



MARTIN
STRAUBE

EINFÜHRUNG IN DIE ANTHROPOSOPHISCHE
MENSCHENKUNDE



Die Bremer Stadtmusikanten

Inhalt

Das anthroposophische Menschenbild.....	3
oder: die Bremer Stadtmusikanten	3
Ein archetypisches Bild: die Bremer Stadtmusikanten	3
Es war einmal ... von der Krankheit zur Gesundheit	4
Die „Stadtmusikanten“ am Menschen beobachten	5
Wenn die Räuber ins „Haus“ einfallen.....	6
Krankheiten in den vier Wesensgliedern	6
„Esel“	6
„Hund“	7
„Katze“.....	7
„Hahn“	8
Ein Gewinn für die Diagnose und Therapie	8
Das anthroposophische Menschenbild oder:.....	10
die Bremer Stadtmusikanten (Teil 2).....	10
Arzneitherapie	11
Äußere Anwendungen	11
Selbstregulation	12
Kunsttherapie	12
Die Sonderstellung der Heileurythmie	13
Die Meditation	14
Das therapeutische Gespräch.....	14
Die Seele braucht Bilder	15
Die Kunst des Heilens.....	15
Kliniken und Therapeutika.....	16
Therapeutische Grundgesten	16
Stützen und Grenzen setzen.....	16
Schonung, Assistenz und Entzug.....	16
Reizen, Aktivieren und Zurückdrängen	17
Selbständigkeit und Selbstbestimmung	17

Das anthroposophische Menschenbild

oder: die Bremer Stadtmusikanten

Der Mensch ist das komplizierteste Wesen der Natur. Ihn und seine Prozesse einfach zu erklären, wird seiner Komplexität nie gerecht. „Die einfachere Erklärung ist der komplizierteren vorzuziehen“ ist ein methodischer Griff, der die Erfolgsgeschichte der positivistischen Naturwissenschaft vorangetrieben hat. „Einfacher“ bedeutet: ein komplexes System wird dadurch verstanden, indem man seine Teile beschreibt. In Bezug auf den Menschen hat das zu einer Fülle von Fakten und Daten geführt, die niemand mehr überschauen kann.

Ein Student der Biologie muss sich nach wenigen Semestern entscheiden, welchen Schwerpunkt er legen will. Niemand kann heute mehr die Informationsfülle allein der Biologie fassen. Der Mensch ist aber mehr: Anatomie, Biologie, Physiologie, Psychologie, Soziologie, Ethik und Religionswissenschaften, um nur einige zu nennen, sind jeweils solche nicht mehr zu überblickende Fachgebiete, die alle nur einen Aspekt des Menschen zu greifen suchen und durch unterschiedliche Blickrichtungen, unterschiedliche Theorien und unterschiedliche Fachsprache auch nicht mehr miteinander kommunizieren können.

So steht eine schier unendliche Fülle von Einzelheiten zur Verfügung, um die Frage zu klären, wer und was der Mensch sei. Allein, niemand kann sie mehr fassen. Wer sich von einem Anatom oder einem Psychologen betrachtet fühlt, fühlt sich immer nur teilweise wahrgenommen.

Die anthroposophische Menschenkunde macht in dieser unübersichtlichen Situation ein interessantes Angebot. Mit den „Wesensgliedern“ bietet sie ein Ordnungssystem für die Fülle an Details, ein Ordnungssystem, das die verschiedenen Wissensgebiete verknüpft und miteinander korrespondenzfähig macht. Die Anthroposophie erfindet nichts zum Menschen hinzu. Sie fasst Funktionen und Phänomene zusammen unter Überschriften. Solche Überschriften könnten sein: Stabilität, Aufbau, Abbau und Koordination.

Ein archetypisches Bild: die Bremer Stadtmusikanten

Das Märchen von den Bremer Stadtmusikanten ist ein archetypisches Bild, das davon handeln könnte. Es handelt von vier Tieren, die sich nicht kennen, die am Ende sind und Reißaus nehmen.

Der Esel trägt Lasten, die er von A nach B bewegt. Er wird charakterisiert als ein Tier, das eine physikalische Leistung in einer physikalischen Welt vollbringt. Um das Gewicht aushalten zu können braucht er Stabilität. Die Kräfte, die dem Organismus Stabilität verleihen, nennt Rudolf Steiner „physischer Leib“. Es ist die Zusammenfassung aller Prozesse, die für Stabilität sorgen, die physische Organisation. Am stabilsten in diesem Sinne ist das Mineralreich, mit dem die physische Organisation verwandt ist.

Der Hund wird im Märchen am wenigsten beschrieben. Wir kennen ihn aber als guten Freund und Gefährten. Er hat die seltene Eigenschaft, dass er sich immer freut, wenn wir nach Hause kommen, egal ob wir müde, munter, gestresst, entspannt, genervt oder fröhlich sind: er ist das einzige Familienmitglied, das sich immer freut, wenn der Chef da ist. Er beschützt uns, er apportiert, und egal wie oft wir das Stöckchen fortwerfen, es kommt immer zurück. So sind die Lebenskräfte. Sie sind zu uns hin orientiert, sie sind für uns da. Sie helfen uns, sie beschützen uns als Immunsystem und egal, wie sehr wir

über Tag mit unseren Kräften Raubbau getrieben haben, Nacht für Nacht regenerieren sie uns. Sie bauen uns auf. Alles, was Leben ist, ist Aufbau. Rudolf Steiner nennt diese zusammengefassten aufbauenden Kräfte „Ätherleib“. Es ist die Organisation, die das Leben erhält, gestaltet, die uns wachsen lässt und gesund erhält. Es ist die Lebensorganisation. Der gewaltigste Aufbau in der Natur findet im Pflanzenreich statt. Mit diesem ist die Lebensorganisation verwandt. Alle Aufbauprozesse finden im flüssigen Milieu statt. In der Flüssigkeit des Organismus ist die Lebensorganisation zuhause. Sie hält alles im Fluss.

Anders die Katze. Sie wird beschrieben als das Tier, das Mäuse fängt und tötet. Ferner ist sie nachts unterwegs und nur tags zuhause. Auch wir haben die Kräfte der Aggression und der genießerischen Wohligkeit. Unsere Seele ist in das Spannungsfeld von Antipathie und Sympathie, von Aggression und Begehren, Tanatos und Libido eingespannt. Unsere Seele ist tags präsent, wenn wir wach und empfindungsfähig sind. Nachts ist diese Empfindungsfähigkeit weitestgehend erloschen. Was uns empfindungsfähig und reaktionsfähig auf diese Empfindungen macht, sind die Sinne und das Gehirn. Reagieren können wir durch das Bewegungssystem. Durch diese Aktivität des Nervensystems, durch Bewegung und durch Empfindungen wie Stress usw. verbrennen wir, bauen wir ab. Alles, was uns empfindungsbegabt macht, basiert auf dem Abbau dessen, was die Lebensorganisation aufgebaut hat. Bewusstsein entsteht im Verdrängen der Lebendigkeit. Bewusstsein macht uns müde – bis der Schlaf uns nachts regeneriert. Die Zusammenfassung dieser abbauenden Prozesse, fasst Rudolf Steiner in einer Organisation zusammen, die er „Astralleib“ nennt. Es ist die Organisation, die den Organismus durchorganisiert, strukturiert, ihn bewegt und mit Abbau durchzieht: die Empfindungsorganisation. Die Empfindungsfähigkeit hat der Mensch mit dem Tierreich gemeinsam. Aller Abbau bedarf der Verbrennung und die Verbrennung braucht einen Gashaushalt. In dem Gashaushalt ist die Empfindungsorganisation zuhause.

