

Die physiologischen Grundlagen des Willens Formen der Willenslähmung bei depressiv Kranken Möglichkeiten der Hilfe durch Kunsttherapie

*Impulsreferat von Dr. Wolfgang Ribmann
Dornach, 7. - 10. 1. 2010*

Das seelische Erleben des Menschen ist zunächst an die leiblichen Werkzeuge gebunden. Wir können nur sinnlich wahrnehmen, wenn unsere Sinnesorgane gesund gestaltet sind und regelrecht tätig sind. Wir können nur denken, wenn unser Gehirn entsprechend ausgereift ist und durch die verschiedenen Stoffwechselprozesse wie z.B. die Versorgung mit Sauerstoff, mit Zucker und Aminosäuren am Leben erhalten wird. Ähnliches gilt für alle Formen des Fühlens, Empfindens, für Stimmungen und Affekte. Und ebenso gilt es für den menschlichen Antrieb und für die Möglichkeit zu wollen und zu handeln. Wir können eindrucksvoll beobachten, wie z.B. bei einem diabetischen Koma oder bei einem hirnrorganischen Abbau die seelischen Erlebnisse schwer beeinträchtigt und durch den eigenen Willen nicht mehr steuerbar sind.

Weil das seelische Erleben so unmittelbar und in so differenzierter Weise von dem Zustand des Leibes abhängig ist, entsteht leicht die Meinung, dass das seelische Erleben von dem Leib hervorgebracht wird und ohne den Leib nicht existent ist. Das ist oft die Meinung der heutigen an der Naturwissenschaft orientierten Medizin. Daher wird der Hirntod mit dem Tod der Seele und damit dem Tod des Menschen gleich gesetzt.

In allen spirituellen Anschauungen über den Menschen wird der Leib nicht als der Schöpfer des Seelischen, sondern als Instrument und Spiegelungsorgan seelischer und geistiger Vorgänge gesehen. Dies beruht nicht auf Spekulation, sondern auf spiritueller Beobachtung aus einem höheren Bewusstseinszustand heraus. Hier kann beobachtet werden, wie alle seelische Tätigkeit Ausfluss einer geistigen Kraft ist, die sich an dem Leibe spiegelt und dadurch zum Bewusstsein ihrer selbst kommt.¹

Es stellt sich nun die Frage, in welchem genauen Verhältnis die einzelnen seelischen Erlebnisse mit den leiblichen Vorgängen stehen. Die moderne Hirnforschung sucht für alle einzelnen seelischen Tätigkeiten die entsprechenden Hirnareale und glaubt, dadurch die Zuordnung von Seele und Leib erklärt zu haben. Alle seelischen Vorgänge, also auch der Wille und das Fühlen, werden nur dem Gehirn zugeordnet. Immerhin ist es faszinierend, wie genau einzelne Hirnareale mit gewissen seelischen Vorgängen in Verbindung gebracht werden können. Es zeigt sich aber auch, dass die Zuordnung in gewissen Grenzen variabel ist. Kürzlich fand der Frankfurter Hirnforscher Wolf Singer bei einem Kind, das nur eine Hälfte des Gehirns ausgebildet hatte, ein völlig normales Seelenleben. Die Hirnforschung steht bei solchen Phänomenen vor einem völligen Rätsel.

In früheren spirituellen Anschauungen über den Menschen wurde die Seele dem ganzen Leib zugeordnet, nicht nur dem Gehirn. Der Grieche erlebte z.B. das Gemüt im Bereich des Zwerchfells, den Zorn im Bereich der Galle usw. Rudolf Steiner entwickelt in seinem Buche „Von Seelenrätseln“ eine grundlegende Anschauung über das Verhältnis von Seele und Leib, die er in 30jähriger geistiger Forschung hart errungen und gründlich überprüft hatte. Er stellt dar, wie nur das Vorstellen unmittelbar mit dem Nervensystem in Zusammenhang steht, wie hingegen das Fühlen unmittelbar mit allen rhythmischen Vorgängen von Blutzirkulation und Atem und wie der Wille unmittelbar mit den Vorgängen des Stoffwechsels und der Gliedmaßenbewegung in Zusammenhang steht: „Die körperlichen Gegenstücke zum Seelischen des Vorstellens hat man in den Vorgängen des Nervensystems mit ihrem Auslaufen in die Sinnesorgane einerseits und in die leibliche Innenorganisation andererseits zu sehen.“

