

# **Vom Wesen der Allergien**

**Versuch einer Annäherung zu einem besseren  
medizinischen Verständnis der Allergien**



**von Jens Edrich**

## **Vorwort**

Die vorliegenden Ausführungen zum Wesen der Allergien sind aus einer intensiven persönlichen Auseinandersetzung mit der Problematik entstanden. Dabei sind sowohl eigene Erfahrungen als auch zahlreiche Erfahrungen an vom Autor dieser Arbeit ärztlich betreuten Patienten eingeflossen. Wertvolle Anregungen erhielt der Verfasser dieses Textes durch den Yogalehrer, Heilpraktiker und Autor einer Reihe verschiedener medizinischer Bücher Heinz Grill, mit dem ihn auch ein Arbeitszusammenhang verbindet. Bei den Darstellungen einzelner Heilpflanzen aber auch in Hinblick auf die phänomenologische Betrachtungsweise der naturwissenschaftlichen Phänomene ist der Autor überdies seinem Lehrer Prof. Dr. K. Diederich, der ihm in jahrelangen gemeinsamen Studien vielerlei Anregungen zum vertieften Erfassen der Heilpflanzen aber auch der Phänomene der menschlichen Physiologie gab, großen Dank schuldig. Im übrigen wäre der größte Teil dieser Arbeit ohne das umfangreiche medizinische Werk Rudolf Steiners, welches an vielen Stellen dieser Arbeit zum besseren Verständnis derselben herangezogen und zitiert wird, nicht denkbar, so dass auch diesem großer Dank gebührt. Nicht zuletzt sollte nicht unerwähnt bleiben, dass zahlreiche Erkenntnisse aus Anatomie und Physiologie in die Arbeit eingeflossen sind, die von daher eine wichtige phänomenologische Grundlage darstellen.

## Einleitung

Das Leben des Menschen in der Natur und das harmonische Zusammenleben mit ihr gehört zu den elementarsten Daseinsvoraussetzungen unseres Lebens. Seit Jahrtausenden hat der Mensch sich auf ein Zusammenleben mit der ihn umgebenden Welt der Mineralien, Pflanzen und Tiere eingerichtet und in seiner Körpergrundlage gesunde Reaktionsmuster im Umgang mit diesen Elementen entwickelt. Mit dem Voranschreiten der sogenannten „modernen Zivilisation“ kann man erstmalig ein Phänomen beobachten, welches zunächst als eine sich abzeichnende Disharmonie von Mensch und Natur interpretiert werden könnte. Indem der Mensch in den Kontakt zu der ihn umgebenden Natur tritt, weisen eine zunehmende Zahl von Betroffenen plötzlich eine Art sich als Entzündungsgeschehen manifestierende heftige Gegenwehr auf, die ihnen zugleich die Unbeschwertheit im Umgang mit dieser Natur zu nehmen droht. Die Reaktionen können sich auf vielerlei Art und Weise bemerkbar machen. Während der eine an brennenden, juckenden Augen leidet, fängt ein anderer immerfort zu Niesen an. Dem dritten läuft ohne Unterlass die Nase und dem vierten schnürt es gar in asthmatischen Zuständen bei der Atmung die Luft ein. Wieder andere Konstitutionen reagieren mit ausgeprägten, quaddelartigen Rötungen und starkem Juckreiz der Haut, und ein Teil leidet an hartnäckiger Hauttrockenheit mit Juckreiz und regelrechtem Wund-Sein der Haut. Im heftigsten Fall kommt es gar zu einem Zusammenspiel mehrerer der genannten Symptome, welche sich derartig hochschaukeln können, dass das Herz zu rasen beginnt, der Blutdruck einbricht und lebensbedrohliche Schockzustände mit einem vollständigen Kreislaufzusammenbruch die Konsequenz sein kann.

Auslöser für all jene beschriebenen mehr oder weniger heftigen Phänomene sind häufig Natursubstanzen, die bei einem gesunden Menschen keine oder nur minimale Reaktionsmuster auslösen würden wie: Die Pollen von Bäumen oder Gräsern, Die Haare oder Hautepithelien von Tieren, Sporen von Schimmelpilzen, Spuren von Milbenkot, welcher sich regelmäßig im häuslichen Staub finden lässt, oder aber Stiche von Insekten, allen voran der Biene oder der Wespe. Daneben können eine Vielzahl von Lebensmitteln wie Milchprodukte aber auch allerlei Früchte oder Nussarten und deutlich seltener Gemüse „allergische“ Phänomene im Bereich des Verdauungstraktes auslösen. Vom Jucken im Rachenbereich bis hin zu Bauchschmerzen, Erbrechen, Durchfällen oder auch den oben beschriebenen Schockzuständen ist auch hier das Spektrum der möglichen Reaktionen breit. Über jene typischen in der Natur vorkommenden Substanzen hinaus können sich bei einzelnen Menschen auf geradezu alle möglichen synthetisch geschaffenen Stoffe ähnliche Reaktionsmuster finden.

Wie können wir verstehen, dass ein Jahrtausende altes Zusammenwirken von Mensch und Natur innerhalb so kurzer Zeit durch eine derart heftige Gegenwehr des Menschen, die die Medizin zusammenfassend als allergische Erkrankungen beschreibt, erschüttert wird? Weshalb vertragen wir plötzlich Dinge nicht mehr, mit welchen wir während unseres gesamten Menschheitsentwicklungsprozess immer ein ungetrübtes Verhältnis haben konnten?

