

**Verslag**

**Module 3 Basiscursus Antroposofie**

12 november 2014

Dörte opent de derde bijeenkomst met een samenvatting van de tweede module:

De laatste bijeenkomst stond in het teken van de vierledigheid van de mens. De mens is volgens de antroposofie opgebouwd uit 4 lichamen:

Fysieke Lichaam

* omvat de botten en het kraakbeen
* gerelateerd aan het element *aarde*
* staat voor vastheid, stabiliteit, soliditeit en onveranderlijkheid
* in de wereld om ons heen vinden die kwaliteit met name in de wereld van de **mineralen**

Etherlichaam of levenslichaam

* omvat de bloedsomloop en stofwisseling
* gerelateerd aan het element *water*
* deze processen brengen leven in het vast element aarde
* het levenslichaam heeft het **plantenrijk** als equivalent

Astraal lichaam

* is het gebied van de ziel
* gerelateerd aan het element *lucht*
* is de bron van emoties, gevoelens, instincten en driften
* is herkenbaar in het **dierenrijk**

Ik lichaam

Waar we ons onderscheiden van plant en dier is de aanwezigheid van het vierde element. Het **vuur element** draagt kwaliteiten van intentionaliteit, moraliteit en enthousiasme. Hierin verschijnt de **IK kracht** van de mens en wordt deze als geestelijk wezen zichtbaar.

Verder werden de laatste keer nog volgende onderwerpen in het kader van de vierledigheid behandeld:

* Een kind beschikt vanaf zijn geboorte over alle 4 lichamen, maar heeft er nog geen grip op. In de eerste 7 jaar is het kind bezig om baas te worden in zijn eigen lichaam, de tweede 7 jaar staan in het teken van het opbouw van het levenslichaam. In de derde 7 jaar wordt met de krachten van het levenslichaam het astraal lichaam gevormd en tenslotte komt in de laatste 7 jaar de IK- kracht vrij.
* Dat betekent dat een jong kind, dat zich in de eerste 7 jaars periode bevindt voor de functies van deze hogere wezensdelen, voor een groot deel afhankelijk is van de verzorger en dan is het zo dat de pedagogische hoofdwet in werking treedt. Deze luidt dat een verzorger altijd werkt vanuit de krachten die een wezensdeel hoger liggen dat die waarin het kind zich bevindt.

In het geval van het kind in de eerste 7 jaars periode betekent dat dat de verzorger met name werkt vanuit de krachten van het levens- of etherlichaam. Deze wordt zoals gezegd geken­ merkt door het ritmisch stromende, de gewoontes en rituelen.

We sluiten de terugblik op de tweede module af met een spreuk van Rudolf Steiner die de kwali­teiten van de verschillende elementen / lichamen goed weergeeft:

Ik zie rond in de wereld,  
waarin de zon haar licht zendt,  
waarin de sterren fonkelen,  
waarin de stenen rusten,  
de planten levend groeien,  
de dieren voelend leven,  
waarin de mens bezield  
de geest een woning geeft.

Ik schouw diep in de ziel,

die binnen in mij leeft,

De Godesgeest, hij weeft

in zon en zielenlicht,

In wereldruimten buiten

In zielendiepten binnen.

Tot u, o Godesgeest,

wil ik mij vragend wenden,

Dat in mij kracht en zegen

voor leren en voor arbeid,

tot wasdom mogen komen.

**De ontwikkeling van de zintuigen**

Na deze terugblik geeft Hilleguus een inleiding met betrekking tot het onderwerp van de derde bijeenkomst, namelijk de ontwikkeling van de zintuigen.

De zintuigen maken het ons mogelijk om met onze omgeving in contact te zijn. We kunnen onze omgeving, onze medemensen en ons eigen lichaam waarnemen en er een verbinding mee aangaan. Zo leren we de ander/ het andere maar ook onszelf kennen. Het is de manier voor kinderen om thuis te raken in hun lichaam en zich te verbinden met het leven op aarde.