Eine wieder andere Qualität kommt im Hahn zum Ausdruck. Er schreit auf dem Mist und hat gerade gutes Wetter prophezeit. Er ist das einzige Tier, das über den Tag hinaus blicken kann. Ferner ist es der Hahn, der uns morgens weckt. Werden wir wach, wenn der Wecker klingelt, oder sind wir erst wach – nach Dusche und Kaffee – wenn wir im Vollbesitz unserer geistigen Kräfte sind? Es sind diese geistigen Kräfte, die über den Tag hinaus blicken können. Die bloße Empfindungsfähigkeit reagiert auf das, was gerade ist. Einzig der Mensch kann diese Reaktionen lenken. Er kann der Schokolade widerstehen, wenn er sich vorgenommen hat, Gewicht zu reduzieren. Diese Qualität, die zu der Empfindungsfähigkeit hinzukommt, ist rein menschlich. Dieses „Ich“, wie Rudolf Steiner sie nennt, es ist Quelle seines Engagements, mit ihm erwärmt er sich für seine Ideale. Es verschafft ihm Identität und zeigt sich in seiner biographischen Entwicklung. Wenn der Mensch sich geistig erwärmt, wird es ihm auch physisch warm. Dieser Wärmeorganismus ist typisch für den Menschen. Er ist Rekordhalter gegenüber den Tieren in Bezug auf seine Wärmeresistenz. Das schafft er durch seine besondere Haut, die extrem wärmeregulationsfähig ist und durch seine Anatomie mit dem optimalen Oberflächen-Volumen-Verhältnis.

Es war einmal ... von der Krankheit zur Gesundheit

Diese vier Gestalten, die Bremer Stadtmusikanten, sind nun in einem bedauerlichen Zustand. Sie sind alt und schwach geworden und sollen aus dem Futter geschafft werden, können sich also nicht mehr ernähren. Zudem sind sie ohne Kenntnis voneinander in verschiedene Gegenden zerstreut, sie haben keinen Kontakt zueinander. Es ist das Bild der Krankheit. Die Wesensglieder sind nicht koordiniert zueinander,

arbeiten nicht sinnvoll zusammen, was sie schwächt und ihnen die Möglichkeit nimmt sich zu ernähren. Sie können ihre Aufgaben nicht mehr erfüllen. Wenn dieser Zustand eintritt, ist der Mensch krank, da in der Gesundheit dem Menschen ja gerade die volle Funktionsfähigkeit der Wesensglieder, ihre Stärkung (Ernährung) im Tun und ihre Stärke zur Verfügung stehen. Tritt ein unkoordiniertes Verhältnis der Wesensglieder auf, schwächen sie sich und es leiden ihre Funktionen.

Nun ist es im Märchen der Esel, der Reißaus nimmt, sich auf den Weg nach Bremen macht und durch Kunst, Musik, seinen Unterhalt verdienen will. Er trifft erst den Hund, dann die Katze und zuletzt den Hahn, und sammelt sie auf, um mit ihnen zu ziehen. Am Abend kommen sie in einen Wald und wollen schlafen. Esel und Hund legen sich auf den Boden, Katze und Hahn klettern und fliegen auf den Baum. Da sieht der Hahn in der Ferne ein Licht und weckt die anderen und führt sie zu dem Haus, aus dem der Lichtschein kommt.

Es ist in der Regel der physische Leib, an dem wir Krankheit gewahren durch schmerzverursachende Deformation, durch das Bemerkens eines Knotens, eines Ausschlages, einer Lähmung oder Ähnlichem. Er veranlasst uns etwas zu tun, einen Arzt aufzusuchen, uns ins Bett zu legen oder auszuspannen. Wenn wir uns Schlafen legen, machen wir es genauso wie die Stadtmusikanten. Den physischen Leib und die Lebensorganisation legen wir ins Bett, die Empfindungsorganisation und das Ich gehen nach „Oben“ um sich zu regenerieren – in unserem Märchenbild in den Lebenskräftespendenden Bereich des Baumes. Ich und Seele sind nachts nicht selbstbewusst im belebten Leib anwesend, es entsteht ein Traum- oder Schlafbewusstsein. Ein ähnliches Schlafbewusstsein im Bezug auf sich selbst ist auch beim wollenden Menschen vorhanden. Dabei ist nicht die *Vorstellung* von dem was ich will gemeint, diese spiegelt nur sekundär meinen Willensimpuls. Gemeint ist das tätige Sich-Verbinden mit einer Handlung, mit einem schicksalsmäßigen Impuls oder mit einem Werkstück. Ich und Seele sind dann „bei der Sache“ und nicht „bei sich“. Im Schlaf schließe ich mich an die Region meines Schicksals wieder an, was sich an dem Bedürfnis spiegeln kann, eine mögliche schwerwiegende Entscheidung noch einmal zu „überschlafen“. Immer aber übernimmt in einer solchen Situation das Ich die Führung, wie im Märchen der Hahn. Das Ich koordiniert die anderen Glieder seiner Organisation.

Am Ende des Märchens finden die vier Tiere ihre Ordnung zueinander und werden gemeinsam kreativ tätig. Ging es ihnen zuvor schlecht, als sie sich nicht kannten, so sind sie nun, nachdem sie das Haus betreten haben, wieder gut bei Kräften. Dies gemeinsame Tätigsein ist hier Bild der Gesundheit. Sind die Wesensglieder ohne Kontakt, so sind wir krank. Arbeiten sie koordiniert zusammen, so sind wir gesund.

Die „Stadtmusikanten“ am Menschen beobachten

Stabilität, Aufbau, Abbau und Koordination sind vier Prozessdynamiken, die sich wiederum aus tausenden einzelner Prozesse zusammensetzen. Rudolf Steiner fasst hier Prozesse zusammen, die als geschlossene Kräftesysteme im Organismus wirken. Kräfte sind nicht sinnlich wahrnehmbar. Die Schwerkraft beispielsweise können wir nicht sehen, nicht anfassen, aber wir können ihre Wirkung beobachten. So auch bei den Wesensgliedern: Ihre Wirkungen können am Menschen beobachtet, sinnlich wahrgenommen werden. Leib, Seele und Geist sind „stabil“ (Esel), lebendig (Hund), empfindungsfähig (Katze) und individuell (Hahn).