Die vorliegende Schrift stellt einen Versuch dar, die allergischen Erkrankungen vor dem Hintergrund unserer modernen Zeit besser zu verstehen, ihr Wesen herauszuarbeiten und Perspektiven zur Überwindung der allergischen Disposition zu erschließen. Dabei werden zunächst die naturwissenschaftlichen Phänomene beschrieben und mit der Frage, was sich in Ihnen zum Ausdruck bringen will, betrachtet. Weiterhin werden zur Erweiterung und Vertiefung des entstandenen Bildes, Anregungen und Gedanken der Anthroposophie Rudolf Steiners sowie des Heilpraktikers und Yoga Lehrers Heinz Grill, der sich einen vertieften, geistigen Blick auf die Allergieproblematik erarbeitet hat, hinzugezogen. Zuletzt bezieht sich der Autor der Schrift zu einem großen Teil auch auf eigene Erfahrung mit an Allergien erkrankten Patienten, die er während seiner eigenen hausärztlichen Tätigkeit behandelt hat.

## Die leibliche Phänomenologie der Allergie

Wie bereits in den einleitenden Worten geschildert handelt es sich bei allergischen Phänomenen um eine Art entzündlicher Abwehrreaktion gegen eine Reihe von an sich harmlosen Natursubstanzen. Das Grundmuster der Gegenwehr auf leiblicher Ebene äußert sich in einer Form des Entzündungsgeschehens, bei dem in aller Regeln die typischen Entzündungsphänomene von Rötung, Schwellung, Überwärmung, verstärkter Flüssigkeitsausscheidung, Juckreiz bis hin zum Schmerz auftreten. Beim sogenannten anaphylaktischen Schock, welcher eine seltene aber gefürchtete Folge von allergischen Reaktionen ist, kann das allergische Geschehen gar zu einem schnellem Puls (Tachykardie) und einem bedrohlich niedrigen Blutdruck bis hin zum vollständigen Kreislaufzusammenbruch führen.

Das klinische Bild der Allergie ist also durch eine Reihe von Schwellprozessen gekennzeichnet, welche sich trennend zwischen den Menschen und die ihn umgebende Welt schieben. Schließlich führt die Allergie dazu, dass eine ruhige nüchterne Aufnahme der Umgebung mit den Sinnen erheblich erschwert wird. Die Schwellung an Augen, Schleimhäuten, Bronchien oder auch Haut lässt anstelle der Außenwahrnehmung mehr die Wahrnehmung der eigenen Körperlichkeit treten. Auch erschweren die in aller Regeln begleitenden seelischen Vorgänge von Nervosität oder gar Angst aufgrund der Bedrohlichkeit des allergischen Geschehens, eine stille und wahrnehmende Weltzugewandtheit. Diese Abkapselung von der Welt führt in der Regeln zeitgleich jedoch auch zu einer Empfindung, nicht mehr ganz „bei sich“ zu sein.

Kennzeichnend für das allergische Geschehen ist des weiteren ein sogenannter „Circulus vitiosus“ (Teufelskreis) welcher ohne eine grundlegende Veränderung oft immer tiefer in das allergische Geschehen hineinführt. In der Akutsituation selbst können das Kratzen, Niesen, Nase-Schnäuzen oder auch die starke Angstfixierung auf die asthmatische Atmung zu einer immer stärker werdenden allergischen Situation führen. Im Laufe der sogenannten „Allergiker-Biografie“ beobachtet man indes häufig den sogenannten „Etagenwechsel“ der Allergie. Hierbei kommt es z.B. nach einem langjährigen einfachen Heuschnupfen plötzlich zu einem „Hinunterrutschen“ des allergischen Geschehens in die Bronchien mit der Konsequenz eines Asthma bronchiales.

## Ursachen der Allergie aus Sicht der naturwissenschaftlichen Medizin

Auf rein naturwissenschaftlicher Ebene lassen sich eine Reihe von Phänomenen beschreiben, welche für das Allergiegeschehen verantwortlich sind. Dabei steht an erster Stelle das bei Allergikern zu beobachtende Phänomen einer verminderten Schleimhautbarriere. Um dieses zu verstehen, soll hier zunächst das Prinzip der immunologischen Schleimhautbarriere erläutert werden.

Beim gesunden Menschen finden sich an den Schleimhautoberflächen eine Reihe von Barrierefunktionen, die ein Eindringen von Fremdstoffen in das Innere des Organismus verhindern können und eine erste Form der Fremdkörperwahrnehmung und Verarbeitung durch das Immunsystem dort ermöglichen. Neben der mechanischen Barrierefunktion, die an der äußeren Haut durch eine sichtbare Hornschicht besonders ausgeprägt ist, finden sich in der Haut eine Reihe natürlicher Feuchthaltefaktoren wie Harnstoff, Hyaluronsäuren, Aminosäuren und andere Substanzen, welche für einen Mindestwassergehalt der Haut sorgen. Wenn dieser zu niedrig ist, wird die Haut rissig, so dass Fremdstoffen leichter in die Haut eindringen können. Auch Talk und Schweiß tragen an der Haut zur Barrierefunktion bei, indem vor allem der Schweiß für ein anhaltend saures Milieu der Haut sorgt. Der sich daraus ergebende Säureschutzmantel verhindert das Wachstum von potentiell krankmachenden Keimen und erlaubt bestimmten Hautkeimen, die

ihrerseits wiederum krankmachende Erreger verdrängen, ein Auskommen. Weiterhin finden sich im Schweiß auch geringe Mengen an Lysozym, einem Stoff, welcher dazu in der Lage ist, die Zellwände von Bakterien zu zersetzen und die Wirksamkeit derselben einzudämmen.

