

## Steinerlese

Eine neue Serie von *Ruth Ewertowski*

Es gibt Tage, die wie nichts dahingehen, und an deren Ende der fahle Geschmack bleibt, zwar viel »gewirtschaftet« zu haben, aber nichts Wesentliches erlebt, getan oder gedacht zu haben. Man ist dann wie halb verhungert. Am Abend solcher Tage bitte ich manchmal meinen Mann, mir noch »einen Gedanken« zu sagen, gewissermaßen als Wegzehrung für die Nacht, und ich bin froh, wenn er einen hat, möglichst kurz, nachvollziehbar und übersichtlich, so dass ich für Kopf und Herz etwas »Handliches« mitzunehmen habe.

In diesem Sinne dachte ich mir, einmal eine Sammlung anzulegen, aus der man an solch schiefen, aber auch an anderen Tagen schöpfen kann: eine Sammlung von Gedanken, die ich bei Rudolf Steiner fand, die mich in der Lektüre inne halten ließen, die im Notieren und Anverwandeln neue und eigene Wege gehen, die dem Verstehen eine Aufgabe, manchmal eine Herausforderung sind. Es geht mir dabei nicht um ein bloßes Steiner-Referat, sondern um einen verstehenden und belebenden Umgang mit geisteswissenschaftlichen Inhalten, die auch dadurch, dass ich einen bestimmten Blick auf sie werfe, zu leben anfangen. Dass sie sich dabei nicht »ausleben«, dass sie nicht an ein Ende kommen, dass manches offen und ungesagt bleibt, wird in Kauf genommen oder gerade als das Lebendi-

ge verstanden. Doch dem Projekt liegt nicht die Idee einer »Werkstatt« zugrunde. Es sollen nicht unfertige Stücke präsentiert werden, sondern schon gedankliche Einheiten. Es soll nur kein Roman geschrieben werden, sondern eher eine Novelle oder kürzer noch, etwas, was zu denken gibt. Die Lektüre Steiners ist dabei die Grundlage, die mir heute manchmal zu kurz zu kommen scheint, wo sie uns doch eine unendliche Aufgabe stellt. Steiner zu verstehen scheint mir weiterhin die fundamentale Aufgabe der Anthroposophie, aus der sich dann fast wie von selbst alle weiteren, »praktischen« Aufgaben ergeben.

Was hier also als Reihe angeboten wird, ist dem Werk Steiners verpflichtet. Der Blickwinkel mag manchmal ungewohnt sein. Vielleicht ist nicht alles für den »Anfänger« unmittelbar verständlich, so wie Steiner ja überhaupt nichts für Anfänger ist, man aber doch irgendwann mit ihm anfangen muss. Allmählich kommt man dann hinein, und irgendwann ist man so drin, dass einen nichts mehr wundert. Jetzt den Anfängerblick wieder zu erlangen, scheint mir wichtig für das Ungeheuerliche, was Steiner zu sagen hatte. Vielleicht kann das der eine oder andere hier abzudruckende Text, wenn er auf seine Weise auf manche Besonderheit aufmerksam macht.

## Zucker und die unschuldige Egoität

*Ruth Ewertowski*

Als ich vor zwölf Jahren zum ersten Mal der Anthroposophie und mit ihr auch Anthroposophen begegnet bin, habe ich mich darüber gewundert, dass man bei gemeinsamen Mahlzeiten zwar keinen Alkohol, aber Süßes

in ziemlichen Mengen zu sich nimmt. Ja, eine solche Sorglosigkeit im Umgang mit dem Zucker bei ansonsten doch ernährungsbewussten Demeter-Käufern war mir merkwürdig. Muss man sich, wenn man kein Glas

