

UELI SEILER-HUGOVA

Von der Wärmemeditation  
zur Wärmepädagogik

UELI SEILER-HUGOVA

Von der  
Wärmemeditation  
zur  
Wärmepädagogik

SCHNEIDEREDITIONEN

*Es gibt nichts Gutes, ausser man tut es.  
Erich Kästner*

*Gewidmet meiner Frau Kamila*

# Inhalt

Einleitung .....	11
Die Wärmemeditation .....	18
1. Wärmemeditation Rudolf Steiners und die Ätherarten .....	23
<i>Beschreibung der Wärmemeditation</i>	23
<i>Die vier Ätherarten und Elemente</i>	25
<i>Die Bildekkräfte</i>	33
2. Verschiedene Aspekte der Wärme und des Ätherischen .....	35
<i>Von der Entwicklung der Freiheit</i>	35
<i>Die drei Seelenarten in der Menschheitsentwicklung</i>	37
<i>Die Verfinsterung des Geistes durch den Materialismus</i>	41
<i>Coolness als Verhaltenslehre der Kälte bedarf einer     Wärmekultur</i>	42
<i>Antipathie- und Sympathiekräfte als Kälte und Hitze im     Nerven-Sinnes-Pol und im Stoffwechsel-Gliedmassen-System</i>	45
<i>Die Schlüsselaufgabe des Ätherischen in der heutigen Zeit</i>	49
<i>Das Ätherische und die Rosenkreuzer-Spiritualität</i>	53
3. Die Urschrift .....	59
<i>Integrale Wärmepädagogik</i>	59
<i>Existenzielle Kochprozesse – Skizze einer integralen     Wärmepädagogik</i>	60
<i>Rudolf Steiner: Mitgefühl, Liebe und Interesse durch     Wärmeprozesse</i>	67

© 2018 SchneiderEditionen

1. Auflage 2018

Alle Rechte vorbehalten

Druck: Glückler Druck Grafik GmbH, Hechingen

ISBN 978-3-943305-37-1

# Einleitung

4. Das Gute wollen .....	69
<i>Das Gute wollen – in Bezug auf die drei Ideale das Wahre,     das Gute, das Schöne</i>	69
<i>Die Wärme zwischen Ahriman und Luzifer</i>	73
<i>Yin und Yang</i>	76
<i>Die Tugenden als Wärme zwischen Kälte und Hitze</i>	77
5. Die wärmende Mitte .....	81
<i>Das Grün und der Purpur als Mitte zwischen warmen und     kalten Farben</i>	81
<i>Die Sixtinische Madonna als Wahrbild einer Wärme-     pädagogik</i>	84
<i>Die Gerade und die Krumme</i>	87
<i>Der Vogel Phönix und der Gral als Erneuerungsmöglichkeit     aus der Wärme</i>	88
<i>Mars als Wärme- und Willensplanet</i>	92
<i>Das Schauspiel «Pestalozzi» von Albert Steffen:     «Ich fühle meine Menschheit in meiner Wärme»</i>	98
6. Die Wärmepraxis .....	102
7. Die Praxis der Wärmepädagogik .....	106
<i>Einleitung</i>	106
<i>Das Kleinkind</i>	107
<i>Der Lehrplan</i>	110
<i>Im Kindergarten</i>	114
<i>Die Klassen</i>	115
Über den Autor .....	139

Im September 2007 bin ich morgens früh aufgewacht und habe gewusst, dass ich ein Essay über Wärmepädagogik schreiben werde. Im Traum sah ich plötzlich ganz klar, dass die Wärme nicht nur ein polares Phänomen zur Kälte ist, sondern dass die Wärme sich als eine zentrale Tätigkeit zwischen Kälte und Hitze zeigt. Wärme ist kein polares Phänomen, sondern hat eine mittlere Funktion.

