



War es früher die äußere Kraft, die Autorität und Dominanz verlieh, ist es heute die innere Kraft der Erziehenden – ein Geschenk an die Kinder, damit diese ihre Freiheit erobern können.

Der Olivenbaum

Andalusien, Februar 2026. Nils, der sechste Sturm dieses Jahres, überquert die Sierra Nevada und trifft mit voller Wucht auf die Südhänge. Alle Lebewesen suchen Unterschlupf. Freistehende Bäume beugen sich unter den peitschenden Orkanwinden und ächzen. Ich beobachte ehrfürchtig den einsamen alten Olivenbaum am Rand der Terrasse. Er scheint unerschütterlich, während sich seine ausladenden Äste im Wind wiegen. Der tobende Sturm spiegelt sich in der unruhigen Dynamik tausender Blätter wider, die sich dieser Kraft einfach hingeben. Ihre Reaktion und ihr Überlebensmittel ist es, zum Rhythmus und Tempo dieser äußeren Kraft zu tanzen. Während ich das beobachte, wird mir klar, dass Stärke nicht nur in der Aufrichtung des Stammes zu finden ist, der tief mit seinen Wurzeln in der Erde verankert ist. Sie liegt auch in der Flexibilität der Äste, die sich im Einklang mit den äußeren Kräften bewegen. Stärke ist sogar in der hingebungsvollen Geste der kleinen Blätter zu finden, die scheinbarwehrlös in Kontakt mit der Dynamik stehen, die sie umgibt, und dennoch nicht loslassen.

Wo die Kraft entspringt

Wenn wir die Stärke am Anfang des Lebens suchen, finden wir sie in der Fähigkeit, mit Übergängen und Veränderungen umzugehen. Im täglichen Aufwachen, der Ankunft in unserer frühen Kindheit oder der Fähigkeit, das Unerwartete willkommen zu heißen: alles Ausdruck von Stärke. Jedes Kind kommt mit einer individuellen Geste auf diese Welt; einige kündigen ihre Ankunft mit imaginären Pauken und Trompeten an, während andere an der Schwelle verweilen und mit sensiblen Antennen die Umgebung absuchen. Wir neigen dazu, Stärke denjenigen zuzusprechen, die ihre Anwesenheit lautstark kundtun, aber können wir sie auch bei denen erkennen, die sich zurückhalten und beobachten? In beiden gegensätzlichen Gesten findet sich eine Manifestation der Ich-Präsenz, und wenn sie innerhalb gesunder Grenzen bleibt, fördert sie die innere Stärke. Rudolf Steiners Erkenntnisse über Konstitution, Temperament sowie Seelen- und Planetentypologie helfen, die individuellen Eigenschaften, die ein Mensch in diese Welt mitbringt, zu verstehen. Aus dieser Perspektive ist die Stärke unser Vermögen, innerlich zu wachsen. Potenzial für inneres Wachstum.

Forschungen zum Aufbau eines ‚guten Charakters‘ weisen auf typische Merkmale, angeborene Stärken hin, auf denen die Erziehung aufbauen sollte, um andere, weniger entwickelte Eigenschaften zu fördern. ¹ Hier sind die erwachsenen Bezugspersonen am wichtigsten, dafür

ein fruchtbares Feld zu schaffen. Wenn das sich entwickelnde Selbst des kleinen Kindes eingeladen und unterstützt wird, in der ihm angeborenen Körperlichkeit Wurzeln zu schlagen, werden individuelle Eigenschaften zu einem Potenzial für Wachstum, unabhängig davon, wie sie sich manifestieren. Ohne die Schönheit ihrer ursprünglichen Natur zu brechen oder zu beurteilen, sollten extrovertierte Kinder dabei unterstützt werden, ihre ungezähmten Kräfte zu kontrollieren. Introvertierte Kinder sollten mit kreativer Geduld ermutigt werden, anderen zu vertrauen und sich zu zeigen, ohne ihre zarten Seelen zu beschämen. Wo diese Unterstützung nicht gelingt, kann eine natürliche Neigung zum Verhaltensproblem oder zu einer Schwäche werden, anstatt sich als Stärke zu entfalten.

Innere Stärke entwickeln

Keine Aufgabe für schwache Nerven! Vor allem für diejenigen, die sich in Krisenzeiten und an Orten befinden, die ausweglos erscheinen, erfordert es innere Stärke und eine tief verwurzelte Widerstandsfähigkeit, jeden Tag aufzustehen und einen Hafen der Sicherheit und menschlichen Wärme für die heranwachsenden Menschen zu schaffen. Rudolf Steiner gab unter anderem das folgende Mantra, um unsere Lebenskräfte zu stärken.²

Ich trage Ruhe in mir,
Ich trage in mir selbst
Die Kräfte, die mich stärken.
Ich will mich erfüllen
Mit dieser Kräfte Wärme,
Ich will mich durchdringen
Mit meines Willens Macht.
Und fühlen will ich
Wie Ruhe sich ergießt
Durch all mein Sein,
Wenn ich mich stärke,
Die Ruhe als Kraft
In mir zu finden
Durch meines Strebens Macht.