Leicht nachzuvollziehen ist das beim Leib, der sowohl stabil gebaut, als auch lebendig ist; er ist empfindungsfähig und individuell.

Ebenso ist die Seele beobachtbar. Auch die Seele ist stabil. Ein Choleriker gerät relativ stabil beim Überschreiten einer gewissen Reizschwelle in Wut, ein Melancholiker bei einem relativ stabilen Grad an Überforderung ins Klagen usw. Die Seele lebt! Sie ist entwicklungs- und aufbaufähig, z.B. lernfähig. Wir können uns adaptieren an neue Bedingungen, was ein wesentlicher Prozess der Lebensorganisation ist. Wir können uns innerlich aufbauen durch schöne Erlebnisse und wohlige Gefühle, die unsere Seele im Fluss halten. Natürlich ist die Seele empfindungsfähig und bewegt. Bewegende Gefühle bringen frischen Wind in unser Gemüt. Und sie ist individuell, je nach Neigungen, Erfahrungen und Temperament.

Auch geistig ergeben sich beobachtbare Wirkungen der Wesensglieder. Stabilität z.B. ist hier in der Zuverlässigkeit wiederzufinden, in festen Grundsätzen und Überzeugungen, die nicht je nach Gesprächspartner wechseln. Wir sind geistig entwicklungsfähig, also lebendig. Durch Lernen, durch Üben, durch Reifung, Erfahrung und Reflexion bauen wir unsere geistigen Fähigkeiten auf. Geistiges Tun bringt immer Abbau mit sich – wie die Bewegung: Beim Training bauen wir ab. In der Nacht erfolgt die Aufbauantwort des Muskels. Genauso ist es mit unseren geistigen Bewegungen und Dramen. Wir bauen alte Meinungen und Sichtweisen ab, um neue zu erwerben. Wir bewegen unsere Aufmerksamkeit dynamisch auf neue Felder zu, analysieren und diskutieren sie, „nehmen sie auseinander“, je engagierter wir sie zu verstehen suchen. Und unser Geist ist der Ort unserer größten Identität und Individualität. Hier brennt das „innere Feuer“, hier planen wir, hier fassen wir Ziele. Die Koordinationsleistung des Ich bündelt die Dynamik und das Lernen zu stabilen Fähigkeiten.

Wenn die Räuber ins „Haus“ einfallen

Fallen leiblich, seelisch oder geistig diese vier Prozessqualitäten auseinander, sind wir krank. Unsere Gesundheit können wir begreifen als deren koordiniertes und kreatives Zusammenwirken. „Räuber“ können das stören. Physische Vergiftungen, Infekte mit anderen Lebewesen, Konflikte, die wir empfinden und Sinnkrisen, die unsere Ideale in Frage stellen, können mal das eine, mal das andere Wesensglied in Beschlag nehmen, so dass es bei dem Konzert ausfällt. Durch Fieber, Engagement oder durch das Neuerwärmen für unsere Ziele können solche Erkrankungen überwunden werden. Dann sind sie gutartig. Erkalten wir leiblich, seelisch oder geistig, so werden die Erkrankungen chronisch, konsumierend und kräftezehrend. Wenn alle vier gut zusammenspielen, können die Räuber abgewehrt werden. Dann sind die Stadtmusikanten im Haus, d.h. im Leib, in der Seele oder im Geist anwesend.

Krankheiten in den vier Wesensgliedern

In Krankheitszuständen können wir beobachten, welche Wesensglieder gut arbeiten, und wo sie zu schwach oder zu dominant sind.

„Esel“

Im *Leib* kann die Stabilität der physischen Organisation eine zu große Festigkeit bewirken, wenn sie von den anderen Wesensgliedern nicht recht belebt, dynamisiert und durchwärmt ist (Steinbildung, Verkalkung, Tumoren). Oder es kann die Stabilität

aufgelöst werden, wie es bei vielen entzündlichen Prozessen der Fall ist, wenn die anderen Wesensglieder den Leib mit zu starkem Aufbau oder Abbau und zu großer Wärme durchdringen.

In der *Seele* kann auch eine zu große Festigkeit entstehen: Wenn kaum Entwicklung möglich ist, alte Strukturen nicht abgebaut werden und das Ich sich für die entstanden Probleme nicht erwärmt. Dann kommt es zu sehr stabilen neurotischen Reaktionen, wie Komplexen und eingefahrenen Reaktionsmustern. Umgekehrt kann die seelische Stabilität verlorengehen bei emotionaler Instabilität, Vergesslichkeit und Unsicherheit, wenn Entwicklungsimpulse oder die Dynamik zu stark sind und das innere Feuer sich für alles gleichermaßen erwärmt: für Liebe und Hass, für das eigene Leid ebenso, wie für dafür, dass es anderen immer besser geht.

Eine zu große Stabilität im *Geist* liegt in Zwängen vor oder der Depression; eine zu geringe Festigkeit im unsteten Opportunismus oder der Manie.

„Hund“

Eine Lebensorganisation, die zu stark ist, beobachten wir im *Leib* bei dicklich und feucht aufgeschwemmten Konstitutionen. Lymphatische Diathesen, mit laufender Nase und röchelndem Rachen, bei feuchten Ekzemen und Wucherungen werden hier beobachtet. Zu dünne, zu trockene aufbaugeschwächte Menschen, besonders bei Kachexie zeigen eine zu schwache Lebensorganisation im Leib.

In der *Seele* ist eine ordentlich arbeitende Lebensorganisation für die Aufmerksamkeit, die Offenheit und Aufnahmefähigkeit zuständig. Überwiegt sie, also stabilisiert die physische Organisation, dynamisiert die Empfindungsorganisation und/oder engagiert sich das Ich nicht ausreichend, so wird die Seele träumend, assoziativ, losgelöst von allen Realitätsbezügen, es kommt kein Satz zu einem ordentlichen Ende, der betroffene Mensch kommt in jedem Halbsatz auf eine andere Assoziation, der er folgt, bevor der vorherige Gedanken zu Ende gedacht ist. Extrem finden wir dies bei Psychosen. Hier kann man die Bäume vor lauter Wald nicht sehen. Ist die Lebensorganisation hier zu schwach, so ist die Aufmerksamkeit nicht ausreichend und fixiert sich zu stark im Detail, ohne loslassen zu können. So ein Mensch sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht. Kinder haben mehr Lebenskräfte, als ältere Menschen. Ein Überwiegen der Lebensorganisation im *Geist* führt oft zu kindlichen bis infantilen Zügen (Retardation). Eine zu schwache Lebensorganisation hingegen lässt altklug erscheinen. Der Mensch wirkt zu alt (Propulsion). Rudolf Steiner betont, dass die Lebensorganisation auch Träger der Erinnerung und Gewohnheiten sei. Bei der vorzeitigen Alterung, den verschiedenen Demenzformen erleben wir dieses „zu alt“ am Erinnerungsverlust, bei der Alzheimer Erkrankung auch am Verlust der Gewohnheiten.