Diesem Traum ist natürlich ein intensives Studium über die Wärme vorausgegangen. In den Werken Rudolf Steiners und anderer Autoren habe ich über die Wärme geforscht und wollte ihre Rolle in der Pädagogik beschreiben, da es mir schon lange ein Anliegen war.

Ich stand unter Zeitdruck, da ich eine Anfrage von der Universität Regensburg bekam, einen Beitrag zum Buch «Integrale Pädagogik» beizusteuern. Diese «Wärmepädagogik» ist zwar nicht veröffentlicht worden, stattdessen aber ein Aufsatz über die Hochschuldidaktik. (Thomas Müller und Ralf Girg: *Integralpädagogik*. S. Roderer Verlag 2007)

Später – im Herbst 2009 – wurde dieser Aufsatz im monatlichen «Schulkreis» der Rudolf-Steiner-Schulen in der Schweiz publiziert. Seitdem ist im Internet unter dem Begriff «Wärmepädagogik» diese Veröffentlichung zu finden. In meinen Seminaren spreche ich immer wieder über «Wärmepädagogik».

Obwohl ich die «Wärmemeditation» Rudolf Steiners schon Jahrzehnte lang kenne, wurde sie in der letzten Zeit wichtiges

Element in meiner «Wärmepädagogik». So entschloss ich mich endlich, über die Wärme eine umfassende Schrift zu verfassen.

Das vorliegende Buch ist auch nur der Anfang. Ich bin gespannt, was kompetentere Forscher dazu sagen. Wenn es gut geht, bin ich ein Pädagoge, ein Lehrer, der versucht, begeistern- de Wärme für die Lerninhalte zu ent-fachen. Ich gehe von der «Wärme-Meditation» Rudolf Steiners aus, die in frappanter Weise zeigt, wie das Gute in die Welt kommt, eben über das Ich, willensbedingt über den Wärme-Organismus, über das Blut.

«Es gibt nichts Gutes, ausser man tut es.» Dieser Spruch von Erich Kästner hat mich ein Leben lang begleitet. Er zeigt in verkürzter, lautmalerischer Form die Quintessenz der «Wär- memeditation».

Im ersten Teil dokumentiere und beschreibe ich die Wärme- meditation. Schon früh studierte ich die vier Ätherarten nach Günther Wachsmuth, habe sie aber lange nicht richtig verstan- den, dennoch bilden sie in dieser Meditation den zentralen Punkt, und ich werde versuchen, sie in dieser Schrift etwas verständlicher zu erklären. Dazu beschreibe ich die Tätigkeiten und die Manifestationen der Bildekräfte.

Im zweiten Teil werde ich die verschiedenen Aspekte der Wär- me und des Ätherischen darstellen. So etwa, wie sich das Ich entwickelte und gleichzeitig die Handlungsfreiheit des Men- schen überhaupt ermöglichte. Hier sehen wir, wie das Wärme- element entscheidend ist.

Danach beschreibe ich die drei Seelenarten des Menschen im geschichtlichen Kontext. Ich zeige dann, dass das Ich die unterste Spitze der geistigen Hierarchie und zugleich oberste Spitze der irdischen Welt ist: das Ich als einziges Nadelöhr vom Geistigen zum Irdischen und vom Irdischen ins Geistige. Hier entsteht die Ethik, wie es Rudolf Steiner und Heinrich Pesta- lozzi gezeigt haben. (Ausgeführt im Buch des Autors: *Johann*

*Heinrich Pestalozzi, ein Vorverkünder der «Philosophie der Frei- heit» von Rudolf Steiner.* Verlag Ch. Möllmann 2015) Entschei- dend ist die Willenstätigkeit des Ichs durch die Wärme über das Blut. Das Gute entsteht über das Blut Christi, wie es der Grals-Mythos zeigt. (Siehe dazu das Buch des Autors: *Das Gro- sse Parzivalbuch.* SchneiderEditionen 2014) Das Ich ist das von den Mystikern beschriebene Gottesfünklein.

