✓ M 48

gedruckt

Manuskript.
Vervielfältigen, Abschreiben
u. Weitergeben nicht gestattet.

Weihnachtskurs für Lehrer am Goetheanum in Dornach

vom 23. Dezember bis 7. Januar 1922

15. Vortrag

Die körperliche Erziehung im besonderen

von

Dr. Rudolf Steiner

Dornach, 6. Januar 1922

Dasjenige, was ich heute werde vorzubringen haben, wird sich im wesentlichen auf die physische Entwicklung, physische Erziehung des Kindes beziehen. Es wird ja in der Natur der Sache liegen, dass diese heutigen Betrachtungen aus verschiedenen Gründen heraus aphoristisch gestaltet sein werden. Der Hauptgrund ist ja der, dass auf dem Gebiete der physischen Entwicklung des Menschen am meisten gerade in der Gegenwart dasjenige vorherrscht, was nur aus der Persönlichkeit des Menschen heraus geltend gemacht wird. In bezug auf physische Entwicklung hat jeder Mensch seine Sympathien und Antipathien, und aus diesen Sympathien und Antipathien heraus entwickelt er dann seine Theorien, und gerade dasjenige, was aus Sympathien und Antipathien geltend gemacht wird, und was am meisten den Charakter des Fanatismus gewinnt, das ist schliesslich auch dasjenige, was am fernsten liegen muss, zunächst wenigstens, der Wirksamkeit der anthroposophischen Bewegung. Diese muss einmal so geartet sein, dass sie ganz weit entfernt von al-

lem Fanatismus ist, dass sie durchaus nicht darauf ausgeht, für das Einzelne zu agitieren, sondern einfach aufmerksam macht darauf, wie das eine oder das andere im Leben wirkt, und dann es dem Menschen selbst überlässt, seine Sympathien und Antipathien an die Sache zu knüpfen.

Was wird heute für eine Summe von Fanatismus aufgebracht von Vegetariern für, oder von denjenigen, die nicht Vegetarier sind, gegen den Vegetarismus. Denn man kann sagen, man ruft alle möglichen Instanzen der Wissenschaft pro und contra auf einem solchen Gebiete auf. Man muss aber auch sagen: eigentlich hat niemals gerade der Dilettantismus so geblüht, als bei der heutigen Verteidigung von solchen Dingen. Es ist schon einmal so, dass Anthroposophie nicht die geringste Anlage in sich trägt, nach einer oder der anderen Richtung hin fanatisch zu werden. Sie kann also keine Partei nehmen für diejenigen Menschen, die nun etwa, weil sie Vegetarier geworden sind, für diesen Vegetarismus mit einem solchen Fanatismus eintreten, dass sie ihn jedem anderen Menschen aufprägen, aufreden möchten, und dass sie eigentlich jeden Menschen, der nicht Vegetarier ist, nicht mehr zur Menschheit im vollen Sinne des Wortes rechnen. Wenn auch zuweilen auf dem Gebiete der anthroposophischen Bewegung solche Fanatismen erblühen, so liegt es eben durchaus nicht im Wesen der Anthroposophie.

Nun handelt es sich gerade im Zusammenhang mit diesen Vorträgen auch noch um etwas anderes. Sie werden ja bemerkt haben, dass bei den Erziehungsprinzipien, die hier zur Entwicklung gekommen sind, immer das Hauptaugenmerk darauf gelegt worden ist, dass alle seelischen und geistigen Massnahmen auch so getroffen werden, dass das Leiblich-Physische des Menschen zu seiner naturgemässen Entfaltung, Entwicklung kommt. So dass man wird sagen können: Es liegt hier ein Erziehungs-Sy-

stem vor, unter dessen Einfluss der Mensch, wenn nur alles richtig berücksichtigt wird, sich auch in gesundheitlicher Beziehung am allerbesten entwickeln wird. Daher sind ja die allerwichtigsten Grundlagen für die physische Erziehung durchaus schon gelegt durch das bisher Gesagte. Man muss aber natürlich die physische Erziehung doch, - wenn es auch wegen der Kürze der Zeit (sonst müsste man auch darüber einen ganzen Vortragszyklus halten) nur aphoristisch sein kann - diese physische Erziehung des Menschen doch wenigstens zusammenfassend noch einmal vor die menschliche Seele hinstellen.

In bezug auf die physische Erziehung des Menschen kommt ja vor allen Dingen in Betracht die Ernährungsweise, die Art und Weise, wie wir das Kind hineinstellen in die Wärmeverhältnisse, in die Kälteverhältnisse der Umgebung, und in welcher Weise wir die Bewegungstätigkeit an das Kind heranbringen. Unter diese drei Kategorien lässt sich eigentlich im Grunde genommen alles fassen, was für die körperliche Erziehung eine besondere Wichtigkeit hat.

Nun ist es nicht möglich, mit Hilfe gerade der heutigen Erkenntnisart, die aus intellektualistischer Linie heraus verläuft, die Mannigfaltigkeit des Lebens so zu fassen, dass man aus diesen intellektualistischen Linien heraus die ungeheure Differenz des menschlichen Organismus wirklich treffen würde. Es ist schon notwendig, dass sich der Mensch trotz der heutigen Wissenschaftlichkeit, auf die er so stolz ist, einen gewissen Instinkt aneignet für das Gesunde und für das Krankhafte und auch für dasjenige, was dazwischen liegt. Die instinkthafte Teilnahme an der Welt gerade für diese Dinge ist von einer ausserordentlichen Bedeutung. Und man muss ja auch sagen: wir bringen es nach und nach durch die heute anerkannte Wissenschaft zu einer immer mehr und

mehr materialistischen Färbung dieser Wissenschaft. Was wissen wir nicht heute alles schon von jenen Geheimnissen der Welt, die erforscht werden können unter dem Mikroskop, die erforscht werden können, wenn wir irgendwelche niederen Tiere zerschneiden und dann die Teile funktionieren lassen. Was haben wir nicht alles für Konklusionen geschlossen aus dem Verhalten der Tierwelt auf den Menschen, ohne zu wissen, dass gerade mit Bezug auf die wichtigste Sache die menschliche Organisation doch radikal verschieden ist von der tierischen Organisation. Wenigstens wird das nicht immer ins Auge gefasst, und das Wesentliche ist ja das, dass die heutige Wissenschaftlichkeit im Grunde genommen darauf angewiesen ist, ein jegliches Ding abgesondert für sich zu betrachten. Ja, bei einem Ding hat man ja nur einen Ausschnitt des Lebens.