Wein trinkt, in Sachen Genuss irgendwie anders schadlos halten? Warum der Alkohol der geistigen Entwicklung schadet, habe ich dann bald bei Rudolf Steiner gelesen. Hatte er in früheren Zeiten einmal seine Aufgabe gerade im Zusammenhang mit der Individualisierung des Menschen, so wirkt er spätestens seit unserer Zeitrechnung aller Tätigkeit und allen geistigen Errungenschaften des Ich entgegen. Um den Zucker habe ich mich dann nicht weiter gekümmert. Er schien ja auch nicht »verboten«. Erst als mir jemand aus gesundheitlichen Gründen riet, auf Zucker ganz zu verzichten, wurde er interessant. Zwar hatte ich schon gehört, er solle das Ich stärken, meinem Gefühl nach hatte ich aber eher den Eindruck, dass eine gewisse Ich-Stärke dazu gehört, ihn weg zu lassen. Ja, Zucker schien mir eher ein Genuss- und Suchtmittel, das, wenn man es mit einer Steuer belegen würde, die Finanzmisere des Gesundheitssystems lösen könnte. Das brächte nicht nur viel Geld, sondern würde, bei Konsumverzicht wegen des Preises, auch viel Gesundheit bringen und so wieder Geld sparen.<sup>1</sup>

Nun gibt es bei Rudolf Steiner sehr viele Stellen, in denen er sich zum Thema Zucker äußert, und er äußert sich nicht selten positiv. Doch muss man sehen, dass sein Blick dabei nicht auf die physische Gesundheit geht. Was er über den Zucker sagt, gehört nicht ins Apotheken- oder Reformhausblättchen, sondern betrifft die seelisch-geistige und wohl auch die moralische Entwicklung des Menschen und der Menschheit. Es ist aus okkulten Perspektive gesprochen. Das heißt nicht, dass es weniger konkret wäre. Die geisteswissenschaftlichen Wahrheiten finden an der historisch-materiellen Realität ihre Bestätigung. So weist Steiner darauf hin, dass mit der Entwicklung der Bewusstseinsseele die Egoität des Menschen besonders hervortritt, und diese nun wird äußerlich materiell durch den Zuckergenuss unterstützt. Die Epoche der Bewusstseinsseele beginnt mit dem, was man nach der Periodisierung der Historiker

die Neuzeit nennt, also im 15. Jahrhundert. Und eben in dieser Zeit, der Zeit der großen Entdeckungen, kommt auch die Zuckerproduktion und der Zuckerhandel auf.<sup>2</sup>

Die Bewusstseinsseelenepoche ist die der vollen Entwicklung des Ich. Rudolf Steiner nennt als Repräsentant dieser Epoche das Volk der Engländer, und dieses schreibt als einziges Wort seiner Sprache das Ich groß. Dem entspricht, so Steiner, der hohe Zuckerkonsum in jenem Land, der etwa ein Fünffaches von dem beträgt, was in Russland an Zucker verzehrt wurde.<sup>3</sup> Die Ausprägung der Ich-Tätigkeit und der Egoität verhält sich proportional dazu.

Würde man den Völkern Temperamente zurechnen, wie man das bei Individuen tut, so würde man vermutlich das sanguinische Temperament den Engländern mit ihrem Humor und ihrer Leichtigkeit attestieren und das melancholische dem russischen Volk, das einen Dostojewski, einen Tolstoi, einen Tschekow mit ihren so schwermütigen Dichtungen hervorgebracht hat. Nun kommt Steiner im Rahmen seiner pädagogischen Hinweise auf das melancholische und sanguinische Temperament zu sprechen, und zwar im Zusammenhang mit dem Zuckerthema. Dabei findet sich das, was auf der charakterologischen Ebene von Völkern zu beobachten ist, jetzt auf der Ebene des Individuums wieder, nun freilich nicht als bloße Beobachtung, sondern als pädagogische Maßnahme, denn es geht hier ja um die Erziehung des Kindes. So wäre es hilfreich einem melancholisch gestimmten Kind, in bestimmten Mengen Zucker zuzuführen, der sich dämpfend auf die Leber, das Organ der Schwermut, auswirkt, während es umgekehrt bei einem sanguinischen Kind gerade gut sein kann, die Lebertätigkeit durch Zuckerenthaltung anzuregen.<sup>4</sup> Es geht also darum, durch die Nahrung auf die seelisch-geistige Entwicklung Einfluss zu nehmen und ausgleichend zu wirken. Und eben diesen Aspekt gilt es auch bei einer esoterischen Entwicklung zu berücksichtigen. In einer gewissen Hinsicht ist es wohl erlaubt, das melancholische Temperament als das an-

