

## Sinneslehre

Mit: Antje Bek, Christa Greshake-Ebding

### Inhalt

Mit den Sinnen können wir verschiedene Welten wahrnehmen: Die Außenwelt können wir sehen, riechen, schmecken und erleben, ob sie warm oder kalt ist.

Von der Innenwelt eines Gegenstandes, eines Tieres oder Menschen können wir etwas erfahren, wenn wir hören, welche Geräusche er oder es produziert. Dabei erfahren wir etwas über Gefühle, wenn wir es mit einem lebendigen Gegenüber zu tun haben. Bei einem Gegenstand erfahren wir innere Qualitäten wie die Struktur eines Gegenstandes, sein Alter ... Wenn es sich um einen Menschen handelt, können wir auch noch seine Sprache erkennen, seine Gedanken wahrnehmen und seine Persönlichkeit.

Unser eigener Körper erhält viele Hinweise über den Gleichgewichtssinn, den Eigenbewegungssinn, den Tastsinn und den Lebenssinn, der uns sagt, ob unsere Lebensprozesse in Harmonie sind. Auf diese Weise erfahren wir mit unserem Körper, welchen äußeren Prozessen er gerade ausgesetzt ist. Damit kommen wir auf 12 Sinne, die Rudolf Steiner beschreibt. Einige dieser Erfahrungsfelder werden von der modernen Wissenschaft nicht als Sinneswahrnehmung bezeichnet. Wir werden Erfahrungen mit ihnen machen und selber sehen, ob diese Sinneswelt für uns stimmig ist. Je besser wir erleben, wie die einzelnen Sinne arbeiten, desto klarer wird uns die Konfiguration unseres Bewusstseins. Je mehr wir üben und die Sinne schärfen desto differenzierter und reicher wird unsere Erfahrungswelt – auch die unsichtbare.

Künstlerische Übungen zu den einzelnen Gebieten werden diese Experimente intensivieren und manchmal sogar erst richtig erlebbar machen.

### Literatur:

- Rudolf Steiner, KOSMISCHE UND MENSCHLICHE GESCHICHTE  
Band I: Das Rätsel des Menschen. Die geistigen Hintergründe der menschlichen Geschichte  
7. Vortrag vom 12. August 1916 GA 170
- <http://www.anthroposophie-lebensnah.de/lebens Themen/sinnespflege/zwolf-sinnestaetigkeiten/>
- Wolfgang Auer, Sinnes-Welten, München, 2007.