

Skriptum – Die 12 Sinne nach Rudolf Steiner

Kursleiter: Klaus Podirsky

Rudolf Steiner Seminar - Wien 2005

Vorwort

Bei der Arbeit mit behinderten Menschen kann man bei vielen von ihnen feststellen, dass sie sehr ausgeprägte Bedürfnisse, bzw. Freude an sehr grundsätzlichen Sinneserlebnissen haben. Besondere Neugier im Tasten, Schauen, Schmecken, Hören auf Laute, Geräusche und Musik..

Basale Stimulation im Bereich der Behindertenbetreuung ist für die Beteiligten mehr nur als schön; befriedigend für gesunde und kranke Kinder und natürlich auch für Schwerstbehinderte, ermöglicht sie grundlegende Erlebnisse der Eigenwahrnehmung und Weltwahrnehmung.

Will man versuchen, das Kranke zu verstehen, so sollte man zunächst versuchen, die Phänomene im Bereich des "Gesunden" kennen zu lernen; im Seminar werden wir daher in all dem was wir machen vom "Gesunden" ausgehen, weil es dieses Verständnis des Gesunden als Basis braucht: das Gesunde zum Verstehen des Gesundmachenden.

Gesunden steht - wenn man den Wortstamm etymologisch verfolgt - in enger Verwandtschaft mit *Heilen*: *healing* im Englischen; *heel* im Holländischen verwandt mit *whole*: ganz werden
heel im Mittelhochdeutschen: heilen

Unser Bewusstsein bezüglich der Welt ist erhellt, aufgeschlossen durch unsere Sinnesorganisation. Wir werden hier im Seminar durch vielfältige, konkrete Sinneserfahrungen einen wesentlichen Teil unserer Leibesorganisation kennen lernen; den Teil, der unser "Kommunikator" mit der Welt ist. Auch bzgl. unseres Leibes, der ja Anteil an dieser Außenwelt hat.

Welche Sinne kennt man landläufig? An und für sich spricht man von fünf Sinnen, und wer einen "Sechsten Sinn" hat, ist überdurchschnittlich begabt. Die Sinneslehre mit der wir uns beschäftigen werden, die wir dem Erfassen unserer Wahrnehmungen zugrunde legen werden, ist eine Sinneslehre, die vor etwa 100 Jahren durch die Forschungen von Rudolf Steiner entstand; er spricht von 12 Sinnen. Rudolf Steiner ging vom Erleben aus; eine sehr einfache Tatsache half ihm, die Phänomene zu erfassen und dann zu suchen; als Analogie gilt:

"überall wo es hell ist, ist Licht" und

"überall, wo qualitativ Unterscheidbares wahrnehmbar ist, herrscht ein anderer Sinn vor".

Für 5 Sinne - nimmt man den Gleichgewichtssinn dazu: 6 Sinne - findet sich sehr leicht das Sinnesorgan. Allerdings spricht auch die heutige physiologische Forschung von 13 Sinnen, die sich allerdings nur teilweise mit jenen von Steiner decken.

Die heute überwiegende naturwissenschaftliche Sichtweise der Sinnesqualitäten schafft aus ihrer

Theorie heraus einen unüberbrückbaren Abgrund zwischen "Ich" und Welt, denn dieser Auffassung nach gehören Sinneseindrücke und ihre Qualitäten ja ausschließlich dem menschlichen Bewusstsein an und nicht der Außenwelt. Reine Subjektivität wird hier geortet. Für Kinder aber ist die Sinnessphäre und ihre Erlebnisse Grundlage ihrer Eigenwahrnehmung, ihrer Leiberfahrung und ihres Selbst-Erlebens und entscheidend als Orientierung und Halt in der Welt. Dasselbe gilt selbstverständlich und in nicht minderem Maße auch für Menschen, die man leichtfertig als "behindert" bezeichnet.

Zu Beginn jeder Seminareinheit werden wir immer persönlicher Erfahrungen sammeln und dann von einer Analyse des Erlebensfeldes auf die anderen verborgenen 7 Sinne verweisen. Wir werden die getätigten Erlebnisse und Sinneserfahrungen verarbeiten und durch unser diesbezügliches "Kommunikationssystem" Bewusstsein schaffen (Eigenwahrnehmungen und Weltwahrnehmungen), um analysierend den Begriff der Sache zu finden.

Am Ende des Seminars wird dann die Ganzheit der 12 Sinne in ihrem Wechselbezug bearbeitet, um ein Bild des gesamten Sinneserlebens des Menschen zu schaffen.

Wir werden also eine Art "Gesellschaftsspiel" spielen und das Ergebnis wird so gut sein, so vollständig, wie wir es in unserem gemeinsamen Spiel erspielen können. In jedem Fall wird Arbeit an unserer Feinmotorik geleistet werden und - vor allem - an der Verfeinerung unseres Sinneserlebens.

1) Der Tastsinn

Versuche zum Tastsinn:

1. Blindes Ertasten: Gurke, Stein, Bleistift, Rasierklinge, Shampoo, (Honig), Wachsfigur, Wasser, Uhu-Stick Masse, Messerklinge, Stahlkugel, Kiwi, Plüschtier, etc.

→ wir erhalten z.B. folgende Tastempfindungen:

Knetwachs: weich, klebrig

Stahlkugel: glatt, hart, fest

Wasser: flüssig

- wenn man die verschiedenen Wahrnehmungen reduziert auf jene, welche wirklich als Tastwahrnehmungen zu werten sind, so bleiben folgende polare Eigenschaften übrig:

Bei Tastobjekten von undurchdringlicher Konsistenz:

a) Tastobjekt größer als der Tastgegenstand (Fingerspitze):

darüber getastet: **glatt - rau** (mit kontinuierlichen Übergängen)

dagegen getastet: **hart - weich** (rührt von Fingerspitzenmuskulatur her)

b) Tastobjekt kleiner als der Tastgegenstand:

darüber getastet: **scharf(kantig) - stumpf**

dagegen getastet: **spitz - rundlich**

Bei Tastobjekten von durchdringlicher Konsistenz:

darüber getastet: **glitschig - klebrig**

dagegen getastet: **flüssig - fest (zäh)**

- Beim Tasten sind wir mit dem Bewusstsein in der Hand bzw. in den Fingerspitzen.
- Wir unterscheiden demnach zwei wesentliche Gruppen, einerseits solche, bei denen das Tastorgan zum Beispiel die Fingerspitze größer ist als das Tastobjekt und andererseits Tastobjekte bei denen das Tastorgan kleiner ist als das Objekt. (z.B.: Stellen wir uns vor, wir tasten mit der Fingerspitze über die Tischplatte. Die Tischplatte ist größer als das Tastorgan, oder ein anderes Beispiel wir tasten einen Stecknadelkopf, hier ist das ertastete Objekt kleiner als das tastende Organ.)

