

Der Lebensbaum – und die Jahrsiebt

Gemma Priess



Der Lieblingsbaum

*Den ich pflanzte, junger Baum,
Dessen Wuchs mich freute,
Zähl ich deine Lenze, kaum
Sind es zwanzig heute.*

*Oft im Geist ergötzt es mich,
Über mir im Blauen,
Schlankes Astgebilde, dich
Mächtig auszubauen.*

*Lichtdurchwirkten Schatten nur
Legst du auf die Matten,
Eh du dunkel deckst die Flur,
Bin ich selbst ein Schatten.*

*Aber haschen soll mich nicht
Stygisches Gesinde,
Weichen werd ich aus dem Licht
Unter deine Rinde.*

*Frische Säfte rieseln laut,
Rieseln durch die Stille.
Um mich, in mir webt und baut
Ew'ger Lebenswille.*

*Halb bewusst und halb im Traum
Über mir im Lichten
Werd ich, mein geliebter Baum,
Dich zu Ende dichten.*

Conrad Ferdinand Meyer.¹

Um uns selbst, die Menschen, mit denen wir zu tun haben und gerade auch unsere Kinder besser zu verstehen, ist es hilfreich, die allgemein menschlichen Entwicklungsphasen zu kennen. Zwar ist jeder Lebensweg individuell und einzigartig, dennoch gibt es Themen und Fragestellungen, die in bestimmten Lebensphasen auftauchen und durchlebt werden wollen.

Der Lebensbaum bietet eine kompakte, leicht verständliche Zusammenfassung der charakteristischen Themen und Motive dieser allgemeinen Lebensphasen.

Schon Solon von Athen (um 640–um 558 v. Chr.), ein Staatsmann, Philosoph und Lyriker des archaischen Griechenlands, beobachtete, dass man die menschliche Entwicklung in Phasen von jeweils sieben Jahren einteilen kann, die je einen eigenen Charakter und ein eigenes Thema haben. Seither sind Entwicklungsphasen im Lebenslauf von verschiedenen Autorinnen und Autoren² beschrieben worden, auch mit unterschiedlichen Phasenlängen und verschiedenen Überschriften.

Rudolf Steiner (hat in der von ihm begründeten Anthroposophie (von altgriechisch *ánthrōpos* – „Mensch“ und *sophía* – „Weisheit“) das Menschenbild entwickelt, das die Basis für die Biografiearbeit auf anthroposophischer Grundlage, die anthroposophische Medizin, die Waldorf- und Heilpädagogik und die Biologisch-Dynamische Landwirtschaft ist. Er beschreibt den Menschen als ein Wesen, das aus Körper oder Leib, Seele und Geist besteht. Seinen Ursprung hat dieses Wesen im Geistigen. Von dort bringt es seinen geistigen Wesenskern – man könnte auch sagen sein Ich – mit und kommt in einem durch die Vererbung geprägten Körper auf die Erde. Mit seiner Seele wendet es sich sowohl nach außen zur Welt als auch nach innen zu sich selbst. In seiner Seele nimmt das menschliche Wesen die Eindrücke der Welt auf und wird sich seiner selbst bewusst. Dafür hat die Seele drei Grundkräfte zur Verfügung: das Denken, das Fühlen und das Wollen/Handeln.

Wie alles Lebendige, ist das menschliche Wesen niemals statisch und fertig, sondern immer in Entwicklung begriffen, immer unfertig. Man könnte sagen, die Geburt aus dem Mutterleib ist nur die erste Geburt, auf die im Laufe des Lebens noch viele weitere folgen. Rudolf Steiner beschreibt für die ersten drei Jahrsiepte vier verschiedene Geburten.³

Es ist auch möglich noch weiterzugehen und jede Krise in einem Lebenslauf als eine Schwangerschaft anzusehen. Dann könnten die Ängste und das Leid, die eine Krise mit sich bringen, als Geburtswehen der Seele betrachtet werden und es würde sich lohnen zu fragen, welche neuen Fähigkeiten jetzt geboren werden wollen.

In den ersten drei Jahrsiebt (* bis 21. Geburtstag) werden die Grundlagen für das ganze weitere Leben geprägt, daher konzentriert sich diese Betrachtung vor allem auf diesen Zeitraum.

Natürlich läuft die körperliche, seelische und geistige Entwicklung immer im gegenseitigen Wechselspiel ab und in jeder Phase geschieht alles gleichzeitig. So wie jetzt auch in Ihnen beim Lesen und in mir beim Schreiben vieles gleichzeitig geschieht. Wir atmen, unser Herz schlägt, wir verdauen, alle körperlichen Prozesse laufen weitgehend ohne unser Zutun ab. Zur selben Zeit haben wir eine innere Grundgestimmtheit, mit der wir durchs Leben gehen, die uns vielleicht nur halb bewusst ist. Dann spielt auch noch die Stimmung, mit der wir heute Morgen aufgewacht sind, eine Rolle. Und darüber und darin ziehen permanent wechselnde Gefühle durch unsere Seele und es tauchen Assoziationen und Gedanken auf und ab. All das geschieht zur selben Zeit in jedem Moment, und während ich dies alles beschreibe, ist schon wieder eine Fülle weiterer Phänomene aufgetaucht und wieder verschwunden, ehe ich sie beschrieben habe.