Iedere indruk van iets buiten ons roept in onze ziel bepaalde gevoelens of belevingen op. Ook op lichamelijk niveau is er een wisselwerking tussen binnen en buiten d.w.z. zintuigindrukken staan in relatie tot onze belevingswereld maar ook met de zintuigorganen zelf. Een zintuigindruk geeft een afdruk in het lichamelijke en heeft invloed op de wijze waarop de zintuigorganen zich ontwikkelen en uitvormen.

Het lichaam van kleine kinderen is nog helemaal in opbouw en de verhouding tussen lichaam, ziel en geest is ook anders dan bij volwassenen. De kwaliteit van de indrukken die kinderen opdoen is bepa­lend voor de manier waarop hun zintuigorganen zich uitvormen en verder ontwikkelen.

Bovendien worden de indrukken bij kinderen nog niet gedempt door het denken en het interpre­teren. Op zintuigindrukken wordt vaak met het hele lichaam gereageerd en ze werken zo niet alleen op de zintuigorganen maar ook directer tot in alle lichamelijke processen. Dat zie je bv bij schrik; het kind valt van de stoel heeft een versnelde hartslag, wordt bleek.

De kwaliteit en de hoeveelheid zintuigindrukken die kinderen opdoen in de kindertijd werken vor­mend op het lichaam en vormen zo ook de basis voor de sociale en geestelijke vermogens in de volwassenheid. Ervaringen in de kindertijd op lichamelijk gebied vormen het referentiekader om verderop in het leven vergelijkbare ervaringen op psychisch en geestelijk gebied waar te kunnen nemen.

In de gangbare wetenschap is er sprake van vijf zintuigen. In de antroposofie spreken we over twaalf zintuigen.

Bij jonge kinderen spreken we vooral over de vier lichaamsgerichte zintuigen of ook wel de onderste zintuigen genoemd. De ontwikkeling van de vier lichaamsgerichte zintuigen vormt de basis voor de ontwikkeling van de vier geestgerichte (of bovenste ) zintuigen. Daartussen is er de hulp/wordt er bemiddeld door de vier omgevingsgerichte (of middelste) zintuigen.

Voor een overzicht over alle 12 zintuigen zie bijgevoegde tabel.

Vervolgens neemt Tessa het stokje van Hilleguus over en zoomt in op de vier onderste, lichaams­gebonden zintuigen, omdat de ontwikkeling hiervan voorop staat in de eerste 7 jaar.

**Tastzin**

De tastzin is het zintuig waarmee je je letterlijk met de wereld verbindt. Het maakt je tegelijkertijd van jezelf bewust. Het scheidt en verbindt tegelijkertijd.

Wat de tastzin voor een mens betekent (ook in overdrachtelijke zin: een situatie even aftasten) is het beste na te voelen als je zelf even met je ogen dicht gaat staan in een onbekende ruimte. Het eerste wat je doet is de ruimte met je handen aftasten. Immers de beleving van een grens geeft houvast en veiligheid, tegelijkertijd een bevestiging van het zelf.

De tastzin leert ons het gebied kennen waar we zelf niet meer zijn en het andere begint. In het proces van het tasten reiken we naar buiten, maar in feite vinden we onze inner­lijke ruimte waarbinnen de mogelijkheid ontstaat om onszelf te beleven. Dit is precies wat er gebeurt wanneer kinderen hun grenzen aftasten. Ze reiken naar buiten om zich­zelf (van binnen) te kunnen gewaarworden en beleven. Door grenzen raken we van onszelf bewust. Ook fysieke grenzen zorgen ervoor dat je jezelf kan voelen. Denk bijvoorbeeld aan het nut van begrenzing bij baby’s in de vorm van inbakeren of strak toedekken.

De goed ontwikkelde tastzin geeft geborgenheid, veiligheid in het hebben van een lichaam. Hier tegenover staat onveiligheid en angst.

**Levenszin**

Dan de levenszin, dit is het zintuig wat onze eigen behaaglijkheid signaleert. Zoals de tastzin een kind leert over de fysieke grenzen, zo leert de levenszin hem over de toestand van de levensprocessen. Te denken valt er bijvoorbeeld aan de warmte­huis­houding, vertering maar ook aan genezing van wondjes.

