

Ob wohl «nichts mehr geht», weil niemand mehr geht?

Dr. Hartmut Köhler (Urbach)

Dr. Hartmut Köhler ist Referent für Mathematik am Landesinstitut für Erziehung und Unterricht in Stuttgart. Er ist so freundlich, uns seine Überlegungen zum Gehen zur Verfügung zu stellen. In seiner Verantwortung für die Ermöglichung von Bildung im Mathematikunterricht muß er – so schreibt er – zwangsläufig die Problematik einer mathematisierten Welt in den verschiedensten Bereichen im Auge haben. Er meldet sich daher genauso in medizinischen wie künstlerischen, in politischen wie ökologischen Belangen zu Wort, um in einen Dialog zu kommen.¹

Vorsicht: Der folgende Artikel gefährdet die Lebensqualität. (Lebensqualität wird heute am Bruttosozialprodukt gemessen. Das aber steigt mit jeder verkauften Krücke.)

Diese Frage fiel mir wieder ein, als ich im Februar in Stuttgart über die «Interschul» ging, die «Europäische Bildungsmesse». Ursprünglich war sie mir als resignative Feststellung beim Nachsinnen über die damals modische Formulierung «da geht nichts mehr» gekommen. Nun blitzte sie gespiegelt als Hoffnungsschimmer auf, als ich am Stand der Freien Waldorfschulen ein Paar selbstgenähter Sandalen sah: Wenn aber mehr Menschen wieder zu gehen lernten, ob dann wieder «etwas ginge»? Und wären es nur wenige, wie auch dieser Stand einer der wenigen war, der in diesem Meer angebotener Produkte etwas mit Bildung zu tun hatte, auf diesem Markt, der das Vermögen der Menschen weniger in deren Vervollkommnung als vielmehr im «wie kommt Dein Geld in meine Tasche» im Auge hatte.

Denken wir also über das Gehen nach. Beim Gehen muß der Fuß von der aufgesetzten Ferse her abrollen, wie wir ja alle wissen.

(1) In naturwissenschaftlich dominierter Zeit beginnen wir mit dem Blick auf das Fußskelett. Erste grobe Beobachtung: Ein nach unten geöffneter Bogen. Zeichnen wir eine Linie, die das Abrollen des Fußes andeutet: Ein nach oben geöffneter Bogen. – Denkpause.

(2) Bis in unser Jahrhundert hinein gab es sogar in Deutschland noch Menschen, die einen großen Teil des Jahres barfuß gingen. Ich probierte es in den Ferien auf unbefestigten Wegen. Der erste spitze Stein, auf den die Ferse traf, ließ mich zum Himmel starten. – Denkpause.

(3) Die Orthopädie hat für jeden kaputten Fuß die richtige Einlage. Sie soll das Abrollen des Fußes schmerzfrei ermöglichen. Je länger man Einlagen trägt, desto kompliziertere braucht man, da sich der Zustand des Fußes immer mehr verschlechtert. – Denkpause.

(3) Der dritte Punkt ist leicht erklärbar. Der Zahnarzt tut zumeist nichts zur Gesundung der Zähne, er installiert Prothesen. Warum soll der Orthopäde mehr tun? Sind nicht große Teile der Medizin eher auf die Ermöglichung eines Krüppeldaseins gerichtet als auf Hilfe auf

¹ Hartmut Köhler: «Wo aber bleibt der Mensch? Von der Cartesianischen Kürzungsregel und der Mathematisierung der Welt.» In: Vierteljahresschrift für Wissenschaftliche Pädagogik, 60 Jg. Heft 3/1984.

dem – selbst zu gehenden (sic!) – Weg zur Gesundheit?

(2) Auch das zweite Geschehen beunruhigt niemanden. Zwar müßte es stutzig machen, wenn wir nicht mehr barfuß gehen können, wo das die Menschheit fast immer (bis auf die letzte Geschichtsminute) tat. Aber geschichtslos, wie wir sind, können wir uns ja auch sonst nicht vorstellen, daß Menschen ohne unsere heutige Produktflut leben konnten. Der übliche Satz lautet: Ohne x ist heute ein Leben nicht mehr denkbar. (Für x setzt man ein, womit man Geld verdienen will, und die konsumierende Masse nickt dazu.)

(1) Und zum ersten Punkt: Daß eine solche Form \cap gar nicht zum Abrollen (solche Bahn \cup) paßt; wem sollte es in den Sinn kommen, wer sollte die beiden Vorstellungen koppeln, sind wir doch (cartesianische) Meisterschüler im Zerstören der Ganzheit durch Aufspaltung in beziehungslose Details.