Wir sehen: Um aus der Fülle des Lebendigen Charakteristisches fassen zu können, müssen wir unsere Perspektive beschränken und vereinfachen. In der Vereinfachung liegt aber auch ein Risiko. Es besteht die Gefahr, dass wir am Ende zwar ein übersichtliches Schema bekommen, wir aber feststellen müssen, dass uns das Lebendige, das wir erfassen wollten, darin erstarrt ist. Der Lebensbaum soll der Vereinfachung des komplexen Entwicklungsgeschehens dienen und zugleich ein Bild für die Lebendigkeit und Vielschichtigkeit des Lebens sein.

Erstes Jahrsiebt – von der Geburt bis zum 7. Geburtstag

Zur Einstimmung in das erste Jahrsiebt mag das folgende Gedicht der polnischen Lyrikerin Wisława Szymborska (1923–2012) dienen:

Kleines Mädchen zieht die Decke vom Tisch

*Seit über einem Jahr ist man auf dieser Welt,
und noch ist auf dieser Welt nicht alles erforscht
und unter Aufsicht gestellt.
Jetzt werden die Dinge erprobt,
die sich nicht selbst bewegen können.
Man muss ihnen dabei helfen,
sie verrücken, anstoßen,
von einem Ort zum anderen tragen.
Nicht jedes will das, zum Beispiel der Schrank,
die Anrichte, die unnachgiebigen Wände, der Tisch.
Aber schon die Decke auf dem störrischen Tisch
– an den Rändern fest angefasst –
zeigt sich bereit zur Fahrt.*

*Und auf der Decke die Gläser, die Teller,
das Milchkännchen, die Löffel, die Schüssel,
sie erzittern geradezu vor Freude.
Sehr interessant,
welche Fortbewegung sie wählen,
wenn sie schon an der Tischkante kippeln:
die Wanderung über die Zimmerdecke?
den Flug um die Lampe?
den Sprung auf die Fensterbank und von dort auf den Baum?
Herr Newton hat noch nichts damit zu tun.
Soll er doch vom Himmel herabschaun und mit den Händeln fuchteln.
Dieser Versuch muss gewagt werden.
Und wird es.^{iv}*

Nichts von dem, was für uns Erwachsene selbstverständlich ist, ist es für das kleine Kind. Alles ist ein Wunder, dem es ganz und gar hingegeben ist. Zeit spielt nur als Gegenwart eine Rolle, ein kleines Kind ist immer gegenwärtig. Das, was wir Erwachsenen mühsam üben, in Achtsamkeitskursen und Meditationsseminaren, was uns als höchstes Ideal erscheint, ganz gegenwärtig sein zu können – das ist der natürliche Zustand des Kindes im ersten Jahrsiebt. Vertrauensvoll gibt es sich der Welt hin. Wer die Fähigkeit gegenwärtig zu sein, wieder entwickeln möchte, kann sich die kleinen Kinder als Lehrmeister nehmen.

Für ein Kind im ersten Jahrsiebt sind Innenwelt und Außenwelt noch nicht getrennt – weshalb es eigentlich auch keinen Sinn ergibt, überhaupt von Innenwelt und Außenwelt zu sprechen. Alles, was um das Kind herum geschieht, nimmt es auf, mit allem schwingt es mit – sowohl das, was äußerlich sichtbar ist, als auch das, was atmosphärisch, stimmungsmäßig seine Welt durchzieht. Und da es in dem ersten Jahrsiebt vor allem seinen physischen Leib, seine Organe ausbildet, fließt alles, was es erlebt, in die Bildung dieser Organe ein.

Es ist für uns selbstverständlich, dass kleine Pflanzenkeimlinge besondere Pflege und Schutz brauchen. Wir stellen sie an einen gleichmäßig warmen Ort, halten den Boden regelmäßig feucht, schützen sie vor starkem Regen ebenso wie vor starker Sonne und ziehen auch nicht an ihnen, damit sie schneller wachsen.

Wie selbstverständlich ist es in unserer Gesellschaft aber noch, dass die kleinen Kinder in ihren ersten Lebensjahren mindestens ebenso empfindlich sind wie diese kleinen Pflanzenkeime? Dass sie vor allem die gleichmäßige Liebeswärme ihrer Bezugspersonen brauchen und eine regelmäßige Ernährung und Pflege? Wer ist sich noch sicher, dass sie Ruhe und Schutz vor übermäßigen Sinneseindrücken benötigen, damit sie gedeihen können? Wer weiß noch, dass es nicht nötig, ja sogar schädlich ist, an ihnen zu „ziehen“, und kann in ihr ureigenes Entwicklungstempo vertrauen?