Ähnliche erste immunologische Funktionen finden sich auch an allen Schleimhäuten des Menschen. So verfügt zum Beispiel der Magen über ein extrem saures Milieu, welches viele durch den Mund aufgenommene Bakterien unwirksam macht, die Atemwege zeigen neben der dichten Schleimschicht, welche eine gewisse Barrierefunktion gegen Fremdstoffe und Mikroorganismen ausübt, auch eine feine Schicht von sogenannten Flimmerhärtchen, die durch einen stetigen mundwärts gerichteten Zilienschlag (Anm.1) jeden eingeatmeten Fremdkörper im Laufe der Zeit wieder nach oben transportieren. Weiterhin finden sich am Darm ein dichter Rasen von physiologisch dort ansässigen Darmbakterien, welche anderen krankmachenden Erregern keinen Raum zum Wachstum geben. Sowohl in den Atemwegen als auch im Magen-Darm Trakt finden sich überdies sogenannte sekretorische Antikörper (Immunglobuline A, abgekürzt IgA). Diese können viele Fremdstoffe spezifisch binden und damit einem körpereigenen Abbauprozess zugänglich machen, der die Fremdstoffe unwirksam macht (Anm.2).

Zusammenfassen lässt sich zum Immunsystem der Körperoberflächen folgendes sagen: Durch die aus dem Zusammenspiel mehrerer Prinzipien bestehende Schutzhülle der Haut aber auch der Schleimhäute verhindern die nach außen wie nach innen liegenden Körperoberflächen des gesunden Menschen ein zu tiefes unkontrolliertes Eindringen von Fremdstoffen und Fremdorganismen. Dies tun sie, indem sie sich mit den Fremdstoffen aktiv so auseinandersetzen, dass diese teilweise sogar unwirksam oder unschädlich gemacht werden.

Sowohl die Hülle der Haut hat als auch die nach innen gelegenen Schleimhäute haben deshalb einen wahrnehmenden und schützenden Charakter und weisen zugleich auch eine erste Fähigkeit der aktiven Auseinandersetzung mit der Fremdwirksamkeit auf.

Der Allergiker zeichnet sich nun gegenüber dem Gesunden durch eine Störung dieser Barrierefunktionen der Körperoberflächen auf verschiedensten Ebenen aus. So sind Allergien einerseits häufig mit einem Mangel an IgA Antikörpern an den Oberflächen assoziiert. Andererseits weisen viele Menschen, die an Allergien leiden, eine zu trockene und rissige Haut mit einem gestörten Säureschutzmantel auf. Zugleich zeigt sich im Bereich des Darms oft eine zu starke Permeabilität (Durchlässigkeit) der Schleimhäute (Anm.3), so dass viele Fremdstoffe ohne vorangehende Wahrnehmung und Verarbeitung durch das Oberflächenimmunsystem gewissermaßen „unkritisch“ und „unbemerkt“ vom Organismus aufgenommen werden. Auch Lysozym, welches bei der Abtötung von Mikroorganismen an den Körperoberflächen eine gewisse Bedeutung hat, ist hier häufig vermindert.

Während also ein gesunder Mensch über eine gesunde Fähigkeit verfügt, Fremdstoffe bereits an seiner Körperoberfläche oder an den Schleimhäuten als fremd zu erkennen und durch eine adäquate Immunreaktion so zu verwandeln, dass von ihnen keine schädigende Wirkung auf den Organismus ausgehen kann, zeichnet sich die Schleimhaut und Haut vieler Allergiker insgesamt durch eine gesteigerte Durchlässigkeit aus. Hierdurch treten Fremdstoffe beim Allergiker rascher ungefiltert und unverarbeitet in das Körperinnere hinüber, wo sie den tiefer liegenden Zellen des Immunsystems begegnen. Der Allergiker ist demnach schon bevor es zur eigentlichen Allergie kommt in seiner Fähigkeit geschwächt, Fremdstoffe an seiner Körperoberfläche rechtzeitig immunologisch zu erkennen und sich damit auseinanderzusetzen.

Neben dieser verminderten Schleimhautbarrierefunktion des Allergikers sind aus Sicht der naturwissenschaftlichen Medizin die eigentlichen Auslöser des allergischen Geschehens für die sogenannte klassische Typ 1 Allergien auf zellphysiologischer Ebene gut beschreibbar. Die Typ 1 Allergien, die in der Folge überwiegend beschrieben werden sollen, machen den größten Teil der allergischen Erkrankungen aus. Sie sind verantwortlich für die allergische Rhinitis (Heuschnupfen oder Hausstaubschnupfen), das allergische Asthma, das allergische Larynxödem (Kehlkopfschwellung), das allergisch bedingte urtikarielle Ödem (Nesselsucht) sowie für einen Teil der Nahrungsmittelallergien mit Bauchschmerzen und Durchfällen. Deshalb sollen hier die zellulären Abläufe, welche sich im Zusammenhang einer Typ 1 Allergie im menschlichen Organismus abspielen, in groben Zügen geschildert werden:

Für das Zustandekommen einer Allergie benötigt es zwei Schritte, die in der Medizin als „Sensibilisierungsphase“ und „Effektorphase“ beschrieben werden. In der vorangehenden Sensibilisierungsphase kommt es zu einem ersten Kontakt mit demjenigen Stoff, der später auslösend für die Allergie verantwortlich ist (Allergen), ohne dass jedoch eine körperliche Reaktion wahrnehmbar wird. Während der Effektorphase findet die eigentliche allergische Reaktion im Rahmen des Zweitkontakte mit dem Allergen statt.

Welcher Ablauf lässt sich aber auf der zellulären Ebene des Körpers während dieser zwei Phasen beobachten?

