Bedeutung der Sinnesgebiete Geruch und Geschmack für die Wahrnehmungsschulung

Jochen Bockemühl mit herzlicher Dankbarkeit zum 70. Geburtstag gewidmet

Torsten Arncken und Ulrike Ortin

In diesem Beitrag sollen Erkenntnismöglichkeiten herausgearbeitet werden, die mit den Sinnesgebieten Geruch und Geschmack verbunden sind.[1]

Stellenwert der Sinnesbereiche Geruch und Geschmack für die Heilmittelerkenntnis

Geruch und Geschmack zeigen laut *Rudolf Steiner* in der Pflanzenwelt im Sinne einer Signatur zweierlei an: Der jeweilige Ort, an dem Geruch und Geschmack in der Pflanze auftreten, weist auf eine Besonderheit in bezug auf die Organsysteme des Menschen hin, und die Qualität des jeweiligen Sinneseindrucks zeigt Zusammenhänge mit den Wesensgliedern des Menschen an. Beide Aspekte zusammen bilden für den anthroposophisch geschulten Arzt einen Schlüssel zum Erkennen der möglichen Heilwirkung. Einen Einstieg in diese Erkenntnisbemühungen bietet zunächst die Schulung der Geruchs- und Geschmacksempfindung, sowie die Intensivierung der darin liegenden Erkenntnismöglichkeiten.

Die Erinnerung an Gerüche und Geschmackserfahrungen

Bei der Geruchs- und Geschmackswahrnehmung ist die Begriffs- und Vorstellungsbildung schwieriger und ungewohnter als zum Beispiel bei der Sehwahrnehmung. Beim Riechen und Schmecken befindet man sich mehr auf der Seite der unmittelbaren Wahrnehmung, während man bei der Sehwahrnehmung näher am Begriff ist. So kann an Hand von Geruch und Geschmack bewußt die Wahrnehmung intensiviert und die dazu gehörenden Empfindungen gesteigert werden, bevor ein Begriff gebildet wird und die Empfindung in der Vorstellung erstarrt.

Dies bemerkt man auch beim Erinnern von Gerüchen und Geschmäckern. Wenn z.B. vom Bananengeruch gesprochen wird, dann geschieht im Bewußtsein vielleicht folgendes: Neben dem «Aha, Banane, kenne ich!», taucht meist für einen Augenblick ein «gelbes Etwas» und das Erleben einer «Krümmung» auf, verbunden mit der Erinnerung an Gliedmaßenerfahrungen des Schälens und an Tasterlebnisse vom Zerbeißen der besonderen Bananenstruktur. Wie aber riecht «Banane» genau? Es ist sehr schwer das Geruchserlebnis aktiv hervorzuholen. Diesem Umstand mißt *Rudolf Steiner* (1913) eine ganz besondere Bedeutung für den Übungsweg bei.[2]

Geruchserfahrungen

Für jede Sinneswahrnehmung gilt, daß die genaue Beschreibung nicht einfach ist. Durch ihre Flüchtigkeit und Dynamik sind Gerüche aber besonders schwierig zu erfassen.

Anhand folgender Situation soll dies verdeutlicht werden. Sie betreten einen Raum, in dem es duftet. Dies kann eine Küche sein, in der zum Beispiel Kaffee gekocht wurde. Der ganze Raum ist erfüllt mit dem warm-würzig-bitteren Aroma. Wenn Kräutertee gekocht wurde, duftet es vielleicht nach den schwer-süßen, etwas herben Kamillenblüten, oder es duftet frisch, prickelnd und scharf nach Pfefferminztee. Solch ein duftender Raum kann aber auch der süße «Raum» um einen blühenden Holunderbusch sein oder der sich fruchtig und aromatisch zeigende Raum in der Nähe blühender Rosen.

Eine ganze Folge von Erlebnissen stellt sich ein, wenn ich ein Gebiet betrete, in dem es duftet.[3] Was ich zuerst wahrnehme, ist eine Änderung der Situation: Ich werde von einem Wesen berührt, dies verändert meine seelische Lage. Ich atme bewußter durch die Nase und konzentriere mich auf das Sinnesfeld des Geruchs.

«Riecht es angenehm oder unangenehm?». Die Ebene der Antipathie und Sympathie kann die reine Wahrnehmung überdecken. Diese Schicht muß erkannt werden, um sie bewußt von der ursprünglichen Sinneswahrnehmung trennen zu können.

Düfte können sehr leicht Erinnerungen auslösen, und man steht in der Erinnerungsvorstellung unmittelbar wie in einem Raum darin. Der Duft zwingt, das Innere der Erinnerungssituation anzugleichen. Die Geruchswahrnehmung wird von Erinnerungsbildern überlagert («Es riecht wie damals in ...»). Die Erinnerung nimmt uns einen Moment gefangen. Um uns davon zu befreien, müssen wir wieder neu hinriechen: «Wie riecht es genau, heute, jetzt im Moment?».

Nach den Bildern strömt vielleicht der Begriff ein: Es duftet nach «Kaffee» oder nach «Rosen». Auch das lenkt von der unmittelbaren Wahrnehmung ab. Das Erreichen der Begriffe ist oftmals der Endpunkt der Bemühungen, doch scheint die Sehnsucht, einen zur Wahrnehmung passenden Begriff finden zu wollen, für die Düfte nicht vorrangig zuzutreffen. Vielmehr erwecken die Düfte nicht den Drang, sie weiter begrifflich zu erforschen.

Die reine Geruchswahrnehmung

Das eigentliche Geruchserlebnis ist die Geruchswahrnehmung. Diese ist wie jede reine Wahrnehmung als Ganzheit zunächst unaussprechlich. Das eigentliche, ursprüngliche Erlebnis führt innerhalb der Sinneswahrnehmung in ein Gebiet das vorstellungsfrei ist. Die dort möglichen Wahrnehmungen sind komplexer als gegenständliche Vorstellungen, und es ist in Bezug auf eine Erweiterung der Selbsterkenntnis interessant, sie zu untersuchen.

Die Geruchswahrnehmung führt, von der Qualität her, näher an die reine Wahrnehmung heran als die Sehwahrnehmung. Sie ist ein inneres unsichtbares «Bild», das etwas Spezifisches ausdrückt (z.B. das Erdbeeraroma). Dieses Bild ist in sich abgerundet und hat einen ganzheitlichen Charakter entsprechend dem eines Klanges oder einer Skulptur.

Wir können das Erlebnis nach draußen in die Außenwelt (auf die Rose) projizieren, erleben es aber in unserer Innenwelt. Da es aber mit etwas in der äußeren Sinneswelt verknüpft ist, steigt es nicht wie eine Sehnsucht von innen auf, sondern von