Wie in jedem kleinen Samenkorn das Potenzial des ganzen blühenden, fruchttragenden Baumes enthalten ist, liegt in jedem neugeborenen Menschlein das ganze menschliche Entwicklungspotenzial verborgen; von uns, die wir in seiner Umgebung sind, hängt es wesentlich ab, ob und wie dieses neue Menschlein sein Potenzial entfalten kann. Im Bild der Pflanze könnte man sagen, im ersten Jahrsiebt werden vor allem die Wurzeln ausgebildet. Und die Wurzeln wachsen gemäß der Beschaffenheit des Bodens. Sie richten sich danach, ob er eher fest oder locker, steinig oder humushaltig, feucht oder trocken und so weiter ist. Alles, was uns im ersten Jahrsiebt umgibt, hat Einfluss darauf, wie wir in unserem Leben und in uns selbst Halt und Sicherheit finden.

So zart und empfindlich die kleinen Pflänzchen auch sind – sie haben zugleich eine ungeheure Kraft in sich. Wenn man Filme ansieht, in denen das Keimen und Wachsen von Pflanzen im Zeitraffer zu sehen ist, kann man einen Eindruck davon bekommen, welche starken Kräften, da am Werk sind. Die Keimlinge sind zwar winzig klein, aber die Kraft, mit der sie das harte Samenkorn sprengen, die Wurzeln in die Erde bohren, die Stängel ins Licht schieben und Blatt für Blatt hervorbringen, ist mächtig und groß. Das gilt auch für den Menschen: Nie wieder in seinem Lebenslauf wird so schnell so viel entwickelt und gelernt wie in dieser Zeit des ersten Jahrsiebts. Das Kind lernt, seine Gliedmaßen zu führen, beginnt zu krabbeln und dann sich aufzurichten. Wieder und wieder steht es auf, unermüdlich übt es die ersten Schritte. Wer von uns könnte sagen, dass er heute noch diese Kraft und Ausdauer hat?

Dann lernt es sprechen und denken, und schließlich kommt der Moment, in dem es entdeckt, dass es ein Ich ist und zu sich selbst „ich“ sagen kann. Seine Welt hat nun ein Zentrum, und es kann sein Ich in seinem Willen erleben, indem es sich gegen die Welt stellt und „nein“ sagt. Welche Kraft und Lust in dieser Selbstbehauptung liegen können, kann man an den Kindern in diesem Alter wunderbar sehen! Das bezeichnet man dann als Trotzphase. Bis zu diesem Zeitpunkt des erwachenden Ich-Bewusstseins (ungefähr um den dritten Geburtstag herum) können sich die meisten Menschen später zurückerinnern.

Ungefähr im vierten Lebensjahr entwickelt sich dann das Fühlen in der schöpferischen Fantasie. Nun können die Stühle zur Höhle werden und einen Moment später zu einer Eisenbahn – und wenn Essenszeit ist, sind es wieder nur Stühle. Jetzt kann das Kind all das, was es erlebt, im nachahmenden Spiel „verdauen“. Und wenn man es lässt, wird es die wichtigen Erlebnisse so lange im Spiel wiederholen, bis sie verarbeitet sind.

Wenn man ihm Märchen vorliest, kann es für seine inneren Erlebnisse darüber hinaus Bilder finden. Der amerikanische Kinderpsychologe Bruno Bettelheim (1903–1990) führt in seinem Buch *Kinder brauchen Märchen* anschaulich aus, wie die Märchen den Kindern die Möglichkeit geben, ihre Fantasie- und Verstandeskkräfte zu entwickeln und ihre Gefühle zu ordnen. In der Bildsprache der Märchen können die Kinder ihre Ängste, Sehnsüchte und inneren Konflikte wiederfinden und erleben, wie diese gelöst und zu einem guten Ende geführt werden. Bettelheim weist darauf hin, dass gerade die Märchen mit ihrer vermeintlichen Brutalität die kindlichen Nöte nicht verniedlichen, sondern ernst nehmen und dem Kind „Erkenntnis des Lebens von innen her“⁵ ermöglichen, sodass sein Vertrauen in sich selbst und in seine Zukunft gestärkt wird.