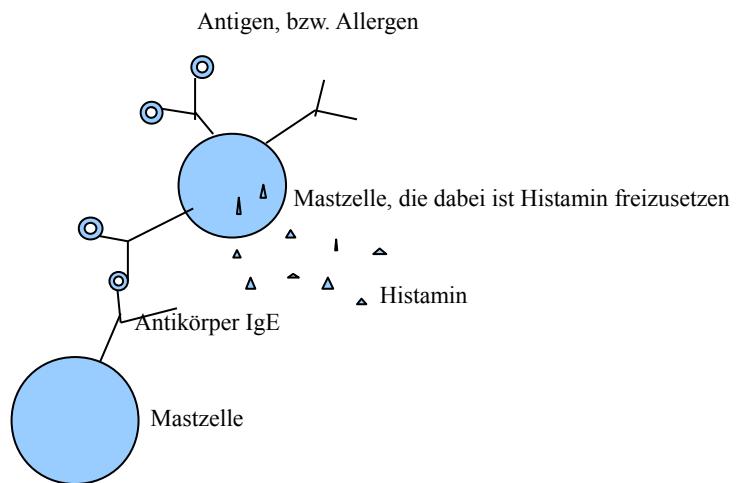
In der Sensibilisierungsphase kommt es zunächst im Rahmen einer Begegnung mit einer Fremdstoff zu einer beim Allergiker aufgrund der verminderten Schleimhautbarrierefunktionen erleichtert stattfindenden Aufnahme derselben im menschlichen Organismus. Die Pforten, über welche eine solche Aufnahme stattfinden kann, können alle Körperoberflächen und Schleimhäute des Menschen sein, sowohl die nach außen als auch die nach innen gewandten.

Nachdem die Allergene so also den Weg durch die Schleimhaut gefunden haben, ohne das eine ausreichende immunologische Verarbeitung stattgefunden hat, kommt es nun zu einer ersten Wahrnehmung derselben durch das tiefer liegende menschliche Immunsystem. Sogenannte zum zellulären Immunsystem gehörende „dendritische Zellen“ nehmen das Allergen über einen Vorgang, der als Phagozytose (Anm.4) bezeichnet wird, in ihr Zellinneres auf, wo sie es mit Hilfe von verschiedenen Stoffen aufspalten und in kleinere Bruchstücke zerlegen. Diese werden dann an bestimmten Stellen der Zelloberfläche, die man Rezeptoren nennt und eine Art „Präsentierteller“ darstellen, an die Zelloberfläche gebunden, so dass sie hierdurch für andere Zellen des Immunsystems wieder „sichtbar“ oder besser „schmeck- bzw. tastbar“ werden. Durch die Präsentation angelockt nehmen nun abwechselnd sogenannte CD 4 Helferzellen sowie B Zellen verschiedenster Prägungen (Anm.5) Kontakt mit dem präsentierten Allergen auf. Sobald sich die richtige CD 4 Helfer Zelle und B Zelle gefunden haben, welche in ihrer eigenen Prägung eine Übereinstimmung mit dem präsentierten Allergen, das hier in der Präsentationssituation als „Antigen“ bezeichnet wird, aufweist, kommt es zu einer massiven Zellvermehrung derselben. Die hierdurch angeregte B Zelle beginnt nun unter dem Einfluss der sie stimulierenden zugehörigen CD 4 Helferzelle ebenfalls zugehörige Antikörper zu bilden. Diese Antikörper stehen in einer spezifischen Beziehung zu dem anfangs wahrgenommenen Antigen, welches ja ein Teil des aufgenommenen Allergens darstellt. Sie können nämlich an zwei Ihrer Oberflächenenden an allen gleichartig aufgebauten Antigenen anbinden und diese fixieren. Da die Gestalt des Antikörpers vereinfachend dem eines „Y“ entspricht, kann jeder Antikörper nun an seinen beiden kurzen Ärmchen jeweils zwei Antigene binden und miteinander verkleben. An seinem langen Ende hat der Antikörper die Fähigkeit, sich gleichzeitig an bestimmten Zellen des Immunsystems zu verankern. Normalerweise werden durch eine Begegnung und Präsentation mit einem Antigen vom

Immunsystem eine Reihe verschiedener Antikörpergruppen gebildet, die auch verschiedene Funktionen im Organismus ausüben. Man unterscheidet sogenannte Immunglobuline G, M, A und E. Während die Immunglobuline (Ig) oder auch Antikörper IgG, IgM und IgA zum größten Teil in freier Form im Organismus vorliegen, zeichnen sich die IgE dadurch aus, dass sie an ihrem langen Arm zum überwiegenden Anteil eine Verbindung mit sogenannten Mastzellen des Immunsystems eingehen. Beim Allergiker werden aus bislang nicht geklärten Gründen ein erheblicher Anteil an IgE Antikörpern gebildet, welche eben jene hohe Bindungseigenschaft an die Mastzellen aufweisen. Kommt es also beim Allergiker zur ersten Begegnung mit einem Allergen, so führt diese Begegnung in letzter Konsequenz zu einer Bildung einer großen Zahl an Antikörpern aus der Gruppe IgE, die dann zum großen Teil mit ihrem langen Arm an den Mastzellen anbinden. Diese Komplexe aus Mastzellen und an sie gebundenen IgE Antikörpern bleiben über lange Zeiträume in Bereichen unterhalb der Haut und Schleimhäute bestehen und „warten“ geradezu auf einen möglichen Antigen- bzw. Allergenkontakt.