Nehmen Sie einmal an, - ich möchte das durch einen Vergleich ausdrücken - ich begegne um 9 Uhr vormittags zwei Menschen; die sitzen auf einer Bank, und ich rede mit ihnen einiges, mache mir eine Vorstellung über die Gesamtverfassung dieser Menschen. Ich gehe weg. Um 3 Uhr nachmittags treffe ich wiederum zwei Menschen auf der Bank. Nun kann ein zweifaches geschehen sein. Die beiden Menschen können da gesessen haben und sich meinetwillen unterhalten, - oder auch - je nach der Rassenverschiedenheit der Menschen wird das eine oder das andere eintreten, - sie können stumm nebeneinander gesessen haben. Es kann aber auch das geschehen sein, dass der eine Mensch sitzen geblieben ist, und der andere Mensch, wie ich's nicht mehr bemerkt habe, weggegangen ist und gerade wieder zurückkam, also gerade sich wieder hingesetzt hat, bevor ich die beiden Menschen auf der Bank wieder traf. Dann werde ich den Tatbestand um 9 Uhr und den Tatbestand um 3 Uhr nachmittags konstatieren. Aber die beiden Menschen sind durchaus in ihrer Gesamtverfassung von einander verschieden.

Nirgends kann sich das Leben in seinen Geheimnissen enthüllen, wenn man eben nur auf die Beobachtung des unmittelbar Gegenwärtigen sieht. Und wie Sie sich überzeugen können, ist das mehr als man gewöhnlich meint, der Fall bei den heutigen wissenschaftlichen Methoden. Und so führen sie einen schon einmal dazu, dass man das Entsetzliche erlebt, was ich einmal bei einem Freunde erlebt habe. Ich kannte ihn in der Jugend, ja, ich möchte sagen, als einen naturgemässen Menschen. Dann sah ich ihn längere Zeit nicht, traf ihn dann wieder einmal, besuchte ihn. Er setzte sich zum Mittagmahl, und es wurde nicht nur das Uebliche, was man gewöhnlich isst in einem solchen Fall, aufgetragen, sondern auch eine Wage, und auf dieser Wage wog er sich das Fleisch zu, wog er sich das Gemüse zu, denn er hatte angefangen nach der Wissenschaft zu leben, die ja weiss, wieviel Gewichtsmengen man von einem jeden Nahrungsmittel anwenden muss, wenn man ein richtiger Mensch sein will usw. usw. Es braucht wohl kaum erwähnt zu werden, dass alles ganz richtig und geistvoll sein kann, dass aber die natürlichen Instinkte des Lebens durch so etwas auf das Gründlichste untergraben werden. Und natürliche Instinkte für das Gesunde und Krankmachende braucht vor allen Dingen der Erziehungs- und Unterrichtskünstler. Dann wird er alles dasjenige, was im Verlaufe dieser Vorträge schon beleuchtet worden ist, auch mit Bezug auf die physische Erziehung auf seinem Wege weitertragen, und es gerade für die physische Erziehung besonders ausbilden können.

Wir haben z.B. gesehen, wie das Kind vorzugsweise vor dem Zahnwechsel ganz in seinem physischen Organismus drinnen lebt. Dieses Leben im physischen Organismus ist nun im höchsten Grade der Fall beim Säugling, und zwar wiederum am hervorstechendsten der Fall beim Säugling in bezug auf seine Ernährung. Er geniesst ja, wie Sie wissen, zu-

nächst eine ausserordentlich einförmige Ernährung, wenn er die Welt betritt. Und wenn der Erwachsene dauernd so einförmig leben müsste, fast ganz von einem einzigen Nahrungsmittel zum Frühstück, Mittag, sonst, er würde das ja ganz gewiss für seine seelische und auch leibliche Verfassung nicht gerade zuträglich finden. Der Erwachsene will alles durcheinander mischen, er will Abwechslung haben. Der Säugling bekommt diese Abwechslung nicht. Und dennoch machen sich die wenigsten Menschen eine Vorstellung davon, wie gross gerade das Glück des Säuglings durch seine Ernährung ist, und zwar, weil die wenigsten Menschen wissen, mit welcher intensiven Süsse der ganze physische Organismus des Säuglings durch die Muttermilch durchzogen wird.

Der Erwachsene hat ja nur noch die Möglichkeit, Geschmacksempfindungen auf seinem Gaumen und dessen Nachbarorganen zu haben. Er hat schon einmal das Malheur, dass alle Geschmacksempfindungen sich nach dem unglückseligen Kopfe hingezogen haben, und dadurch unterscheidet er sich von dem Kinde, das im Säuglingsalter durch und durch Geschmackorganismus ist, das durch und durch schmeckt. Und mit dem Ende des Säuglingsalters hört dieses durch und durch Schmecken auf. Es wird ja auch vergessen später, von denjenigen Menschen, die sich nun einmal nur des gewöhnlichen Lebensbewusstseins bedienen. Die wissen gar nicht, wie verschieden von ihrer späteren Lebensverfassung das Schmecken während des Säuglingsalters war. Es ist ja auch für manche Menschen durch das spätere Leben das ausserordentlich schwierig gemacht. Ich nahm z.B. teil einmal an einer Unterhaltung zwischen einem abstinenten Menschen und einem solchen, der das Gegenteil eines abstinenten Menschen war, und der Abstinente, der natürlich dann auch ein Fanatiker war, - solche Menschen sind ja immer Fanatiker - der Abstinente bearbei-

tete den anderen, und da sagte der andere (ich will die Geschichte nicht ganz ausführlich erzählen, es ist aus dem Zusammenhang heraus): "aber ich war einmal volle zwei Jahre meines Lebens vollständig abstinent". Da fragte ihn der andere: "Wann?" "Ja, die ersten zwei Jahre meines Lebens". - Nun, es war das eine äusserlich geartete Erkenntnis desjenigen, was sich zugetragen hat; von innen heraus wissen das ja die wenigsten Menschen in Wirklichkeit.

Das Kind steckt also in seinem physischen Organismus drinnen, solange es Säugling ist, so dass es eigentlich nur isst mit seinem physischen Organismus, aber auch davon wirklich sehr viel hat. Und darin besteht ja das Entwachsen aus dem Säuglingsalter, dass zunächst beginnt dasjenige, was sich allmählich so stark nach dem Kopfe hinaufzieht, dass der Zahnwechsel möglich wird, dass diese starke Kraft entwickelt werden kann im Kopfe, die die ersten Zähne abstösst, die zweiten herausbringt. Das ist natürlich so auf dem Wege im ganzen Lebensalter von der Geburt bis zum Zahnwechsel hin, und das lebt sich auf den verschiedensten Gebieten aus, also nach dem Säuglingsalter darinnen, dass der Geschmack zunächst hinaufzieht nach dem Kopfe, und dass das Kind dann damit beginnt, nicht bloss mit dem Leibe zu essen, sondern mit der Seele zu essen, dass es wenigstens mit der Seele unterscheiden lernt, dann auch differenziert die einzelnen Nahrungsmittel.

Und da müssen wir in der Lage sein, dem Kinde nachgehen zu können. Da müssen wir Verständnis entwickeln können für das Kind. Wir müssen Verständnis entwickeln für das, was dem Kinde schmeckt und nicht schmeckt, denn darinnen liegt noch ein sehr guter Regulator für dasjenige, was beim Kinde auch gesundend und kränkend ist. Allerdings muss man sich zu diesem Zwecke eben eine richtige Anschauung über das Ernähren

des Menschen überhaupt erwerben.