2. Blindes Ertasten mit Taststock und Ohropax (geführt von einem anderen):

→ Beschreiben der Bodenbeschaffenheit

- deutlich wird, dass wir unser Tasterlebnis auch über die Hand ausdehnen können;
- beim Tasten sind wir mit dem Bewusstsein in der Stockspitze.

Diese Beispiele können wir nun endlos fortsetzen; wir erkennen, dass viele „Empfindungen“ gar keine wirklichen Tasterfahrungen sind, sie werden von uns aber zunächst als solche aufgefasst; und zwar deshalb, weil der Tastsinn ein *Basissinn* ist, mit dem alle elf anderen Sinne verbunden sind.

Das Organ des Tastsinns ist die Haut; es sind die so genannten Tastkörperchen, welche in unterschiedlicher Anzahl über unseren ganzen Körper hin verteilt sind. Die Dichte der Tastkörperchen ist auf der Zunge am größten; weiters in den Fingerspitzen und den Lippen.

Die Tastkörperchen reagieren auf feinste Bewegungsreize und befinden sich in der Oberhaut (Keimschicht - untere Schicht der Oberhaut); in dieser Schicht befinden sich auch die Nervenendigungen, die „Tastkörperchen“.

Im Wahrnehmen sind wir mit dem Bewusstsein ganz in den Fingerspitzen (Fingerkuppen) oder - wie wir im zweiten Versuch erfahren, am Boden entlang tastend - ganz in der Stockspitze. Die Stockspitze wird über den verlängerten Arm so zu sagen zur verlängerten Fingerspitze.

Mit dem Tastsinn stoßen wir auch an etwas an. Wenn wir tasten, tasten wir zunächst einmal überhaupt nur *etwas*. Und dieses etwas können wir als Widerstand bezeichnen.

Fragen wir nach dem primären, ursprünglichsten und grundlegenden Erlebnis des Tastsinns, so erkennen wir, dass es kein Tasterlebnis, sondern ein *Ortserlebnis* ist: wir erhalten nämlich ein ständig beruhigendes Bild unserer eigenen Körpergrenze; gleich einem guten Spiegel, der sich selbst 'verleugnet', ist das Tasterleben. Wir Erwachsenen schlafen sozusagen bewusstseinsmäßig für diese Basiserlebnis ein, und damit wird dieses Organ - unsere Haut - Wahrnehmungsorgan für die Oberflächen unserer Umwelt.

Für kleine Kinder allerdings ist in der primären Sinneswahrnehmung (Körpergrenze) noch viel mehr Wachheit im Erleben der eigenen Leibesgrenze; ohne den Tastsinn hätten wir davon kein Bewusstsein, wir würden uns eins fühlen mit der Welt, So aber suchen Neugeborene Sicherheit im Körperkontakt und verankern sich somit im eigenen Leib; nicht nur, weil sie den anderen spüren, sondern wohl auch, weil sie es brauchen sich selbst zu spüren. "Gedrückt werden", "in den Arm genommen werden" – auch wir Erwachsene kennen das – ist ein Grundbedürfnis, wenn wir bereit sind es zuzulassen, vor allem vielleicht um wieder zu uns zu kommen, wenn sich etwas 'aufgelöst' hat.

Der anthroposophisch orientierte Umgang mit Seelenpflege bedürftigen Menschen, legt daher großes Augenmerk auf Haut stärkende Behandlungen, um im Betreuten das Vertrauen ins irdische Dasein zu fördern und die Lebenssicherheit zu steigern bzw. im Akutfall wieder herzustellen.

Der Tastsinn bietet also Abgrenzungserlebnis und Widerstand zugleich. Wir grenzen uns mit dem Tastsinn in der physischen Welt als Einzelwesen ab und kommen über das 'Paradoxon' Tastsinn mit der Welt auch in Verbindung.

Hier zeigt sich neuerlich eine zentrale *Entwicklungs*-Tatsache für Freiheit: *Alles was sich entwickelt, muss aus dem Zusammenhang, aus der Einheit erst einmal heraus fallen, um zu ermöglichen, sich auf höherer Ebene erneut damit zu verbinden.*

Rudolf Steiner zum Tastsinn:

"Eigentlich ist das, was wir im Tastsinn haben, ein inneres Erlebnis, aber was da innerlich vorgeht, das bleibt ganz im Unbewussten. Davon ist nur ein Schatten vorhanden in den Eigenschaften des Tastsinns, die wir dem Körper zuschreiben. Aber das Organ des Tastsinns, das macht, dass wir die Gegenstände...hart oder weich, rau oder glatt fühlen. Das strahlt auch ins Innere herein, das strahlt in die Seele herein; nur merkt der Mensch den Zusammenhang seines seelischen Erlebnisses mit dem, was der äußere Tastsinn ertastet, nicht, weil die Dinge sich sehr differenzieren – was da ins Innere hineinstrahlt und was nach außen hin erlebt wird. Aber dasjenige, was da ins Innere hineinstrahlt und was nach außen hin erlebt wird, ist nichts anderes als das Durchdrungensein mit dem Gottgefühl. *Der Mensch würde, wenn er keinen Tastsinn hätte, das Gottgefühl nicht haben...** Dasjenige, was alle Dinge durchdringt, was auch in uns hereindringt, was Sie alle hält und trägt, diese alles durchdringende Gottsubstanz kommt ins Bewusstsein und ist, nach innen reflektiert, das Erlebnis des Tastsinns."**

* Hervorhebungen nicht im Original.

** R.Steiner: *Geisteswissenschaft als Erkenntnis der Grundimpulse sozialer Gestaltung*, Dornach 1967

2) Der Lebenssinn

(Gefühl von dem subjektiven Sich-Befinden) (GA 21 S. 147)

Versuche zum Lebenssinn:

1. Wir halten stehend den rechten Arm mit dem linken Arm fest an den Körper gepresst, und drücken dann den rechten Arm vom Körper weg. Nach einer halben Minute lassen wir los.
→ Gefühl der Leichte, schweben...der Arm geht von selber in die Höhe.
2. Der rechte Arm wird waagrecht nach vorne ausgestreckt. In dieser Stellung wird der Arm dann mindestens eine Minute gehalten.
→ Zunächst ohne Schwierigkeit, dann beginnt der Arm zu zittern, Schmerz setzt ein, krampfartiges Gefühl. Nach Senken des Armes klinkt der Schmerz rasch ab.
- Der Arm wurde in seiner Schwere erlebbar (ca. 5kg). Im Zittern erkennen wir, wie der Muskel bei Belastung die Kraft zustande bringt: Er ist in ständigem Wechsel von Spannung und Entspannung.
- 3.a) Dreimal durchatmen, dann ausatmen und Atem anhalten.
b) Dreimal kräftig durchatmen, dann einatmen und Atem anhalten (solange man es aushält)
→ a) Atemnot trat auf
→ b) Atemdruck trat auf
- Wir nahmen die Lungen als Körperorgane wahr, indem wir sie aus ihrer gesunden, bzw. gewohnten Lebensbedingung und Funktion bewusst herausheben.