zusehen, das den Tiefen der Seele und der Welt des Geistes mehr zugetan ist als das, im weitesten Sinne, eher materialistisch orientierte sanguinische. So darf man vermutlich auch der Zuwendung zur Geisteswissenschaft eher eine melancholische Disposition unterstellen. Wo eine größere Bereitschaft oder aber auch innere Notwendigkeit vorliegt, den Weg in die Welt des Geistes einzuschlagen, muss gleichzeitig das Gebot der Selbstlosigkeit beachtet werden. Rudolf Steiner sieht aber auf eben diesem Weg auch Gefahren, jene Gefahr zum Beispiel, dass der Ich-Organismus seinen Zusammenhang mit der Erde verliert, dass der Mensch in seinem Geistesstreben nicht nur selbstlos, sondern auch träumerisch und phantastisch wird. Dabei gewinnt dann das luziferische Element die Überhand. Deshalb, so Steiner, könne man an dieser Stelle dem Zucker »eine Art Lobrede« halten. Denn der Zucker gebe – wohl auch durch seine kristalline Struktur – eine innerliche Festigkeit, eine Art »natürliche Egoität«, derer es als Gegengewicht zu einer falschen Selbstlosigkeit und einem Verlieren der Persönlichkeit bedürfe. Mit dem Zuckergenuss wird »eine Art unschuldige Egoität« – so der schöne Ausdruck Steiners – geschaffen, derer es in der moralischen Entwicklung bedarf, damit sich das Subjekt der Selbstlosigkeit nicht in der Selbstaufgabe verliert.<sup>5</sup> Der Zucker als eine die Persönlichkeit stärkende Substanz hat in dieser Betrachtung eine ganz andere Bedeutung als das gesund-

heitsgefährdende Genussmittel, auf dessen Konto eine ganze Reihe von Zivilisationskrankheiten gehen. Er hat eine geistig-seelische Qualität, die einer Selbstbehauptung dient, ohne den Menschen dabei moralisch herab zu setzen. Wer ihn aus diesen Gründen braucht, wird seinen speziellen Nutzen daraus ziehen. Zu unterscheiden gilt es aber gewiss zwischen dieser geistigen Wirksamkeit der materiellen Substanz Zucker und ihrer physischen. Von Karies und manch anderen schädlichen Folgen bleibt gewiss auch kein Zucker konsumierender Anthroposoph verschont.

1 Tatsächlich gab es lange Zeit eine Zuckersteuer. Mit dem Aufblühen des Überseehandels mit Rohrzucker im 16. Jahrhundert entdeckte man eine neue Steuerquelle, den Zuckerzoll. 1841 wurde dann in Deutschland eine echte Zuckersteuer eingeführt, die nach dem Gewicht der angelieferten Zuckerrüben bemessen wurde.

Zum 01.01.1993 wurde die Zuckersteuer im Hinblick auf den EG-Binnenmarkt zur Vermeidung von Wettbewerbsverzerrung und zur Anpassung des Umsatzsteuergesetzes abgeschafft.

2 Rudolf Steiner: *Mitteleuropa zwischen Ost und West* (GA 174a), Dornach 1984, Seiten 260.

3 Rudolf Steiner: *Ursprungsimpulse der Geisteswissenschaft* (GA 96), Dornach 1985, S. 173.

4 Rudolf Steiner: *Die pädagogische Praxis vom Gesichtspunkte geisteswissenschaftlicher Menschenkenntnis* (GA 306), Dornach 1983, S. 157f.

5 Rudolf Steiner: *Welche Bedeutung hat die okkulte Entwicklung des Menschen für seine Hüllen und sein Selbst?* (GA 145), Dornach 1987, 21.3.1913.