Heute sieht man ja hauptsächlich auf dasjenige in der Ernährung hin, was das Gewichtartige in den äusseren Nahrungsmitteln ist. Das ist aber nicht das Wesentliche, das Gewichtartige, sondern das Wesentliche besteht darinnen, dass ein Nahrungsmittel, das ein Mensch zu sich nimmt, in der äusseren Welt eine bestimmte Summe von Kräften in sich hat. Jedes Nahrungsmittel hat eine ganz bestimmte Summe von Kräften in sich, durch die es der äusseren Welt angepasst ist. Und im Innern des menschlichen Organismus ist alles anders. Dieser menschliche Organismus muss das Nahrungsmittel vollständig metamorphosieren. Er muss die Nahrungsmittelprozesse in diejenigen Prozesse umändern, die in seinem Organismus walten sollen. Und dasjenige, was im menschlichen Organismus vor sich geht, ist nämlich ein fortwährender Kampf, indem wir umändern die Dynamik der Nahrungsmittel, indem wir sie zu etwas ganz anderem machen. Die Reaktion in unserem Inneren gegen die Nahrungsmittel ist es eigentlich, was wir dann empfinden als dasjenige, was uns anregt, und was unser Leben unterhält. Daher dürfen wir nicht immer bloss fragen: Müssen wir von diesem oder jenen Stoff so und soviel zufügen? sondern vor allen Dingen fragen: Was tut der Organismus oftmals mit den kleinsten Mengen von irgendeinem Stoff? wie reagiert er darauf? Und der Organismus hat eben diese Kräfte notwendig, die Widerstände gegen die äusseren Naturprozesse entwickeln.

Der menschliche Organismus ist ja so, dass er zunächst in einem bestimmten Gebiete, das, grob gesprochen, etwa vom Mund bis zum Magen reicht, zwar schon etwas modifizierte Prozesse gegenüber der Aussenwelt hat, aber Prozesse, welche doch den Prozessen der Aussenwelt sich noch vergleichen lassen. Dann hat er in alle den Prozessen,

die sich an die Magenprozesse anschliessen, solche Prozesse, die schon stark verschieden sind von denjenigen Prozessen, die sich in der Aussenwelt vollziehen. Und er hat dann in seiner Kopforgansation Prozesse, die das genaue Gegenteil von dem darstellen, was die Naturprozesse in der Aussenwelt sind. Es muss also der Gesamt-Organismus des Menschen vor allen Dingen durch die Nahrung in der richtigen Weise angeregt werden.

Nun kann ich mich ja, da ich eben aphoristisch sein muss, nicht auf eine Terminologie einlassen, die vielleicht aus den tieferen Erkenntnissen der Sache selbst genommen ist, ich muss anknüpfen an dasjenige, was die populäre Terminologie ist; aber das genügt auch durchaus für unsere diesmaligen Zwecke. Sie wissen, es gibt solche Nahrungsmittel, die man im gewöhnlichen Leben nahrhafte Nahrungsmittel nennt, und es gibt solche, die man unnahrhafte Nahrungsmittel nennt. Menschen wachsen sowohl bei unnahrhaften, wie bei nahrhaften Nahrungsmitteln auf. Sie brauchen nur zu bedenken, wieviele Menschen aufwachsen etwa bei Brot und Kartoffeln, was in ganz entschiedenem Masse unnahrhafte Nahrung ist. Sie brauchen sich auf der anderen Seite zu erinnern, wieviel besonders bei einer labilen Gesundheit Rücksicht genommen werden muss darauf, dass man das Verdauungs-System nicht durch unnahrhafte Nahrungsmittel überlastet, also ihm nichts zumutet. Bei Brot- und Kartoffel-Nahrung wird dem Verdauungs-System ungeheuer viel zugemutet, und es wird für die übrigen Funktionen nicht mehr viel übrigbleiben. Daher wird das Wachstum nicht leicht gefördert werden können, gerade bei einer in Brot und Kartoffeln bestehenden Ernährung. Es wird dann darauf gesehen, dass man Nahrungsmittel zusammenstellt, welche das Verdauungs-System nicht überlasten. Dann hat das Verdauungs-System

verhältnismässig wenig zu arbeiten. Wenn man aber das wiederum bis zum Extrem treibt, dann versetzt man das Gehirn in eine übertriebene Tätigkeit. Das entwickelt dann Prozesse, die den äusseren Prozessen ausserordentlich unähnlich sind, und es wirkt wiederum zurück auf die übrige Organisation des Menschen. Das Verdauungs-System wird schlaff usw.

Nun handelt es sich darum, dass ja alles das, was da in Betracht kommt, ausserordentlich kompliziert ist, und dass es ausserordentlich schwierig ist für den Menschen, in alle Verzweigungen dasjenige hineinzubringen, was da in Betracht kommt. Es gehört zu den schwierigsten Aufgaben einer ernsten, nicht einer heute gebräuchlichen, sondern einer ernsten wissenschaftlichen Forschung, z.B. alles dasjenige zu erkennen, was geschieht, wenn der Mensch durch seinen Mund eine Kartoffel befördert und alles dasjenige zu erkennen, was geschieht, wenn er durch seinen Mund ein Stück Roastbeef befördert. Die beiden Prozesse sind in sich unendlich mannigfaltig. Die beiden Prozesse sind aber grundverschieden, und man muss eine grosse Menge von Einzelheiten kennen, wenn man auf diese Dinge sachgemäss will eingehen können.

So zum Beispiel wird schon eine Andeutung genügen von dem, was hier eigentlich stattfindet, wenn ich Ihnen das Folgende sage. Nehmen Sie an, ein Kind verzehrt eine Kartoffel. Diese Kartoffel schmeckt es zunächst im Haupte, also in den Geschmacksorganen, und dieser Geschmack, der wirkt nun. Obwohl er nicht mehr den ganzen Organismus durchzieht, wirkt er nun doch auf den ganzen Organismus. Nun ist eine Kartoffel nicht besonders, nicht übertrieben schmackhaft. Sie lässt also den Organismus in einer gewissen Weise lässig sein. Er hat keinen ausserordentlich starken Anteil an dem, was da mit der Kartoffel im Munde

des Menschen geschieht. Dann wird die Kartoffel auf den Wegen, die Sie ja kennen, in den Magen befördert. Der Magen, der nimmt sie aus dem Grunde nicht mehr mit übertriebenem Interesse auf, weil er nicht darauf vorbereitet worden ist durch anregenden Geschmack. Der anregende Geschmack ist immer die Provokation für den Magen, um mit grösserer oder geringerer Sympathie ein Nahrungsmittel aufzunehmen; so dass sich der Magen schon nicht mehr stark anstrengen will, um diese Kartoffel in ihrem dynamischen System dem Organismus zuzuführen. Dann muss das aber doch geschehen. Die Kartoffel kann nicht im Magen liegen bleiben. Hat der Magen dann die nötige Stärke, so nimmt er dasjenige, was die Dynamik der Kartoffel ist, in sich auf, verarbeitet es mit Widerwillen in sich, lässt es in sich hineinrollen, entwickelt auch keine starke Reaktion, empfängt keine starke Anregung. Das ganze geht dann in das weitere Verdauungs-System über und wird in dem weiteren Verdauungs-System widerwilling verarbeitet. Und dasjenige, was in die Kopforganisation gelangt von der Kartoffel ist ausserordentlich wenig. So dass also nur in diesen wenigen Andeutungen, die man natürlich jetzt überall vertiefen müsste, Ihnen vor Augen treten kann, wie kompliziert dasjenige eigentlich ist, was da im menschlichen Organismus sich abspielt.