Der Lebenssinn ist der Sinn des Lebensgefühls und Lebenswohlgefühls – der Behaglichkeit. Er gibt uns eine Wahrnehmung unseres Leibeszustands. Lebenssinnwahrnehmungen sind oft unbewusst, verborgen. Wir erhalten erst dann ein deutliches *Bewusstsein*, was Lebenssinnwahrnehmung für den Organismus bedeutet, wenn Lebensrhythmen gestört sind; dann, wenn innere Organe durch Krankheit oder aus ihren Lebensfunktionen her auf sich aufmerksam machen - im Extrem durch Schmerz.

Ich habe Hunger, ich habe Durst, ich bin müde, mein Bauch schmerztetc., sind Organwahrnehmungen, die den Lebenssinn ins Bewusstsein heben. So fordert uns der Körper auf, seinen Bedürfnissen Rechnung zu tragen und dadurch das Lebensgefühl wieder ins Lot zu bringen. Der Lebenssinn breitet sich über den ganzen Körper aus (ausgenommen jene Bereiche aus denen sich das Leben zurückgezogen hat wie Haare und Nägel) und kontrolliert ständig was in unserer Leiblichkeit passiert. Im Fall, dass unser Organismus ungetrübt funktioniert, erleben wir eine Behaglichkeit im eigenen Leib.

Organ des Lebenssinnes ist der *Nervus Sympathikus*, Teil des vegetativen Nervensystems; als Träger des Lebenssinnes steht er erst ab dem ersten Lebensjahr voll ausgebildet zur Verfügung. Der Lebenssinn hat einen Zusammenhang mit dem Ätherleib. Er sagt mir wie der Ätherleib im physischen Leib wirkt.

Der Lebenssinn gibt uns somit antagonistisch polare Wahrnehmungen in den verschiedenen Bereichen unseres Leibes:

- Körper.....Leichte – Schwere
- Lunge.....Atemkraft – Atemnot
- Magen.....Sättigkeit – Hunger ; Erquickung – Durst
- Darm.....Entleerungsdruck – Entleerung

Der Lebenssinn geht mit seiner Wahrnehmung nach innen. Der Mensch hat beim Lebenssinn, Gleichgewichtssinn, Eigenbewegungssinn und Tastsinn Leib-Eigenwahrnehmungen. Beim Tastsinn durch Wahrnehmen der Körpergrenze; beim Lebenssinn über die Befindlichkeit im Leib; Eigenbewegungssinn: Lage der Gliedmassen im Raum; Gleichgewichtssinn: Lage des Leibes bezüglich links, rechts, Horizontale und Aufrechte.

Im bewusstseinsmäßigen Einschlafen für diese Primärwahrnehmungen werden wir wach für die Umweltwahrnehmungen!

3) Der Eigenbewegungssinn oder Lagesinn

Wahrnehmung der vom eigenen Leib vollzogenen Bewegung

Versuche zum Eigenbewegungssinn:

1. Augen bewegen: rechts zu, links offen:
 - a) Mit Finger der linken Hand, vorsichtig seitlich ans Auge drücken
→ Bild verschiebt sich seitlich – es wackelt.
 - b) linkes Auge mit Augenmuskeln bewegen → Bild bleibt stabil, ruhig.

Frage: Warum gibt es diesen Unterschied, wo doch beide Male das Auge bewegt wurde?

bei a.) Auge wird von außen bewegt, gibt keine Bewegungsinformation an den Eigenbewegungssinn bzgl. der Augenmuskeln. Auge wird daher nicht als in Bewegung erkannt – daher wird das äußere Bild als bewegt „erlebt“.

bei b.) Bewegungssinn kann Eigenbewegung des Auges wahrnehmen – daher bleibt das Sehfeld stabil.
2. Der Versuchsleiter zeichnet mit seinem Arm eine Kreisform in die Luft/ an die Tafel
→ Mit unseren Augen verfolgen wir die Bewegung bzw. fahren die Formen nach
- Formen 'sehen' wir nicht; der Eigenbewegungssinn erfasst zarteste Bewegung der Augenmuskeln.
3. Hand auf das Knie legen und wahrnehmen. → Handkrümmung passt sich der Knieform an
- die Wahrnehmung der Handkrümmung durch den Eigenbewegungssinn gibt unserem Bewusstsein Aufschluss über die Form des Knies.
4. Orientierungsaufgaben als Blinder
 - a.) Im Raum herumgeführt und/oder auf Zuruf blind gesteuert
→ ist es kaum möglich die Orientierung im Raum zu behalten
 - b.) Blind auf Zuruf ausgestreckten Arm bewegen
→ Bewusstsein für die Lage des Armes bleibt erhalten.
 - c.) Blind mit Finger schnell Nase treffen. → kein großes Problem
 - d.) Blind: rechter und linken Zeigefinger treffen sich mit Fingerkuppen.
→ gelingt ganz gut

Als Organ des Eigenbewegungssinns dient der ganze Körper überall, wo sich Muskeln befinden.

-) **Muskelspindeln, sog. Propriozeptoren** (sensorische Nerven) - haben sich abgesondert aus der übrigen Muskulatur-, Sehnen- und Gelenkstruktur; sie nehmen die Lage der Glieder des Körpers wahr.
 -) **motorische Endplatten der Nerven** entwickeln sich durchs ganze Leben hindurch und stellen das innere Wahrnehmungsorgan für Stoffwechselfvorgänge im Muskel dar; sie nehmen die Bewegung der Muskeln wahr und indirekt dadurch auch die Formen der Umgebung. Beide Nervenarten sind im Augenmuskel und Fingerkappen besonders dicht vorhanden. Nerven der Muskelspindeln nehmen 'wahr'; jene der motorischen Endplatte nehmen 'teil'.
- Der Eigenbewegungssinn entwickelt sich durchs ganze Leben hindurch. Er ist in ständiger Fortbildung, Ausbildung und Erweiterung. Mit ihm lernen wir jegliche neuen Bewegungs-vollzüge (am Gehen und Sprechen lernen hat er großen Anteil). Schreiben und Lesen sind durch ständiges sich Erneuern des Bewusstseins der Stellung der Finger zueinander möglich (die Feder führen). Beim Lesen werden uns die Buchstabenformen in die motorische Gestalt hinein vermittelt und wahrgenommen.