¹ R. Steiner: *Vom Menschenrätsel*. GA 20

„Nicht so steht es, wenn man die leiblichen Gegenstücke für das Fühlen und Wollen bestimmen will. In Bezug darauf muss man sich innerhalb der Ergebnisse gegenwärtiger Physiologie erst den richtigen Weg bahnen. Ist man auf denselben gelangt, so findet man, dass man wie das Vorstellen zur Nerventätigkeit, so das Fühlen in Beziehung bringen muss zu demjenigen Lebensrhythmus, der in der Atmungstätigkeit seine Mitte hat und mit ihr zusammenhängt. Man hat dabei zu berücksichtigen, dass man zu dem angestrebten Ziel den Atmungsrhythmus mit allem, was mit ihm zusammenhängt, bis in die äußersten peripherischen Teile der Organisation verfolgen muss.“

„Und bezüglich des Wollens findet man, dass dieses sich in ähnlicher Art stützt auf Stoffwechselforgänge. Wieder muss da in Betracht gezogen werden, was alles an Verzweigungen und Ausläufern der Stoffwechselforgänge im ganzen Organismus in Betracht kommt.“²

Damit ist die Richtung gegeben, wo der Wille im menschlichen Leib seine physiologische Grundlage findet und sich abstützt, nämlich nicht primär im Gehirn, nicht in den rhythmischen Vorgängen, sondern in den Stoffwechselforgängen des unteren Menschen.

Die Stoffwechselforgänge des unteren Menschen differenzieren sich in einzelne Organe oder besser gesagt in einzelne Organtätigkeiten, die voneinander abgesondert sind. Wir unterscheiden da bis in die äußere anatomische Abgrenzung die Leber, die Niere, das Herz oder die Lunge. Im Haupt des Menschen, oder genauer im Gehirn, werden all diese Organtätigkeiten wie zusammengefasst und repräsentiert; das heißt, der Lebertätigkeit z.B. entspricht irgendeine bestimmte Tätigkeit im Gehirn. Die heutige Hirnforschung hat diese Repräsentationen innerer Organprozesse bis zu einem gewissen Grade entdeckt und erforscht diese weiter, ohne allerdings bisher zu wissen, dass dieser Repräsentation im Gehirn eine originäre Tätigkeit im unteren Menschen zugrunde liegt.

Die äußerlich fassbaren Organe mit ihrer anatomischen Form und ihrer chemisch bestimmbar Eiweißstruktur sind aus inneren Prozessen heraus geronnen. Wir können diese feineren Organprozesse im flüssigen Organismus, im luftigen Organismus und im Wärmeorganismus finden. Das Seelenleben spiegelt sich nicht so sehr an der festen histologischen Organstruktur, sondern an den elementaren Organprozessen und der ätherischen Kraft, die diese Prozesse unterhält. Wenn wir es also mit einer Störung des Willens zu tun haben, so hat diese Willensstörung ihre Wurzel in einer Störung der Lebertätigkeit im Funktionellen. „Die feineren Krankheiten sind der Histologie nicht eigentlich zugänglich, liegen in dem flüssigen Teile, der ein Organ, zum Beispiel die Leber, durchzieht, in der Bewegung der Flüssigkeit oder sogar in der Bewegung des Gasförmigen, das die Leber durchzieht. Auch die Durchwärmung eines solchen Organs ist von ganz besonderer Bedeutung für das Seelenleben.“³ Bei körperlichen Krankheiten wie z.B. einer Leberentzündung ergreift der Krankheitsprozess auch noch die feste Substanz und die materiell physiologischen Prozesse und wird damit äußerlich sichtbar. Bei einer seelischen Krankheit wie z.B. einer Depression sitzt der Krankheitsprozess nicht in der festen Struktur, sondern in den feineren Organprozessen, die im Mikroskop oder im Labor nicht zu fassen sind.