In der Verfinsterung des Geistes durch den Materialismus, als die zweite Christus-Kreuzigung und Manifestation des Tief- punktes oder auch den Kältepol der Geschichte, zeige ich die Tragik, aber zugleich die Chance, zu neuer Wärme aufzusteigen.

In der Verhaltenslehre der Coolness-Kultur weise ich auf die rationalistischen und materialistischen Erkältungen des 20. Jahrhunderts hin, die eine Wärmekultur erfordern. Ich stelle die erkenntnistheoretisch neu entdeckten Antipathie- und Sympathiekräfte dar, wie sie Rudolf Steiner in der «Allgemei- nen Menschenkunde» zeigt. Diese Kräfte manifestieren sich wiederum in der seelischen Wärme als Kälte- und Hitzepol.

Ich formuliere die Schlüsselaufgabe des Ätherischen in der modernen Zeit. Der Materialismus kann nur überwunden werden, wenn wieder Zugang gefunden wird zum Lebendig- Ätherischen: in der Medizin, in der Therapie, in der Landwirt- schaft, in der Pädagogik usw. Die Materie überwinden durch das Ätherische, wenn auch nur im Kleinsten, ist eine über die moralische Wärme erreichte Christustat.

Zum Schluss dieses Teils und als einen gewissen Höhepunkt zeige ich den Zusammenhang des Ätherischen und Wärme- haften in der Rosenkreuzer-Spiritualität. Insbesondere weise ich auf das Chartres-Labyrinth hin, das im eigentlichen Sinne ein Rosenkreuz ist, und lasse einen Text von Rudolf Steiner folgen, der zeigt, wie der Rosenkreuzerspruch im Wärmehaf- ten wirkt.

Im dritten Teil zeige ich anhand des «Uraufsatzes», der auch im «Schulkreis» veröffentlicht wurde, den neuen Ansatz, dass Wärme nicht nur die Polarität zur Kälte ist, sondern in der Mitte zwischen Kälte und Hitze liegt. Ich habe bei mir selbst schon immer beobachtet, dass es mir schnell zu heiss oder zu kalt wird und dass ich darauf angewiesen bin, es gerade schön warm zu haben.

Ich weise in dieser Urschriftweise auf den Wärmesinn hin, wie er von Rudolf Steiner dargestellt wird. Der Wärmesinn ist in der Hierarchie der zwölf Sinne hochbedeutend. Die Wärme – sonst etwa dem Tastsinn, also dem «Hautsinn», zugeordnet – bekommt hier in der Hierarchie einen seelisch-geistigen Rang. Er ist oberster Sinn der mittleren Sinne, also über dem Sehsinn, dem Lichtsinn. Licht und Wärme sind hier wiederum Nachbarn. Die Wärme aber richtet sich schon zur Grenze der höheren Sinne.

Darin beschreibe ich die mittlere Temperatur des Menschen bei etwa 36 Grad Celsius: Ein wenig von der Mitte in die Hitze ergeben sich Schweissausbrüche, Fieber; ein bisschen näher in die Kälte gibt es Schüttelfrost.

Die Wärme wird in Bezug zur Alchemie dargestellt: die Verwandlung der Aggregatzustände (fest, flüssig, gasförmig) durch die Wärme, aber auch die Abkühlung. Es ist das Feuer, das verwandelt und die Elemente zusammenbringt, nicht zuletzt in der Chymischen Hochzeit.

Hildegard von Bingen zeigt diese Elemente, wie sie von der Wärme gekocht werden. Sie spricht auch von der Grünkraft Christi. In einzigartiger Weise beschreibt sie in ihren Visionen die Bilder der Sophia als der weltenschaffenden, heilenden Grünkraft.

Dazu publiziere ich einen Text von Rudolf Steiner über Mitgefühl, Liebe und Interesse durch Wärmeprozesse.

