen Welt.“²¹ Aber der Leib ist kein Bestandteil des Makrokosmos; er ist Mikrokosmos. Und Mikrokosmos heißt: Während das Sichtbare des Nahrungsstroms an verschiedenen Widerständen zu entsprechenden „Stufen der Verfeinerung“²² geführt wird, ändert die Nahrungsmaterie Stufe für Stufe ihr Bewusstsein. Der nun folgende Überblick soll und kann nicht mehr vermitteln als eine Grundempfindung für dieses komplexe Zusammenspiel von Leib und Materie – sowie eine Orientierung im Erarbeiten der „Okkulten Physiologie“.

²⁰ A. a. O., S. 98.

²¹ A. a. O., S. 99.

²² A. a. O., S. 147.

Die vier mikrokosmischen Bewusstseinsstufen der Nahrungsmaterie

Der erste Widerstand, auf den die Materie im Leibe auftritt, ist die physische Formgestalt.²³ Und es ist der Ätherleib, der die Nahrungsmaterie mit dem Geistwesen dieser Gestalt konfrontiert. An diesem Widerstand ändert die Nahrungsmaterie, die bisher das Selbstbewusstsein des Makrokosmos inne hatte, sich (beziehungsweise ihr Bewusstsein) so, dass ihre Innerlichkeit zum Selbstbewusstsein der Menschengestalt wird. Diese weiß dadurch, tief in unserem Unterbewusstsein, von sich selbst: Ich bin. Das aber bedeutet: „Der Mensch als solcher“²⁴ gewahrt sich selbst. Die physische Form weiß sich als „der Mensch als solcher“.

Die zweite Stufe bildet ein Zusammenklang aus zwei mal vier Bewusstseinen von zwei mal vier mikrokosmischen „Widerständen“.

Es sind vier Widerstände, die der **Astralleib** der Nahrungsmaterie entgegenstellt.²⁵

1. Am Widerstand der **Bewegungskräfte der inneren Organe** wird die Innerlichkeit der Materie zum Selbstbewusstsein des planetarischen Mikrokosmos.
2. Am Widerstand der **Gesamtform des Bindegewebes** dämmert die Innerlichkeit der Lymphmaterie zum dumpfen tierischen Leibbewusstsein der Gesamtform des Bindegewebes auf. Und obwohl dieses tierische Bewusstsein „unter“ unserem Ichbewusstsein waltet, trägt es doch schon zu diesem bei (siehe unten).
3. Am Widerstand der **Atemluft**

²³Zur Geist-Hoheit der „Formgestalt des physischen Leibes“ („Phantom“) siehe die Übersicht in Thomas Külken: Arbeitsbuch zur allgemeinen Menschenkunde und zur medizinischen Propädeutik Rudolf Steiners, 3. Teil, Intuitive Formbeobachtung, Borsdorf 2020, S. 19ff.

²⁴Rudolf Steiner: Okkulte Physiologie (GA 128), Dornach 1991, S. 152.

²⁵A. a. O., S. 157ff.

4. Am Widerstand der **Bilder der Außenwelt** wird die Innerlichkeit der Materie zum Selbstbewusstsein der durch die Lunge und die Sinne eingeatmeten Außenwelt.

Ebenso sind es vier Widerstände, die das **Ich** der Nahrungsmaterie entgegenstellt.²⁶

1. **Blut** und Ichbewusstsein vorbereitend stellt das Ich der Materie das zu **Galle** gewordene Blutleben entgegen. Okkult-physiologisch ist dieses Ich Blut, und Blut ist Ich,²⁷ und Ich ist (im Sinne des Vortrags „Blut ist ein ganz besonderer Saft“) der „Ich-bin-der-Ich-Bin“.²⁸
2. Am Widerstand des **Herzens** wird **Blut**-gewordene Materie zum unterbewusst bleibenden (!) wahren Selbstbewusstsein des Menschen: „Ich bin die Sinneswelt“ – wahrheitsgemäß im Sinne der Grundidee: „Der Teil der Welt, den wir sehen, der sind wir selbst.“²⁹ Aber dieses wirkliche Selbstbewusstsein wird von etwas Stärkerem überstrahlt und verschleiert.
3. Am Widerstand der **Lungenabsonderung** von **Blutmaterie**
4. Am Widerstand der **Nierenabsonderung** von **Blutmaterie** wird das „Ichbewusstsein“ an das astralische Leibbewusstsein der Lymphmaterie gebunden: „Ich bin Körper“. Damit wird das „Ichbewusstsein“ physiologisch so veranlagt, dass es den sinnlich erlebten Körper als Ich und die übrige sinnenfällige Welt als Nicht-Ich erlebt.

Die Widerstände von **Denken, Fühlen** und **Wollen** wecken die Innerlichkeit der Blut-gewordenen Nahrungsmaterie zur dritten Be-

²⁶ A. a. O., S. 160ff.

²⁷ Thomas Külken: Arbeitsbuch zur allgemeinen Menschenkunde und zur medizinischen Propädeutik Rudolf Steiners, 2. Teil, Zur Erfassung des Leibes und der Materie im eigenen Selbst, Borsdorf 2020, S. 48ff.

²⁸ Rudolf Steiner: Die Erkenntnis des Übersinnlichen in unserer Zeit (GA 55), Dornach 1983, S. 49.

²⁹ Rudolf Steiner: Okkultes Lesen und okkultes Hören (GA 156), Dornach 2003, S. 23.

wusstseinsstufe auf: zum Selbstbewusstsein des denkenden, fühlenden, wollenden Menschen, zum eigentlichen *Ichbewusstsein*.³⁰

Die mögliche vierte Bewusstseinsstufe der Nahrungsmaterie

Alles was wir unmittelbar *sinnlich* als „Stoffwechsel“ beobachten oder mittelbar mit chemischen Methoden sichtbar machen können, ist Ausdruck des Wirkens geistiger Wesenheiten. Was da erscheint, ist nicht das den Stoffwechsel Bewirkende, sondern das vom Stoffwechsel Bewirkte. Zu dem Bewirkten gehört, unter vielem anderem, Wärme. Diese im Stoffwechsel auftretende Wärme ist das Ergebnis geistig impulsierter „Erwärmungsprozesse“. Das sind Prozesse, die „sich von unten nach oben“ bis ins Blut „erstrecken“. „Wir haben in diesen Erwärmungsvorgängen des Blutes den unmittelbaren Ausdruck des Ich und damit das oberste Niveau zu sehen, und darunter sich abspielend die anderen Prozesse des menschlichen Organismus.“³¹ Das Ergebnis dieser vom Ich impulsierten Erwärmungsvorgänge ist physisch erscheinende Wärme.

Die menschlichen Willensimpulse kommen von dem (im „anderen Selbst“ des Menschen liegenden) „Ich der vorigen Erdenleben“: „Das frühere Erdenleben wirkt in die Wärme Ihres Organismus herüber und erzeugt diesen oder jenen Impuls.“³² Über den Wärmeäther wirkt das „Ich der vorigen Erdenleben“ herein in die physische Wärme: „[...] Wollen versorgt mein Ich. / Mein Ich wirkt in dem Wärmeäther meines Leibes. [...]“³³

Was der Organismus produziert an innerer Wärme in unserem Blut, an Wärme, die er uns durch die gesamten inneren Prozesse zuleitet, das zeigt, dass wir in den Erwärmungsvorgängen etwas zu sehen haben wie eine Blüte aller anderen Prozesse im Organismus. Die innere Wärme des Organismus dringt bis

³⁰ Rudolf Steiner: *Okkulte Physiologie* (GA 128), Dornach 1991, S. 147ff; S. 167ff.