Zweites Jahrsiebt – vom 7. bis zum 14. Geburtstag

Wenn die Zähne wackeln, beginnt eine neue Phase in der kindlichen Entwicklung, es wird schulreif. Rudolf Steiner spricht hier von einer zweiten Geburt, der Geburt des Lebens- oder Bildekräfteleibes, der nun die schützende Hülle des Lebensleibes der Mutter verlässt. Jetzt stehen dem Kind die Gedächtniskräfte mehr und mehr zur Verfügung und es lebt nun nicht mehr nur in der Gegenwart, sondern entwickelt eine Vorstellung von Zeit und Zeiträumen. Der Welt begegnet es zunehmend mit einem Interesse, das nicht mehr nur vor allem aufnehmend ist, sondern auch verstehen will. Wobei dieses Verstehen kein abstraktes, intellektuelles ist, sondern mehr ein einführendes, nachvollziehendes.

Im Bild des Baumes stehen für das zweite Jahrsiebt die fließenden Säfte, die im Rhythmus der Jahreszeiten und auch im Zusammenhang mit den Mondphasen auf- und absteigen. Während das erste Jahrsiebt vor allem mit der Wurzelbildung verbunden ist, richtet sich das zweite vorwiegend auf die Ausbildung der Lebenskräfte, der inneren Lebendigkeit. Und auch dies geschieht gemäß der Umwelt, die das Kind umgibt. Fördert sie die Lebendigkeit und den Lebensrhythmus im Denken, Fühlen und Wollen können die Lebenskräfte stark werden.⁶ Die Erlebnisse in diesem Jahrsiebt haben wesentlich Einfluss darauf, wie gesund unser Körper, wie beweglich unser Denken und Fühlen und wie initiativ unser Wollen im späteren Leben sein können.

Gleichzeitig beginnt das Kind sich mehr nach innen zu wenden. Etwa im neunten Lebensjahr erlebt es sein Ich dann zum ersten Mal im Fühlen. Es entdeckt, dass es ganz anders fühlt als seine Eltern. Vielleicht kommt ihm sogar die Frage, ob das überhaupt seine richtigen Eltern sind. Das Kind fühlt sich zum ersten Mal getrennt von seiner Umwelt. Das kann sehr schmerzhaft sein, weil es oft auch das erste Einsamkeitserlebnis mit sich bringt, es kann zugleich aber auch von großen Glücksgefühlen begleitet sein, wenn es zu dem Erlebnis führt „Ich bin ein ganz eigenes Ich“.

Diesen Zeitpunkt nennen wir in der anthroposophischen Menschenkunde den Rubikon.⁷ Bildlich gesprochen könnte man sagen, dass das Kind nun den Rubikon überschreitet. Es verlässt den „paradiesischen“ Zustand seiner früheren Kinderzeit, in dem es noch fraglos mit der Welt verbunden war, und kommt in ein Gebiet, wo es sich von der Welt getrennt erleben muss. Mit „paradiesisch“ ist wohlge- merkt weder „idyllisch“ noch „rosig“ gemeint. Kindheiten verlaufen, wie wir wissen, selten rosig. „Pa- radiesisch“ soll den beschriebenen Zustand des vollkommenen Aufgehens in der Welt charakterisie- ren, der es mit sich bringt, dass das kleine Kind in seiner Hingabe an die Welt eben nicht unterscheidet, sondern sich von allen Eindrücken gleichermaßen prägen lässt, den rosigen wie den dornigen. Wenn die Zähne wackeln, ändert sich das und die Welt verliert ihren Zauber, das Kind sieht sie nun mit ande- ren Augen an. Plötzlich hört man dann als Eltern Sätze wie: „Unser Weihnachtsbaum sieht dieses Jahr aber mickrig aus.“ Oder: „Immer fahren wir in den Ferien an den gleichen langweiligen Ort!“

Die Gefühle, die das Kind bisher vorwiegend von außen kommend miterlebte, tauchen nun als eigene im Inneren seiner Seele auf und es muss erst lernen, sich in dieser neuen Innenwelt zurechtzufinden. Kinder, die bisher ohne Schwierigkeiten im Dunkeln schlafen konnten, fürchten sich plötzlich – die Zimmertür muss angelehnt und das Licht im Flur angeschaltet bleiben. Es ist eine große Hilfe, wenn das Kind jetzt Erwachsene um sich herum hat, die seine Gefühle ernst nehmen und ihm zugleich vorleben, wie sie mit ihren eigenen Gefühlen umgehen können ohne sich von ihnen beherrschen zu lassen. Denn das Kind erlebt – um im Beispiel zu bleiben – die Angst im Dunkeln ganz real. Sätze wie „Du bist doch schon groß, da brauchst du doch im Dunkeln keine Angst zu haben“ helfen da nicht, denn nun fühlt das Kind sich mit seiner Angst auch noch beschämt und alleingelassen.

Aber man könnte zum Beispiel fragen, wovor es denn Angst hat, könnte vor dem Ins-Bett-Gehen gemeinsam das Zimmer nach Monstern absuchen und sich vergewissern, dass nirgends eins lauert. Und verabreden, dass es immer dann, wenn es wieder an die Monster denken muss, zu sich selbst sagt: „Wir haben zusammen alle Ecken angeschaut, in meinem Zimmer ist kein Monster, ich muss keine Angst haben.“ Man könnte auch darüber sprechen, dass die Angst ohne eine reale Gefahr wie ein Drache ist, dem man sich mutig, wie ein Ritter entgegenstellen muss und den man besiegen kann.

