

Zur Physiologie der Atmung

1.0 Menschenkundliche Voraussetzungen

Ein eigentümliches Merkmal der anthroposophischen Menschenkunde ist, daß sie das Wesen des Menschen nicht dichotomisch auffaßt, wie es der europäischen Tradition der Leib-Seele-Gliederung des Menschenbildes entspricht. Sie faßt den Menschen trichotomisch als das Zusammenwirken einer Dreiheit aus Leib, Seele und Geist auf. Diese dreigliederte Erfassung des Menschen wird innerhalb der anthroposophischen Menschenkunde als durchgängiges Gliederungsprinzip des Leibes, der Seele und des Geistes noch weiter differenziert und ausgestaltet. So gelangt z.B. die anthroposophische Seelenkunde nicht nur zur traditionellen Gliederung der Seelentätigkeit in ein mehr reflektives, d.h. denkend-vorstellendes Element einerseits und ein mehr affektives, d.h. halbbewußt-fühlendes Dasein andererseits. Sie erweitert dieses Konzept um den Begriff des Wollens zur Dreigliederung des menschlichen Seelenlebens in Denken, Fühlen und Wollen.

Der Begriff des Wollens meint in diesem Zusammenhang nicht das traditionell gebräuchliche denkend-vorstellende Element des Wünschens, Möchtens oder Vorsätze-Formulierens. «Wollen» im anthroposophischen Sinn ist das polarische Gegenstück dazu, die tief-schlafend-unbewußte Seinsform des Seelenlebens, aus der wir unsere leibliche Kraft beziehen. Auch die leibliche Kraft entspringt also der Seelentätigkeit – allerdings einer unbewußten Form derselben –, wie andererseits die Leibeskraft ihrerseits wiederum auf das Seelenleben zurückwirkt. Daß in der Tat dieser anthroposophische Begriff des «Wollens» nichts gemein hat mit dem traditionellen Gebrauch dieses

Wortes im Sinne von «Vorsätze haben», wird einsichtig, sobald man sich darüber verständigt, welche Organe bzw. Funktionen den jeweils gemeinten Formen der Seelentätigkeit leiblich zugrunde liegen: Weithin herrscht z.B. Einigkeit darüber, daß das zentrale Nervensystem, insbesondere das Gehirn, die physische Grundlage des Denkens ist. Wie aber steht es diesbezüglich mit den affektiven Seelentätigkeiten, dem Fühlen? – Einer älteren Tradition gemäß wird das menschliche Fühlen mit dem Herzen als leiblicher Grundlage zusammenhängend gesehen. Doch da die vorwiegend naturwissenschaftliche Denkweise hierfür keine Beweise erbringen konnte, hat sich statt dessen mehr und mehr die Ansicht durchgesetzt, auch das Fühlen habe seine leibliche Grundlage im zentralen Nervensystem. Zu dieser neueren Auffassung haben insbesondere Ergebnisse der experimentellen Forschung am Menschen und an Tieren beigetragen, da sich zeigte, daß Zerstörung oder Beeinflussung bestimmter Hirnzentren sehr starke Wirkungen auf das Gefühlsleben hat. Die anthroposophische Menschenkunde stimmt der sich daraus ergebenden Auffassung jedoch nur insofern zu, als sie wohl zugibt, daß in der Tat auch beim Menschen die Vorstellung der Gefühlsinhalte auf dem intakten Nervensystem beruht. Allein das Beeinflussen der Vorstellung der Gefühle durch Manipulation am Nervensystem ergibt keine Klarheit darüber, woher die Qualitäten des Fühlens als solche stammen, oder welches die organischen Grundlagen ihres primären Ursprungs sind. Vertreter der Biologischen Psychologie sind neuerdings ebenfalls von dem Alleinvertretungsanspruch des Nervensystems für das Seelenleben abgerückt (BIRBAUMER und SMIDT 1990).

Gemeinhin erleben wir unsere Gefühle ungleich dumpfer als unsere Gedanken, ja man kann sagen: wir erleben sie traumhaft-halbbewußt. Noch deutlicher als das Fühlen weicht aber das Wollen im anthroposophischen Sinne vom taghellen, wachen Charakter des Denkens ab. Es liegt völlig im Dunkel des Unbewußten und ist nur jeweils nachträglich, d.h. auch hier wieder im reflektierenden Betrachten der Ausführung oder Unterlassung einer Tat, dem klar bewußten Seelenleben zugänglich. Dabei sind es vor allem die dem Gehirn fernen, vitalen Funktionen des Organismus, die zum Ausführen – oder eben gerade Unterlassen – einer Tat den entscheidenden Anstoß oder Hinderungsgrund geben. Im Grunde herrscht aber hier insofern weithin Einigkeit, daß heute auch die naturwissenschaftlich orientierte Psychologie zur mittlerweile selbstverständlich anmutenden Einsicht gelangt ist, daß die meisten Menschen den größeren Teil ihres Seelenle-