³¹ A. a. O., S. 176.

³² Rudolf Steiner: *Anthroposophie, Eine Zusammenfassung nach einundzwanzig Jahren* (GA 234), Dornach 1994, S. 95.

³³ Rudolf Steiner: *Mantrische Sprüche, Seelenübungen II* (GA 268), Dornach 1999, S. 296f.

hinauf in das Geistig-Seelische und kann sich bis in Geistig-Seelisches hinein verwandeln. Das ist das Höchste, das Schönste, dass durch die Kraft des Menschenleibes Physisches umgewandelt werden kann in Geistig-Seelisches. Wenn alles, was im menschlichen irdischen Organismus veranlagt ist, zu Wärme geworden ist und die Wärme vom Menschen in der rechten Weise umgewandelt wird, dann entsteht aus der inneren Wärme Mitgefühl und Interesse für andere Wesen. Wenn wir durch alle Prozesse des menschlichen Organismus hindurch aufsteigen bis zum obersten Niveau, den Erwärmungsprozessen, so schreiten wir gleichsam durch das Tor des menschlichen Organismus, das gebildet wird durch die Wärmeprozesse, hinauf bis dahin, wo die Wärme des Blutes verwertet wird durch das, was die Seele daraus macht. Durch lebendiges Interesse für alle Wesen, durch Mitgefühl für alles, was um uns herum ist, erweitern wir, indem unser physisches Leben uns bis zur Wärme hinaufführt, unser Geistig-Seelisches über das gesamte irdische Dasein, und wir machen uns eins mit dem gesamten Dasein.³⁴

Ein Ergebnis der im Stoffwechsel waltenden, geistbewirkten Erwärmungsprozesse ist diese physische Wärme. Als Sinneserscheinung ist auch sie nur dadurch möglich, dass sie in Materie wurzelt, in Materie, die mit der Nahrung, mit dem Brote aufgenommen wurde. Wie ist es bei dieser Wärme bestellt um die Materie, in der sie wurzelt? Bei dieser Wärme nimmt sich, um der menschlichen Freiheit willen, die Materie zurück; sie gibt und lässt frei. Und hier ist jetzt für den Mit-Erkennen der Moment gekommen, wo er sich nicht mehr nur so unbestimmt mit dem Wesen der „Nahrungsmaterie“ mitdenkend identifizieren soll. Jetzt muss dieses Wesen einen Namen bekommen; denn dieses Wesen ist nicht mehr und ist nicht weniger als die Weltwesenheit selbst.

³⁴Rudolf Steiner: Okkulte Physiologie (GA 128), Dornach 1991, S. 177.

Es ist eine wunderbare Tatsache, dass die Weltwesenheit den Umweg gemacht hat durch unseren physischen Organismus, um uns zuletzt die innere Wärme zu geben, die wir Menschen in der Erdenmission berufen sind umzuwandeln durch unser Ich in lebendiges Mitfühlen mit allen Wesen.³⁵

So wird diejenige Materie, in der jene innere Wärme wurzelt, durch uns in ihr ursprüngliches makrokosmisches Bewusstsein zurückgeführt, aber jetzt als allliebendes Selbstbewusstsein einer menschlichen Individualität: «Der Teil der Welt, den wir sehen [und mit dem wir berufen sind, liebevoll mitzufühlen], der sind wir selbst.»³⁶

Das ist der Sinn der Erdenmission, dass der Mensch als physischer Organismus dem Erdenorganismus so eingelagert ist, dass alle physischen Prozesse zuletzt ihre Vollendung, ihre Krone in der Blutwärme finden, und dass der Mensch als Mikrokosmos in Erfüllung seiner Bestimmung diese innere Wärme wiederum umwandelt, um sie auszuströmen als lebendiges Mitgefühl und Liebe für alles, was uns umgibt.³⁷

„[...] Kann ich das Gute wollen? / Ich kann das Gute wollen. / Wollen versorgt mein Ich. / Mein Ich wirkt in dem Wärmeäther meines Leibes. / Also in der Wärme kann ich das Gute physisch verwirklichen. [...]“³⁸

*Suchst du die Welt,
So suche in dir selbst.*

In uns selbst macht die Weltwesenheit den Umweg „durch unseren physischen Organismus [Mikrokosmos], um uns zuletzt die innere Wärme zu geben, die wir Menschen in der Erdenmission berufen

³⁵ A. a. O., S. 177.

³⁶ Rudolf Steiner: Okkultes Lesen und okkultes Hören (GA 156), Dornach 2003, S. 23.

³⁷ Rudolf Steiner: Okkulte Physiologie (GA 128), Dornach 1991, S. 178.

³⁸ Rudolf Steiner: Mantrische Sprüche, Seelenübungen II (GA 268), Dornach 1999, S. 296f.

sind umzuwandeln durch unser Ich in lebendiges Mitfühlen mit allen Wesen.“³⁹ Dieses Umwandeln geschieht weder von selbst, noch geschieht es ein für alle Mal. Es bedarf, in jedem Falle neu, eines ursprünglichen moralischen Impulses.

In den moralischen Impulsen west das erste menschliche Erlebnis der Geistes-Welt. Sie stammen nicht aus der Sinne-Welt. Sie werden in einem Denken gewollt, das außerhalb der Sinne-Welt urständet. Im Lichte des „reinen Denkens“ werden sie gewollt.⁴⁰ – Leben in wahren Moral-Impulsen ist der Anfang des Geistes-Welt-Erlebens. Fortsetzung der Tätigkeit, in welcher die Seele west im Erleben der Moral-Impulse, führt zur Erkenntnis der Geistes-Welt. Jeder Mensch, der sittlich will, schaut so die Methoden der Geistesforschung an. Es ist nur notwendig, dass er sie auch anerkenne. Dann verrinnt die Selbstsucht des Ich in die Selbstlosigkeit der Geistes-Welt-Erkenntnis.⁴¹

Das führt uns zum Ausgangspunkt unserer Betrachtung zurück. Denn ein tatsächliches Anerkennen der Methoden der Geistesforschung besteht in etwas wesentlich Anderem als in einem intellektuellen Zustimmung oder passiven Hinnehmen. Anerkennen beginnt für jeden Menschen damit, dass er sich regsam einlässt auf die besagte Art des Begriffebildens, die für die Beschäftigung mit der Geisteswissenschaft notwendig ist und die ihn befähigt, auf allen Gebieten urteilsfähig zu werden.

Und warum das so ist, man wird es immer mehr und mehr einsehen, denn es bestehen geheimnisvolle Kräfte in der menschlichen Seele, und diese geheimnisvollen Kräfte, diese Mysterien-

³⁹ Rudolf Steiner: Okkulte Physiologie (GA 128), Dornach 1991, S. 177f.