Auch für dieses Jahrsiebt gibt es ein sprechendes Gedicht, es ist von dem persischen Dichter und Sufi-Mystiker Rumi (1207–1273):

*Die äußere Form der Erde ist aus Staub geformt,
aber in ihrem Inneren besteht sie aus Licht.*

*Die äußere Erscheinung steht auf dem Kriegsfuß
mit der inneren Wirklichkeit –*

*als wäre die Muschel im Krieg mit der Perle,
die sie enthält.*

*Das Äußere sagt:
„Ich bin dies und nicht mehr.“*

*Das Innere sagt:
„Schau genau hin, und du wirst mich finden.“*

*Das Äußere sagt:
„Die innere Wirklichkeit ist eine Illusion.“*

*Das Innere sagt:
„Warte und sieh.
Ich werde die Wahrheit an den Tag bringen.“^{viii}*

Drittes Jahrsiebt – vom 14. bis zum 21. Geburtstag

Mit der Pubertät, die heute meistens schon lange vor dem 14. Geburtstag einsetzt, beginnt eine neue Phase in der menschlichen Biografie. Im Bild des Baumes stehen die Aufrichtekräfte, mit denen die Pflanze zum Licht strebt, für diese Zeit. Nun verändert sich der Körper und mit ihm die ganze Persönlichkeit noch einmal auf dramatische Weise. Gerade für die Pubertätszeit ist es wohl leicht nachzuvollziehen, dass man hier von einer echten weiteren Geburt sprechen muss. Rudolf Steiner nennt sie die Geburt des Seelenleibes.

Das erste Gedicht handelt davon, wie das kleine Kind nach seiner Geburt des physischen Leibes die physischen Gesetze erst einmal alle erproben und erfahren muss, bis es sich in der irdischen Welt zurechtfinden kann. Auf ähnliche Weise beginnt nach der Geburt des Seelenleibes für den jugendlichen Menschen eine neue Zeit des Erprobens und Erfahrens – nun aber der seelischen Welt. Hinzu kommt, dass das eigene Körperhaus, das dem Kind vertraut geworden ist, in dem es sich eingerichtet hatte,

den jungen Menschen plötzlich im Stich lässt, ihm fremd wird. Und auch die vertrauensvolle Verbindung mit den nächsten Menschen, die das kleine Kind noch gehalten hat, trägt nun nicht mehr. Fremd im eigenen Körper, fremd im eigenen Seelenleben, fremd im eigenen Elternhaus – das ist die Situation eines pubertierenden Menschen.

Jetzt beginnt die große Suche nach sich selbst und nach dem eigenen Weltbild. Dabei richtet der heranwachsende Mensch seinen Blick nicht in die Vergangenheit, sondern in die Zukunft. Die Frage „Wer bin ich?“ bedeutet in diesem Alter vor allem „Wer will ich werden?“

Es ist die Zeit der großen Ideale, auch der Idole. Sie mögen auf die Erwachsenen vielleicht naiv wirken, aber in ihrem Kern enthalten sie immer den Impuls für eine bessere Zukunft und eine bessere Welt. Es sind Zukunftskräfte, die sich der Entwicklung der Welt zur Verfügung stellen wollen.

Die Erwachsenen werden nun nicht mehr nur kritisiert wie in der Zeit nach dem Rubikon, sondern hinterfragt und auf Herz und Nieren auf ihre Wahrhaftigkeit hin geprüft. Wehe den Erwachsenen, die dieser Prüfung nicht standhalten, die versuchen sich herauszureden und fadenscheinige Argumente vorbringen! Das Denken wird jetzt scharfsinnig und kompromisslos und kommt oft zu verblüffenden Einsichten. Während das Motto für die Trotzphase lautete „Ich will anders als du“ und für den Rubikon „Ich fühle anders als du“, gilt nun „Ich denke anders als du“.

Was einem jugendlichen Menschen in dieser Phase aber noch fehlt, ist die innere Mitte. Deshalb sind die Freunde so wichtig, die Zugehörigkeit zu einer oder mehreren Gruppen, Vorbilder und auch Idole. Man kann den Eindruck haben, dass die Jugendlichen mit jeder Gruppe, der sie sich anschließen, jedem Star, den sie anhimmeln, nacheinander – oder sogar gleichzeitig – verschiedene Seelenkleider anprobieren und dann, manchmal verblüffend schnell, auch wieder ablegen, auf der Suche nach ihrem Ureigenen. Wenn sie in dieser Zeit Menschen finden oder von Menschen erfahren, die für ihre Ideale gekämpft und gelitten haben, die echte Vorbilder sein können, kann ihnen das helfen, sich in der Welt und in sich selbst zu orientieren.