Ich denke, dass diese «Ruhe als Kraft in mir» hilft, in Zeiten des Zweifels oder der Krise aufrecht zu bleiben. Wie der Olivenbaum zu stehen, unerschütterlich im Sturm und gleichzeitig nahe allem, was geschieht. So wie Erziehende die Verantwortung haben, ein unterstützendes und förderndes Umfeld für kleine Kinder zu schaffen, um die Entwicklung ihres Inneren zu fördern, sind wir als Erwachsene dafür verantwortlich, in uns selbst ein Seelenumfeld zu schaffen, das unser höheres Selbst und unser inneres Wachstum unterstützt. Dieser innere Motor der Erziehenden ist ein lebendiges Beispiel dafür, den Kindern ein Leuchtf Feuer zu sein, das in schwierigen Zeiten den Weg weist.

Körperliche und geistige Gesundheit

Es überrascht nicht, dass die Pflege von körperlicher und geistiger Gesundheit der erste Schritt auf dem Weg einer inneren Schulung ist.³ Wir sind mit unterschiedlichen Gesundheitszuständen gesegnet und herausgefordert. Mit ihnen müssen wir umgehen. Zugleich können wir dafür sorgen, dass sich unsere Lage verbessert, mag es auch nur in kleinen Schritten geschehen. Das Bild des Körpers als Tempel der Seele unterstreicht diese geistig-physische Einheit. Ohne körperliche Vitalität sind unsere Handlungen gelähmt, unsere Gefühle betäubt und unser Denken getrübt.

Ohne geistige oder seelische Gesundheit fehlt uns das innere Gleichgewicht, um den Anforderungen des Lebens gelassen zu begegnen. Zu den Krisen unserer Zeit kommen die digitalen Technologien hinzu. Auch sie belasten die körperliche und geistige Gesundheit. Wenn wir die innere Stärke entwickeln wollen, die wir für unsere Aufgabe als Erziehende benötigen,

sollten wir zu bewussten und klugen Nutzern dieser modernen Technologien werden und schädliche Auswirkungen durch gesundheitsfördernde Aktivitäten ausgleichen. Die Zeit, die wir mit kleinen Kindern in der Natur und bei sinnvollen häuslichen und künstlerischen Aktivitäten verbringen, bietet zahlreiche Gelegenheiten, unsere Präsenz im realen Raum, in der realen Zeit zu stärken und Gesundheit zu bringen.

Vernetzung

Als Menschen tragen wir Ideale in unseren Herzen: das perfekte Kind, die stets unterstützenden Eltern, den engagierten Kollegen, die verständnisvolle Vorgesetzte, den geduldigen, liebevollen Partner. Das Leben konfrontiert uns jedoch mit der Realität, und wenn wir Reibungen, Konflikte oder Enttäuschungen erleben, ist die erste Reaktion oft, mit dem Finger auf den oder die andere zu zeigen. Wenn wir lernen zu verstehen, wie sehr wir mit «dem anderen» verbunden sind, verändert sich unsere Perspektive und wir richten unseren Blick nach innen. Wir versuchen nicht mehr, den anderen zu korrigieren, sondern fragen uns: Was kann ich an meinem Denken, Fühlen oder Handeln ändern, damit sich die Herausforderung, die ich mit dem Kind erlebe, auflöst? Oder: Wie kann ich meine Einstellung ändern, damit die Irritation, die ich gegenüber den Eltern oder Kollegen empfinde, verschwindet? Solche Überlegungen erweitern unsere Seelenlandschaft und helfen dabei, uns von wertenden und uns selbst herabsetzenden Denkweisen zu befreien. Wenn es uns gelingt, unsere innere Wirklichkeit zu verändern, wächst ein Gefühl der Gelassenheit und Ruhe in unserer Seele. Diese innere Stärke hilft, im Dialog zu bleiben und unsere Kommunikationsfähigkeit zu steigern. Sie stärkt auch das soziale Gefüge gesunder Gemeinschaften, nach denen Eltern und Kinder heute suchen.

Was niemand sieht und dennoch zählt

Wir unterschätzen die Kraft der Gedanken und Gefühle! Um zu begreifen, dass ein hasserfüllter Gedanke genauso real und wirkungsvoll ist wie ein physischer Schlag, braucht es Zeit und Erfahrung. Wir alle haben schon vermeintlich freundliche Begegnungen erlebt, bei denen wir eine Unterströmung von Feindseligkeit oder das Gefühl verspürt haben, beurteilt zu werden. Solche Erfahrungen lehren uns, dass die Gedanken und Gefühle anderer lebendige Realitäten sind, die eine unmittelbare Wirkung auf die Seele haben, und dass wir darauf achten sollten, wie wir selbst über andere denken und fühlen. Unabhängig davon, ob wir unsere Aufmerksamkeit auf unsere kleinen Gemeinschaften oder auf weltweite Ereignisse richten, ist es wichtig, was wir denken und fühlen, und es wird deren Fortschritt beeinflussen.