Im vierten Teil erkläre ich die Wärme, das heisst die Entste-

hung des Guten durch den Willen in Bezug auf die drei Ideale: Was passiert, wenn die Wahrheit, das Denken, kalt wird, ideologisiert wird, zur Lüge wird? Was geschieht, wenn das Schöne zu heiss wird und zum Egoismus und Narzissmus führt? Hier ist wiederum die Mitte zwischen den Widersacher-Mächten Ahriman und Luzifer.

Es braucht das durch den Willen über die Wärme entstehende Gute, das durch ethisch-christliche Wärme entsteht, das die Extreme in Schach hält, sie integriert, die Schatten integriert. Ich weise auf die Polarität von Yin und Yang hin.

Die sind in der heutigen Zeit etwas in Verruf gekommen. Doch gerade die Tugenden im Sinne von Aristoteles zeigen, dass sich das Gute zwischen zu viel und zu wenig befindet, dass es in der Wärmemitte ist.

Im fünften Teil zeige ich unter dem Titel «Die wärmende Mitte» verschiedene Aspekte dieser Mitte: «Das Grün und der Purpur als Mitte zwischen warmen und kalten Farben», «Die Sixtinische Madonna als Wahrbild einer Wärmepädagogik», «Die Gerade und die Krumme», «Der Vogel Phönix und der Gral als Erneuerungsmöglichkeit aus der Wärme», «Mars als Wärme- und Willensplanet», «Das Schauspiel «Pestalozzi» von Albert Steffen: «Ich fühle meine Menschheit in meiner Wärme».

Im sechsten Teil referiere ich das Buch eines holländischen Arztes über die Wärme und ergänze es zur Wärmep Praxis.

Im siebten Teil wird die eigentliche Wärmepädagogik dargestellt.

Beim Schreiben dieser Arbeit habe ich früh gemerkt, dass ich viel Autobiografisches einfließen lasse – nicht weil meine Lebenserfahrungen so wichtig sind, sondern weil Aussagen aus dem eigenen Leben authentisch wirken. Sie kommen aus dem warmen Herzen der eigenen Seele und können exempla-



risch dazu dienen, das Wärmehafte in der Entwicklung des Menschen sichtbar zu machen. In meiner Tätigkeit als Lehrer bemerkte ich immer dann eine erhöhte Aufmerksamkeit (Wärme), wenn ich aus meinem Leben erzählte. Ich hoffe, dass der Funke von Mensch zu Mensch auch mittels dieser Schrift auf die Leser überspringen kann.

Während meiner Lehrtätigkeit bemerkte ich, dass es für mich oft schwierig war, allgemein über den Menschen zu sprechen. Der Mensch ist eben nicht allgemein, sondern individuell. Darum liebe ich auch Biografien. Sie sind exemplarische Menschenkunde. Gerade in der anthroposophischen Literatur findet man oft dieses Allgemeine. Schliesslich hat Rudolf Steiner seinen Grundkurs der Waldorfschule «Allgemeine Menschenkunde» genannt. Wir Lehrer haben aber die Aufgabe, täglich eine Pädagogik zu entwickeln, die sich am konkreten Menschen orientiert. Erst der individuelle Mensch ist ein Mensch.

Das Manuskript dieses Buches hat Frau Vanda Messerli-Bollek korrigiert. Sie tat dies schon mit meinen anderen Büchern und kennt meinen oft nicht einfachen Schreibstil. Mit äusserster Sorgfalt und Liebe machte sie den Text les- und verstehbar. Ganz herzlichen Dank für ihr Können.

Walter Schneider war bereit, diesen Text zu gestalten und ein formvolles Büchlein daraus zu machen. Er hat ja schon mein «Parzival-Buch» zu einem Kunstwerk entwickelt. Für mich ist es eine Ehre, wieder in seinen Verlag der hohen Design-Kunst aufgenommen zu werden.

Ins, im März 2018

*Ueli Seiler-Hugova*