⁴⁰ «Ich habe das besonders scharf betont in der Neuauflage der „Philosophie der Freiheit“ 1918. Dasjenige, was da in uns lebt, lebt in der Sphäre des Denkens. Aber wenn es reines Denken geworden ist, ist es eigentlich ebenso gut als reiner Wille anzusprechen.» (Rudolf Steiner: Die Brücke zwischen der Weltgeistigkeit und dem Physischen des Menschen (GA 202), Dornach 1993, S. 202).

⁴¹ Rudolf Steiner: Psychologische Aphorismen in: Der Goetheanumgedanke inmitten der Kulturkrise der Gegenwart (GA 36), Dornach 1961, S. 74.

kräfte, die werden zusammenbinden die Menschenseele mit der geistigen Welt und werden durch dieses Band, das sich bildet zwischen der Menschenseele und der geistigen Welt dadurch, dass wir eingehen auf die Geisteswissenschaft, uns im einzelnen Falle, wenn wir der Autorität gegenüberstehen, urteilsfähig erscheinen lassen. Wir werden nicht dasjenige wissen, was die Autorität wissen kann; aber wenn die Autorität etwas weiß und im einzelnen Falle dies oder jenes tut, werden wir fähig sein, es zu beurteilen.⁴²

„Warum ist der Leib so kompliziert? Damit Menschengestigkeit in Form von Liebe möglich wird.“⁴³ (Herbert Sieweke)

⁴²Rudolf Steiner: Die Verbindung zwischen Lebenden und Toten (GA 168), Dornach 1984, S. 110.

⁴³Mündliche Äußerung auf einer „Arbeitswoche der Medizinischen Arbeitsgruppe am Goetheanum“, nicht datierbar.

Über das Wesen des Christlichen

ZUSAMMENGESTELLT VON ELISABETH VON KÜGELGEN

Hier finden Sie Aussagen aus dem Werk Rudolf Steiners über das Allgemein-Christliche in der Waldorfpädagogik. Es geht um geistige Impulse, ein Verständnis des Christlichen, unabhängig von einer Religions- oder Kircheng Zugehörigkeit, als Hilfe menschlicher Entwicklung.

Christus und die Ichwerdung des Menschen

Auf der Erde wird der Mensch nach und nach zu einer Persönlichkeit. Er lebt sich heraus aus einem Sippen- Stammes- Rassenbewusstsein, dem sich Fühlen als Glied eines Stammes, der Gruppenseele, der Blutsbindung, der Erinnerung, die im Blute durch die Ahnenreihe lebte. „Ich und der Vater Abraham sind eins“ – da fühlt sich der Einzelne geborgen in dem Bewusstsein der Gruppenseele. Das Bewusstsein, das der Christus der Menschheit geschenkt hat, geht darüber hinaus: Das Ich hängt in seinem Bewusstsein direkt mit der geistigen Welt zusammen und kommt zum Ausdruck in dem Satze: Bevor Abraham war, war das Ich – das „Ich-bin“. Da kommt der Impuls, das „Ich bin“ anzuregen, voll in das einzelne Individuum hinein.¹

Durch das Christus-Ereignis der Zeitenwende floss der Christus-Impuls „zugleich mit dem Ich-Impuls“ in die Menschheit ein. „Christus bedeutet daher das makrokosmische Ich.“² Im Gegensatz zum

¹ Das Hereinwirken geistiger Wesenheiten in den Menschen (GA102), 1. 6. 1908, Dornach 1984, S. 191.

² Das esoterische Christentum und die geistige Führung der Menschheit (GA 130), 28. 11. 1911, S. 331f.

„Erden-Ich“ des Menschen spricht Steiner von dem makrokosmischen Ich des Christus, das er auch als „Welten-Ich“ bezeichnet.³

„Da kam der Christus Jesus und sagte ... Nicht nur zu dem Vater-Prinzip, das bis zu Abraham reicht, geht mein Ur-Ich hinauf, sondern mit dem, was den ganzen Kosmos durchpulst, ist das Ich eins; bis zu dem geht meine Geistigkeit hinauf. 'Ich und der Vater sind eins.'“⁴
„Das, was als Ich im Menschen lebt, das ist das Christus-Wesen.“⁵
„Das, was im Urbeginne bei Gott war, das ist wiedergeboren worden bei dem, den wir haben sterben sehen auf Golgatha, und der auf-erstanden ist. ... Und das, was als Christus in dem Jesus von Nazareth lebte, war das höhere göttliche Ich der ganzen Menschheit, des wiedergeborenen, in Adam als in seinem Ebenbilde irdisch gewordenen Gottes.“⁶ Als Christus in den Jesusleib einzog, ist erschienen das „wiedergeborene Menschheits-Ich“, da erst „war das göttliche Ich, von dem der Mensch stammte ... wiedergeboren.“⁷

Das Ich wird dem Menschen auf der Erde eingepflanzt und wie der alte Mond der „Kosmos der Weisheit“ ist, soll die Erde ein „Kosmos der Liebe“ werden. Die Liebe musste in der niedersten Form als geschlechtliche Liebe angelegt werden, um sich durch die verschiedenen Stufen hinauf zu entwickeln, und zuletzt sich zur rein geistigen Liebe im Menschen auszuprägen. Was im Mikrokosmos entwickelt wird, wird dem Makrokosmos eingegossen werden. Die Geister der Weisheit auf der Sonne haben Interesse am geistigen Menschen, der ewigen Individualität, die durch die Inkarnationen geht. Den Geistern der Liebe haben sie das Regiment über die einzelne Persönlichkeit in ihrer Entwicklung auf der Erde zwischen Geburt und Tod überlassen, wenn sie in einem physischen Leibe lebt. Der „Besitzer des Liebesgeheimnisses“, das ist der Sonnengeist, den wir den Christus nennen, der nicht nur Interesse an der ewigen Indivi-

³ Ebd., 9. 1. 1912, S. 214.

⁴ Das Johannes-Evangelium GA 103, 20. 5. 1908, Dornach 1975, S. 59.

⁵ Das Johannes-Evangelium GA 103, 20. 5. 1908, Dornach 1975, S. 59.

⁶ Das Johannes-Evangelium im Verhältnis zu den drei anderen Evangelien GA 112, 24. 6. 1909, Dornach 1984, S. 19.