Dennoch, der Erziehungs- und Unterrichtskünstler muss über diese Dinge seine praktische Anschauung haben. Und ich glaube, es ist, damit man aus einem gewissen Ernste heraus auf diesem Gebiete praktische Anschauung entwickelt, schon notwendig, dass man gerade auf diesem Gebiete das Warum und Weil ein wenig einsieht. Ich könnte mir vorstellen, dass es auch Zuhörer gibt, die sagen: Sage uns nur einmal, was wir dem Kinde zu essen geben sollen und was nicht, dann genügt uns das. Aber es genügt dieses eben nicht in Wirklichkeit. Man entwickelt

gerade in physischer Beziehung die richtige Entwicklungstätigkeit, wenn man in die Dinge hineinsieht, denn die Dinge sind so mannigfaltig, dass man vor allen Dingen nötig hat, auf den richtigen Weg geführt zu werden, die richtigen Maximen auf diesem Gebiete zu erkennen. Und dazu ist notwendig, dass man gerade auf dasjenige hinschaut, was einem nun in einer vereinfachteren Weise vor Augen führen kann, wie das Kind eigentlich ernährt werden soll.

Vielleicht auf keinem Gebiete bemerkt man so sehr, wie weit man mit den Erziehungsmaximen abgegangen ist von dem allgemeinen sozialen Leben eines Gebietes, als gerade bei der physischen Erziehung. Wenn man nicht gerade Internate hat, durch die man in leichter Weise dasjenige befolgen kann, was ich heute andeute, dann wird man nämlich immer genötigt sein, mit den Eltern oder der sonstigen Umgebung des Kindes gerade bei der eminent physischen Erziehung zusammenzuwirken, und das bietet ja nach der mannigfaltigsten Richtung hin, wie Sie wissen, grosse Schwierigkeiten. Daher wird dasjenige, was man für richtig hält, vielleicht sogar nur nach Ueberwindung grosser Hindernisse zu erreichen sein. Ich will von einem Beispiel ausgehen.

Nehmen Sie an, ich bekomme für die Schule ein Kind, das sich in übertriebener Weise mit der melancholischen Temperaments-Nuance äussert. Wenn so etwas in übertriebener Weise auftritt, kann man immer sicher sein, dass bei dem Kinde eine abnorme physische Organisation nach irgendeiner Richtung vorliegt. Seelische Abnormitäten haben eben immer ihre Grundlage in physischen Abnormalitäten nach irgendeiner Richtung hin, denn das Physische ist durchaus ein wirklicher Ausdruck des Seelisch-Geistigen. Nehmen wir also an, in eine Schule, die nicht gerade ein Internat ist - sonst werde ich natürlich die entsprechenden

Massregeln innerhalb des Hauses treffen - bekomme ich also ein solches Kind. Was muss ich tun? Ich muss versuchen, mit den Eltern des Kindes in Verbindung zu treten, und, wenn ich mir ganz klar geworden bin, was in diesem Falle eigentlich vorliegt, die Eltern bitten, die Speisen, die das Kind genießt, mindestens $1\frac{1}{2}$ mal, manchmal doppelt so stark zu versüßen, als das vielleicht notwendig ist bei einem Kinde, das sich sonst normal zeigt. Also, ich muss den Eltern raten bei diesem Kinde, mit dem Zucker als Speisen-Zusatz, den man ihm vielleicht in Form von Bonbons beibringt, nicht zu sparen.

Was will ich denn da eigentlich? Nun es wird Ihnen vielleicht noch klarer sein, was ich da will, wenn ich noch einen solchen Fall nehme. Nehmen wir an: Ich bekomme ein krankhaft sanguinisches Kind. Ich meine, die Sache muss natürlich bis zur Abnormität gehen, krankhaft sein, wenn das richtig sein soll, was ich jetzt sage. Ich bekomme ein übertrieben sanguinisches Kind. Wiederum wird eine Abnormität der physischen Organisation vorliegen, und ich werde in einem solchen Fall die Eltern bitten, sie sollen den Süßigkeitsgehalt der Speisen verringern, überhaupt mit dem Zucker etwas sparen dem Kinde gegenüber.

Aus welchem Grunde tue ich das? Man sieht erst ein, in welchem Masse und Grade man so etwas tun muss, wenn man folgendes wirklich durchschaut. Sehen Sie, die Muttermilch am meisten, Milch und Milchprodukte überhaupt, sie wirken so auf den Menschen, dass sie ihre Wirksamkeit in gleichmässiger Art auf den ganzen Menschen erstrecken. Alle Organe kommen gewissermassen in einer gewissen Harmonie zu ihrem Rechte durch die Milch und Milchprodukte. Dagegen die anderen Nahrungsmittel haben die Eigentümlichkeit, dass jedes Einzelne auf ein besonderes Organsystem einen überwiegenden Einfluss hat. Bitte, ich sage

nicht, einen ausschliesslichen, sondern einen überwiegenden Einfluss hat. Da handelt es sich darum: die Art und Weise, wie ein Kind sich mit seinem Geschmack zu einem Nahrungs- oder auch Genussmittel - die Genussmittel sind manchmal durchaus bei der Ernährung ebenso wichtig wie die Nahrungsmittel -, wie es sich mit seinem Geschmack verhält, oder wie diesem Geschmack entgegengekommen wird, das hängt davon ab, wie ein bestimmtes Organsystem des Kindes oder überhaupt des Menschen beschaffen ist.