Und nun sehen wir auf das Krankheitsbild der Depression. Dieses Krankheitsbild ist unendlich vielfältig und facettenreich. Im Zentrum der Symptomatik steht neben der depressiven Gefühlsstörung die Willensstörung. Der Antrieb lässt nach, der Wille zu einfachsten Tätigkeiten ist behindert, die Glieder werden schwer, eine unerklärliche Müdigkeit erfasst den ganzen Menschen. Vor allem das morgendliche Aufstehen ist mühsam. Jede alltägliche Handlung kostet große Überwindung und unterbleibt dann meistens. Auch der Wille im Denken ist behindert. Der Fluss des Denkens ist verlangsamt, das Denken wird starr und einfalllos. Die innere Kraft, Gedanke an

² R. Steiner: *Von Seelenrätseln. GA 21*

³ R. Steiner: *Heilpädagogischer Kurs. GA 317*

Gedanke zu knüpfen, ist geschwächt. In schweren fortgeschrittenen Fällen liegt der Betroffene regungslos im Bett, spricht nicht mehr, verweigert Essen und Trinken. Wir haben dann das Vollbild eines depressiven Stupors. Weil die depressive Willensstörung in den Organprozessen verankert ist, kann sie so schwer willentlich beeinflusst werden.

Die Willenslähmung in der Depression hat ihre Wurzel in einer gestörten Lebertätigkeit. Die feineren Leberprozesse, also die flüssigen, luftartigen und vor allem Wärmeprozesse der Leber sind zu träge, sie stagnieren und neigen zur funktionellen Verhärtung und Erkaltung. Typisch für eine Störung der Leberprozesse ist die Tagesschwankung mit früh morgendlichem Aufwachen um 3 Uhr, einem Morgentief und einer Besserung von Stimmung und Antrieb am Abend.

Eine andere Form von depressiver Willensstörung äußert sich in Unruhe und Agitation. Diese Unruhe kann feinerer Art sein, so dass Außenstehende nichts bemerken, sie kann aber so stark sein, dass der Betroffene fortwährend umher laufen muss und nirgends Ruhe findet. Meist haben diese Menschen keine Tagesschwankung. Menschen mit starker depressiver Unruhe sind besonders suizidgefährdet. Diese Art von Störung hat ihre Wurzel in einer gestörten Nierentätigkeit.

Bei zwanghaften Symptomen bestehen Störungen des Lungenprozesses, bei Neigung zu Schuldgefühlen und anderen moralischen Skrupeln ist der Herzprozess beeinträchtigt. Darauf kann hier nicht näher eingegangen werden.

Therapeutisch gibt es für den Arzt drei Möglichkeiten, eine depressive Willensstörung zu beeinflussen:

1. Die Anregung des Stoffwechsels der Leber durch bestimmte Substanzen als Arzneimittel.
2. Die Anregung des Wärmeorganismus besonders im Leberbereich, aber auch im ganzen Menschen durch äußere Wärmeanwendungen.
3. Die Anregung der inneren Bewegung durch äußere Bewegung, die von den Gliedmaßen ausgeht und möglichst rhythmisch verlaufen sollte.

Rudolf Steiner hat ganz grundsätzlich diese drei Möglichkeiten der therapeutischen Arbeit im ersten Ärztekurs „Geisteswissenschaft und Medizin“ im 17. Vortrag beschrieben: „Aber im allgemeinen handelt es sich darum, dass gerade Geisteswissenschaft auf das Heilende desjenigen hinweisen muss, was in den Substanzwirkungen, in den atmosphärischen Wirkungen, in den Bewegungswirkungen des menschlichen Organismus, kurz in alledem liegt, was nicht eben unmittelbar geistige Beeinflussung ist, sondern was entweder aus dem Bewusstsein oder aus dem Unterbewusstsein aktiv mit Initiative aus dem Menschen selbst hervorgehen muss.“⁴

In der Kunsttherapie können wir diese drei therapeutischen Wege in verwandelter Form wieder finden und anwenden:

1. Alle Sinneseindrücke, insbesondere die Farben und die Töne, aber auch der Geschmack, Geruch und die Tasterlebnisse werden durch die Sinne aufgenommen und haben ernährenden Charakter für das Stoffwechsel-Gliedmaßensystem. Im Einführungsvortrag des *Landwirtschaftlichen Kurses* spricht Rudolf Steiner davon, dass wir für den Aufbau des Gliedmaßensystems und der Stoffwechselorgane kosmische Substanz durch die Atmung und die Sinnesorgane aufnehmen. Wir können also gestörte Stoffwechselprozesse durch Sinneserlebnisse in gewisser Weise ernähren, anregen und verändern.⁵ Im therapeutischen Prozess wird es dabei darauf ankommen, dass die Sinneserlebnisse mit Staunen, offener Seele

⁴ R. Steiner: *Geisteswissenschaft und Medizin. GA 312*

⁵ R. Steiner: *Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft. GA 327*

und einer gewissen Freude aufgenommen werden. Zumindest sollte das als Ziel angestrebt werden.