* * *

Als ich den selbstgefertigten Schuh sah, widerfuhr mir etwas, ehe ich den o.a. hoffnungsvollen Gedanken hatte. Nicht abrollend zum Stand gestakst, sondern federnd dorthin geschritten, spürte ich sozusagen die zu starre Sohle des Schuhs, wie ich den «Schlag zurück» spüre, den ein Läufer im Wald bei jedem Aufhauen der Ferse bekommt. Welcher Gegensatz zwischen der Harmonie der Bewegung eines Läufers, der federnd mit den Fußspitzen läuft, und der Eckigkeit des Bewegungsablaufes eines Tschockers, der mit der Ferse auftritt, mit dem Hacken aufhackt. (Für letzteren aber werden die heutigen Laufschuhe mit Fersenpolster ausgestattet, das zwar den Aufprall dämpfen, die Bewegung aber nicht harmonisieren kann. Es hilft, den falschen Laufstil zu zementieren.) Dieses Gefühl der Starre der Sohle mit dem Wunsch, daß doch eine gehfreundlichere hergestellt worden wäre, war wohl eine der Empfindungsgrundlagen des angeführten Gedankens.

Mich hatte keine der o.g. Denkpausen zum Denken gebracht. Der unerträgliche Schmerz im Rücken bei jeglicher Bewegung und der entmutigende Kommentar des Arztes zu meinem Leiden schickten mich auf die Suche. «Die Wachsamkeit des natürlichen Ganges», ein Artikel von Rudolf Seidel ließ mir die Schuppen von den Augen fallen: Gehen heißt, mit dem Fuß so aufzutreten, daß der Ballen-Zehen-Bereich Sekundenbruchteile früher als der Rest des Fußes Bodenberührung bekommt. Diesem Abfedern folgt ein Hochdrücken. Ich probierte es und konnte mich langsam wieder bewegen.

Dieses Gehen entspricht der Anatomie des Fußes und des ganzen Körpers. Beispielsweise beginnen die Arme wieder vor dem Körper zu pendeln (diese Bewegung stimuliert die Akupunkturpunkte, deren Anregung für die erholsame Wirkung des Spazierganges wesentlich ist), die Hüfte beginnt zu schwingen, ... Aber wir wollen hier nicht die gesamte medizinische Beschreibung leisten.

(3) Die Orthopädie wird überflüssig, da der Fuß sich kräftigt. Meine letzten und teuersten Einlagen habe ich damals unbenutzt weggeworfen.

(2) Mit Zehen und Ballen auftretend, stört der Kiesel

nicht. Der Fuß spürt wach den Weg und hilft, ihn ungefährdet zu gehen.

(1) Das Abrolldogma (von der aufgesetzten Ferse zu den Zehen abrollen) ist moderner Schwachsinn, wissenschaftlich-ökonomisch genutzt. Sie zweifeln? Schauen wir auf die Sprache. Das Thema ist heute ja meist der Verlust von Welt durch Verlust von Sprache. (z.B. B. Sanders, vgl. *Erziehungskunst* 2/96). Mein Beweis hier folgt umgekehrt dem Verlust von Sprache durch Verlust von Welt. Den beschriebenen natürlichen Gang können wir gerade noch nachfühlen im Wort Schreiten, das eben im Untergang begriffen ist, weil halt niemand mehr schreitet. Schreiten kann man nicht über die Ferse. Das Stakkato des Hacken paßt nicht zur fließenden Würde des Schreitens. Und in der Tat: Hetzen kann man mit dem richtigen Gang auch nicht. Da muß man sich beizeiten zum Laufen entschließen.

Daß der Fuß ein federndes Gewölbe ist, kommt erst dann in den Blick, wenn man ihn ganz wahrnimmt, nicht nur sein Knochengerüst. {Übrigens ein hervorragendes Beispiel für eine allgemeine Wahrheit: Daß etwas falsch ist (nicht abrollen), läßt sich schon mit engen Details (Skelett) nachweisen, einen weiterführenden Impuls (federnd auftreten) indessen, gewinnt man nur aus ganzheitlichen Betrachtungen (federndes Fussgewölbe).}

Schauen Sie Bilder an, etwa Darstellungen der Naturvölker; da springt die Würde des natürlichen Ganges ins Auge wie auch die geradezu musikalische Harmonie der Bewegung. Die Elastizität des Fussgewölbes zu nutzen, führt zu elastischem Gang, dessen Folge, eine aufrechte, stolze aber nicht hochnäsige Haltung, etwa das Tragen des Korbes auf dem Kopf ermöglicht. Näher als die Bilder von Naturvölkern: Schauen Sie den Fürstenzug am Dresdner Schloß an. Das Fußvolk geht, es schreitet.