Bei der Milch kommt der ganze Mensch in Betracht. Bei irgendeinem anderen Nahrungsmittel ein einzelnes Organ-System. Beim Zucker kommt in diesem Hinblicke, den ich jetzt hier ausspreche, ganz besonders die menschliche Leber in Betracht. Nun, was will ich denn also, wenn ich das abnorm melancholisch auftretende Kind mit viel Zucker behandeln lasse? Dann bewirke ich nämlich, dass seine Leber in ihrer Tätigkeit etwas herabgesetzt wird, weil der Zucker so dem Organismus zugeführt wird, dass er in einem gewissen Sinne die Lebertätigkeit übernimmt, dass also die Lebertätigkeit mehr - ich möchte sagen - auf etwas Aeusseres, was ich zuführe, bezogen wird, und die Lebertätigkeit als eigene Tätigkeit zurücktritt. Das ist etwas, wodurch ich die melancholische Neigung des Kindes (auch als anämische Neigung erscheinend), die unter Umständen eben durchaus in der Lebertätigkeit des Kindes als zu starker Eigentätigkeit der Leber fassen kann, etwas zurücktreiben kann auf rein ernährungsmässigem Wege. Was ich tue, wenn ich die Sparsamkeit in Zucker anempfehle bei einem übertrieben sanguinischen Kinde? - da versuche ich, bei diesem übertrieben sanguinischen Kinde die äussere Tätigkeit des Zuckers einzuschränken, und dadurch die Leber aufzufordern, eine regere Tätigkeit im Inneren aus ihrem

Eigenen heraus zu entwickeln, und ich sporne dadurch das Kind an, das Ich stärker anzuregen, also dasjenige zu überwinden, was in dem physischen Gefolge des sanguinischen Temperamentes auftritt.

Sie sehen also, man trifft Massnahmen aus dem Durchschauen der Gesamt-Organisation des Menschen heraus. Deshalb kommt es bei diesen Dingen in der physischen Erziehung wirklich auf das Warum und Weil an, dass man Bescheid weiss in dem Warum und Weil: und auch da gibt es natürlich wiederum ungeheuer viele Details. Aber es ist schon durchaus möglich, diese Details auf allgemeinere Gesichtspunkte zurückzuführen, und diese allgemeineren Gesichtspunkte bestehen in etwas Polarischem. Allerdings derjenige, der ein ganz guter Erzieher und Unterrichter ist, ein so guter, wie sie's gar nicht gibt, der wird in einer gewissen Beziehung prophetisch vorauswissen, durch seine Anteilnahme an dem Kinde schon prophetisch vorauswissen, wie er da oder dort einzugreifen hat. Aber es ist immerhin von ausserordentlicher Bedeutung, dass man seine Aufmerksamkeit darauf zu lenken vermag, wenn das Kind in irgendeiner Weise abweicht von dem Normalen nach dieser oder jener Richtung hin, um dann einzugreifen.

Tut man das durch längere Zeit, dann kommt man dazu, überhaupt solche Erkenntnis zu entwickeln, dass man auch zu Vorbeugungsmassregeln schon kommen kann. Aber das ergibt sich in der Regel erst dann für den wirklichen tätigen Lehrer und Erzieher, wenn er eine Zeitlang die leisen Abweichungen - man darf ~~xxx~~ natürlich nicht warten, bis es ins Extrem geht - die leisen Abweichungen zu bemerken in der Lage ist. Es erfordert das allerdings, dass der Lehrer fortwährend die Neigung hat, sich nach dieser Richtung hin zu vertiefen, und dass er da manche menschliche Neigungen überwinde, die dem entgegenstehen, sonst fürchte ich, dass die Lehrer und Erzieher die nötige Gründlichkeit erst

in dem Momente haben, wo sie sich pensionieren lassen.

Das, worauf man besonders Acht geben muss, das liegt auf der einen Seite in dem Interesse, das das gesamte Kind, also nicht bloss das Geistig-Seelische, sondern das Kind als Leib, Seele und Geist entgegenbringt, sowohl sich selber wie seiner Umwelt; für das Interesse oder für diese Interessellosigkeit, für das muss man eine instinktive Aufmerksamkeit entwickeln. Das ist der eine Pol. Der andere Pol ist die Ermüdbarkeit des Kindes. Woher kommt die besondere Ausprägung des Interesses? Diese besondere Ausprägung des Interesses kommt aus dem Stoffwechsel-Gliedmassen-System, vorzugsweise aus dem Stoffwechsel-System. Wenn ich sehe, dass ein Kind nach irgend einer Richtung interesselos wird, sagen wir also zunächst, was das Auffälligste ist, in geistiger Beziehung interesselos wird, dann aber auch interesselos wird in bezug auf äussere Betätigung, dass es an den Spielen nicht mehr teilnehmen will und dergleichen, dann aber namentlich - was beim Kinde unter Umständen sogar das allerschlimmste sein kann - wenn es interesselos wird gegenüber der Leckerheit der Speisen. Das Kind soll Interesse vor allen Dingen daran haben, wie die Dinge schmecken, und es soll in seiner Art den Geschmack der einzelnen Dinge differenzieren. Wenn das Kind sogar zur Appetitlosigkeit übergeht, - Appetitlosigkeit ist ja Interessellosigkeit in physischer Beziehung - dann weiss ich, die Ernährung ist falsch, die Ernährung ist so, dass die dem Verdauungs-System zuviel zumutet. Ich habe nachzuforschen, in wie fern gerade diesem Kinde nach seiner Organisation zuviel solche unnährhafte Nahrungsmittel beigebracht werden, die das Verdauungssystem zu stark in Anspruch nehmen. Wie ich das Wetter an dem Barometer merke, so merke ich an der Interessellosigkeit sogar den geistigen Dingen gegenüber, dass die Ernährung falsch ist. Ich muss mir also klar sein, dass ich das

vorhandene Interesse oder die Interessellosigkeit für etwas ausserordentlich Wichtiges betrachten muss für die Massnahmen, die ich zu treffen habe in bezug auf die Ernährung.

Bemerke ich, dass ein Kind leicht ermüdbar ist, es ist ja der gerade entgegengesetzte Pol, sei es, dass ein Kind durch geistige Beschäftigung oder durch körperliche Betätigung abnorm leicht müde wird, da kommt dann wiederum beim Kinde ganz besonders in Betracht das Physische, das sich ausdrückt, dass das Kind zwar essen kann, aber dass es durch das Essen in eine Art Traumzustand versetzt wird, dass es also sehr viel braucht nach jedem Essen an Ausruhen, ein abnormes Bedürfnis hat, nach dem Essen sich nach Schlangenart zu benehmen und sich hinzulegen, und nicht zurecht kommt in dieser Weise mit der Verdauung; also dass es durch die Verdauungstätigkeit ermüdet wird; merke ich dies, dann weiss ich: dem Kinde wird zuviel von denjenigen Nahrungsmitteln beigebracht, die das Verdauungs-System zu wenig in Anspruch nehmen, die daher vorzugsweise mit dem Kopf-System verarbeitet werden, und die auf diese Weise das Kind zur Ermüdung bringen.

