

# Die vier Elemente

---

Das Konzept der vier Elemente geht zurück auf die alte griechische Medizin. Damals erklärte man sich die Entstehung der Welt aus den vier Elementen Erde, Wasser, Luft und Feuer. Heute finden sich diese Begriffe fast ausschließlich in der Charakterisierung der Aggregatzustände, dem Festen, dem Flüssigen, dem Gasförmigen und der Wärme. Die anthroposophische Menschenkunde sieht in den vier Elementen die Vermittler zwischen den nicht stofflichen Wesensgliedern Ich, Astralleib, Ätherleib und Physischem Leib. Jedes Wesensglied wirkt über ein bestimmtes Element im menschlichen Körper. Über die Elemente zeigt sich auch die Wesensverwandtschaft des Menschen mit den Naturreichen. Die konstitutionelle Dominanz eines Wesensgliedes führt zur Herausbildung eines spezifischen Temperamentes.

<b>Wesensglied</b>	<b>Ich</b>	<b>Astralleib</b>	<b>Ätherleib</b>	<b>Phys.Leib</b>
<b>Element</b>	Wärme	Luft	Wasser	Erde
<b>Naturreich</b>	Mensch	Tier	Pflanze	Mineralreich
<b>Temperament</b>	Choleriker	Sanguiniker	Phlegmatiker	Melancholiker

Den vier Elementen wird in der Anthroposophischen Pflege besondere Beachtung geschenkt, weil durch sie eine Wirkung auf die Wesensglieder des Menschen erzielt werden kann.

**Wärme**anwendungen wirken auf das Ich. Die Temperaturregulation durch Kleidung, Raumtemperatur oder Äußere Anwendungen dienen nicht ausschließlich dem subjektiven Wohlbehagen, sondern helfen der Ich-Organisation im Leib wirksam zu werden. Wärme hat eine körperliche eine seelische und eine geistige Seite. Seelisch tritt Wärme als Sympathie, Herzlichkeit, Begeisterung auf. Geistig erscheint Wärme im Interesse an Mensch und Welt.

Über das **Luft**element kann man auf die Seelenorganisation wirken. Neben der Anregung der Atmung durch Äußere Anwendungen wirken Druck und Sog als Charakteristika des Luftelementes auf den Astralleib. Dies geschieht urbildlich bei den Rhythmischen Einreibungen. Verdichtung und Lösung, Anspannung und Entspannung sind die Pole in denen der Astralleib im Organismus wirkt.

**Wasser** belebt! Wasser ist die Grundlage des Lebens, und über das Wasser kann der Lebensleib angeregt werden. Abwaschungen dienen deshalb nicht alleine der Reinigung, sondern im besonderen der Belebung und Erfrischung. In der Rhythmischen Einreibung orientieren sich fließende und strömende Bewegungsformen an der Qualität des Wassers.

Die **Erde** und die mineralische Welt vermitteln Form und Festigkeit. Äußere Anwendungen mit verschiedenen Heilerden oder mit Salzen helfen Struktur zu bilden, gerade bei auflösenden Erkrankungen oder bei Konstitutionstypen, die zur Formlosigkeit neigen.