2. Alle Vorgänge der seelischen und auch körperlichen Erwärmung regen die Willensbildung in gesunder Weise an. Das können im Therapeutischen Malen warme Farben, in der Musiktherapie warm klingende Töne, in der Therapeutischen Sprachgestaltung die Förderung der tiefen, warm klingenden Resonanzen sein.
3. Jede Form von äußerer Bewegung, die innerlich mit Bewusstsein und der Empfindung begleitet wird, wirkt erwärmend und damit auf den Willen anregend. Gesteigert und differenziert werden kann die Bewegung durch den Rhythmus.

Für die einzelnen Formen der Kunsttherapie wie Therapeutisches Plastizieren, Therapeutisches Malen, Musiktherapie und Therapeutische Sprachgestaltung können aus der Erfahrung Elemente dazu beigetragen werden. Es handelt sich um ein typologisches Vorgehen, das dann für den einzelnen Patienten individualisiert werden muss:

Therapeutisches Plastizieren: Bewährt haben sich einfache geometrische Grundformen wie z.B. die platonischen Körper oder organische Formen ausgehend von der Eiform, die zu einfachen Tierformen weiterentwickelt werden kann. Entscheidend ist dabei, auf die fortwährende ruhige Bewegung zu achten, die mit beiden Händen ausgeführt wird.

Therapeutisches Malen: Hilfreich sind warme, ruhige Farben als Aquarellfarben. Man wird meist von einfachen Farbflächen und Gegenüberstellungen polarer Farben ausgehen. Später können auch Pflanzen oder atmosphärische Stimmungen von Wolken und Licht hinzukommen. Entscheidend sind die wärmende Wirkung und die Anregung von Freude.

Musiktherapie: Anzustreben ist Gesangstherapie. Allerdings sind viele Betroffene am Anfang damit überfordert. Sie weigern sich zu singen oder geben an, sie könnten nicht singen. Man kann dann mit einfachen Klang- und Tonübungen beginnen, z.B. mit der Bordunleier oder einer großen Leier. Dabei ist das Atmosphärische des Tones, aber vor allem eine einfache Tonbewegung wirksam. Auch Rhythmen regen den Willen an. – Später wird man mit Singübungen und einfachen Liedern fortsetzen.

Therapeutische Sprachgestaltung: Beginnen wird man mit grundlegenden Sprachübungen, die möglichst aus entsprechenden Bewegungen des ganzen Menschen entwickelt werden, also aus dem Gehen und aus Gebärden der Arme. Hilfreich ist Gehen in Rhythmen, verbunden mit gleichzeitig gesprochenen rhythmischen Versen. Die Sprachbewegung kann auch durch Ballwerfen oder Speerwerfen angeregt werden. Bewährt haben sich die sog. Kugelworte wie z.B. Otto, tot, Anna, Esse. Später werden Atemübungen wie „Erfüllung geht“ hilfreich sein.

Literatur:

- **Steiner, Rudolf:** *Vom Menschenrätsel. GA 20. Rudolf Steiner Verlag, 5. Aufl. Dornach 1984*
- **Steiner, Rudolf:** *Von Seelenrätseln. GA 21. Rudolf Steiner Verlag, 5. Aufl. Dornach 1983*
- **Steiner, Rudolf:** *Heilpädagogischer Kurs. GA 317. Rudolf Steiner Verlag, 8. Aufl. Dornach 1995*
- **Steiner, Rudolf:** *Geisteswissenschaft und Medizin. GA 312. Rudolf Steiner Verlag, 7. Aufl. Dornach 1999*
- **Steiner, Rudolf:** *Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft. Landwirtschaftlicher Kursus. GA 327. Rudolf Steiner Verlag, 8. Aufl. Dornach 1999*

Dr. Wolfgang Reißmann
Arzt für Psychiatrie
Hagener Allee 150
D-22926 Ahrensburg
E-mail: wolfgangrissmann@t-online.de