Wenn das Kind zu starke Interessellosigkeit zeigt, muss ich versuchen, solche Nahrungsmittel beizubringen, die zu den sogenannten nahrhaften gehören. Und da braucht man wiederum kein Fanatiker zu sein. Fanatiker des Vegetarismus werden sagen: Ah, sieh einmal, dieses Kind ist interesselos geworden, das hast du mit Fleisch gefüttert, jetzt musst du es an blosse rohe Früchte gewöhnen, dann wird es wiederum Interesse gewinnen. Das kann ja durchaus sein. Auf der anderen Seite werden natürlich wiederum die Fleischernährer sagen, wenn ein Kind leicht ermüdbar wird: Ja, das muss man eben mit Fleisch anregen. Die Dinge sind nämlich, so weit sie auf diesem Gebiete liegen, gar nicht so, dass sie ein so furchtbar intensives Interesse herausfordern, aus dem ein-

fachen Grunde, weil es in der Tat möglich ist, andere Nahrungsmittel so zu kombinieren, dass sie das Fleisch zum Beispiel ersetzen können. Auf der anderen Seite ist es nicht so wichtig, dass man den Menschen ganz und gar zum Vegetarier macht und dergleichen. Aber darum handelt es sich, dass man diese Maxime kennt, dass man in dieser Form eintretende Interesselosigkeit durch Aufbesserung der Ernährung in bezug auf nahrhafte Nahrungsmittel beseitigt, und dass man aufbessern muss die Ermüdbarkeit dadurch, dass man eben nach der anderen Richtung hin wirkt. Das sind die Dinge, die durchaus das allgemeine Wissen - ich möchte sagen - aus dem Intellektuellen, Mannigfaltigen und Unübersehbaren auf das Gebiet des Einfachen herabbringen. Wenn ich zum Beispiel weiss, dass ich ein Kind habe, das leicht ermüdet, so muss ich wissen, es wird sein Verdauungs-System eben zu wenig oder in einer unrichtigen Weise in Anspruch genommen. Ich muss die Nahrung nach dieser Richtung ändern.

So sehen Sie, dass es darauf ankommt, eine Art Symptomatologie des Menschen zu entwickeln, und diese Symptomatologie, die bringt einen schon auf den Weg, auf dem man dann weiter kommen kann. Es ist nicht nötig, dass durchaus in allen Einzelheiten gesagt wird: Das muss man tun. Das ist es gerade: wenn man in dieser Weise sich den Ueberblick über das Leben verschafft, indem man an eine Symptomatologie hertritt, kann man in bezug auf die Ernährung die Maximen auf den Weg mitnehmen, die einen dann durchaus richtig weiterleiten.

Innig verwandt, aber doch wiederum in einem gewissen Sinne entgegengesetzt, ist nun die Wärmung des Kindes. Da handelt es sich darum, dass ja in einer noch deutlicheren Weise die Welt mitgibt dem Menschen eine Art Richtschnur. Aber es muss diese Richtschnur nur in der richtigen Weise verstanden werden. Man hat ja auch noch jetzt das-

jenige, was im 19. Jahrhundert das Schlagwort geworden ist - auf der einen Seite sind ja Schlagworte immer nur allzu berechtigt in ihrem Inhalt, wenn man ihn versteht. Schlagworte werden sie ja dadurch, dass eben die Sache übertrieben wird. Auf der anderen Seite werden eben dadurch, dass die Sache übertrieben wird, Schädigungen hervorgerufen. - Es ist ein Schlagwort auch heute noch vorhanden und wirksam, das im 19. Jahrhundert immer mehr und mehr um sich gegriffen hat: Abhärtung. Gewisse, sie kann sehr gut sein, und in bezug auf die Abhärtung ist ausserordentlich viel getan worden. Aber sehen Sie, es wird demjenigen, der auf einer wirklichen Menschenerkenntnis fussen kann, doch immer in einem gewissen Sinne Angst und bange, wenn er Menschen sieht, die sehr im Sinne der Abhärtung als Kinder erzogen worden sind, und die dann nicht mehr in der Lage sind, weil sie so abgehärtet sind, über einen sonnendurchstrahlten heissen Platz zu gehen, weil sie dann anfangen, in einer Weise in eine Seelen- und Körperverfassung zu kommen, dass sie eben dann nicht über den Platz gehen. Die Abhärtung kann nur dann eine richtige sein, wenn die den Menschen ertragsam macht für die verschiedensten Gebiete des Lebens.

Da muss man allerdings zwei Arten in Betracht ziehen. Das erste ist dieses, dass ja die Welt dem Menschen eine gewisse Richtschnur mitgegeben hat, dass er eigentlich sich nur wohlbefindet, wenn er die Wärme- und Kälteverhältnisse seiner Umgebung nicht bemerkt, und dass er eigentlich immer in einer Lage ist, die unter allen Umständen seiner Gesundheit nicht zuträglich ist, wenn er in abnormer Weise die Wärme- und Kälteverhältnisse seiner Umgebung merken muss. Er muss natürlich unter Umständen sie als Sinnesempfindungen merken, aber er soll sie nicht durch seinen ganzen Organismus merken.

Dazu ist also notwendig, dass wir wirklich vor allen Dingen die Bekleidung so einrichten, dass der Mensch in einem neutralen Erlebnis gegenüber den Wärmeverhältnissen sein kann, und das muss tatsächlich das Einzelne berücksichtigt werden. Wir sind durchaus als Menschen so veranlagt, dass, wenn wir zu stark den Kälteverhältnissen ausgesetzt sind, wir dann einfach ein gewisses inneres Funktionieren nicht in der richtigen Weise vollziehen können. Dass, wenn wir zu stark den Wärmeverhältnissen ausgesetzt sind, dieses innere Funktionieren gewisser Organe wiederum übertrieben wird. So können wir sagen: wenn der Mensch in abnormer Weise zu stark den Kälteverhältnissen ausgesetzt ist, so werden seine Organe dazu allmählich geneigt gemacht, sich innerlich zu verschleimen, und es entstehen dann alle diejenigen Krankheiten, die ich eben mit einem populären Ausdruck bezeichnen will: die innerlichen Verschleimungen. Die Organe werden innerlich mit Stoffwechselabgängen durchkleistert. Es entsteht diese Verschleimung . - Wenn ich den Menschen zu stark der Hitze aussetze, so verdorren die Organe, sie verknöchern, sie verkrusten, und sie werden dann im eminentesten Sinne anämische Organe.

Das ist dasjenige, was durch ein gewisses Hineinschauen in den Organismus einem wiederum den Weg bereitet, um in der richtigen Weise erziehend auf diesem Gebiete vorzugehen. Aus allem muss der Mensch symptomatologisch lernen. Wir Menschen sind z.B. dazu veranlagt, dass wir das Gesicht in einer Weise der Kälte aussetzen können, und dieses menschliche Antlitz ist durch den Anteil, den es nimmt an der Gesamtorganisation des Menschen, eben schon dazu veranlagt, auch grösseren Kälteverhältnissen ausgesetzt zu werden als der übrige Organismus. Dadurch, dass es grösseren Kälteverhältnissen ausgesetzt ist, hält es

fortwährend die anderen Organe vor dem Verdorren zurück, regt die Organe an, und es ist ein Wechselspiel zwischen dem der Kälte sich leichter aussetzenden Gesicht und den anderen Gliedern der menschlichen Organisation. Aber man darf das nicht verwechseln mit einem Anderen des Menschen, mit dem Anderen - verzeihen Sie den harten Ausdruck: man darf nicht verwechseln die Waden des Menschen mit dem Gesicht. Und das ist ein Unfug, der in der Gegenwart getrieben wird, indem des Menschen Waden verwechselt werden mit seinem Gesicht. Man lässt die Kinder so herumgehen, dass sie nackte Beine haben bis über die Knie herauf, manchmal noch weit über die Knie herauf. Das ist eine Verwechslung des einen Endes des Menschen mit dem anderen. Wenn die Menschen den Zusammenhang einsehen würden, der da besteht, so würden sie eben wissen, wie ungeheuer viel Blinddarmentzündungen eben einfach zusammenhängen im späteren Leben mit dieser Verwechslung des einen Endes des Menschen mit dem anderen Ende.