An der Vorstellung bildet sich die Motorik und die Motorik wird an der Vorstellung modelliert.
(Hier zeigt sich eine deutliche Rückkoppelung von Seelischem und Physiologischem.)

Der Eigenbewegungssinn gibt Auskunft:

- schlafend: a) eine dumpf schlafende Wahrnehmung der Muskelkontraktion und -dilatation
träumend: b) eine träumende Wahrnehmung der Lage der Glieder zueinander
wach: c) eine in die bewusste Vorstellung gehobene Wahrnehmung von Bewegungsformen.

Einschub - Seelische Aspekte der Willenssinne

Folgend zwei Fragen können uns stellvertretend wach dafür machen, dass Leiberfahrung über die Sinne vielfältigste Bedeutung für die gesunde, oder kränkelnde Entwicklung eines Kindes besitzt:

- 1) Warum nimmt ein Kind Disharmonie im rhythmischen Ablauf der Lebensprozesse wesentlich schmerzhafter wahr als ein Erwachsener?
- 2) Warum klammern sich hospitalisierte Kinder an jeglichen auftretenden Erwachsenen an?
 - Tastsinn: (Wahrnehmen der Grenzen der eigenen Leiblichkeit als Mensch)
 - Lebenssinn: (Information der Körperfunktionen und des Zusammenspiels der Organe)
 - Eigenbewegungssinn: (schafft uns ein Bewusstsein für unseren Bewegungszustand).

Alle diese Informationen haben selbstverständlich eine seelische Bedeutung für das Kind. Diese leibgerichteten Sinne und ihre Entfaltung sind somit von größter Wichtigkeit für die Ich-Entwicklung des Kindes.

Folgende neun seelische Qualitäten, die mit den oben genannten Sinnen zu tun haben, wollen wir versuchen zuzuordnen:

Begrenzung; Erhaltung; Freiheit; Angst; Freude; Furcht; Urvertrauen; Freude; Behaglichkeit; Traurigkeit

- 1) ordnen der jeweiligen Begriffe nach Zusammengehörigkeit der Qualitäten
- 2) Zuordnung zu den 3 Sinnen

Frage: Wenn Grenzen völlig fallen, 'völlige Entgrenzung' erlebt wird, welche Folgen treten seelisch auf?

Wenn's passt, was ist dann die Folge?

Wir sehen: der **Tastsinn** begrenzt uns,
der **Lebenssinn** erhält uns und
der **Eigenbewegungssinn** befreit uns (gibt Eigenbewegung Koordination und Sinn)

Wir können Raum erobern durch das Gehen, Materie erobern durch das Umgestalten und dadurch erleben wir uns als freie Seele – **Freude** entsteht, wenn die Seele ihre Fähigkeiten entfalten kann; wo Bewegung eingeschränkt ist, **Traurigkeit**. Der Eigenbewegungssinn ist die "Mutter der Freude".

Frage: Wo wird der seelische Ausdruck der Aktivität des Bewegungssinnes in feinsten Weise sichtbar?

in der Mimik! Lächeln z.B. kann auch Gestencharakter haben:

verständliches-, mitleidsvolles-, bitteres-, gütiges-, tückisches-, maliziöses-, verklärtes-, verächtliches-, liebevolles-, überhebliches-, schmeichelndes Lächeln

Das erste Lächeln des Kindes können wir auch als Geste verstehen, dass der **Eigenbewegungssinn** sich zu entfalten beginnt.

Besondere "Begabung" des Eigenbewegungssinn kann ein guter Schauspieler zum Ausdruck bringen; ihm ist er in höherem Maße als anderen verliehen – das verhilft ihm zu feinsten seelischer Ausdruckskraft.

Bei Bewegungsstörungen kann zur Anregung der Eigenbewegungssinn durch eine passive Bewegungsübung aktiviert und angeregt werden; es wird dadurch zu einer ersten Wahrnehmungsfähigkeit dieses Sinneseindrucks verholfen. Derartige Schulungen werden immer eingesetzt zur Erweckung des Eigenbewegungssinnes. (auch als Hilfe beim Schreibenlernen)

Andere Beispiele: *Feldenkrais*-Methode in der Rehabilitationstherapie oder *Heileurythmie* in der Heilpädagogik (Eurythmie als "sichtbare Sprache" ist für den Eigenbewegungssinn ein trefflicher Lehrmeister!)

Auch beim **Tastsinn** gibt's einen starken seelischen Bezug: jenen zur **Angst!** z.B. "blinde Angst": eine uns über den ganzen Körper ergreifende Empfindung (Gänsehaut, Angstschweiß, ein Schauer erfasst uns).

Die Angst ist bei vielen Menschen stark latent da; sie wird wohl prägend erlebt, wenn z.B. das Fruchtwasser abgeht, und der Embryo seinen allseitigen Halt verliert; Zustand: erstmals Verlust physischer Geborgenheit.

Angst ist also unter anderem die seelische Reaktion auf den Verlust physischer Geborgenheit, auf den Verlust gesunder **Begrenzung** – also jener Grundlage, in welche wir uns durch das Wirken des Tastsinnes eingebettet fühlen.

Wird der Anker der Tastempfindung gelichtet, beginnt unser Seelenschiff zu erzittern – es bedarf viel innerer Kraft, von der es gesteuert werden will.

Frage: Welche Hilfe können wir geben?

Inneres Vertrauen, **Urvertrauen**, Gottvertrauen geben in der “Sprache“, die das Kind in dieser frühen Lebensphase versteht: stärken durch Wärme, Hülle, Halt, Geborgenheit!

(Seelenpflege bedürftige Kinder sind äußerlich oft so wund, dass diese Überempfindlichkeit zu großer innerer Unsicherheit führt – zu “*hysterischem Irresein*“ (Steiner). Phobien können auftreten durch den Verlust der Sicherheit im eigenen Leib. Die Folge: Haltsuche im Umraum, “Klammern“ (siehe Frage 2 vom Beginn), Ordnungswahn.

Rudolf Steiner rät zu Behandlungen, welche die Haut als Organ stärken, um das Vertrauen ins irdische Dasein wieder herzustellen (manchmal sogar die Notwendigkeit derart 'Halt-lose', meist autistische Menschen zum Schlafen einzuwickeln oder ans Bett zu 'fesseln' um ihnen äußerlich den Halt zum Schlaf zu geben, ansonsten: Ruhelosigkeit bis zur Autoaggression).