⁷ Ebd., S. 22.

dualität des Menschen hat, sondern an jeder einzelnen Persönlichkeit der Erde, denn jede einzelne Persönlichkeit sollte geheiligt werden und auch der physische Leib vergeistigt, „erlöst“ werden, nachdem die Individualität durch die vielen Inkarnationen hindurchgegangen sein wird. Alles aber, was der Mensch aus der einzelnen Persönlichkeit als Frucht hineinbringen kann in die Individualität, erlangt er dadurch, dass er einen Zusammenhang mit dem Christus-Wesen hat.⁸

Ohne das Erscheinen des Christus auf der Erde hätte der Leib des Menschen sich immer stärker mit den Kräften der Erde verbinden müssen. Es wäre unmöglich geworden, sich als Seele in einem solchen Leib zu inkarnieren. Der Mensch könnte dann seinen Weg der Vergeistigung nicht bis zu Ende gehen. Es fehlte die Vergeistigung des menschlichen Körpers, oder, populär gesprochen, die „Auferstehung des Fleisches“.⁹ Luzifer hat der menschlichen Persönlichkeit die Freiheit gebracht, zwischen Gut und Böse zu wählen – die Geister der Liebe stehen unter der Führung des Christus und bereiten den Menschen dazu vor, dass die Persönlichkeit nach und nach übergehen kann in das Reich der Liebe. So wie wir heute leben, ist alles darauf gebaut, dass der einzelne auf Kosten der anderen lebt, auch wenn der Glaube weit verbreitet ist, dass das Wohl und Wehe des Einzelnen unabhängig sei von dem Wohl und Wehe des Anderen. In Zukunft werden wir die Gemeinschaft des Geistes entwickeln, in der es kein Wohl des Einzelnen geben wird ohne das Heil aller. Das Christentum bereitet diese Anschauung vor, es ist dazu da, sie vorzubereiten. Eine Gemeinsamkeit hat sich auf Erden zunächst ergeben durch die Liebe, die an das Blut gebunden ist. Dadurch war der pure Egoismus überwunden. Das Christentum hat nun die Aufgabe, in den Menschen diejenige Liebe zu entzünden, die nicht mehr an das Blut gebunden ist, wo das Wohl und Heil des Einzelnen nicht ohne das Wohl und Heil des anderen gedacht wird, der Mensch in jedem

⁸ Das Hereinwirken geistiger Wesen in den Menschen (GA 102), 24. 3. 1908, Dornach 1984, S. 108.

⁹ Ebd., 24. 3. 1908, S. 109f.

Menschen den „Verwandten“ sehen wird. Alles andere ist kein wirkliches Christentum.¹⁰

In den Kulturepochen finden wir, wie die Religionen Vorbereiter sind für das Christentum. Es sind nationale, Stammes-, Rassenreligionen, die mit dem Volk auftreten, aus dem sie entstanden sind, beschränkt in ihrem inneren Wesen, weil noch hervorgegangen aus den Gruppenseelen. Mit dem Christentum tritt in die Menschheitsentwicklung ein Element ein, das so recht das Element der Erdenentwicklung ist. Es stellt sich dem entgegen, dass man sich mit irgendetwas, das nur eine menschliche Gruppe ist, als Einheit fühlen kann. Vielmehr muss sich jede Seele in jeder Persönlichkeit mit dem ewigen Weltengrunde, der der „Vater“ genannt wird, und der in jeder Seele wohnt, eins fühlen können, und das drückt sich aus in dem Satz: „Ich und der Vater sind eins.“ Und gegenüber dem Alten Testament, das da beginnt mit den Worten: „Am Anfang war das Licht“, stellt das Christentum als das Neue Testament die Worte hin: „Im Urbeginne war das Wort!“ Damit war einer der größten Fortschritte der Menschheitsentwicklung gegeben. Denn bei dem Licht spricht man von etwas äußerlich Sichtbarem. Daher enthalten die alten Urkunden eine Genesis, die das Physische als eine Offenbarung des Lichtes hinstellt. Das „Wort“ aber ist das, was aus dem Inneren des Wesens hervorkommt. Im Urbeginne war nicht das Licht, sondern das Wort. Ehe alle Offenbarung des Lichtes da war, war das vom Menschen da, „was da war, was da ist, was da sein wird“ – das will das sagen, was mit dem Innersten des Menschen gemeint ist, und wovon das Johannes-Evangelium spricht. Das Johannes-Evangelium ist ein Dokument, das nicht neben die anderen gestellt werden darf; sondern das die anderen Urkunden erweitert von dem Zeitlichen zu dem Ewigen.¹¹

„Paulus nannte die sinnliche Welt nicht Illusion“, sondern er wusste: „Nicht die sinnliche Welt ist unrichtig, sondern die menschliche Erkenntnis, die durch den luziferischen Einfluss getrübt worden ist.

¹⁰Ebd., 24. 3. 1908, S. 111f.

¹¹Ebd., 24. 03. 1908, S. 114f.

... Der Mensch soll durch Läuterung seiner Kräfte die Schleier zerreißen, die ihm die Wahrheit zudecken, damit er hindurchschauen könne auf dasjenige, was er sich selber zugedeckt hat. ...“ Darum sagte Paulus: Ertöte nicht die Lust am Dasein, sondern läutere sie, denn ursprünglich war sie ein Gutes. Und das kann geschehen dadurch, dass man die Kraft des Christus in sich aufnimmt. Diese ist es, die, wenn sie die Seele durchdringt, die Seelenverfinsterung wegnimmt. ... Der Christus-Impuls muss erst allmählich durchdringen. Eine Erkenntnistheorie, die sich auf diese Tatsache gründet, ...weiß, dass es gerade unsere Erkenntnis ist, die geläutert werden soll. ... Man sollte lernen auszusprechen: „Nicht ich, der Christus in mir!“ „Das ist das geläuterte Ich.“¹²

¹²Das Ereignis der Christus-Erscheinung in der ätherischen Welt (GA 118), 27. 2. 1910, S. 88f.

Elementare Eurythmie im Kindergarten

BESPROCHEN VON NATALIE SCHRADI

Sabine Deimann: Elementare Eurythmie im Kindergarten – Sprache und Bewegung in heutiger Sicht, herausgegeben von der Initiative „Eurythmie im Kindergarten“ (EUKI) im Berufsverband Eurythmie e.V. (BVEU)



Die im April 2021 erschienene Broschüre „Elementare Eurythmie im Kindergarten“ von Sabine Deimann wurde an alle Waldorfkinderergärten in Deutschland verschickt. Zunächst für Erzieher:innen und Eurythmist:innen und die jeweiligen Studierenden konzipiert, ist sie so anschaulich, allgemeinverständlich

und zugleich wissenschaftlich fundiert geschrieben, dass sie jedem, der mehr zu diesem Thema erfahren möchte, wärmstens empfohlen werden kann: Kindergartenärzt:innen, Heilpädagog:innen, Therapeut:innen und nicht zuletzt allen Eltern.

Sabine Deimann schreibt in wunderbar lebendiger Weise von dem in der Regel wöchentlich stattfindenden „magischen Raum einer eurythmischen Märchenwelt“, der nicht nur einen herausgehobenen

„Frei-Raum“ im Kindergartenalltag, sondern zugleich für das Kind einen entwicklungsorientierten Selbsterfahrungsraum schafft. Er erschließt sich im Zusammenklang von Bewegung und Sprache, in welche die Kinder mit ihrem ganzen Sein eintauchen können. Deimann beschreibt, wie sich kindlicher Spracherwerb ganzheitlich vollzieht, das heißt, multisensorisch und im mehrdimensionalen Wechselspiel von Bewegung und Sinneswahrnehmungen in leiblich-seelisch-geistiger Resonanz.

In wunderbarer Weise gelingt es ihr, die Leser:innen an dem Zauber, aber auch dem heiligen Ernst des Geschehens teilhaben zu lassen, indem sie die Darstellung der wesentlichen Elemente der Elementaren Eurythmie mit persönlichen Erfahrungen und praktischen Beispielen einerseits, wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Neurophysiologie und -psychologie, der Entwicklungspsychologie, den Sprachwissenschaften und nicht zuletzt Darstellungen aus der Geisteswissenschaft andererseits verknüpft. Die von ihr komprimiert, differenziert und äußerst fundiert dargestellten Inhalte sind durchzogen von einem achtsamen Blick auf das Wunder alles kindlichen Ausdrucks und Werdens.