Gegen Ende dieser Phase vollzieht sich dann die vierte Geburt, die Rudolf Steiner die Ich-Geburt nennt. Auch diese ist oft begleitet von seelischen Geburtswehen – zum Beispiel großen Ängsten, Selbst- und Lebenszweifeln und etwas, das man als „Furcht und Schauer vor der endlosen Leere des Daseins“ bezeichnen könnte. Mit dieser Geburt sind alle Grundlagen für die weitere Entwicklung gelegt. Nun kann der junge Erwachsene beginnen, in sich eine innere Mitte zu finden.

Erster Ausblick – die seelische Entwicklung

Im ersten Jahrsiebt ging es besonders um die Entwicklung des physischen Leibes, im zweiten Jahrsiebt um die Entwicklung des Lebensleibes und im dritten Jahrsiebt um die Entwicklung des Seelenleibes. Sie alle gemeinsam bilden die leibliche Grundlage für die weitere Entwicklung – denn in der Wirklichkeit sind sie ja nicht isoliert, sondern durchdringen einander und hängen voneinander ab. Die nächsten drei Jahrsiebte stehen nun unter der großen Überschrift der seelischen Entwicklung. Ich möchte sie hier nur kurz skizzieren, um einen kleinen Eindruck davon zu geben, wie die seelische auf der leiblichen Entwicklung aufbaut.

Im vierten, fünften und sechsten Jahrsiebt geht es nun vor allem darum, die Fähigkeiten der eigenen Seele im Wechselspiel mit der Welt zu entwickeln, zu erproben und auszugestalten. Rudolf Steiner beschreibt das so, dass das Ich aus den leiblichen Grundlagen nach und nach seine seelischen Fähigkeiten herausarbeitet.^{ix} Das bedeutet auch, dass die Qualität der leiblichen Grundlagen einen wesentlichen Einfluss darauf hat, welche seelischen Fähigkeiten entwickelt werden können.

Im Bild des Baumes steht das Verzweigen, das Sich-Ausbreiten-in-den-Raum, für die Zeit der nächsten sieben Jahre zwischen 21 und 28. Früher bezeichnete man diese Zeit des vierten Jahrsiebts häufig als die Lehr- und Wanderjahre, wobei die Wanderungen natürlich auch innere sein können.

Jetzt geht es darum, sich in der Welt zu erleben und zu erproben und die ganze Bandbreite der Gefühle an und in der Welt auszukosten und auch zu durchleiden.

Der anthroposophische Arzt und Psychiater Rudolf Treichler (1909–1994)* gebraucht für diese Phase das Bild des Bootes in dem wogenden Meer der Empfindungen, in dem das Ich zwar am Steuer sitzt, das Steuer aber noch nicht fest in der Hand hat. Man könnte dieses Jahrsiebt auch als die Sturm-und-Drang-Phase des Lebens bezeichnen.

Für die Jahre zwischen 28 und 35, dem fünften Jahrsiebt, steht im Bild des Baumes die Blattbildung. Jedes Frühjahr werden die Blätter neu gebildet, jeden Herbst fallen sie von den Bäumen. Mit den Blättern nehmen sie das Sonnenlicht auf, durch die Blätter geben sie Wasser ab (durch Verdunstung), mit den Blättern spenden sie anderen Lebewesen Schatten. Man kann dies wie einen Atmungsprozess sehen: Aufbau und Abbau, Aufnahme und Abgabe. In diesem Jahrsiebt geht es darum, im Wechselspiel zwischen Außenwelt und Innenwelt mehr und mehr zu einem inneren Gleichgewicht zu finden, Kopf und Herz, Verstand und Gemüt innerlich auszubalancieren.

Die Verinnerlichung, die mit dem Rubikon begonnen hat, kann nun von dem Ich weitergeführt werden. Nun geht es darum, sich in seinen Entscheidungen weder von seinen Gefühlen mitreißen zu lassen noch sich allein vom kalten rationalen Verstandesdenken leiten zu lassen. Wenn das Ich das klare Denken mit den Kräften des Herzens durchwärmt, dann können die Erlebnisse in der Seele bewegt, durchdacht und durchfühlt werden und der Mensch kann im wahrsten Sinne des Wortes zu „besonnenen“ Urteilen kommen.