*Abb.*

*Zwei Mastzellen, die nach Antigenkontakt miteinander über das Antigen und die an ihnen haftenden IgE Antikörper kreuzvernetzt sind und dadurch Histamin ausschüttten.*



Erst beim zweiten Kontakt mit dem Allergen schließt sich die sogenannte Effektorphase an, bei der es, wie der Name schon sagt, erst zum eigentlichen allergischen „Effekt“ kommt. Erneut tritt das Allergen durch die zu durchlässige Schleimhautbarriere hindurch ohne zuvor vom Immunsystem ausreichend verarbeitet worden zu sein. Sobald es über die freien Enden der für das Allergen geschaffenen an die Mastzellen gebundenen Antikörper gebunden wird, und hierdurch – wie aus der Abbildung ersichtlich – auch eine Kreuzvernetzung von mehreren Mastzellen möglich wird, führt dieses in Sekunden- oder Minuten schnelle zu einer sich anschließenden Mastzelldegranulation. Dabei werden in der Mastzelle aufgespeicherte sogenannten Entzündungsmediatoren – also Stoffe, welche für die Vermittlung eines Entzündungsgeschehens

verantwortlich sind – plötzlich aus der Zelle freigesetzt und damit erst wirksam. Neben dem typischsten und bekanntesten Botenstoff „Histamin“ kommt es zu einer Freisetzung einer Vielzahl von anderen Botenstoffen und Entzündungsmediatoren, welche ähnliche Wirkungen entfalten: Gemeinsam sind diese Botenstoffen nun für das eigentliche allergische Geschehen verantwortlich, indem sie nämlich einerseits die Gefäßpermeabilität (Gefäßwanddurchlässigkeit) erhöhen und damit den Übertritt von Blutflüssigkeit in das umgebende Gewebe ermöglichen, andererseits aber auch die im Gewebe liegenden freien Nervenendigungen irritieren und damit den Juckreiz oder auch Schmerz vermitteln. In der Folge kommt es durch den Übertritt von Blutflüssigkeit in das Gewebe zu einer Schwellung, Überwärmung und Rötung desselben, welche die typischen Symptome wie rote Augen, geschwollene Nasen, angeschwollene Bronchien oder auch rote juckende Quaddeln auf der Haut erklären.

Fassen wir das allergische Geschehen auf der Grundlage der naturwissenschaftlichen Phänomene noch einmal zusammen und versuchen es als ein Abbild eines darin wirkenden Krankheitsgeschehens ernst zu nehmen, so ergibt sich folgendes Bild:

Zu Beginn des allergischen Geschehens steht ein Vorgang, bei dem Fremdstoffe vom Immunsystem nicht ausreichend wahrgenommen und integriert werden. Während beim gesunden Menschen bereits an der Körperoberfläche erste immunologische Vorgänge in ausreichendem Maße stattfinden, so dass eine „unkritische“ Aufnahme des Fremdstoffes hierdurch verunmöglich wird, zeichnet sich der Allergiker durch eine zu hohe Schleimhautpermeabilität und zu geringe immunologische Aktivität an seinen Körperoberflächen aus. Fremdstoffe und Fremdwirksamkeiten werden also bereits in diesem ersten Schritt nicht ausreichend vom Immunsystem wahrgenommen, so dass auch keine konstruktive und „wache“ Auseinandersetzung mit dieser Fremdwirksamkeit mit Hilfe des Immunsystems vorgenommen werden kann. Hierdurch kann sich der Fremdstoff, welcher ab diesem Moment als „Allergen“ bezeichnet werden soll, in „illegitmer“ Weise zu starken Zutritt zum Innersten des Menschen verschaffen.

Im nächsten Schritt findet nun beim Allergiker eine einseitige und übermäßige Stimulation der sogenannten IgE Antikörperbildung statt. Um das Charakteristische der IgE vermittelten beim Allergiker stark dominierenden Immunreaktion verstehen zu können, scheint es zunächst notwendig die normale Antikörperbildung beim Gesunden zum Vergleich daneben zu stellen:

Kommt es bei einem gesunden Menschen zu einem Eindringen einer Fremdsubstanz durch die Haut- oder Schleimhautbarriere, so wird auch diese wie beim Allergiker durch die „dendritischen Zellen“ zunächst aufgenommen, präsentiert und führt in der Folge zu einer Aktivierung von B- und CD4 Helferzellen wie oben beschrieben. Im Gegensatz zum Allergiker steht bei diesem Vorgang der immunologischen Stimulierung nun jedoch die Umwandlung solcher B Zellen in Plasmazellen im Vordergrund, welche nun zu einem überwiegenden Anteil IgA, IgM und IgG Antikörper bilden. Für das Vorliegen einer Allergie ist es demnach geradezu ein diagnostisches Kriterium, ob die Menge der im Körper vorliegenden IgE Antikörper gegenüber dem gesunden Zustand unverhältnismäßig erhöht ist. Während IgE Antikörper zu einem großen Teil eine unmittelbare Bindung mit den unter der Schleimhaut des Menschen liegenden Mastzellen eingehen, bleiben die übrigen Antikörper zum größten Teil in freier Form im Blut. Kommt es zu einem erneuten Kontakt mit dem gleichen Fremdstoff, so können diese Antikörper dieses an ihren kurzen Enden zu einem größeren Komplex binden. Dieser wird im Verlauf von anderen Zellen des Immunsystems abgebaut und in seine Grundbestandteile unwirksam gemacht. Die freien Antikörper liegen beim Nichtallergiker im Blut nur eine kurze Zeit lang in großen Mengen vor. Dabei sind es die IgM Antikörper, welche in der Regel nach einem Antigenkontakt am schnellsten gebildet werden und auch am schnellsten (oft nach einigen Wochen oder spätestens Monaten) wieder abgebaut werden. IgG Antikörper können in

geringen Mengen Jahre lang persistieren. Für den Fall des Eindringens einer größeren Menge Fremdstoffe wie zum Beispiel einer Virus- oder Bakterienbesiedelung des Menschen genügt diese vorgebildete Menge an IgG Antikörpern jedoch nicht. Deshalb bleiben die ursprünglichen Plasmazellen, welche im Zuge des Erstkontaktes den zugehörigen Antikörper gebildet hatten, lebenslänglich im Organismus als sogenannten Gedächtniszellen bestehen. Im Falle des Zweitkontaktes werden sie rasch durch erneute Präsentation des eingedrungenen Antigens z.B. über die oben erwähnten dendritischen Zellen zu einer raschen Vermehrung angeregt und bilden in kurzer Zeit große Mengen an aktiven zu dem Antigen zugehörigen Antikörpern. Über diese kann dann der Virus oder auch das Bakterium in großen Mengen an seiner Oberfläche „verklebt“ und im Anschluss von verschiedenen „Fresszellen“ aufgenommen und abgebaut werden.