Der **Lebenssinn** hat eine sehr ähnliche Sicherheit schenkende Komponente: er ist als Empfangungsdecke des **Behagens** über Lebensvorgänge im Leib gebreitet. Hier tritt ein ähnliches Phänomen auf, wie bei der mangelnden Wahrnehmung des Bodens, der uns trägt, auf dem wir gehen: denn ebenso wenig beachten wir im Normalfall unsere Grundgefühle von Tast- und Lebenssinn, obwohl sie das seelische Grundgefühl für unsere Existenz abgeben!

Frage: Warum nehmen kleine Kinder Disharmonien im rhythmischen Ablauf ihrer Lebensprozesse (Erhaltung) wesentlich schmerzhafter wahr, als im späteren Alter? (Frage 1 vom Beginn)

Antwort: Weil sich das vegetative Nervensystem erst während des 1. Jahres voll entwickelt. Dabei übernimmt der *Sympathikus* schrittweise die Funktion als Sinnesorgan des Lebenssinnes. (während der obere *Parasympathikus* sukzessive die Funktion des sogenannten Gedankensinnes übernimmt, wie wir später noch hören werden; hierbei bildet sich im 2. Lebensjahr an der Sprachentwicklung der Gedankensinn aus - die Zweige der Vagusnerven, des *Parasympathikus*, die mit dem Kehlkopf in Verbindung stehen, und dadurch die Möglichkeit herbeiführen, das werdende Sinnesorgan auszubilden. Der Nervus Vagus wird als *oberer Parasympathikus* also zum Organ des Gedankensinnes und liefert die Grundlage, dass im Laufe des 3. Lebensjahres die Gedankenbildung erwacht.)

Störungen in dieser Lebensphase können größte Identifikationsprobleme von Körper und Geist herbeiführen: Autistische Phänomene oder Hospitalismus (kein “*ich-Sagen*“, bzw. stark verzögert). Der *untere Parasympathikus* verbindet sich später mit der Sexualfunktion und wird Träger der in's Bewusstsein tretenden diesbezüglichen Empfindungen.

Typische Parasympathikus Phänomene:

Scham (Erröten, Atmungsstau, warmer, dünnflüssiger Schweiß, Erregung der Sexualität)

Typische Sympathikus Phänomene:

Furcht (Blässe, Atembeschleunigung, kalter, klebriger Schweiß, Hemmung der Sexualität)

Scham und Furcht sind eine obere- und untere Folge der Absonderung eines Ich-Bewusstseinswesens im 'Sündenfall': der Mensch als erkennendes und zeugendes Wesen!

4) Der Gleichgewichtssinn

Versuche zum Gleichgewichtssinn:

1. Gleichgewicht zwischen vorne und hinten:

Wir stehen in aufrechter Stellung, Arme an den Körper gepresst, Blick nach vorne. Dann neigen wir uns vorsichtig nach hinten ohne unsere Gliedmaßen gegeneinander zu bewegen, dann neigen wir uns vorsichtig nach vorne ebenfalls ohne die Stellung unserer Glieder zueinander zu verändern.

Anschließend wieder in die mittlere Lage.

- wir nehmen wahr, ob die Körperachse in der Senkrechten ist oder nicht.

2. Gleichgewicht zwischen links und rechts:

Wir verbinden uns die Augen und versuchen auf einem Balken zu balancieren.

- wir nehmen wahr, ob sich der Körper im Gleichgewicht zwischen links und rechts befindet und versuchen das Ungleichgewicht durch Benutzung unserer Hände als Ausgleichsgewicht auszugleichen.

3. Gleichgewicht in der Horizontalen

Wir legen uns auf einen waagrechten Tisch und 'eichen' unsere Wahrnehmung. Danach verbinden wir uns die Augen. An einem Fuß des Tisches wird ein etwa 1cm dickes Stück Karton untergelegt.

Wir legen uns wieder auf den Tisch.

- wir nehmen wahr ob sich der Tisch in der Waagrechten befindet oder nicht und können sogar sagen, nach welcher Richtung der Tisch aus der Horizontalen geneigt ist.

4. Eine Kiste wird auf einen Tisch gestellt und langsam über den Rand des Tisches hinausgeschoben und zwar so weit, dass etwa 2/3 der Kiste über den Rand hinausragen

→ wir nehmen wahr, dass diese Kiste nicht mehr im Gleichgewicht ist; ein eigentümliches inneres Gefühl stellt sich ein, da die Kiste eigentlich längst hinunter gefallen sein sollte. - Auch in dem Fall projizieren wir die uns bekannte innere Gleichgewichtswahrnehmung nach außen. Ebenso können wir auch innere waagrechte und senkrechte Gleichgewichtswahrnehmung nach außen projizieren.

Das Organ des Gleichgewichtssinns liegt im Innenohr (siehe Kopien im Anhang)

Rudolf Steiner zum Gleichgewichtssinn - siehe Kopien im Anhang

- Das innere Erleben des Gleichgewichtssinnes
- Die Metamorphose des Gleichgewichtssinnes im Laufe der Jugendzeit
- Heilpädagogik des Gleichgewichtssinnes

5) Der Geruchssinn

Versuche zum Geruchssinn (Riechen verschiedener Substanzen mit verbundenen Augen):

Filzstift: stechen/scharf

Narzissen → blumig-süß/schwer-duftend

Zitrone → aromatisch/säuerlich/frisch

verdorbenes Ei → faulig/stinkend

Ammoniak → ätzend/stechend

Lavendelessenz → scharf/herb

Kompost → erdig/dumpf modrig

- es ergeben sich keine festen Qualitätscharakteristika - daher Doppelbegriffe!

Bei unseren Riechversuchen mit geschlossenen Augen war die Weisung gegeben, die sonst sofort auftretenden Assoziationen, aufgrund von Erfahrungswerten, wegzulassen. Dies erwies sich als nicht einfach. Die gewohnte Erfahrung sagt sofort „Zitrone!“ und erst durch genaueres Riechen und Nachdenken kam man auf das Wesentliche „aromatisch, frisch, säuerlich, ...“ Auch über die Intensität der verschiedenen Geruchskomponenten gibt der Geruchssinn Auskunft.

Noch schneller als das Denken waren Reflexe und Gefühle. Bei einem der Versuche zuckte man reflexartig zurück, stieß noch währenddessen mit verzogenem Gesicht ein „igit!“ oder „wä!“ aus und dachte zuerst „giftig!“, bevor man schließlich „ätzend, stechend!“ „artikulierte.“

Frage: Woran traten die unangenehmsten/sympathischsten, stärksten Gerüche auf?

a) am Tierischen: am Verwesenden als Ausdruck von abgestorbenen Seelischen

b) an der Pflanze: an der Blüte, als seelischer Ausdruck am Weg zum Absterben

Wir können somit sagen: der Mensch nimmt mit der Nase primär seelische Äußerungen wahr, am Ende eines Prozesses.