Dann beginnt, etwa um das 35. Lebensjahr, wieder eine neue Phase: das sechste Jahrsiebt. Der Prozess der Photosynthese kann ein Bild für das Thema dieses Jahrsiebtes sein, denn nun geht es um Verwandlung. In der Photosynthese verwandelt die Pflanze mithilfe des Sonnenlichtes Wasserstoff und Kohlendioxid in Glukose und Sauerstoff. Die Glukose dient ihr als „Nahrung“, der Sauerstoff ist die Lebensgrundlage für uns Menschen. Die Hingabe an die Welt, in der das kleine Kind im ersten Jahrsiebt einfach lebte, kann nun vom Ich neu ergriffen und geübt werden. Nachdem es in den beiden vorhergehenden Jahrsiebten vor allem darum ging, seine eigene Seele an und in der Welt zu entwickeln, besteht jetzt mehr und mehr die Möglichkeit, sich mit den neu erworbenen Seelenfähigkeiten wieder mehr der Welt zuzuwenden und sich der Welt auch zur Verfügung zu stellen. Das geschieht nun nicht mehr einfach „automatisch“ aufgrund der Entwicklungsgesetze. Ob er sich darum bemühen will, liegt nun ganz in der persönlichen Freiheit des einzelnen Menschen.

Etwas, das sich nach meiner Erfahrung in dieser Zeit aber immer einstellt, ist die harte Erkenntnis, dass das Leben endlich ist, dass man selbst sterben wird und dass nun nicht mehr alles möglich ist, manche Träume nicht mehr verwirklicht werden können. Diese Erkenntnis kann wie eine schmerzhaftes Desillusionierung erlebt werden, sie bietet aber zugleich die Möglichkeit, zu dem zu finden, was einem im Leben wirklich wesentlich ist. Manchmal entsteht daraus auch die Frage nach der spirituellen Dimension des Lebens.

Mit dem folgenden Gedicht, das Nelly Sachs zugeschrieben wird, möchte ich meine Ausführungen über die drei Jahrsiebte, in denen die seelische Entwicklung die Hauptrolle spielt, abschließen:

*Alles beginnt mit der Sehnsucht,
immer ist im Herzen Raum für mehr,
für Schöneres, für Größeres.*

*Das ist des Menschen Größe und Not:
Sehnsucht nach Stille, nach Freundschaft und Liebe.
Und wo die Sehnsucht sich erfüllt,
dort bricht sie noch stärker auf.*

*Fing nicht auch deine Menschwerdung, Gott,
mit dieser Sehnsucht nach dem Menschen an?
So lass nun unsere Sehnsucht damit anfangen,
dich zu suchen,
und lass sie damit enden,
dich gefunden zu haben.^{xi}*

Man kann dieses Gedicht als einen Weg lesen, der mit dem eben skizzierten Entwicklungsweg der Seele eng verwandt ist. Er beginnt mit der Sehnsucht, die sich zunächst auf das Äußerliche, „das Schöner und Größere“ richtet (3. Jahrsiebt), dann wendet er sich den zwischenmenschlichen Qualitäten „Freundschaft“ und „Liebe“ zu (4. Jahrsiebt), weiter geht es um die Menschwerdung auf der Erde (5. Jahrsiebt) und führt schließlich zur Suche nach dem Göttlich-Geistigen (6. Jahrsiebt).



Zweiter Ausblick – die geistige Entwicklung

Die folgenden drei Jahrsiebte, die ich nur sehr kurz skizzieren möchte, stehen unter dem Motto der geistigen Entwicklung.¹² Noch stärker als für die drei vorhergehenden Jahrsiebte gilt, dass es ganz in die Freiheit des einzelnen Menschen gestellt ist, wie er diese ausgestaltet. Das bedeutet auch, dass alle allgemeinen Aussagen höchstens als Anhaltspunkte oder Arbeitshypothesen dienen können.

Wie auch für die Entwicklung der vorhergehenden Jahrsiebte stellen die leiblichen Gegebenheiten, die der Mensch in seinen ersten drei Jahrsiebten ausbilden konnte, die Grundlagen, das Material dar, mit dem er nun vor allem seine geistigen Fähigkeiten ausgestalten kann. Im Bild des Baumes könnte man die Zeit des siebten Jahrsiebtes, zwischen dem 42. und dem 49. Geburtstag, als eine Phase betrachten, die nach Blütenbildung fragt. An seinen Blüten wird die Art des Baumes offenbar. So könnte es sein, dass man in dieser Zeit in den Ereignissen des Lebens diese Fragen hören kann: „Wofür stehst du ein, wofür willst du dich mit all deinen Kräften einsetzen?“

Die Zeit zwischen dem 49. und dem 56. Geburtstag, das achte Jahrsiebt kann man als eine Phase des Fruchtens betrachten. So wäre die Frage, die man sich in dieser Zeit stellen kann: „Was sollen die Früchte deines Lebens sein, was willst und kannst du weitergeben, verschenken?“

Mit dem neunten Jahrsiebt schließt sich der Kreis von drei mal drei Jahrsiebten. Der Gang durch drei leibliche, drei seelische und drei geistige Jahrsiebte ist dann vollzogen. So kann man im Bild des Baumes für dieses Jahrsiebt nach der Samenbildung fragen. Das Samenkorn enthält die Essenz des Baumes. Eine Frage könnte lauten: „Wer willst du sein, was willst du der Welt hinterlassen?“

Und auch wenn mit drei mal drei Jahrsiebten ein Kreis geschlossen ist, werden wir heute ja meistens wesentlich älter und es schließen sich noch einmal mindestens drei weitere Jahrsiebte an.