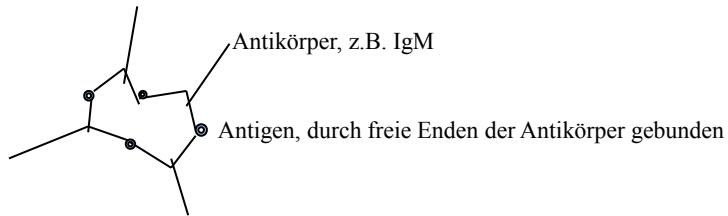


Abb. Antigen-Antikörperkomplex, der von „Fresszellen“ aufgenommen und abgebaut werden kann.

Als Reaktion einer Begegnung mit jedwederem Fremdstoff in der Welt bildet sich im Organismus also eine Erinnerung an diese Begegnung aus, welche sich in Form der Plasmazellen geradezu körperlich manifestiert. Mit dieser Erinnerung ist nun auch die Fähigkeit des Organismus verbunden, beim erneuten Kontakt in einer Weise mit dem Fremden umzugehen, die den Organismus frei lässt. Im Gegensatz zum Allergiker führt diese gesunde Immunität beim Gesunden zu einer zunehmenden Freiheit im Umgang mit den Substanzen der Welt. Der Mensch hat nach einer Reihe von stattgehabten Antigenbegegnungen die Fähigkeit, jene als Erfahrung in seinen Organismus so zu integrieren, dass er sie beim erneuten Kontakt konstruktiv verarbeiten kann, ohne daran krank zu werden. Das Immunsystem stellt sich hier für den Menschen eigentlich als ein Integrationssystem dar, welches Erfahrungen macht und integriert kann und nicht als ein reines „Abwehrsystem“ (Anm.6) wie es von der rein naturwissenschaftlichen Betrachtungsweise meist bezeichnet wird. Ein Abwehrsystem würde eine Art Panzer oder Kapsel um den menschlichen Leib ziehen und alles, was fremd ist, direkt nach Außen abweisen. Das Immunsystem jedoch lässt das Fremde mehr oder weniger tief in sich hinein oder aber „betastet“ es zumindest an seinen Schleimhäuten und an der Haut sensibel. Aus dieser Wahrnehmung und ersten Auseinandersetzung mit dem Fremden wird dann – im Falle eines erneuten Kontaktes mit dem gleichen Fremdstoff – körperlich repräsentiert durch die Gedächtniszellen und zugehörigen Antikörper eine leibliche Erfahrung, welche den Menschen zu einem konstruktiveren, aktiveren und freierem Umgang mit der Welt befähigt.

Wie aber verhält sich der Allergiker? Bereits nach seinem ersten Kontakt mit dem Antigen unterscheidet er sich vom Gesunden. Zwar bildet auch er wie der Gesunde freie Antikörper und Plasmazellen und damit die Grundlage der leiblichen Erinnerung an die Begegnung, jedoch steht bei ihm - wie ja bereits ausgeführt - die Bildung der IgE Antikörper im Vordergrund. Diese neigen dazu in eine sehr starke leibliche Bindung zu gehen, indem sie sich mit ihren langen Enden unmittelbar und zu einem großen Teil an die unter der Schleimhaut liegenden Mastzellen binden. Die Mastzellen wiederum tragen in ihrem Inneren eine Ladung gefährlicher Entzündungsmediatoren, welche das Potential zu einem massiven, entzündlichen Geschehen mit

sich bringen. An Mastzellen gebunden verfügen die IgE Antikörper also gerade nicht über die Fähigkeit der übrigen Antikörper, dem Körper für den Fall eines erneuten Antigenkontakte ein gesundes, konstruktives und integrierendes Vorgehen zu ermöglichen. Vielmehr sind sie die physiologische Grundlage für die überschießende Entzündungsreaktion in der Folge eines erneuten Antigenkontakte und machen das Antigen damit erst zum eigentlichen Allergen.

Über die physiologische Wirkung der Mastzellen, also deren Bedeutung für den gesunden Organismus, ist bislang noch nicht sehr viel bekannt. Fest steht jedoch, dass sie eine bedeutende Wirkung bei der Überwindung von bakteriellen Infektionen haben, wo das begleitende, heftige von den Mastzellen induzierte Entzündungsgeschehen ja seine Berechtigung hat, da die vermehrte Durchblutung und Überhitzung des entzündeten Areals eine Grundlage für eine ausreichend aktive Auseinandersetzung des Immunsystems mit dem Bakterium darstellt (Anm.7). Die Aktivierung beim Allergiker, welche durch den zu hohen IgE Antikörperspiegel im Organismus bedingt wird, erscheint aber in jedem Fall ein inadäquates, nicht konstruktives Geschehen darzustellen.