Was Behörden fordern, was die Gesellschaft als Erfolg erwartet, das steht oft nicht im Einklang mit dem, was in unseren Herzen als unsere Pflicht gegenüber den Kindern lebt. Die Pioniere, auf deren Schultern wir stehen, sahen sich oft wie Ritter in heiliger Mission, die Kindheit zu schützen und für das einzustehen, was sie als "innere Wahrheit" erkannten. Gleichzeitig rät uns Steiner, unserem Umfeld nichts aufzuzwingen, wofür es kein Verständnis besitzt. Es scheint, dass wir dies in der Stille unseres Herzens abzuwägen haben, um so wahrhaftig wie möglich zu handeln und dazu fähig zu sein, Kompromisse eingehen zu können. Das Verständnis, dass das wahre Wesen des Menschen im Innenleben zu finden ist, verändert das pädagogische Paradigma vollständig und ist auch heute noch für die Mainstream-Pädagogik fremd. Aber auch Steiner- und Waldorfpädagogen und -pädagoginnen sind von diesem "Erfolgsdruck" betroffen, der beste Lehrer, die beliebteste Lehrerin sein zu wollen. Selbst wenn wir davon verschont bleiben, akademischen Erfolg anstreben zu müssen, gibt es oft einen stillen Wettbewerb um die Klasse mit den schönsten Zeichnungen, den schönsten Laternen. Es erfordert Kraft und Mut, diesen Versuchungen zu widerstehen und Aktivitäten Vorrang zu geben, die zwar notwendig sind, aber keine äußeren Ergebnisse hervorbringen, die von anderen gemessen werden können, wie beispielsweise mehr Zeit zum Spielen oder Spaziergänge in der Natur.

Standhaftigkeit

Gegen den Strom zu schwimmen und sich gegen Widrigkeiten durchzusetzen, erfordert Kraft und Standhaftigkeit. Genauso wie Gedanken und Gefühle Realitäten sind, ist auch eine



Entscheidung eine lebendige Kraft. Anstatt auf das erfolgreiche Ergebnis zu warten, wird Kraft durch die «Liebe zum Handeln» selbst aufgebaut. Es ist wie beim Aufbau von Muskeln durch Wiederholungen und Übungen. Nachdem wir einen Entschluss gefasst haben, vergessen wir ihn oft im Laufe des Tages. Hier sind Momente der Reflexion und eine Rückschau auf den Tag als Erinnerung hilfreich. Standhaftigkeit als Stärke der Seele ist eine Willenskraft, die selbstlos der Welt sich gibt. Ein solches Opfer findet sich in allen, die Tag für Tag mit liebevoller Hingabe ein gesundes Umfeld für die Kinder schaffen, die ihnen anvertraut sind. Es erfordert und baut Stärke auf, das Gute und Sinnvolle in der endlosen, sich wiederholenden Hausarbeit zu finden, die notwendig ist und von der Umgebung kaum wahrgenommen wird.

Dankbarkeit und Harmonie

Steiner nennt Dankbarkeit für das Leben als «allumfassende Liebe» und sagt, dass "wir nur verstehen können, was wir lieben». Aber welche Art von Liebe ist hier gemeint? Eine "allumfassende Liebe", die aus Dankbarkeit wächst, ist ein Bild von Größe und Erhabenheit wie die Flügel eines Engels, die alles zusammenhalten, bis es wieder ganz ist – wie ein himmlischer Klang, der sich aus dem Einklang von menschlichem Lachen und Seufzen zusammensetzt. Wenn wir ein solches Gefühl der Dankbarkeit für unser Leben entwickeln – für die Segnungen und die Herausforderungen –, entwickeln wir in uns eine heilende Kraft, die der «moralischen Güte» ähnelt, aus der das kleine Kind geboren wird und die es hier auf der Erde zu finden sucht. Stärke als innere Ruhe entsteht, wenn wir dem Leben so begegnen, dass alle zuvor beschriebenen Seelenfähigkeiten in Harmonie und Einklang kommen. Die Stürme sind vorbei, und der Olivenbaum steht noch immer da und blickt über das Tal. Nur ein alter Ast ist abgebrochen. Die Blätter haben sich gelegt, und die letzten Oliven sind als Samen für die Zukunft über das Land verstreut worden. Das Land ist wieder in Frieden und wartet, dass das Leben erneut seine Schönheit entfaltet.

Clara Aerts ist Fachfrau für frühkindliche Bildung und hat im Auftrag der Internationalen Vereinigung für Steiner-Waldorf-Frühpädagogik an der Entwicklung des HERMMES-Ansatzes mitgewirkt. Ihre Fachgebiete sind die Gestaltung von Umgebungen für eine gesunde frühkindliche Entwicklung im digitalen Zeitalter, öffentlichen Vorträge sowie die Erwachsenenbildung unter Einsatz von befähigenden Lernprozessen.

Mit freundlicher Genehmigung der Autorin. Dieser Text wurde erstmals im Goetheanum-Newsletter veröffentlicht.

Fußnoten

¹Christopher Peterson, "Character Strengths: Research and Practice", in: Journal of College and Character 10, 2009.

²Rudolf Steiner, Mantrische Sprüche und Seelenübungen II. GA 268.

³Rudolf Steiner, Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten? GA 10, Dornach 1994.