„Katze“

Die Empfindungsorganisation baut ab. Auf dem Boden des Abbaus entsteht Empfindungsfähigkeit. Baut sie im *Leib* zu stark ab, so äußert sich diese Empfindung als Schmerz, als Juckreiz, Schwindel oder Übelkeit. Die zu starke Bewegung führt zu Krämpfen der Muskulatur oder der inneren Organe. Der Tonus steigt. Auch der Blutdruck steigt. Eine Schilddrüsenüberfunktion ist ein charakteristisches Beispiel. Wenn die Empfindungsorganisation zu schwach im Leib tätig ist, wird alles hypoton, schlaff gelähmt, es kann zu einer verminderten Wahrnehmung (Taubheitsgefühlen, vermindelter Eigenwahrnehmung) führen, zu niedrigem Blutdruck, Adynamie und Ablagerungen. Eine Schilddrüsenunterfunktion z.B. erfüllt dieses Bild sehr stark. Im *Seelischen* ist eine zu starke Empfindungsorganisation immer Ursache für extrovertierte bis agitierte Zustände, delirantem Verhalten, Destruktion und Aggressionen steigern. Eine zu schwache Empfindungsorganisation liegt bei Introversion vor, gesteigert bei der

Apathie. Im *Geistigen* wird ein Mensch mit einer zu starken Empfindungsorganisation, die nicht durch die anderen Wesensglieder kooptiert wird, leicht zum verbissenen Sektierer. Er wird blind für alles was anders ist als seine Vision, sei sie nun angemessen oder halluziniert. Bei Interesselosigkeit und geistiger Adynamie liegt eine zu schwache Empfindungsorganisation vor, eine große geistige Trägheit und Regungslosigkeit, die bis zum Stupor führen kann.

„Hahn“

Das menschliche Ich führt *leiblich* zu harmonischen Körperproportionen, –reaktionen und –funktionen. Ist sie nicht durch die anderen Wesensglieder abgefedert und in sie eingebettet, wird alles heftig und heiß. Kann sie sich gegenüber den anderen Wesensgliedern nicht durchsetzen, wird alles träge und kalt. Im *Seelischen* sorgt das Ich für eine ausgeglichene Empathie, für Gefühlsauthentizität und seelische Stabilität. Eine nicht in die Tätigkeit der anderen Wesensglieder eingebettete Ich-Tätigkeit wird egoistisch, selbstbezogen und dominant. Die zu schwache Ich-Organisation hat wenig Engagement um sich zu behaupten. Es kann als Altruismus beobachtet werden, kann sich aber auch als große Selbstunsicherheit psychiatrisch äußern. Im *Geistigen* wird das Ich, wenn es dominant ist, zu einer durchsetzungsstarken Persönlichkeit führen, gesteigert zum schizoiden Typ, der nur sich selber kennt und den Kontakt zu anderen meidet, da sie ihm ohnehin nicht das Wasser reichen können. Dieser Habitus hat ein hohes Aggressionspotential und hat große Probleme mit sozialen Normen. Kann sich das Ich nicht durchsetzen, entsteht eine unterwürfige Persönlichkeitsstruktur, die es Anderen nur recht machen will und sich selbst dabei vergisst. So jemand tut alles, um geliebt zu werden und vergisst dabei ganz die eigenen Bedürfnisse. In der Psychiatrie spricht man von der depressiven Persönlichkeitsstörung.

Ein Gewinn für die Diagnose und Therapie

Eine Pflanze wie Arnika kann die Stabilität wiederherstellen, wenn durch eine Verstauchung diese Stabilität gestört ist. Sie sorgt für koordinierte Resorption von Ergüssen (reorganisiert den Flüssigkeitshaushalt), lindert den Schmerz, da sie die starke Empfindungsorganisation wieder integriert und koordiniert alle Wesensglieder bei Verletzungen. Bei seelischer Instabilität, Reizbarkeit, unterdrückter Kommunikationsfreude, Hoffnungslosigkeit und Erschütterungen infolge seelischer Traumata, vermag sie das Gleiche auf seelischem Feld. Auch Geistig ordnet und koordiniert Arnika das fragile Persönlichkeitsmuster, besonders infolge von Traumen. Dieses Einsetzen der Koordination nach Insulten ist eine Stärkung der Ich-Organisation. Dass Arnika das auf leiblichen, seelischen und geistigen Feld kann, zeigt, wie fruchtbar es ist, ein solches Modell zu haben. Denn es gibt Phänomene beim Menschen, die nur durch ein solches Modell gegriffen werden kann.

Kann man den Kanon der klassischen Wissenschaften vom Menschen in ein Schichtenmodell denken, das von der Anatomie über Biologie, Biochemie, Immunologie, Psychoneuroimmunologie, Psychologie, Soziologie und Ethik bis zur Religion führt, so kann die anthroposophische Menschenkunde, durch eine andere Blickperspektive diese untereinander kommunikationsunfähigen Bereiche wieder verknüpfen und so zu einem Blick auf eine Ganzheit führen, in der das Interesse für den Laborbefund nicht interessanter, aber auch nicht uninteressanter für die seelische Not und die biographischen Eigenheiten wird:

Religion	Stabilität	Aufbau	Abbau	Koordination
Philosophie				
Soziologie				
Psychologie				
Psycho-Neuro-Immunologie				
Immunologie				
Biochemie				
Biologie				
Anatomie				

Das anthroposophische Menschenbild oder: die Bremer Stadtmusikanten (Teil 2)

Die Beziehung der vier menschlichen Wesensglieder zueinander ist für das anthroposophische Menschenbild von zentraler Bedeutung. In seinem zweiteiligen Beitrag erklärt uns der Arzt Martin Straube die Anthroposophische Medizin und ihre therapeutischen Mittel anhand der archetypischen Bilder aus dem Märchen „Die Bremer Stadtmusikanten“.

Im Märchen von den Bremer Stadtmusikanten wird das Finden der Ordnung von Esel, Hund, Katze und Hahn zueinander in dem Bild der aufeinander gestellten Tiere dargestellt. So geordnet, machen sie ihre „Musik“. Dadurch kräftigen sie sich und können sich wieder ernähren, vertreiben die Räuber und nehmen deren Haus in Beschlag. Das ist ein urtherapeutisches Bild für einen Heilungsvorgang, der die Beziehungen der einzelnen Wesensglieder zueinander neu ordnet und ihr gesamthaftes Zusammenarbeiten im Sinne einer menschlichen Gesundheit integriert. Das kann gelingen, wenn für die einzelnen Beziehungen der Wesensglieder zueinander differenzierte therapeutische Möglichkeiten zur Verfügung stehen.