Wie die urbildhafte Wirkung einzelner Laute die Urbilder der Märchensprache plastisch verstärken und im eurythmischen Bewegen auf die leibliche Ausgestaltung der Organe, die Lebensprozesse, die Atmung und die seelische Gestimmtheit gesundend einwirken können, führt sie anhand konkreter Beispiele detailliert und unmittelbar nachvollziehbar aus.

Ähnlichkeiten, aber auch wesentliche Unterschiede zu den täglichen Bewegungsspielen im Reigen, deren Gesten ganz aus dem gefühlten Bild, den Jahreszeitenstimmungen und dem rhythmisch-musikalischen Klang der Sprache entwickelt werden, werden sorgfältig herausgearbeitet und als sich gegenseitig ergänzende Bewegungsimpulse beschrieben.

Exkurse in die Sinneslehre sowie in die Sprach- und Bewegungsentwicklung, die Beschreibung eurythmischer Bewegungsqualitäten, Angaben zum Sprechen zur Eurythmie und eine Darstellung zum

Berufsverständnis der Elementaren Kinder-Eurythmie fügen sich in der Broschüre zu einem umfassenden Ganzen zusammen, in dem sie über ihren bescheidenen äußeren Umfang weit hinauszuwachsen scheint.

Nicht unerwähnt bleiben sollen die „mitbewegenden“, inspirierenden Fotos, die ebenso wie das ansprechende Layout die beschriebenen Inhalte unterstreichen und unmittelbar anschaulich werden lassen.

Übersetzungen zunächst ins Englische und Spanische, in der Folge auch noch weitere Sprachen, ergänzt durch kulturspezifische Abbildungen, befinden sich in Arbeit.

Bestellungen über den „Berufsverband Eurythmie e.V.“, sorge@eurythmie.net; Einzelpreis 8,50 €, ab 2 Stck. 7,50 €, ab 5 Stck. 7,00 €, jeweils zzgl. Porto.

Bewegung, Spiel und Rhythmik

BESPROCHEN VON GÖTZ KASCHUBOWSKI

Ferdinand Klein: Bewegung, Spiel und Rhythmik – Drei unverzichtbare Elemente in der inklusiven Kita-Praxis. Verlag modernes lernen, € 19,95



Seit den 90er-Jahren haben Waldorfpädagogik und anthroposophische Heilpädagogik einen empathisch-kritischen Freund in den Reihen der Erziehungswissenschaftler. F. Klein, Heil- und Sonderpädagoge, international bekannter Janusz-Korzcak-Forscher, hat mit uns Veröffentlichungen und eine 16-jährige Tagungsreihe „Heilen und Erziehen“ gestaltet. Er legt nunmehr ein weiteres pädagogisches Grundlagenwerk vor.

Dass das Spiel einen, wenn nicht den entscheidenden Faktor zur individuellen Eroberung der Welt durch das kleine Kind darstellt, gilt heute geradezu als Binsenweisheit in der Pädagogik. Spielen ermöglicht es aber auch, gemeinsam Erfahrungen zu machen. So hat schon der amerikanische Reformpädagoge John Dewey darauf verwiesen, dass das gemeinsame Spiel behinderter und nichtbehinderter Kinder den Kern dessen bildet, was er demokratische Erziehung nennt (Heimlich, U.: Integrative Pädagogik. Eine Einführung. Stuttgart, 2003).

Diese Gedanken präzisiert Ferdinand Klein in seinem neuesten Buch. Gemeinsames Bewegen, sich an rhythmischen Elementen erfreuen und somit Welt gestalten, stellt für Klein den Anfang aller Bildung dar.

Leser:innen erfahren in den neun Kapitel viel zu Themen spezifischer Behinderungsbilder. Pädagogische Persönlichkeiten werden ihnen nahegebracht. Dabei dürfen Janusz Korczak und Mimi Scheib-lauer natürlich nicht fehlen. Ferdinand Klein fühlt sich beiden in besonderer Weise verbunden. Für mich als Anthroposophen ist Kleins Umgang mit Rudolf Steiner erfrischend. Klein hebt ihn weder in den (esoterischen) Himmel, noch muss er sich zunächst von bestimmten Bildern über ihn distanzieren. Steiner wird einfach im Sinne des wissenschaftlichen Diskurses in die Reihe wichtiger Denker gestellt. Seine Gedanken und pädagogischen Ideen werden neben anderen ins Gespräch gebracht.

Klein erörtert pädagogische Methoden. Dabei macht er auch ganz praktische Vorschläge zur Gestaltung der Arbeit in der (inklusive) Kita. Und nebenbei kann man die Braille-Schrift kennenlernen oder sich anfänglich mit TEACCH auseinandersetzen.

Besonders wichtig sind dem alten Heilpädagogen zwei Aspekte der Arbeit mit und für Kinder: Liebe Erzieherin, lieber Erzieher, gib dem Kind Raum. Lass es sich selbst entwickeln. Liebe Erzieherin, lieber Erzieher, Entwicklungsbegleitung kleiner Kinder heißt sich selbst zu erziehen. Wie schaust Du auf die Kinder, die sich Dir anvertrauen? Wie kommst Du zu Erkenntnissen? Hast Du feste Vorstellungen und Bilder von ihnen, oder bist Du auf dem Weg zu ihnen?

Wie bereits in seinen letzten Veröffentlichungen verzichtet Klein auf einen abgehobenen Sprachduktus. Er schreibt – ohne dabei seinen wissenschaftlichen Anspruch zu verlieren – so, dass seine Ideen und Gedanken verstanden werden. Man darf das Fachbüchlein (160 Seiten) Studierenden der (Heil-)Pädagogik, Fachschüler:innen und Eltern als Grundlagenliteratur empfehlen. Erzieher:innen, finden hier einen reichen Fundus für ihre tägliche Arbeit mit den Kindern vor.

Im Winter wird Ferdinand Klein ein Fachbuch zur Waldorfpädagogik im Kindergarten vorlegen. Wir dürfen uns schon jetzt darauf freuen.

Waldorfpädagogik und Anthroposophie

BESPROCHEN VON BIRGIT KROHMER

*Frank Linde: Waldorfpädagogik und Anthroposophie, herausgegeben von der Vereinigung der Waldorfkindergärten und der Ernst-Michael-Kranich-Stiftung Glomer.com
ISBN 978-3-9496244-00-1, € 12,-*



Das kleine, sehr ansprechend gestaltete Büchlein enthält Kernaussagen für die vertiefende Arbeit an den Grundlagen, aus denen sich der Beruf aller in der Waldorfpädagogik Tätigen speist und erneuert. Linde bringt in knapper Schlichtheit alle wesentlichen Gesichtspunkte und spirituellen Gedanken: Er begründet, wie sich die Praxis der Waldorfpädagogik in einem Dreischritt entfaltet: von dem Studium der Menschenkunde über die Ausbildung einer neuen Erzieher-Gesinnung zur intuitiven Erziehungskunst. Ein besonderes

Licht fällt dabei auf die Bedeutung der Wiedergeburt als Verbindung zwischen Erzieher und Kind, die Bildmeditation aus dem Anfang der *Allgemeinen Menschenkunde*, die Konferenzarbeit als umgekehrter Kultus für die Gemeinschaft und die Zusammenarbeit mit den Engeln.