Mit dem Geruchssinn lässt sich zwar auch die ungefähre Intensität der einzelnen Komponenten bestimmen, aber dies verlangt doch besondere Konzentration. Mit dem Tastsinn, dem Gehör- oder dem Sehsinn geht dies einfacher. Sie üben einen stärkeren Eindruck auf uns aus, liefern uns eindeutiger, genauere „Bilder“ der Umgebung und wir verlassen uns im täglichen Leben daher eher auf diese Sinne, da sie mehr Sicherheit geben. (Wer würde auf die Idee kommen sich im Dunkeln seinen Weg zu erschnüffeln?)

Das Organ des Geruchssinns sind die Nasenschleimhäute im oberen Bereich der Nasenhöhle. Das Medium des Riechens ist das Element des Flüssigen; einen völlig trockenen Stoff kann man nicht riechen. Es ist eine gewisse Feuchte notwendig. Dann befinden sich zumindest in der näheren Umgebung des Stoffes feinste Flüssigkeitströpfchen (Aerosole) frei schwebend in der Luft. Sie haben den Stoff in feinsten Mengen in sich gelöst. Schnuppert man diese Aerosole ein, so treffen diese auf die Riechschleimhaut, die durch Drüsen immer feucht gehalten wird, und somit auf die Sinneszellen und die darunter liegenden Sinneshärchen, von wo aus der Reiz mittels Nerven durch das Siebbein zum Gehirn weitergeleitet wird.

Die Wahrnehmung des Geruchssinnes ist sehr differenziert; im Gegensatz zu Zunge, die nur süß, salzig, sauer und bitter zu unterscheiden vermag. Ohne den Geruchssinn ist auch der Geschmackssinn in seiner Wahrnehmung sehr eingeschränkt. Dies wird deutlich, wenn die Nasenhohlräume, in denen sich die in einer Schleimhaut eingebetteten Sinneshärchen und Sinneszellen befinden, z.B. durch Schnupfen verstopft sind. Dann ist der Geruchssinn praktisch lahm gelegt und es scheint einem alles fade oder sogar gleich zu schmecken.

An den Versuchen bemerkten wir: Wahrnehmungen des Geruchssinns werden oft stark gefühlbetont erlebt. Im übertragenen Sinn sagen wir im Deutschen ja sogar, *man könne jemand nicht riechen*. Auch auf den Geschmackssinn, Wärmesinn und den Sehsinn trifft dies zu.

Man nennt diese vier Sinne daher: **Gefühlssinne**.

6) Der Geschmackssinn

Versuche zum Geschmackssinn (Schmecken der Substanzen mit verbundenen Augen):

Schwedenbitter, Käse; Zimt; Nelkenpulver; Dille; Zitrone; Speise-Natron; Marmelade; Salz; usw.

Wie bei unseren Riechversuchen war wieder der Hinweis gegeben, auftretende Assoziationen und Vorstellungsbegriffe zu vermeiden und zu versuchen die Substanzen möglichst deutlich in ihrer Geschmacksqualität zu erfassen. Dies fiel zunächst äußerst schwer; fast jeder Geschmack schien ausschließlich ein Begriff zu sein. Die Geschmacksqualitäten konnten wir letztlich aber dann doch viel bewusster einteilen als die Geruchsqualitäten. Wir erkannten salzig, sauer, süß und bitter. Die vielen Geschmackbecherchen an der Zungenoberfläche können all diese verschiedenen Arten von Geschmack wahrnehmen.

Das Organ des Geschmackssinns ist die Zunge. Dort befindet sich der Hauptteil unserer Geschmacksnerven. Wenn man die Zunge im Spiegel betrachtet, gibt es dort an der Oberfläche viele kleine Erhebungen. Es sind die so genannten Geschmackspapillen.

An ihrem Rand sitzen die Geschmackssinneszellen. Sie liefern an das Gehirn Erregungen, die dort unterschiedlich wahrgenommen werden, je nachdem, welcher Bereich der Zunge gereizt wurde.

Bis vor wenigen Jahren meinte man, dass wir vorne an der Zunge das Süße, dann das Salzige, Saure und das Bittere mehr hinten an der Zunge schmecken können. Neuere Untersuchungen weisen jedoch darauf hin, dass derartige Zuordnungen nicht schlüssig sind; sondern ganz im Gegenteil jede Papille eigentlich alle Geschmacksrichtungen zu schmecken im Stande ist. Ein etwa kreisförmiger Bereich in der Mitte der Zungenoberfläche ist ziemlich unsensibel für Geschmack. Was uns als scharf erscheint, ist eine starke Reizung der Schmerzzellen und nicht eigentlich eine Geschmackswahrnehmung.

Die Geschmacksdifferenzierung eines Feinschmeckers kommt durch verschiedene Faktoren gemeinsam zustande: Geschmacksempfindungen, Temperatur, Geruchswahrnehmung und Nahrungsbeschaffenheit. Die Geschmacksempfindung wird durch einen eingeschränkten Geruchssinn deutlich beeinträchtigt (z.B. bei einer Erkältung mit Schnupfen ist der empfindlichere Geruchssinn ausgefallen). Die Interpretation und Einordnung von Geschmacksempfindungen findet in Geschmackszentren der Hirnrinde statt.

Wenn wir etwas probieren wollen zu schmecken, muss dafür eine „Tür“ geöffnet werden. Das ist sehr wichtig für das Schmecken, dass wir immer erst einmal etwas hereinlassen müssen.

Der Geruch weht ohne weiteres herein, der Geschmack nicht. Während Gerüche unmittelbar bestimmte Triebe im Menschen hervorrufen können, kann der Geschmack das niemals so direkt; wir müssen immer erst etwas hinzufügen. Und nachher müssen wir der empfangenen Substanz entgegenkommen. Der Speichel, den wir hinzufügen, ist immer dem angepasst, was wir in den Mund nehmen – wie wir auch jedem Menschen anders begegnen. Außerordentlich wichtig ist auch das gute Kauen der Nahrung. Unser Speichel sorgt dafür, dass die weitere Verdauung gut verläuft.