Die Anthroposophische Medizin kennt vier Therapiemittel: Arzneimittel, Äußere Anwendungen, Kunsttherapie und das Gespräch. Sie sind jeweils einem der vier Wesensglieder direkt zuzuordnen: die Arzneimittel der Physischen Organisation, die Äußeren Anwendungen der Lebensorganisation, die Kunsttherapie der Empfindungsorganisation und das Gespräch der Ich-Organisation. Darüber hinaus wirken die unterschiedlichen Formen dieser Therapiemittel auch auf die übrigen Wesensglieder (Tab. 1). Dies unterstreicht den ganzheitlichen Ansatz der Anthroposophischen Medizin.

10

	Gespräch	Kunsttherapie	Äußere Anwendungen	Arzneitherapie
Ich-Organisation (Hahn)	biographisches Gespräch	Sprache	Wärme-Anwendungen	Mineralische Substanz
Empfindungsorganisation, Astralleib (Katze)	konfliktzentriertes Gespräch	Musik	Rhythmische Massage, Einreibungen	Pflanzliche Substanz
Lebensorganisation, Ätherleib (Hund)	Gespräch in Bildern	Malerei	Bäder	Tierische Substanz
Physische Organisation (Esel)	Anwesenheit	Plastik	klassische Massage, Krankengymnastik	Menschliche Substanz

Tab. 1: Die Anthroposophische Medizin ordnet jedem der vier Wesensglieder ein bestimmtes Therapiemittel zu (farbliche Entsprechung). In unterschiedlicher Form wirken diese Therapiemittel dennoch auf alle vier Wesensglieder.

Arzneitherapie

Mit allem, was wir therapeutisch in stofflicher Form unternehmen, sprechen wir den menschlichen Organismus über seine physische Organisation an. Wenn wir ihm eine Bluttransfusion geben, ein Humaninsulin injizieren, Immunglobuline infundieren oder eine Organtransplantation veranlassen, also eine menschliche Substanz als Heilmittel verwenden, ersetzen wir einen Teil seiner physischen Organisation, wirken also auf seinen physischen Leib.

Geben wir ein tierisches Arzneimittel wie Ameise, Biene, Schlange oder ein Organpräparat, zum Beispiel vom Rind, so stellt dies einen abbauenden Reiz dar, da die stofflichen Konzentrationen eines Organpräparates vom Organismus abgebaut werden und damit dieser Abbau auch das Organ des Patienten teilweise übergreift. Dieser Abbau schränkt insbesondere die aufbauende Tätigkeit der Lebensorganisation des Menschen ein.

Mit pflanzlichen Arzneimitteln können wir auf die Empfindungsorganisation wirken.

Ein mineralisches Arzneimittel ist dem menschlichen Organismus bereits sehr fremd. Ein Arzneimittel aus Quarz zum Beispiel ruft die „Quarz überwindenden Kräfte“ im Menschen über die Ich-Organisation auf. Alle Mineralisierungsprozesse im Körper sind unmittelbar Ausdruck dieser Ich-Organisation. Der Knochen als bedeutendste mineralische Bildung im Menschen dient in seiner Formgebung und Statik, in seinen Proportionen und in seiner Konstruktionsart direkt der Ich-Organisation, die mithilfe des Skeletts den aufrechten Gang erwirbt, der für den Menschen so typisch ist.

Stoffliche Substanzen – auch feinstoffliche, homöopathisierte Substanzen – wirken also immer über den physischen Leib auf den Menschen. Von dort aus aber differenziert auf jeweils ein bestimmtes Wesensglied, je nach Substanzart und Herkunft.

Es bestehen nun weitere Modifikationsmöglichkeiten. Grobstofflich ist bei der Arzneimittelgabe direkt der Stoffwechselorganismus angesprochen (homöopathische Potenzen von D1-D6). Das Rhythmische System, das in der Atmung mit Luft und im Blut mit sehr fein verteilten Stoffen umgeht, spricht auf „mittlere Potenzen“ (D8-D15). Das Nerven-Sinnes-System, das im wesentlichen unstofflich arbeitet, wird therapeutisch direkter angesprochen durch Hochpotenzen (D20-D30).

Weitere Modifikationen bestehen darin, dass ein Arzneimittel als Tropfen, Pulver oder Tablette über den Mund in den Darm gelangt und so über das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System den Organismus anspricht. Wird es als Injektion verabreicht, gelangt es über die Organe des Rhythmischen Systems in den Organismus. Schließlich kann ein Arzneimittel als Salbe – in Form eines Salbenlappens, einer Kompresse oder als Inhalation über die Schleimhäute – den Organismus über die Sinne ansprechen.

Äußere Anwendungen

Mit den äußeren Anwendungen erreichen wir insbesondere den Organismus über die Lebensorganisation. Da die Lebensorganisation sich im Körper besonders mit dem Flüssigkeitsorganismus verbindet (Siehe Teil 1), kann das Bad ein Milieu bieten, das diese Lebensorganisation direkt anspricht.

Aber auch die anderen Wesensglieder lassen sich mit äußeren Anwendungen ansprechen. Die Empfindungsorganisation reagiert auf Rhythmische Massage und Einreibungen: Diese erzeugen an der Haut „Bewusstsein“, das je nach Art der Massagebewegung abgeleitet oder verstärkt wird. Die Ich-Organisation können wir über die äußere Wärmeanwendung ansprechen: durch ein Öldispersionsbad, Überwärmungsbad, heiße Wickel (Senf oder Ingwer) oder durch eine Wärmflasche. Die physische Organisation wird auf dem Wege der äußeren Anwendung am direktesten durch die klassische Massage oder die Krankengymnastik angesprochen.

Selbstregulation

Die Verbindung der Ich-Organisation mit der Lebensorganisation erreichen wir durch die Steigerung der Wahrnehmung von Wohlbefinden. Der deutsche Medizinsoziologe Ronald Grossarth-Maticsek hat das Phänomen der Selbstregulation – die Fähigkeit, Unwohlsein zu bemerken und zu erahnen, was im Einzelfall gut tun könnte – als „Selbstregulation“ beschrieben. Er beschreibt dies als die Fähigkeit, leiblich zu Wohlbefinden, seelisch zu Lust und geistig zu Sicherheit zu kommen. Die Schulung dieser Fähigkeiten nennt er „Autonomietraining“. Grossarth-Maticsek hat Selbstregulation für Leib, Seele und Geist differenziert und gezeigt, wie man sie diagnostizieren kann.