Zunächst ließ sich beim Allergiker zusammenfassend die mangelnde Fähigkeit einer konstruktiven Auseinandersetzung mit dem Fremden als eine Grundproblematik seiner Konstitution erkennen. Es war deutlich geworden, dass der allergische Patient dazu neigt, die Dinge der Außenwelt geradezu unkritisch ohne ausreichende Aktivierung seines Oberflächenimmunsystems in sich aufzunehmen.

Als zweites wird nun jedoch ein weitergehendes und tiefer liegendes Problem sichtbar, wenn wir das entstandene Bild der Mastzell-IgE Komplexbildung ernst nehmen. Im Gegensatz zum Gesunden ist der Allergiker nicht dazu in der Lage, nach einem Kontakt mit einer bestimmten Substanz der Außenwelt hieraus eine konstruktive und die Integrationsfähigkeit fördernde Erfahrung werden zu lassen. Vielmehr hinterlässt diese Erfahrung geradezu eine Art „innere Wunde, oder Narbe“, indem die IgE Antikörper als leibliches Abbild jener Erfahrung die unmittelbare Verbindung zu jenen „hochexplosiven“ dem Entzündlichen so nahe stehenden Mastzellen suchen und eine leibliche Bindung mit denselben eingehen. Es entsteht geradezu der Eindruck, dass sich die spezifische Erfahrung des Allergikers nicht als reines Bild sondern vielmehr als eine Art latent entzündlicher Prozess zu tief in seinen Leib hineinprägt und damit bei jeder Erinnerung an diese Grunderfahrung wieder zur akuten Entzündlichkeit aufflackern kann.

Was aber ist das Charakteristische der Entzündlichkeit? Bei jeder Entzündung liegen mehr oder weniger stark die Symptome der Überwärmung, Schwellung, Rötung, des Juckreizes oder gar Schmerzes vor. Gesellt sich zu einer lokalen Entzündung gar das Fieber hinzu, so ergreift die Überwärmung den ganzen Organismus. Im Fieber verliert der Mensch sein hellwaches Bewusstsein und fängt an, Fieberphantasien zu entwickeln, die Körperwahrnehmungen in verzerrter Weise wiedergeben. So kann z.B. der Fieberkranke eine Empfindung von einer riesenhaft geschwollenen Zunge haben. Oftmals entsteht im Bewusstsein des Fiebernden die angstauslösende Empfindung, von aus dem Körperinneren aufsteigenden Kräften und Dynamiken übermannt zu werden. Im fiebervollen Entzündungsgeschehen haben wir es mit einer ähnlichen, jedoch abgeschwächten Veränderung des Bewusstseins zu tun. Das entzündete und schmerzhafte Areal prädominiert unser Bewusstsein, so dass es schwer wird, diese auf andere Inhalte zu konzentrieren. Es ist, als wäre im Entzündungsgeschehen ein Teil der menschlichen Bewusstseinskräfte von tief aus der Leiblichkeit aufsteigenden Kräften überflutet und besetzt. Das Bewusstsein verliert damit in jedem Entzündungsgeschehen einen Teil seiner vom Leibe freien Unabhängigkeit. Der Dichter Wilhelm Busch, beschrieb jenes Phänomen von der „Leibbindung der Seele“ im Entzündungsgeschehen treffend und humoristisch in seiner poetischen Formulierung: „Mitunter sitzt die ganze Seele in eines Zahnes dunkler Höhle!“ (Anm.8).

Der Allergiker neigt also dazu, auf gewisse Begegnungen mit der Außenwelt mit einer Entzündlichkeit zu reagieren. Damit befindet sich ein Teil seiner Bewusstseinskräfte in der Begegnung mit dem durch das Allergen repräsentierte Außenwelt in einer stärkeren Bindung an tiefen unbewussten Leibesschichten als beim Gesunden.

Was aber ist die tiefere Ursache für diese zu stark leiblich wirkende Reaktionsweise des Allergikers auf eine an sich so harmlose, zum Teil nur im Nanogrammbereich vorliegende Fremdstoff, wie es zum Beispiel die Schuppe eines Katzenhaares darstellt? Hier scheint es so, dass die rein naturwissenschaftliche Betrachtung der Phänomene bislang keine Antwort auf die Frage nach der Ursache geben kann, da bislang nicht ausreichend geklärt ist, weshalb der Allergiker als Reaktion auf bestimmte harmlose Stoffe vermehrt IgE Antikörper ausbildet und damit im Gegensatz zum Gesunden die stärker leiblich gebundene Antikörperbildung wählt. Deutlich ist jedoch, dass das Allergen selbst allenfalls eine auslösende, niemals aber eine ursächliche Bedeutung für das Zustandekommen der Allergie haben kann, da mit zunehmendem Fortgang der Zivilisation scheinbar beinahe jeder Stoff wie zufällig zum Allergen werden kann. Bedenkt man diese Tatsache, so wird deutlich, dass die eigentliche Dynamik nicht vom Allergen selbst sondern von den im Körper durch IgE Antikörper aktivierten Mastzellen ausgeht und dass damit die eigentliche Ursache im Innern des Menschen selbst liegen muss und nicht im Allergen. Während das Allergen allenfalls eine Art innere Erinnerung oder Assoziation auslöst, liegt die Problematik der Allergie in der im Menschen innewohnenden „aktivierten Mastzellsituation“ die – wie beschrieben – eine Art stofflich überreagible Wunde oder Narbe im Anschluss an eine spezifische Grunderfahrung darstellt. Diese spezifische Grunderfahrung kann auch nicht alleine in der Begegnung mit dem Allergen gelegen haben, da der Mensch allein durch die Begegnung mit dem Antigen noch keine Sensibilisierung hätte ausbilden müssen. Vielmehr hätte er - physiologisch betrachtet - die Möglichkeit gehabt, eine normale Antikörper- und Gedächtniszellbildung in Gang zu bringen.