7) Der Wärmesinn

Versuche zum Wärmesinn

1. a) Wir haben eine Schüssel mit heißem und eine mit kaltem Wasser. Die linke Hand wird für einige Sekunden ins kalte und die rechte Hand gleichzeitig ins warme Wasser gehalten.
→ linke Hand empfindet kalt (kühlt auch ab); rechte Hand heiß (erwärmt sich)
- b) Sofort darauf werden beide Hände in lauwarmes Wasser gehalten (Mischung aus beiden Versuchswässern aus a).)
 - Keine Sinnestäuschung, da sich (wie auch ein Thermometer) der Sinn erst wieder neu "eichen" muss und er nur den Temperaturunterschied anzeigt.
2. Eisenstange und Stück Styropor befinden sich eine Stunde lang im gleichen Raum, haben daher die selbe Temperatur. Wir haben die Aufgabe sie beide anzufassen.
→ Wir fühlen, dass sich die Eisenstange kalt angeht, das Styropor jedoch warm.
Ist dies eine Sinnestäuschung?!
 - Zunächst fragen wir uns, was uns der Wärmesinn in diesem Fall mitteilt.
Über das Eisen wird (Körper)Wärme schnell über die Haut abgegeben es fühlt sich daher kalt an. Styropor leitet Wärme nur sehr langsam ab, es fühlt sich warm an.
Wir begreifen: Eisen als starken Wärmeleiter, Styropor als schlechten (Isolator).
Damit klärt sich: das Phänomen kann nicht als Sinnestäuschung bezeichnet werden, sondern wir erkennen eine weitere Fähigkeit unseres Wärmesinns: er teilt uns etwas mit über die Beziehung eines Materials zur Wärme (Wärmeleitfähigkeit).
3. Gedankenexperiment
 - a) wir betreten einen Kühlraum
→ Gänsehaut; Körper beginnt zu zittern;
 - Meldung: "zu kalt"; Härchen "sträuben" sich, Haarmuskulatur ist angespannt (wo ein Muskeltonus ist, dort ist auch Durchblutung und somit Wärme); Zittern erzeugt ebenfalls Bewegung in der Muskulatur und fördert somit die Versorgung der Körperperipherie mit Blut: Wärme wird zur Oberfläche geleitet).
 - b) wir betreten eine Sauna
→ Meldung: "zu warm"; der Körper beginnt zu schwitzen
 - es entsteht Verdunstungskälte durch welche die Hautoberfläche gekühlt wird.Durch unwillkürliche Schutzmechanismen kann der Körper auf Temperaturschwankungen reagieren und korrigierend auf die Wärme/Kältesituation wirken.

Der Wärmesinn gibt uns als Information niemals absolute Temperaturen, sondern nimmt den Übergang von einer Temperatur zu einer anderen wahr und meldet uns relative Temperatur-änderungen. Er vergleicht die Wärmeverhältnisse (siehe Versuch 1).

Diese Funktionsweise ist höchst sinnvoll, da genaue Temperaturbestimmungen unnötig sind um unsere Lebensprozesse aufrecht zu erhalten; das Anliegen ist vielmehr unsere Körpertemperatur zu erhalten und Temperaturschwankungen (sowohl äußere als auch innere) zu melden, die unsere Lebensprozesse beeinträchtigen könnten.

Der Wärmesinn gibt uns somit drei verschiedene Informationen ganzheitlicher Art:

1. Die Veränderung unserer Umgebungstemperatur (Versuch 1)
2. Über die Wärmeleitfähigkeit eines Materials (Versuch 2)
3. Über den innerlich (äußerlich) bewirkten Wärmezustand unseres Körpers: zu kalt, zu warm
Gänsehaut, zittern; schwitzen (Versuch 3)

9) Der Gehörsinn

10) Der Lautsinn (auch: Formsinn / Gestaltsinn)

11) Der Gedankensinn

Versuch zum Gehörsinn

1. Zuhören mit geschlossenen Augen
 - a) Singen unterschiedlich hoher Töne gleicher Länge und Lautstärke
 - b) Singen lauter und leiser gleich hoher Töne
 - c) Singen langer und kurzer Töne
 - d) selbe Töne spielen: mit Gitarre, Flöte, Maultrommel

→ der Gehörsinn nimmt in a-d) wahr: **Tonhöhe**
Lautstärke der Töne
Tonlänge
Art des Klages

Versuch zum Gehörsinn, Lautsinn (Gestaltsinn), Gedankensinn

2. Zuhören mit geschlossenen Augen
 - a) Tischklopfen
Metallschale / verschiedene Gläser, Flaschen einzeln anschlagen
 - b) einzelne Gläser in regelmäßig gleichem Abstand anschlagen
 - c) verschiedene Gläser, Flaschen in regelmäßige unterschiedlichem Abstand anschlagen
 - d) regelmäßiges Tischklopfen mit vier Fingerspitzen;
verändern des Klopfens zu "Pferdegetrappel" (mit Wiehern abschließen)
 - e) Augen auf: mit der flachen Hand laut auf den Tisch schlagen und böse schauen
 - f) hinaus gehen und von draußen an die Türe klopfen
→ man hört erst kurz einen dumpfen, tiefen Ton (a)
dann einen hellen, mittelhohen, klingenden Ton
man hört verschiedene helle Töne, unterschiedlich lange (b)
→ man erkennt einen bzw. verschiedene Rhythmen (c)
- verliert dadurch das reine Hörsinnerlebnis aus dem Bewusstsein (keiner horcht mehr auf den Klang des Materials!) Der Gestaltsinn nimmt vorrangig wahr
→ Rhythmus wird zunächst wahrgenommen; anschließend tritt diese Erleben zurück, und wir nehmen Pferdegalopp wahr (d)
- der Gedankensinn greift zu, Gehörsinn- und Gestaltsinnwahrnehmungen treten zurück
→ wir nehmen Ärger wahr (e)
- das Hörerlebnis tritt in den Hintergrund. Der Gedankensinn nimmt vorrangig wahr.
→ wir nehmen wahr, dass jemand eintreten möchte (was dann auch geschieht) (f)
- Gehörsinn- und Gestaltsinnwahrnehmungen werden gewissermaßen "transparent" für unser Bewusstsein und der Gedankensinn packt zu.
3. Experimentator winkt mit einer Hand
 - a) das Gesicht des Experimentators ist für die Teilnehmer hinter einem Karton verdeckt
 - b) das Gesicht ist nicht verdeckt
→ man meint, jedes der der Male die selbe Handbewegung zu erkennen (a)
→ man erkennt: 1. Mal: Winken beim Abschied
2. Mal: Abwehrbewegung vor Schreck
3. Mal: Fensterputzen (Anhauchen einer imaginären Fensterscheibe)
- bei Versuchsteil b) greift der Gedankensinn zu und wir "verstehen" unmittelbar

4. Zeichnen an der Tafel

- a) ein Kreis; ein Punkt oben am Kreis, fünf weitere in jeweils gleichem Abstand auf Kreis
- b) alle sechs Punkte zu einem Linienzug verbinden
→ 6-Eck wird erkennbar
- c) alle Diagonalen zeichnen;
- d) anschließend 6-Eck verstärken, sowie die Verbindungsgeraden des untersten, sowie des linken und rechten oberen Punktes zum Mittelpunkt verstärken
→ man erkennt einen Würfel, der noch verstärkt wird durch Anlegen der Seitenflächen
- bei a-c): Sehsinn, Eigenbewegungssinn, Gestaltsinn nehmen wahr
- bei d): Gedankensinn "schlägt zu" – Würfel!