Die Fähigkeit zur Selbstregulation ist erlernbar. Sie fördert nicht nur unmittelbar die Lebensqualität, sondern geht auch – so Grossarth-Maticseks Untersuchungen – mit einer verlängerten Überlebenszeit bei schweren, konsumierenden Erkrankungen einher. Damit ist diese Fähigkeit mit der Gesundheit der Lebensorganisation verknüpft. Durch Ernährungsumstellung zum Beispiel, durch Gestaltung des Tagesablaufes, regelmäßige Ruhezeiten und Ritualisierung der Lebensgewohnheiten werden dazu Grundlagen gelegt.

12

Kunsttherapie

Die bisherigen Therapien, Arzneimittel und äußere Anwendungen, werden vom Patienten im wesentlichen passiv erlebt und können sogar am bewusstlosen Patienten vollzogen werden. Zu einer im eigentlichen Sinne ganzheitlichen Therapie gehört jedoch eine Ansprache des bewussten und wachen Menschen. Die Empfindungsorganisation ist dynamisch und bewegt (Siehe Teil 1). In den Emotionen der Seele erleben wir diese Bewegungen der Empfindungsorganisation deutlich wieder. Die Künste greifen diese seelischen Dynamiken direkt auf. Hier findet eine direkte Ansprache über die Seele statt, indem ihre differenzierte Art im Zusammenklang mit anderen Wesensgliedern geübt wird.

Beim plastischen Arbeiten mit Ton, Holz oder Stein wird diejenige Tätigkeit in der Seele geübt, die in der Leibesbildung die Lebensorganisation an der physischen Organisation vollzieht. Es ist der Umgang mit der Form, die stabil und statisch gehalten sein soll. Die Tätigkeit ist genauso nach außen gerichtet wie bei der Malerei: Der Patient übt äußerlich diejenige Tätigkeit, die die Empfindungsorganisation an der Lebensorganisation im Inneren vollzieht.

Musik und Sprache dagegen vollziehen sich deutlich mehr im Inneren. Hiermit bewegen wir besonders die Empfindungsorganisation und das Ich. Die Musik mit Dur und Moll, mit Disharmonie und Harmonie, mit schnell und langsam, Fluss und Staccato, Crescendo und

Decrescendo, ist unmittelbares Element der Empfindungsorganisation selber. Die Sprache formt den Atem zu Lauten, die Laute zu Worten und Sätzen, die Inhalte und Gedanken vermitteln. Die Empfindungsorganisation verbindet sich im Organismus ebenso mit dem Element der Luft, wie die Lebensorganisation sich mit den Flüssigkeiten verbindet. Diese Formung und Strukturierung des Atems in der Sprache ist, als Kunst geübt, der selbe Prozess, der im Innerseelischen stattfindet, wenn die Wirrnis und Dramatik der Empfindungsorganisation in der Seele von der Geistigkeit des Ich geordnet und geformt wird, die Not reflektiert und als Chance zu neuen Zielen umgestaltet wird.

Die Sonderstellung der Heileurythmie

Eine weitere Kunsttherapie nimmt eine Sonderstellung in der Anthroposophischen Medizin ein: die Heileurythmie. Rudolf Steiner hat mit der Eurythmie eine Bühnenkunst inauguriert, die er als „sichtbare Sprache“ und „sichtbaren Gesang“ bezeichnete. Mit Bewegungen der Glieder, gelaufenen Raumformen, Farbigkeit der Gewänder und Choreographie werden die gesprochene Sprache und die gespielte Musik als Bewegung im Raum sichtbar gemacht. Bis in einzelne Laute, in einzelne Töne, Intervalle, dramatische, epische, lyrische, harmonische oder kosmische Elemente hinein werden die jeweiligen Bewegungen zum Ausdruck von Sprache und Musik.

Man kann sich das in etwa so vorstellen: Ein Tier, etwa ein Hirsch oder ein Buckelwal, hat nur zu bestimmten Zeiten eine Stimmbildung. Dann nämlich, wenn in seinem Inneren eine große physiologische Revolution stattfindet: in der Brunstzeit. Sonst sind diese Tiere weitestgehend stumm. Stimmbildung ist hier gekoppelt an bestimmte leibliche Bildeprozesse. Der Hirsch röhrt nur während der Brunst – ihn zur Unzeit zum Röhren zu bringen, würde ihn krank machen.

Der Mensch hat seine Stimm- und Sprachbildung auf die Organe des Kehlkopfes, der Zunge, Zähne und Lippen auch funktionell reduziert. Er kann den größten Unsinn reden und wird dennoch nicht krank dabei. Dennoch unterliegt auch der Mensch denselben Bildekräften, wie sie im Tier an der Stimmbildung wahrzunehmen ist. Nur, dass beim Menschen die von ihm geformte Stimme nicht im selben Maße Einfluss auf körperliche Funktionen nimmt. Indem der ganze Mensch in seinen Bewegungen das tut, was sonst nur in den Sprachorganen vollzogen wird, kann dieser Einfluss der Stimme wieder auf den Gesamtorganismus ausgeübt werden; wenn es gelingt, dann im therapeutischen Sinne. Was das Johannes-Evangelium mit dem „schaffenden Weltenwort“ meint, dem Logos, hat mit dieser Bildekraft der Laute zu tun.

Diese Bildegesetze des Wortes oder der Laute werden in den eurythmischen Bewegungen nun nicht mit den Sprachwerkzeugen, sondern mit dem ganzen Leib ausgeführt. Die Heileurythmie ist aus dieser Kunst von Rudolf Steiner entwickelt worden. Sie macht den Menschen in gewisser Weise wieder „zum Hirsch“, da nun einzelne Lautbewegungen und Lautabfolgen vollzogen werden. Diese Übungen repräsentieren die leibliche Bildekraft, weil sie nicht nur mit den Sprachwerkzeugen vollzogen werden, sondern vom ganzen Menschen. Wählt man die richtigen Laute und übt sie – wie in der Heileurythmie – in einer verstärkten Form, so kann dies Ungleichgewichte, wie sie in der Krankheit vorliegen, auflösen. Hier liegt eine Einsatzmöglichkeit und ein Wirkspektrum vor, das die Möglichkeiten der zuvor genannten Künste zusammenfasst.

Im Rahmen einer stationären Therapie kann die Empfindungsorganisation noch vielfältiger angesprochen werden. Ein ritualisierter Tagesablauf, das gemeinsame Feiern von Festen, die

Gestaltung der Räume, die miteinander gepflegten Umgangsformen, das kulturelle Angebot und das Erleben eines sozialen Organismus bieten einen Boden, auf dem die Empfindungsorganisation des Klienten entspannen, wach werden kann und beteiligt wird.

Die Meditation

Auch über das Ich sind alle Wesensglieder differenziert ansprechbar. Das Hauptmittel ist das Gespräch. Ein weiteres Mittel sind Übungen, wie sie Rudolf Steiner an vielen Stellen seiner Werke beschrieben hat: Meditationen, die Steiner oft auch gezielt kranken Menschen empfahl. Sie sind sehr individuell gewählt und stehen heute nicht zur allgemeinen Verfügung.