Het heeft met betrekking tot het welbehagen een signaalfunctie en dient ook als zodanig serieus genomen te worden, door de opvoeder, maar uiteindelijk ook door het kind zelf. Pijn waarschuwt als er iets niet in orde is, maar brengt daarnaast ook twee andere kwaliteiten in het leven namelijk moed en medelijden. Moed om pijn te ervaren en er doorheen te gaan. Het vermogen tot medelijden ontstaat pas als je zelf weet wat pijn is.

In dit kader is het interessant om ook even te kijken naar wat er met de levenszin gebeurt als het kind ‘verwend’ wordt. Eigenlijk zeggen we dan: luister maar niet naar je levenszin, je mag heus nog een snoepje ook al ben je misselijk en.. je mag heus laat opblijven, ook al tol je van de slaap….

Een goed ontwikkelde levenszin geeft welbehagen, ik ben tevreden in mijn lichaam, hier tegenover staat schaamte.

**De zelfbewegingszin**

De ontwikkeling van de bewegingszin begint als de onrustige en chaotische bewegingen van een zuigeling tot rust komen en er vanuit een wilsimpuls doelgerichtheid ontstaat.

In principe is er mogelijkheid tot beweging, vanuit de wilsimpuls wordt sturing gegeven aan de beweging. De beweging gaat naar het doel, het plan daarvoor is al eerder gevormd en met de geest al bereikt.

Het willen pakken en loslaten bepaalt de kwaliteit van de beweging en staat daarmee steeds in een toekomstgerichte stroom.

Bijna ieder kind beweegt als vanzelf en met plezier, om de bewegingszin het best te ondersteunen is er grappig genoeg juist voldoende rust nodig. Voor iedere waarneming ook die van de bewegingen is rust nodig. Zo kan het voor een jong kindje behulpzaam zijn om tot gerichte bewegingen met de armen te komen, als de benen bijvoorbeeld door inbakeren worden stilgelegd.

Het is om allerlei redenen niet bevorderlijk om een kind motorische vaardigheden aan te leren waar het nog niet aan toe is, voor de ontwikkeling van de **zelf**bewegingszin is het echt een hindernis.

Bewegingen hebben ook een sociale betekenis, met een gebaar, komend vanuit onszelf, kunnen we iets uitdrukken wat in ons binnenste leeft.

Een goed ontwikkelde zelfbewegingszin geeft vrijheid, mijn lichaam vormt geen belemmering, hier tegenover staat machteloosheid.

**De evenswichtszin**

Nauw verbonden met de bewegingszin is de evenwichtszin. Een kleine baby ligt, hij is overgeleverd aan de zwaartekracht. Vanuit het hoofd ontstaat de eerste beweging, na het opheffen van het hoofdje komt het rechten van de rug, het rollen en kruipen, het loszitten en tenslotte na veel oefenen met steun los staan in de ruimte. Met het losse staan is er een belangrijke stap in het evenwichtszintuig gezet. De zwaartekracht is immers overwonnen. Daarna zal het kind gaan lopen, stap voor stap, na steeds opnieuw hervonden evenwicht. Recht op staand, tegen de zwaartekracht in, met de handen vrij om te werken in de wereld, zijn we het meest mens.

Een goed ontwikkelde evenwichtszin geeft gevoel voor uniciteit, Ik ben een IK. Hier tegenover staat zelfvernietiging.

**Literatuur:**

"De twaalf zintuigen" van Albert Soesman  
"Over angstige, verdrietige en onrustige kinderen" van Henning Köhler  
"Caleidoscoop van een levende pedagogie" van Hanne Looij  
"Ouders en hun kinderen" van Michaela Glöckler  
"De eerste zeven jaar" van Edmond Schoorel  
"Menskunde, pedagogie en gemeenschapsvorming" van Joop van Dam  
"Menskunde innerlijk vernieuwd" van Rudolf Steiner