Ebenso wird die Not der Gegenwart, durch Corona verschärft, angesprochen – Digitalisierung und Distanzierung versus Verbindung zu den Elementarwesen der Natur und den höheren Hierarchien. Im letzten Kapitel wird der Frage nach dem „Geist der Waldorfschule“ nachgegangen, den Steiner in vielen seiner Ansprachen als den Geist des Christus anspricht. Um mit Nachahmung und Vorbild und Nachfolge und Autorität – den Zauberworten für das erste und das zweite Jahrsiebt – arbeiten zu können, so wird aus der Darstellung deutlich, bedarf es einer Anthropologie, die das Geistige im Menschen und in der Natur einbezieht. In der jetzigen Zeitsituation ein großer Anspruch, sich seelisch-geistig immer wieder auf den Weg des eigenen Wachstums in der tätigen Gemeinschaft zu begeben!

Sowohl für die eigene Arbeit wie auch für die Konferenzarbeit lassen sich die einzelnen Kapitel unabhängig voneinander gut bearbeiten, da die ausgewählten Zitate kenntnisreich eingerahmt sind.

Auch für die Zusammenarbeit mit den Geschäftsführenden und Vorständen in selbstverwalteten Einrichtungen gibt es zahlreiche Anregungen.

Soziale Kunst verbindet sich mit der Erziehungs-Kunst zu einer lebendigen Einheit.¹

Die gemeinsame Arbeit an den geistigen Grundlagen der Waldorfpädagogik ist eine erstrangige Führungsaufgabe jeder selbstverwalteten Einrichtung in der Bewegung.²

So könnte diese Schrift für die Waldorfpädagog:innen der frühen Kindheit eine Wegzeherung nach der Ausbildung werden und vielleicht zusammen mit dem Zertifikat zum Abschluss der Ausbildung in Fachschule oder Seminar überreicht werden. Das Buch gibt sicher auch den im kinderärztlichen Bereich Tätigen Ärzt:innen, Kunsttherapeut:innen und den Heilpädagog:innen einen fundierten Einblick in die Grundlagen der Waldorfpädagogik unter besonderer Berücksichtigung des ersten Jahrsiebtes.

¹ Seite 11.

² Seite 102.

Die Darstellung entfaltet sich, von den Dreiklängen „Leib, Seele, Geist“ und Gehen, Sprechen, Denken in den ersten drei Lebensjahren ausgehend, in die drei Jahrsiebe, und so bietet das Büchlein eine solide anthroposophische Grundlage auch für die Pädagogik im Schulalter.

Zum Abschluss noch ein Originalzitat, um Lust aufs Lesen zu machen:

Steiner begründete die Anthroposophie als „Geisteswissenschaft“. Ihren Charakter hat er in vielen Stellen dargestellt, besonders in der Einleitung zur Geheimwissenschaft im Umriss. Sie darf nicht verwechselt werden mit einer Religion. Eine Religion beruht auf einer göttlichen Offenbarung, die die Existenz Gottes voraussetzt. Anthroposophie als Geisteswissenschaft dagegen ist voraussetzungslos. Sie geht von der höchsten Fähigkeit aus, die der Mensch zum Erkennen und Verstehen der Welträtsel hat: dem Denken. Sie führt zu der jedem Menschen möglichen Erfahrung, das Denken als geistige Tätigkeit des Ich zu erleben und von da aus zu der geistigen Quelle vorzudringen, die in allem Denken lebt. Vom Erleben des Ich als Geistwesen der Seele führt der Weg weiter zur Erkenntnis anderer Geistwesen in der Natur, in der Welt, im Kosmos und im Menschen.³

Möge das Büchlein zur anthroposophischen Grundlagenarbeit anregen und zum Studium der Originalquellen ermutigen!

³ Seite 110.

Familien-Stressmanagement

BESPROCHEN VON BIRGIT KROHMER

Kirsten Schreiber: Familien-Stressmanagement – Ein Hand- und Bilderbuch für den Alltag, tredition, 2021, ISBN: 978-3-347-32098-7, € 14,99



Die erste Frage, die sich stellt, ist: „Wer hat denn die Nerven, auch noch ein Buch über Stressmanagement in Familien zu lesen?“ Ich kann Sie nur dazu ermuntern! Schon die Einleitung zeugt von der umfangreichen Praxiserfahrung der Autorin, und so lässt sich das ganze Buch durch die Lebendigkeit und die unverblümmte Ehrlichkeit stressfrei oder sogar mit Vergnügen lesen. Zumindest wenn man

über sich selbst schmunzeln kann, wenn man sich ertappt. Sie können fast auf jeder Seite in der Marginalie oder angeregt durch eine Überschrift zu lesen beginnen. Oder Sie entdecken etwas auf einer der Frageseiten – von der individuellen Stressanalyse zur Veränderungsmotivation, gefolgt von drei mal drei Fragen zum Stressmanagement.

Schon der Klappentext enthält eine anwendbare Regel zur Lebenserleichterung: „Augeblick mal“ = Innehalten, raus aus dem Reiz-Reaktionsmodus, das kann bereits für sich stehen.

Dass Beziehung immer auch Arbeit und Familie nicht per se der Ort der Erholung ist, macht aufmerksam auf eine falsche, meist tief

unbewusste Erwartung. Und wenn uns das klar ist, kann das meiste auch auf die Situation am Arbeitsplatz oder im Team angewendet werden. Nicht unbedingt die konkreten Beispiele, aber die Grundgedanken. Zum Beispiel die Erwartung: „Wir müssten uns doch von alleine gut verstehen, schließlich arbeiten wir in einer anthroposophischen Institution.“

Die Verantwortung für das Stressmanagement liegt bei den Erwachsenen, und diese prägen über das Vorbild auch den Umgang der Kinder mit Stress. Das könnte erschlagend wirken, wenn da nicht die freundlichen Einladungen wären, wie: „Ich muss gar nichts ... , aber vielleicht will ich!“ oder „Juchhu – ich spiele keine Rolle mehr ...“ Es tauchen auch bekannte Gedanken als Grundlage der Gesundheit auf, wie etwa, Denken, Fühlen und Wollen in Einklang zu bringen. Dabei ist der Duktus immer unterstützend, nie moralisierend.

Die Ausführungen zu „wenn das eigene Temperament die Führung bei der Reaktion auf Stress übernimmt“ lassen – Anregungen Virginia Satyrs folgend – alle Temperamente, jedes ein möglicher Teil von uns, lebendig vor unseren Augen stehen.

Der Band enthält ausdrucksvolle Schwarz-Weiß-Fotos einer Familie mit sechs Kindern, die teilweise den Text stimmig ergänzen.

Handgestentagung spezial

INGRID WEIDENFELD

Schwere und Leichte – Grundlagen und Qualitäten der kindlichen Bewegungsentwicklung: Das war das Motto der „kleinen“ Stuttgarter Handgestentagung Anfang Oktober 2021. Angesprochen waren Erziehende und Eltern von Kindern bis zum Alter von drei Jahren.