Allgemeinere „seelenhygienische Übungen“, stehen ebenfalls zur Verfügung und sind geeignet, die Aktivität des Ich in den anderen, der Seele zugewandten Wesensgliedern zu stärken. Übungen wie die „Tagesrückschau“ beispielsweise, in der abends die Ereignisse des Tages rückwärts vorgestellt werden, erfordern eine starke Willensanstrengung, da die Erinnerung anders herum verläuft. Die Erinnerung kommt mehr oder minder „von alleine“, rückwärts kann der Tag aber nur vorgestellt werden, wenn man es so will. Hier greift das Ich, das im Willen lebt, sehr stark in die Vorstellung ein. Übungen dieser Art setzen eine freie Entscheidung des Betroffenen voraus und können nur von ihm selbst durchgeführt werden. Der Arzt oder Therapeut kann hier allenfalls Ratschläge geben.

Das therapeutische Gespräch

Beim therapeutischen Gespräch verhält es sich anders als bei der Meditation. Es findet im Rahmen einer Konsultation statt. Immer, wenn Interesse und Engagement im Gespräch aufleben, findet eine Wirkung vom Ich des Therapeuten zum Ich des Klienten statt. Aber auch ein solches Gespräch kann differenziert wirken.

Einen besonderen Stellenwert hat das biographische Gespräch oder die „Biographiearbeit“. Wenn gemeinsam das Lebenstableau eines Menschen aufgebaut wird, es dabei so emotionslos und so wenig kausalitätsbedürftig wie möglich als Tableau angeschaut wird; wenn Verknüpfungen, Verwebungen und Dynamiken möglichst bildhaft aufgebaut werden, dann tritt es in der Regel ein, dass die Biographie als Handschrift des Ich intuitiv erlebt werden kann und nicht selten Impulse für die weitere Lebensgestaltung daraus erwachsen. Hier wird das Ich direkt angesprochen.

Anders ist es bei einem konfliktzentrierten Gespräch: Da leben erst einmal alle Emotionen, Vorwürfe und alles Leid auf. Da ist die Empfindungsorganisation plastisch anschaulich. Das Hineinarbeiten des Ich in diese aufgewühlten Emotionen während eines Gesprächs ist immer schmerzhaft, da es schwer ist, sich aus dem damit verbundenen Schmerz zu lösen. Sich schlecht behandelt zu fühlen, sich als Opfer zu erleben, sich oder Andere als „Schuldige“ zu identifizieren – das ist ein Mechanismus, der tief in der Natur der Empfindungsorganisation innewohnt.

Darauf zu verzichten, unter wacher Betrachtung des Konfliktes, tut weh. Es kann jetzt aber ein Gegengesichtspunkt entwickelt werden: der Versuch, den Konflikt als eine selbstgestellte Aufgabe zu interpretieren. Damit bindet das Ich die zu stark abbauliche Empfindungsorganisation wieder in das Konzert der anderen Wesensglieder ein.

Die Seele braucht Bilder

Auch die Lebensorganisation können wir im Gespräch ansprechen. Insbesondere dann, wenn das Gespräch in Bildern verläuft. Zum Beispiel wenn eine bestimmte Krankheits- oder Schicksalssituation in einem Märchenbild wiedergefunden werden kann, wie etwa eine Magersucht im Bild von „Dornröschen“, ein Krebsleiden in den „sieben Raben“ oder ein Konflikt in „Rotkäppchen“. Was vorher so peinlich mein ureigenstes Problem schien, erscheint archetypisch in solchen Bildern, die genau dasselbe beschreiben, was mich so bedrückte.

Solche Bilder können wachsen und sich mit entwickeln. An ihnen und ihrer Wandlung im Verlaufe mehrerer Gespräche kann wahrgenommen werden, was sich tief im Inneren gewandelt hat. Bilder sind für die Seele das, was für den Leib alles das ist, was an ihm sichtbar wird: die Lebensorganisation bildet den Leib. In der Seele bildet die Lebensorganisation auch Bilder. Archetypische Bilder, wie sie in Märchen vorkommen, sind meist solche, in deren Motiven auch Motive des Menschseins liegen, zum Beispiel Motive von Krankheiten. Sie nachzuvollziehen bedeutet, dass die Lebensorganisation diese Motive im Erleben des Bildes mit vollzieht und sie im Organismus nachbilden kann.

Besonders bei sterbenden, schwerkranken, komatösen oder psychotischen Patienten kann man erleben, dass es nicht auf das gesprochene Wort ankommt, nicht auf das Anrufen per Telefon, sondern um das Anwesendsein, eventuell auch auf die Berührung der Hand. Dabei ist die leibliche Anwesenheit entscheidend – jedoch auch ein konzentrierter, Anteil nehmender Geist. Es wäre unsinnig, dabei Zeitung zu lesen oder sonstwie innerlich abwesend zu sein.

Die Kunst des Heilens

Diese therapeutischen Mittel sind nun die Farbtöpfe, mit denen die Anthroposophische Medizin eine Therapie komponiert. Dabei können die einzelnen Mittel aufeinander abgestimmt werden. Gut zusammen passen zum Beispiel ein mineralisches Arzneimittel, eine Wärmeanwendung, Sprachtherapie und Biographiegespräch, weil alle Maßnahmen die Ichorganisation stärken: das Mineral im Leib, die Wärme in der Lebensorganisation, die Sprachtherapie in der Seele und das Gespräch direkt auf geistigem Feld. Diese „Komposition“ einer Therapie ist „Heilkunst“, bei der eine farbenfrohe und reichhaltige Komposition genauso gut sein kann wie eine gezielte und sparsame. Dabei können die einzelnen Therapiemaßnahmen harmonisch zusammenpassen oder aber sich kontrastreich rhythmisch abwechseln.

Wenn so – um das Eingangsbild wieder aufzugreifen – die vier Bremer Stadtmusikanten zusammengebracht werden können, also die vier menschlichen Wesensglieder ins rechte Verhältnis zueinander gesetzt werden, und wenn die therapeutischen Maßnahmen die Interaktionen der Wesensglieder miteinander ermöglichen, dann entsteht in der Therapie dasjenige künstlerische Element, das bei den vier Stadtmusikanten „Musik“ genannt wird: die „Heilkunst“.