Das sind durchaus die Dinge, welche uns zeigen, wie Erwärmung und Ernährung zusammenwirken müssen. Es muss allerdings dann gesagt werden, dass der Mensch eben ertragsam gemacht werden muss auch, dass er nicht bei jedem Temperaturwechsel ausser sich gerät. Das wird dann wiederum bewirkt dadurch, dass man zum Beispiel weiss: wenn der Mensch sich zu empfänglich zeigt für einen solchen Temperaturwechsel schon in der Kindheit, dann muss man durch die entsprechende Nahrung wiederum aufhelfen. Nahrung und Wärme, Ernährung und Wärmung stehen durchaus in einem Wechselverhältnisse, Und bei demjenigen Menschen, der zu stark den Temperaturwechsel empfindet, bei dem muss man dafür sorgen, dass er durch eine mehr oder weniger wärmende Ernährung innerlich fester wird gegen diese Temperaturwechsel.

Sie sehen also, wie eine wirkliche Menschenerkenntnis auch in dieser Beziehung auf den Weg hilft, und wie im Grunde genommen alles im menschlichen Organismus nicht nur zusammenwirken muss, sondern vor allen Dingen beim Erzieher und Unterrichter zusammenwirkend muss gedacht werden können.

Das Dritte, worauf Sorgfalt zu verwenden ist in bezug auf die physische Erziehung, das ist die Bewegungsbetätigung, die wir an das Kind heranbringen. Es handelt sich ja da durchaus darum, dass da das menschliche Wesen nicht nur seine innere Betätigung auszuführen hat, sondern dass es so organisiert ist, dass in seiner Wesenheit selbst die Mitbetätigung an der äusseren Welt liegt, dass es so organisiert ist, dass es sich als ein Glied dieser äusseren Welt fühlen muss. Wir können sagen, kein Organ an dem Menschen ist so organisiert, dass wir es in der Ruhe verstehen können. Wir können die Ruhe eines menschlichen Organes nur verstehen, wenn wir es auf die Bewegung beziehen können, die durch das Organ ausgeführt ist, sei es ein äusseres Organ, wo in der Ruheform schon die äussere Bewegungsform angedeutet ist, sei es ein inneres, wo in der Gestalt des Organes eben durchaus ausgedrückt wird, in welcher Weise es in einer innerlichen Rührigkeit und dadurch an dem Gesamtprozesse der menschlichen Organe teilnimmt. Dem wird Rechnung getragen dadurch, dass wir an das Kind die Bewegungsbetätigung in der richtigen Weise heranbringen. Aber wir müssen gerade dabei die Gesamtwesenheit des Menschen ins Auge fassen und werden darauf Rücksicht nehmen müssen, dass das Leibliche, das Seelische, das Geistige in der gleichen Weise zu seinem Rechte kommt. Das ist zunächst für das Kind nur dann der Fall, wenn wir seine Bewegungsbetätigung in dem richtigen Stil bestehen lassen, in dem Stile, bei dem das Kind durchaus dadurch eine Befriedigung hat, dass es die entsprechenden Bewegungs-

formen aus seinen eigenen Intentionen hervorbringt und mit seinem eigenen Befriedigungen begleiten kann.

Wir müssen daher für eine auf Menschenerkenntnis beruhende Erziehung dafür sorgen, dass wir verstehen lernen, in welcher Weise sich das Kind im Spiel frei betätigen will. Alles dasjenige, was wir an stereotypen, ausgetüftelten Spielformen an das Kind heranbringen, all das spannt ja das Kind in etwas, was ihm fremd ist. Es unterdrückt dasjenige, was innerlich in dem Kinde rührig sein sollte. Das Kind wird allmählich träge in bezug auf seine eigene innere Tätigkeit, und da man ihm dann äussere Tätigkeit aufnötigt, so fühlt es sich innerhalb dieser äusseren Betätigung ohne Interesse darinnen.

Man kann sich in diese Dinge besonders dadurch gut Einblick verschaffen, dass man das freie Spiel des Kindes, bei dem man Rücksicht darauf nimmt, was in den Intentionen des Kindes liegen kann, dass man das freie Spiel des Kindes zu sehr aufgehen lässt in der turnerischen Beschäftigung. Wie gesagt, ich will durchaus, wie ich in den Einleitungen zur Eurythmie angedeutet habe, nicht etwa das Turnen in Grund und Boden verdammen, aber im Allgemeinen muss doch gesagt werden, dass die Turnübungen so geformt sind, dass sie in einer gewissen äusserlichen Weise an das Kind herantreten. Daher wird derjenige, der wirkliche Menschenerkenntnis hat, lieber sehen, wenn die Kinder in ihrer freien Weise am Barren, am Reck, an den Strickleitern usw. sich frei betätigen, als wenn der Turnlehrer da steht und die Bewegungen, in die sich das Kind dann nicht mehr hineinbequemt als in etwas Aeusserliches, das es anschaut, als dass es aus ihm selbst hervorkäme, - und: eins! zwei! drei! veranlasst, wie das Kind auf die erste Speiche der Strickleiter, auf die zweite Speiche usw. geht, oder in entsprechender Weise am Reck oder Barren sich betätigt, indem es sei-

nen Körper in stereotype Formen bringt.

Ich weiss, dass dieses ja schon ein wenig hinausgeht über dasjenige, was heute in einer neutralen Weise aufgenommen wird, denn für die eine oder andere gymnastische Zeitbewegung ist ja heute ein jeder etwas fanatisiert, und man trifft insbesondere dann auf Antipathien, wenn man das bloss Gymnastische, das äusserlich dem Kinde beigebracht wird, in das richtige Licht stellt gegenüber dem, was durchaus aus dem Kinde selbst an der Entfaltung des freien Spieles hervorgerufen wird.