Im Bild des Baumes sind sie wie eine höhere Oktave aufgefasst. Man kann empfinden, dass das Thema der Wurzeln aus dem ersten Jahrsiebt im zehnten Jahrsiebt wieder auf neue Weise und mit neuen Fragen auftaucht. Ebenso kann das Thema der Lebenskräfte und der Lebendigkeit im elften Jahrsiebt auf neue Weise wichtig werden – und auch das Streben, die inneren Aufrichtekräfte können für die Zeit des zwölften Jahrsiebts wieder eine neue Bedeutung bekommen. Gleichzeitig lebt der Mensch nun mehr und mehr auf seine für dieses Leben letzte Geburt hin: die Geburt in die geistige Welt, den Tod in der irdischen Welt. Und auch diese Geburt kann man natürlich vorbereiten, aber das ist ein anderes Thema.



*Lasst uns die Bäume lieben
die Bäume sind uns gut
in ihren grünen Trieben
strömt Gottes Lebensblut*

*Einst wollt das Holz verhärten
da hing sich Christ daran
dass wir uns neu ernährten
ein ewiges Blühn begann*

Albert Steffen

Apsis Mosaik in der Basilica di San Clemente, Rom, 12. Jahrhundert

¹ Conrad Ferdinand Meyer, *Sämtliche Werke in zwei Bänden. Band 2*, Artemis und Winkler Verlag, Düsseldorf und Zürich 1996, S. 33 f.

² So etwa von Charlotte Bühler, Entwicklungspsychologin (1893–1974), Romano Guardini, Theologe und Religionsphilosoph (1885–1968) sowie Erik Erikson, Psychoanalytiker (1902–1994).

³ Vgl. Rudolf Steiner, „Der Lebenslauf des Menschen vom geisteswissenschaftlichen Standpunkte. Berlin, 28. Februar 1907“, in: *Die Erkenntnis des Übersinnlichen in unserer Zeit und deren Bedeutung für das heutige Leben* (GA 55), Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1983, S. 157 ff.

^{iv} Wisława Szymborska, *Der Augenblick. Chwila. Gedichte. Polnisch und deutsch*, übertragen und herausgegeben von Karl Dedecius, Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main 2005, S. 31 ff.

⁵ Bruno Bettelheim, *Kinder brauchen Märchen*, dtv, München 2008, S. 31.

⁶ Rudolf Steiner weist in „Die Erziehung des Kindes vom Gesichtspunkte der Geisteswissenschaft“ (vgl. Anm. 2) darauf hin, dass es für Kinder in diesem Alter besonders wichtig ist, dass das sinnbildliche Vorstellen und die Fantasie gefördert werden und dass sie in ihrem Umfeld echte Autoritäten finden, an denen sie sich orientieren können.

⁷ Der Rubikon ist ein Grenzfluss, der die römische Provinz Gallia cisalpinisch vom eigentlichen Italien trennte. Als Caesar 49 v. Chr. mit seinen Truppen den Rubikon überschritt, kam das einer Kriegserklärung an den römischen Senat gleich. Ab diesem Punkt gab es kein Zurück mehr, was Caesar mit dem berühmten Ausspruch „Die Würfel sind gefallen“ zum Ausdruck brachte. Seither steht der Ausdruck „den Rubikon überschreiten“ generell für eine Handlung, bei der es kein Zurück mehr gibt.

^{viii} Jelalladdin Rumi, *Tanz meiner Seele. Mystische Texte*, ausgewählt und neu übertragen von Bernardin Schellenberger, Kreuz Verlag, Stuttgart 2003, S. 56.

^{ix} Vgl. Rudolf Steiner, „Das Mysterium von Golgatha. Siebenter Vortrag, Hamburg, 26. Mai 1908“ in: *Das Johannes-Evangelium* (GA 103), Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1995, S. 127 ff.

^x Rudolf Treichler, *Die Entwicklung der Seele im Lebenslauf. Stufen, Störungen und Erkrankungen des Seelenlebens*, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 2004, S. 76 ff.

^{xi} Die erste Zeile stammt aus *Eli. Ein Mysterienspiel vom Leiden Israels* von Nelly Sachs, der weitere Text kursiert vielfach im Internet und wird ebenfalls Nelly Sachs zugeschrieben, in ihrem schriftlichen Werk kommt er aber nicht vor.

¹² Ausführlich mit den geistigen Kräften in der Biografie beschäftigt sich Gudrun Burkhard in: *Das Leben geht weiter. Geistige Kräfte in der Biografie*, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 2004.