Ein solches Konzept, wie es hier beschrieben worden ist, stößt nicht selten an seine Grenzen. Etwa bei voll im Beruf stehenden Menschen, die ambulant an Orten behandelt werden, an denen zum Beispiel keine künstlerischen Therapien verfügbar sind. Oder wenn Therapien nicht von den Krankenkassen übernommen werden. – dann ist das Programm für Patienten mit wenig Geld von vornherein begrenzt ist. Aber genauso, wie man eine Symphonie für ein

großes Orchester zur Not auch auf dem Klavier spielen und dabei dennoch das Spezifische dieses Kunstwerkes kennenlernen kann, so besteht die Heilkunst oft auch darin, mit den verfügbaren Therapien ein Konzept zu gestalten, das integrierend auf die Wesensglieder wirkt.

Kliniken und Therapeutika

Da in den anthroposophischen Krankenhäusern, in denen in der Regel die meisten der genannten Therapien zur Verfügung stehen, meistens die Liegezeiten sehr begrenzt sein müssen, kommt für solche Konzepte den Kureinrichtungen eine immer größere Bedeutung zu. Um den Möglichkeiten der stationären Behandlung im ambulanten Bereich näher zu kommen, werden an immer mehr Orten sogenannte „Therapeutika“ gegründet, die versuchen, ein möglichst reichhaltiges Therapieangebot zu ermöglichen.

Da sich solche Therapeutika oft nur schwer wirtschaftlich tragen können, sind sie auf die Initiative und Mithilfe nicht nur der kranken Patienten angewiesen. Es bedarf der Mithilfe und Initiative aller Menschen, die solche Einrichtungen sinnvoll finden und im Sinne einer überschaubaren und realen Solidargemeinschaft mittragen wollen. Gelingt dies, so kann von einem solchen Konzept der Medizin eine soziale Gesundung auf „Keimzellenebene“ ausgehen, die einmal durchaus gesellschaftliche Relevanz annehmen könnte

Therapeutische Grundgesten

Bislang wurden therapeutische Maßnahmen betrachtet, wie sie auf die unterschiedlichen Wesensglieder des Menschen wirken. Ebenso von Bedeutung ist die therapeutische Grundhaltung – etwa im Gespräch, im sozialen Prozess, in der künstlerischen Therapie, in der Physiotherapie oder in der Schaffung des Gesamtambientes der Behandlung. Der therapeutische Gestus beansprucht differenziert einzelne Organisationsstrukturen, womit eine Korrespondenz zu der jeweiligen Organisationsstruktur des Betreuten aufgenommen wird.

Stützen und Grenzen setzen

Die physische Organisation wirkt formend, haltend, stabilisierend. Ist sie zu schwach, muss sie teilweise ersetzt werden, wie es bei einem gebrochenen Bein durch Gips, Stock oder Stützung passiert. Ist sie zu stark, werden mitunter Teile entfernt oder Stoffe werden blockiert. Beides führt zu einer Stabilisierung.

Alle Formung, Stabilisierung, jedes Abnehmen von Gewichten, Konflikten oder von Aufgaben ist eine Entlastung der physischen Organisation. Dabei geht es um das richtige Maß. Durch Belastung können schwache Strukturen zerbrechen, starke können durch Entlastung degenerieren. Die therapeutische Grundhaltung gegenüber den Strukturen des physischen Leibes ist *Stützen* und *Grenzen setzen* mit dem Ziel der *Stabilisierung*.

Schonung, Assistenz und Entzug

Die Lebensorganisation wird nicht gestützt, sondern gefördert, wenn sie zu schwach ist, und zwar durch Reizung oder Konditionierung. Ist sie zu stark, wird ihr – wie beim Fasten – Kraft

entzogen. Das Ergebnis ist eine Pflege der Lebenskräfte. Unterstützen kann man durch Assistenz oder Reizung im Sinne einer Stimulation. Auch hier bedarf es des richtigen Maßes, das sich nur aus der Erfahrung erschließt.

Das Grundprinzip der 'therapeutischen Hilfe muss hier lauten: je schwächer der Patient, desto schonender muss die Unterstützung durch den Therapeuten sein. Gleichzeitig sollten Potenziale auch bei geringer Belastbarkeit gefördert werden. Ist die Lebensorganisation des Patienten schwach, verfügt aber noch über Kraftreserven, so kann der Therapeut Reize setzen durch paradoxe Stimulation. Dabei wird, wie beim Sport, die Lebensorganisation beansprucht und abgebaut. Beim Sport wird auch der Muskel durch Beanspruchung abgebaut. Nur in der Nacht regeneriert er. Geschieht dies regelmäßig und im richtigen Maße, so baut sich regenerativ der Muskel stärker wieder auf, als er abgebaut wurde. Solche paradoxen Stimulationen werden z.B. beim Schlafentzug, dem Heilfasten etc. eingesetzt. Ist die Lebensorganisation zu stark, so hilft nur die Aktivierung der Empfindungsorganisation oder der Entzug. Die therapeutische Grundhaltung gegenüber den Aspekten der Lebensorganisation ist *Schonen, Assistenz* beziehungsweise *Entzug* mit dem Ziel des Gedeihens. All dies sind Maßnahmen der *Pflege*.

Reizen, Aktivieren und Zurückdrängen

Ist die Empfindungsorganisation zu schwach, wird sie trainiert durch Beanspruchung. Für den Fall, dass sie zu stark ist, muss sie der Therapeut durch klare Grenzen zurückdrängen. Das Ergebnis ist eine Strukturierung. Weder Stützen noch Fördern ist hier angezeigt, sondern Reizen und Aktivieren. Die zu starke Empfindungsorganisation muss dagegen zurückgedrängt werden, und zwar durch konträre Aktivität (Widerspruch). *Reizen, Aktivieren* und *Zurückdrängen* sind die therapeutischen Grundregeln sowohl körperlich (medikamentös) als auch im künstlerischen und sozialen Bereich. Das therapeutische Ziel ist *Strukturierung*.

17

Selbständigkeit und Selbstbestimmung

Die Ich-Organisation koordiniert die anderen Organisationsstrukturen, indem sie stabilisiert, pflegt und strukturiert. Das Ziel ist *Autonomisierung*. Alles, was Selbständigkeit, Selbstbestimmung und Individualisierung fördert, ist hier am Platz. Es erfordert eine hohe Zurückhaltung auf Seiten des Therapeuten in Bezug auf Ratschläge, Vorschriften, Verbote und aus- oder unausgesprochene Erwartungen. Dafür gehören Offenheit, Empathie und positive Resonanz auf alles, was dieser Autonomie entspricht, hierhin.

Der Umgang insbesondere mit schwer kranken Menschen erfordert eine gute Abstimmung von Maßnahmen, die ineinander greifen und aufeinander abgestimmt sind. Die anthroposophische Menschenkunde liefert ein diagnostisches System, aus dem entsprechende Handlungsanweisungen resultieren, die individuell aufeinander abgestimmt werden können.

Martin Straube ist Arzt in Bochum und Dozent am Ita Wegmann Berufskolleg (Bildungszentrum für soziale Berufe) in Wuppertal sowie am Institut für Heilpädagogische Lehrerbildung in Witten.