5. a) SW-Foto wird gezeigt

b) Zeichnung wird gezeigt

- a) → wir erkennen Figuren: zuerst aus der Entfernung Helles und Dunkles dann werden Gestalten sichtbar (ein "Geist"(?); im Näherkommen wird deutlich: keine Geister! Das Maul eines Pferdes, einer Ziege, die durch die Löcher einer Holztüre schnuppern.
- zuerst nehmen wir mit dem Sehsinn, dann mit dem Gestaltsinn, letztlich mit dem Gedankensinn wahr.
- b) → Unser Sehsinn erkennt dünne schwarze Linien auf weißem Papier; unser Gedankensinn erkennt entweder eine alte Frau (von schräg vorne), oder eine junge (von hinten).

6. Ein weißes Blatt Papier mit dunklen Zeichen (siehe auch beigelegte Kopie)

- der Gestaltsinn nimmt Phänomene wahr: dunkle Figuren auf hellem Grund
→ der Gedankensinn überwindet den Gestaltsinn und nimmt WÜRFEL (Ausgespartes) zwischen den dunklen Zeichen wahr (vor allem, wenn wir das Blatt um 180° drehen!), dominiert somit den Gestaltsinn und dessen Prinzip (Form vor Farbe).
- Helles wird als Gedanke erkannt und als übergeordnete Information wahrgenommen.

Der Gehörsinn fasst die akustische Welt auf; während der Sehsinn auf der Oberfläche der Dinge wahrnimmt, dringt der Hörsinn sozusagen ins Innere der Gegenstände ein. Tonhöhe, Klangklarheit geben Auskunft über die innere Struktur der Materials, seine Dichte.

Während der Gehörsinn beim gesunden Menschen angeboren ist, entwickelt sich der Gestaltsinn im Lauf des Lebens.

Das Feld seiner Wahrnehmung ist:

a) das Hörfeld

Geräusche, Laute, Rhythmen,
Klangcharakteristik eines Instrumentes

b) das Sehfeld

Δ, O, Buchstaben,
Formen jeder Art

Der Gedanken(wahrnehmungs)sinn ist ein sehr dominanter Sinn; der heutzutage „vorrangig“ erzogen und geschult wird - oft zu Lasten aller anderen Sinne. Abstraktionsfähigkeit ist heute in hohem Maße gefordert in unserer Kultur, aber: die Empfindungsinhalte des Gedankensinns alleine sind "null"! Daher wird in der Waldorfschule immer der Weg zum Begriff (Gedanken) über das umfassende Sinneserlebnis gesucht - im "Bild": Hörbild, Sehbild, inneres Bild, Phänomene verschiedenster Art; Erlebnisse machen lassen – dann erst in Abstraktion gehen, bzw. zum Erfassen des Begriffes! Rudolf Steiner plädiert für "lebendige Begriffe" - solche, die wandlungsfähig bleiben, solche die auch später noch Gefühlserinnerungen wachrufen, welche bei der Begriffsbildung entstanden. Sonst - so meint er - verkümmert die Seele; ganz abgesehen davon, dass ja das lebendige Erinnern des Menschen immer am einst erlebten Gefühlskomplex ansetzt um so die Begriffe ins Bewusstsein zu heben.

12) Der Ichsinn

Versuch eines Versuchs zum Ichsinn

Frau Klara Pospischill als vortragende Persönlichkeit (über die "Erkenntnissinne") - siehe Foto

- wahrnehmen der Persönlichkeit;
wo ist sie authentisch, was macht sie aus? Art zu denken? Art sich zu bewegen? Wie ist ihre Mimik und Gestik, ihre Sprache?
Wie geht sie auf Menschen zu bzw. ein? Andere typische Eigenarten? Wie stellt sie sich dar?
Wie drückt sich ihr Wesen aus?
- der Ichsinn dient dem ganzheit-lichen Erfassen eines anderen Ich.

Rudolf Steiner spricht über den Vorgang des "**Ichens**" in seiner "Allgemeinen Menschenkunde" (siehe Kopie)

Über 12 Sinne ist der Mensch mit der Welt verbunden. Jedes Ding stellt eine Frage an uns: "Wer bin ich? Erkenne mich Mensch, damit ich mit dir verbunden bin. Erkenne mich in meinem Wesen.

Insofern kann als 13. Sinn der "Frage-Sinn" betrachtet werden.

Nach welchem "Bild Gottes" ist der Mensch geschaffen? Als Ich-Wesen sind wir bewusstseins-mäßig zunächst getrennt von der Welt; aber durch die Fähigkeit, die wir dem Ich-Bewusstsein letztlich auch wieder verdanken, haben wir gelernt alles wieder zu einer qualitativen Ganzheit zusammenfassen zu können – über unsere 12 Sinne und unser Denken.

Unser Sinneswesen ist in umfassender Weise geschaffen dafür uns selbst und unsere Umwelt in entsprechender Weise wahrzunehmen und eine Brücke zwischen Ich und Welt zu schaffen: von der Sinneswahrnehmung - zur Sinnfindung steht uns der Weg offen.

Rudolf Steiner zeigt, wie die vier Leib bezogenen Sinne als Basis dienen für eine Entwicklung und der "Erkenntnissinne". Mit einer kurzen diesbezüglichen Darstellung werden wir den Abschluss finden:

Übersicht über die 12 Sinne:

Tastsinn	Wahrnehmen der eigenen Leibesgrenze des inkarnierten Ichs
Lebenssinn	(Sinnesorgan: Sympathikus) Alle Lebensprozesse aus dem Logos (Wort, lebendigen Idee) hervorgegangen
Eigenbewegungssinn	“Formdetektor“ in uns (Sinnesorgan: Muskelspindeln, motorische Endplatten der Nerven)
Gleichgewichtssinn	Raumerleben (Sinnesorgan im Innenohr)
Geruchssinn Geschmackssinn Wärmesinn Sehsinn	
Gehörsinn	Raum erfassen (Sinnesorgan im Innenohr)
Lautsinn (Formsinn / Gestaltsinn)	
Gedankensinn	(Sinnesorgan: Parasympathikus) Erfassen der Gedanken (Begriffe / Ideen)
Ichsinn	Wahrnehmung eines Außen-Ichs