Seit das Institut für die Spiele von Wilma Ellersiek e. V. vor fünf Jahren die „kleine Tagung“ eingeführt hat, findet sie regelmäßig am Wochenende nach Michaeli statt. Wir sind sehr dankbar, dass dies auch in diesem Jahr wieder möglich war. Knapp 30 Teilnehmende versammelten sich vom 1. bis zum 3. Oktober 2021 in den hüllegebenden und licht gestalteten Räumen der Karl-Schubert-Schule für Seelenpflege-bedürftige Kinder in Stuttgart-Degerloch.

Berührungsspiele als sanfte Inkarnationshilfe

Thematisch richtet sich diese Tagung vorwiegend an Krippen-Erziehende und Eltern mit sehr jungen Kindern. Zentral im Tagungsangebot stehen die Berührungsspiele von Wilma Ellersiek. Diese Spiele sind speziell für das Kleinstkind kreiert worden. Einzelne davon sind bereits ab der 6. Lebenswoche durchführbar. Ellersieks Berührungsspiele bilden einen Gegenpol zum harten Inkarnationsweg, den jeder Mensch gehen muss, indem er sich nach dem Aufenthalt im wässrigen Uterus gewissermaßen an der Welt stößt. Die Auseinandersetzung mit der Schwerkraft ist das erste, was jedes neugeborene Kind vollziehen muss. Mit den zarten Berührungen, begleitet von rhythmisch-musikalisch gestalteter Sprache, schwingt an das Kind

eine sanft-umhüllende Zuwendung heran. Das Kind darf sich hier eingeladen fühlen, in seinen Erdenleib wohligh einzuziehen. Also wenden sich die Berührungsspiele ganz aus dem Umkreis kommend dem Kind zu: Erst werden nur die Fingernägel betupft, dann die obersten Fingerglieder umfasst und zart bestrichen. Dann erst findet eine respektvolle Begegnung der Handinnenflächen des Kindes und des Erwachsenen statt, um schließlich das Kinderhändchen zur Faust geschlossen mit beiden Händen zu umhüllen. Zu diesem Bewegungsablauf tönen die fast gesungenen Worte an das Kinderohr heran:

Dub-dub-dub-dub-dub,	(die Nägel werden betupft)
zub-zub-zube-le-zub,	(die oberen Fingerglieder werden bestrichen)
ei – ei –	(die Handinnenflächen begegnen sich)
schumschei – schumschei.	(die Hände des Erwachsenen umhüllen die Faust des Kindes)

Fast alle Berührungsspiele von Wilma Ellersiek nähern sich „von draußen kommend“ über die Finger oder Zehen dem Kinde langsam an; erst am Ende eines jeden Spieles ist die „Einheit“ der Hand, des Fußes oder in einer Umarmung das ganze Kind erreicht. Dieses spiegelt sich in den begleitenden Worten wider, deren Anzahl sich reduziert. Die Behutsamkeit, die Achtsamkeit und Wachheit der Kind-Persönlichkeit gegenüber, die diese Spiele vom Erziehenden fordern, übertrug sich auf die Tagungs-Teilnehmenden. So entstand eine feine, respektvolle Atmosphäre, die jeder/jedem Anwesenden Raum zur eigenen Entfaltung ließ.

Kleinste Raum-Bewegungs-Spiele für die Krippe

Außer den Berührungsspielen wurden dieses Mal kleinste Raum-Bewegungs-Spiele in Kombination mit Handgestenspielen oder bewegungsbegleiteten „Erzählchen“ angeboten. Kinder im Krippenalter sind noch nicht in der Lage, bestimmte Schrittfolgen auszuführen. Im kindlichen Bewegungsrepertoire bereits enthalten ist das Gehen, das Um-sich-selbst-Drehen und ein erstes ungelenkes Hopsen. Das

Bewusstsein für den rückwärtigen Raum ist noch nicht erwacht, genauso wenig wie die Wahrnehmung der anderen zur Bildung eines Kreises. Ein für Krippenkinder mit- oder nachvollziehbares großmotorisches Angebot („Tänzchen“) beschränkt sich folgerichtig auf freies, Takt-ungebundenes Gehen im Raum, begleitet von einem heiteren Lied. Ist das Lied verklungen und die Gruppe allmählich zum Stehen gekommen, darf sich jedes Kind am Boden niederlassen. Jetzt kann noch ein kurzes Handgestenspiel oder „Erzählchen“, wie Ellersiek das nennt, angeboten werden. Auf wie viele scheinbar unbedeutende Kleinigkeiten hierbei geachtet werden muss, damit das Angebot den Krippenkindern „auf den Leib geschneidert“ ist, konnte von den staunenden Tagungs-Teilnehmenden erfahren werden.

Eurythmie und Physiosophie zur eigenen Stärkung

Die Tagung umfasste indes nicht nur das von Ellersiek für Kinder geschaffene Angebot. Zur Stärkung der eigenen Lebenskräfte der Teilnehmenden begann jeder Tagungstag mit Eurythmie, angeleitet durch die Gastdozentin Beatrice Jeuken-Stark. Gleichfalls als Gastdozentin arbeitete Petra Lutz mit den Teilnehmenden auf dem Gebiet der von ihr entwickelten Physiosophie. In der aktiven, durchaus erfrischenden Auseinandersetzung mit den gegensätzlichen Kräften der Schwere und der Leichte, dem Thema der Tagung, wurde für die Teilnehmenden spürbar, welchen Entwicklungsweg ein Kind zurücklegt, bis es auf seinen Beinen stehen und gehen kann.

100 Jahre Wilma Ellersiek

Während der 2021er Tagung gab es einen runden Geburtstag zu feiern: Wilma Ellersiek wäre am 15. Juni dieses Jahres 100 Jahre alt geworden. Ein Anlass also, für Ellersiek eine Gedenkstunde abzuhalten. Erziehende, die sich mit ihrem Werk ernsthaft ühend vertraut machen, verdanken ihr viel. Ihre von der anthroposophischen Menschenerkenntnis inspirierten Spiele, die sprachlich, musikalisch und gestisch kunstvoll durchgestaltet sind, schenken den Kindern dieser Welt seelische Nahrung auf höchstem Niveau. Dass die Beschäfti-

gung mit diesen einzigartigen Spielen nicht nur für die Kinder ein Geschenk sind, das erfuhren die Teilnehmenden dieser Tagung am eigenen Leib – ganz offensichtlich gestärkt und erfrischt haben sie nach dem Tagungsende am Sonntagmittag die Heimreise angetreten.

Zum 100. Geburtstag von Wilma Ellersiek

Als Professorin für Rhythmik, Schauspiel und gesprochenes Wort an der Hochschule für Musik in Stuttgart widmete sich Wilma Ellersiek insbesondere der Wirkung von Rhythmus auf das Kind im Vorschulalter – zu einem Herzensanliegen wurden Handgesten- und Bewegungsspiele, die noch viele Generationen begleiten können:



Wilma Ellersiek
Wer schleicht heran mit leiser Tatz?
Handgesten- und Bewegungsspiele
mit Tiermotiven
Überarbeitete und ergänzte Neuauflage
(2. Auflage) | 128 Seiten, geb. | € 24,- (D)
ISBN 978-3-7725-2666-4



Wilma Ellersiek
**Berührungs- und Handgestenspiele für Kinder
zwischen 0 und 9 Jahren**
112 Seiten, gebunden | € 23,- (D)
ISBN 978-3-7725-2662-6

Alle Bände hrsg. von Ingrid Weidenfeld, mit
farbigen Fotos von Charlotte Fischer und s/w-
Illustrationen von Friederike Lögters.