Dieses freie Spiel, das ist dasjenige, was man studieren muss. Man muss das Kind kennen lernen, dann wird man auch die Möglichkeit finden, es anzuregen zu diesem freien Spiel. An diesem freien Spielen sollen teilnehmen können die Knaben ebenso wie die Mädchen. Dadurch wird die Möglichkeit herbeigeführt werden, dass durch die Regsamkeit, welche dann das Innere des Menschen mitmacht, während das Kind äusserlich rege ist, die gesamten inneren Funktionen in einer harmonischen Weise zur Betätigung kommen. Und ^{man} ~~dann~~ wird vor allen Dingen in der richtigen Weise dann auf so etwas hinsehen wie - sagen wir - das Eintreten der Anämie, der Bleichsucht bei jungen Mädchen, die ja einfach in den meisten Fällen davon herrührt, dass die jungen Mädchen abgeschlossen werden von den Knaben, dass sie so angesehen werden, als ^{bei/} ob es/ihnen nicht artig wäre, wenn sie etwas herumtollen, am freien Spiel mit den Knaben teilnehmen. Nur vielleicht in einer kleinen Weise nuanciert sollen sie in derselben Weise dasjenige ausführen, was die Knaben im freien Spiel ausführen.

Gerade das - bitte, es soll durchaus das nicht im Geringsten eine Anspielung auf irgend etwas sein, das im Leben einmal da ist, aber es soll eben nur als eine Terminologie aufgefasst werden - aber es

ist einmal richtig, dass das gewohnte Ideal, das eben oftmals in bezug auf kleine Mädchen vorhanden ist, in vieler Beziehung gerade eben die gesundheitliche Veranlassung ist für das Eintreten der späteren anämischen Zustände, denen wir eben dadurch abhelfen können, dass wir auch das Mädchen in der entsprechenden Weise in das freie Spiel hineinbringen und in dieser Beziehung es davor behüten, dass seine inneren Funktionen allmählich träge werden, und es dadurch nicht bis dahin bringen, in der richtigen Weise das Blut aus der Verdauungstätigkeit herauszubilden.

Bei solchen Dingen ist es ja insbesondere schwierig, in der Gegenwart volles Verständnis hervorzurufen aus dem einfachen Grunde, weil die Art von Erkenntnissen, die man heute anerkennt, nicht aus dem eigentlichen inneren Wesen des Menschen heraus forscht, sondern einzelne Tatsachen zusammenträgt, und sich aus diesen einzelnen Tatsachen - wie man sagt auf "induktivem" Wege - ein allgemeines Wissen zusammenbraut. Dadurch kommt man ja ganz gewiss auf richtige Dinge, aber es kommt bei dem Leben darauf an, dass man immer auf die lebenswichtigen Dinge kommt. So kann es schon geschehen, dass ein für die heutige Wissensart besonders fanatisierter Mensch kommt und sagt: Ja, du erzählst uns jetzt, dass durch eine mangelhafte Betätigung des Bewegungsspieles die Anämie bei jungen Mädchen erzeugt werden kann; aber ich hatte einen Fall (er kann auch meinetwillen 5 beobachtet haben), wo auf dem Dorfe draussen irgendwie die Mädchen gar nicht abgehalten worden sind, herumzutollen, - und dennoch habe ich dort anämische Fälle gefunden. - Ja, da handelt es sich darum, dass dann eben nachgeforscht werden muss, wo gerade in diesem speziellen Fall die Anämie herkommt. Vielleicht hat einfach das junge Mädchen als Kind - sagen wir - an einer Herbstzeitlose (*Colchicum autumnale*) einmal leise genascht, und

dadurch ist die Veranlagung in das Kind gebracht worden, die sich später in anämischen Zuständen auswirkt.

Dasjenige, was dann hier noch besonders in Betracht kommt, ist, dass wir auch beeinträchtigen die Gesamtgesundheitsveranlagung des Kindes durch geistige Ueberbürdung. Wenn wir das Kind nicht in der richtigen Weise ins Bewegungsspiel hineinbringen, dann versorgen wir in schlechter Weise seinen Stoffwechsel-Organismus. Wenn wir das Kind namentlich mit denjenigen geistigen Dingen, die sich auf die äussere Welt beziehen, übermüden, dann rufen wir in dem Kinde hervor einen übertriebenen Stoffwechsel im Kopfe selbst. Der Mensch ist zwar ein dreigliedriges Wesen, aber alle einzelnen Betätigungen, die in einem Organ-System überwiegen, sind in einem gewissen Sinne auch in dem anderen Organ-System vorhanden. Und wenn wir den Menschen jetzt nicht mit spirituellen Sachen, sondern mit demjenigen, was die äussere Welt an ihrem Inhalte auf physischem Gebiete bietet, überbürden, dann lenken wir in einem gewissen Sinne die reguläre Verdauungstätigkeit von dem Stoffwechsel-System nach dem Kopf-System ab, und dadurch rufen wir auf der anderen Seite wiederum eine Art von anormaler Betätigung des ganzen Verdauungs-Systemes hervor.

Es können dadurch ganz ähnliche Erscheinungen, wiederum anämische Zustände, im geschlechtsreifen Alter eintreten. Und auch da kann man uns wieder kommen und hinausweisen aufs Dorf, wo unter Umständen auch anämische Zustände auftreten, und wo man gar nicht irgendwie geltend machen kann, dass solche Kinder etwa geistig überfüttert worden seien. Man wird wiederum nachforschen müssen und wird heraus bekommen, dass Anämie vielleicht in diesem Falle dadurch hervorgerufen worden ist, dass in diesem Dorf ein Haus ist, das von sogenanntem

wilden Wein umrankt ist; die Beeren des wilden Weines haben vielleicht einmal die Neugierde des Kindes erregt, - das kann später eingesehen werden - es hat die Beere genascht, eine, zwei, drei dieser Beeren in einem überreifen Zustand, wo sie ganz schwarz werden, und hat dadurch wegen seiner übrigen Konstitution die Anlage zur Anämie gelegt.

Das sind Dinge, die durchaus berücksichtigt werden müssen: dass ja das ganz richtig sein kann, wenn man einzelne solche Tatsachen zusammenträgt, und sich daraus ein allgemeines Wissen zusammenbraut; aber bei einem lebenspraktischen Wissen kommt es darauf an, eben auch das eigentlich Lebenspraktische ins Auge zu fassen, dasjenige, wo man angreifen und eingreifen kann in und am Leben. Und ein solches Wissen liefert dem Unterrichtenden und dem Erziehenden doch nur eine wirkliche Menschenerkenntnis von innen heraus, eine solche Menschenerkenntnis, die ihm dasjenige überliefert, was er in der Hauptsache in seiner Macht haben kann. Dass wir in der richtigen Weise das Kind in Bewegungsspiele hineinführen, dass wir das Kind nicht überbürden in geistiger Beziehung, das haben wir nicht nur in der Hand, sondern das ist unsere erste Aufgabe.

Wir können natürlich nicht in jedem einzelnen Fall ein Kind abhalten, an *Colchicum autumnale* oder an wildem Wein zu naschen. Aber wir können es in der richtigen Zeit mit solchen Intuitionen versehen, durch die es in der Lage ist, sein Physisches nach allen Seiten hin in der höheren Regsamkeit auszubilden.