Man könnte lange ausführen, welche Folgen auf (den ganzen) Körper und Seele der richtige Gang hat. *Probieren* Sie es! (Allerdings ist einige Übung nötig). Eine Beobachtung von mir. Im Waldlauf (immer schon über Zehen und Ballen) hielt ich früher ungern inne, da das erneute Starten soviel Kraft kostete. Jetzt, wo ich beim Gehen gelernt habe, daß das Laufen vom Kontakt des Vorderfußes mit dem Weg ausgeht, zieht es mich, nach dem Weg zu greifen, wenn es weitergehen soll, und da ist statt der Plage der ersten Schritte die Lust der wiederaufgenommenen Bewegung.

Zum Hoffnungsschimmer zurück. Könnte das Herstellen der Schuhe nicht als Ermöglichung von Bildung in einem ihrer tiefen Aspekte angeboten werden, als Möglichkeit der Befreiung der Jugendlichen aus der heutigen Fessel, daß der Mensch zum Anhängsel seiner eigenen Produkte wurde? Unser krankmachender «Gang», von falschem Schuhwerk erzwungen, könnte er nicht thematisiert und die Alternative erlebt werden? (Seidel empfiehlt, im Dunkel auf unbefestigten Wegen barfuß zu gehen.) Könnten die Schüler nicht danach Schuhe herstellen, die den natürlichen Gang weitgehend gestatten, statt ihn zu zerstören?

Und zugleich könnten die Schüler hier die Fragwürdigkeit kurzatmiger Alternativen erleben. Die Schuhe der alternativen Szene sind noch stärker aufs Abrollen fixiert

als die übliche Konsumauswahl. (Trotzdem läßt sich in ihnen durch den Wegfall des Absatzes oft eher gehen.)

In der Umweltdiskussion ist es längst kein Geheimnis mehr: Gesundung (von Mensch, Gesellschaft und Umwelt) ist allererst ein ästhetisches Problem, ein Problem des Empfindens, des Spürens, der sinnlichen Wahrnehmung der Welt. Wenn wir in der Welt *leben* und sie nicht vernutzen wollen, dann müssen wir sie zunächst mit unseren Sinnen wahrnehmen. Dazu genügt es nicht, «mit beiden Beinen in der Welt zu stehen», sondern man muß sich auf den Weg machen, sie kennenzulernen. Und da ist schon der erste Schritt entscheidend: hackt man mit dem Hacken auf die Erde ein, oder tritt man fühlend mit ihr in Kontakt? Der Kontakt ist sogleich doppelt belebt. Indem man mit dem Fuß die Erde fühlt, fühlt man zugleich den Fuß – und darüber hinaus die ganze Bewegung des Körpers im Raum: Indem man die Welt fühlt, fühlt man zugleich sich selbst und seine Verbindung mit ihr. (Das Gehen bekommt einen meditativen Aspekt [Kühlewind].)

Dieser Schritt in die Welt ist ein Stück Wiedergewinnung des Paradieses im Sinne Simeon Pressels, der die zivilisatorische Zerstörung des «kindlichen Bewegungsparadieses» und die folgende «Erstarrung» als Ursache vieler Krankheiten thematisiert [Pressel S.30]. Der Schritt ist ein Aufbruch zur Gesundheit: «Ganzheitlicher bewußter Naturgang ist Medikation in der Bewegung.» [Seidel]

Nach einem Körper, Seele und Geist stimulierenden
Spaziergang, schreitend die Erde gefühlt,
«geht viel»,
denn alles wurde *Bewegung*; bis ins Fühlen
und Denken hinein.

Kühlewind, Georg: «Die Belehrung der Sinne», Stuttgart (Verlag Freies Geistesleben) 1990

Pressel, Simeon: «Bewegung ist Heilung», Stuttgart (Verlag Freies Geistesleben) 1984

Seidel, Rudolf: «Die Wachsamkeit des natürlichen Ganges», in: Besseres Leben Heft 3/1985

«Die Lory geht ganz richtig! Sie geht nämlich wie ein Seiltänzer oder wie ein Wilder im Urwald.»

(Rudolf Steiner in 'Die Entstehung und Entwicklung der Eurythmie, Dornach 1982, Seite 46)

Aus dem
"Länderbrief der Sektion für
Redende und Musizierende Kunst",
Nr. 28 / Januar 1988