Wilma Ellersiek
Die tanzende, spielende Hand.
Rhythmisch-musikalische Hand-
und Fingerspiele
3. Ausgabe,
103 Seiten, geb. | € 23,- (D)
ISBN 978-3-7725-2665-7



Wilma Ellersiek
Wer schleicht heran mit leiser Tatz?
Handgesten- und Bewegungsspiele
mit Tiermotiven
DVD
Hrsg. von Ingrid Weidenfeld.
€ 20,- (D) | ISBN 978-3-7725-3166-8

**Zu einigen Büchern der
beliebten Ellersiek-Spielen
gibt es neu auch Video-
anleitungen!**



Wilma Ellersiek
Die tanzende, spielende Hand
Rhythmisch-musikalische Hand-
und Fingerspiele
DVD
Hrsg. von Ingrid Weidenfeld.
€ 20,- (D) | ISBN 978-3-7725-3165-1

Freies Geistesleben : *Kinder wahr nehmen*



Menschenbetrachtung mit Alexander Schaumann

11. und 12. März 2022

Mit Auge und Ohr den Menschen wahrnehmen – was zeigt sich, wenn wir uns Zeit dafür nehmen?

Unter ‚Kennenlernen‘ verstehen wir in der Regel kennenzulernen, was den Anderen beschäftigt. Damit meinen wir sein Inneres, das durch die Sprache vermittelt wird. Unser Äußeres ist aber nicht weniger vielsagend. Es erzählt nicht von Inhalten, sondern von unserem Wie, das für den Umgang miteinander sicherlich nicht weniger von Bedeutung ist.

Gehen, Stehen, Blicken, Sprechen (Stimme) sind die klassischen Gesichtspunkte, unter denen wir den Menschen betrachten.

Anmeldung unter

www.extrakurse.de

Ernährungsrundbrief

Michaeli - Herbst
3-2021

Vom Anbau zur nachhaltigen Ernährung

Biodynamische Landwirtschaft und Salutogenese

Was uns nährt

Was sagen Güte- und Handelsklassen aus?

Melatonin - das Schlafhormon

Rezepte: Getreide und Gemüse

Zeitschrift für anthroposophische Ernährung
4 x jährlich Jahresabonnement € 22,-
Ausland € 26,-

- Kostenloses Probeheft auf Anfrage -



Arbeitskreis für Ernährungsforschung e.V.
Niddastr. 14, 61118 Bad Vilbel Tel. 06101-521875
Email: info@ak-ernaehrung.de



Der Merkurstab

Zeitschrift für Anthroposophische Medizin
Journal of Anthroposophic Medicine

- Grundlegende Darstellungen zu Krankheitsbildern und Indikationen
- Fallberichte aus der ärztlichen und therapeutischen Praxis
- Psychotherapie, Eurythmietherapie, Kunst- und Sprachtherapie
- Anthroposophische Pflege
- Anthroposophische Arzneitherapie

Zugriff auf über 7.000 Artikel
im Merkurstab Online
6 gedruckte Hefte im Jahr

Der Merkurstab | AboService
Kladower Damm 221, 14089 Berlin
T +49 (0)30 208 982 68-0
F +49 (0)30 208 982 68-9
service@merkurstab.de
www.merkurstab.de/abo

www.merkurstab.de | www.anthromedics.org

Die Medizinisch-Pädagogische Konferenz wird vom Bund der Freien Waldorfschulen herausgegeben.

Der Impuls zu diesem Forum geht auch auf den ersten Rundbrief für die Jungmediziner zurück, den Rudolf Steiner und Ita Wegman mit der innigen Aufforderung an die Medizinstudierenden schrieben, mit den Pädagogen zusammen zu arbeiten.

Die Medizinisch-Pädagogische Konferenz bzw. einzelne Artikel werden auch international viel genutzt, vor allem in Ländern, für die Übersetzung und Druck ganzer Bücher nicht leistbar ist. So wird ein interdisziplinärer Austausch ermöglicht und das Teilhaben an Entwicklungen, auch wenn es nicht möglich ist, bei Tagungen dabei zu sein. Die Rubrik „Beiträge von Leser:innen“ bietet Raum für Forschungsfragen, Arbeitshypothesen und für fachlichen Austausch.

Die Medizinisch-Pädagogische-Konferenz lebt von der Initiative der Autorinnen und Autoren.

Sie können die Arbeit der Medizinisch-Pädagogische Konferenz unterstützen, indem Sie diese abonnieren oder ein Abonnement verschenken.

Artikel können Sie senden an:

Birgit Krohmer

mpk@waldorfschule.de

Die Abbuchung erfolgt jeweils im Januar für das laufende Kindergarten- und Schuljahr.

Wenn Sie eine Anzeige bei uns wünschen, wenden Sie sich bitte an Frau Strähle.

Hefte, Abonnements und Anzeigen:

Britta Strähle

mpk-abo@waldorfschule.de

[Sibylle Alberti-Enneking](#)

s.alberti-enneking@web.de

Holzbildhauerin, Kunsttherapeutin und Waldorferzieherin

[Dr. Götz Kaschubowski](#)

drgoetzkaschubowski@t-online.de

Sonderschullehrer und Diplompädagoge

[Birgit Krohmer](#)

mpk@waldorfschule.de

Waldorferzieherin, Heileurythmistin

[Elisabeth von Kügelgen](#)

e.vonkuegelgen@gmx.de

Waldorflehrerin, Leitung des Weiterbildungsstudiums
für freien Religionsunterricht

[Dr. Thomas Külken](#)

info@menschenkunde-kuelken.de

Arzt, Allgemeinmediziner

[Jos Meereboer](#)

jos.meereboer@gmail.com

Seminarleiter und Vortragender für Erziehung, Pädagogik,
Heilpädagogik und Malerei.

[Daniel Moreau](#)

danielmoreau@web.de

Maler

[Dr. Natalie Schradi](#)

n.schradi@web.de

Fachärztin für Allgemeinmedizin, Schul- und Kindergartenärztin

[Ingrid Weidenfeld](#)

ingrid.weidenfeld@t-online.de

Musikpädagogin, Rhythmikerin, Handgestenspielerin

TERMINE

1. bis 3. 3.2022	Kaltenkirchen	Handgestentagung www.handgestenspiele.de
11./12. 3. 2022	Tübingen	Alexander Schaumann Menschenbetrachtung www.extrakurse.de
4. bis 7.6.2022	Hannover	Pfingsttagung der Vereinigung der Waldorfkindergärten Von der träumenden Seele und dem schlafenden Geist des Kndes Der Zauber des Erwachens – die Kunst des Erweckens www.pfingsttagung.org
15. bis 18. 6 2022	Dornach	Care One Kleinkindkongress «Ich fühle mich in Deinen Au- gen gut» Wie entstehen Vertrauen, Wär- me und Autonomie im Zusam- mensein zwischen Erwachse- nem und Kind? Goetheanum