So stellt sich die anschließende Frage, weshalb der bloße Kontakt mit bestimmten Fremdstoffen, welche im Verlauf durch die Reaktion des Organismus erst zum Allergen werden, zu einer derart tiefen leibgebundenen Reaktion führt, statt zu einer freien plasmazellvermittelten Integration durch das Immunsystem.

Da sich das Allergen mehr als ein Objekt mit einem auslösenden, nicht aber verursachenden Charakter dargestellt hat, liegt es nahe, das Charakteristische der typischen Allergene einmal in Betracht zu nehmen, da davon ausgegangen werden kann, dass ein Auslöser zumindest in einer gewissen inhaltlichen Beziehung zum verursachenden Prinzip stehen wird und möglicherweise als ein Wirkendes agiert, welches eine begleitende, mit ihm assoziierte, größere Wirksamkeit gewissermaßen transportiert. Wo finden wir also in der Welt typische Allergene und was „transportieren“ sie?

## **Charakteristik des typischen Allergens** **Das Allergen als Transporteur von Astralkräften**

Auffällig ist bei der Betrachtung der typischen natürlichen Allergene, dass diese entweder aus dem Tierreich stammen oder aber von demjenigen Teil der Pflanzen, welche dem Tierreich, der Welt der Insekten nahe stehen. Häufig finden sich z.B. Allergien auf Tierhaare oder Tierhautepithelien, auf den Kot der Hausstaubmilbe, oder auf Insektenstiche. Ebenso häufig sind die Pollenallergien. Dabei ist der Pollen derjenige Teil der Pflanze, der sich unmittelbar an das Reich der Schmetterlinge, Bienen, Hummeln und anderer Insekten wendet. Im Pollen und in der Blüte entwickelt die Pflanze unmittelbar über das reine Wachstum hinausgehende, auch seelische Dimensionen berührende Qualitäten wie Farbe, Duft oder Süße und bekommt darin eine gewisse Ähnlichkeit zum Tier. Weiterhin typische Allergen sind auch Pilze, wie z.B. der in geschlossenen Räumen gehäuft auftretende Schimmelpilz. Auf der Ebene der Nahrung finden sich die meisten Allergien gegen tierische Produkte wie z.B. die Milch, das Ei oder den Käse. Weiterhin gibt es häufig Allergien gegen Nüsse, Früchte oder Getreidearten. Eine Allergie gegen Salat, Krautpflanzen oder andern Gemüsen, die nicht eine Frucht darstellen und von daher auch weniger Beziehung zu den seelischen Kräften aufweisen ist demgegenüber vergleichsweise selten. Was aber ist all jenen typischen Allergenen gemeinsam? Rudolf Steiner beschreibt, dass das Tierreich im Gegensatz zum reinen Pflanzenreich der Träger einer Empfindungssubstanz ist, mit der das Tier Empfindungen, Instinkte, Ängste und Triebe entfalten kann. Dieses Reich der Seelenkräfte oder Empfindungssubstanzen bezeichnet Rudolf Steiner als das Reich der Astralkräfte. Astralkräfte sind demnach überall dort in der Welt vorhanden oder wirksam, wo wir solche Seelenkräfte unmittelbar erleben. Zwar verfügt die Pflanze den Beschreibungen Rudolf Steiners zufolge über keinen Astralleib, jedoch berührt sie in ihrem Blüh-, Frucht- und Samenpol jenes Reich der dem Tiere, aber auch dem Menschen innenwohnenden Astralkräfte. Diese Beziehung zur Welt des Astralischen zeigt sie in der Hinwendung mit ihrem Blütenpol zum Reich der Insekten aber auch höheren Tiere. Sind es doch die Früchte, aus welchen viele höheren Tiere wie die Vögel oder auch Nagetiere ihre Nahrung beziehen. Auch die ebenfalls häufig als Allergen wirkenden Pilze zeigen eine starke Beziehung zum Astralischen, verfügen sie doch nicht einmal über eine eigene Photosynthese (Anm.9) sondern müssen sich wie die Tiere von der Synthesearbeit anderer Pflanzen ernähren, indem sie als Schmarotzer die verfaulenden Pflanzensubstanzen zu ihrer Nahrung machen.

All jene typischen Allergene zeigen also zusammenfassend eine auffällige Nähe zu diesen Astralkräften. Auch der Mensch verfügt wie das Tier über einen astralischen Leib. Dieser ist das Werkzeug, mit dem der Mensch erst Gefühle von Freud und Leid, Sympathie und Antipathie aber auch alle feinsinnigeren Empfindungen in seiner Seele wahrnehmen kann. Im Gegensatz zum Tiere, welches in seinem Astralleib von seinen naturgegebenen Instinkten geführt und eingebunden ist, zeigt der menschliche Astralleib jene natürliche Einbindung immer weniger, so dass die Astralkräfte ohne eine innere Führung in der Gefahr sind zu verrohen oder unkontrolliert den Menschen beherrschen zu wollen.

Alle Mittel der Erziehung aber auch der Kultur zielen darauf hin, jene Astralkräfte in einer Weise zu verwandeln und zu veredeln dass diese auch für feinsinnige, sensible Empfindungen zur Verfügung stehen und damit dem Menschen dienen statt ihn mit ihrer Eigendynamik zu besetzen. Beim Erwachsenen Menschen geht jene einordnende und kultivierende Tätigkeit von einer Instanz aus, über welche das Tier nicht in freier Weise verfügt. Diese Instanz nennt Rudolf Steiner in vielen seiner Werke das „Ich“. Das Ich ist jener innerste Wesenskern des Menschen, welches in tiefer, innerer Übereinstimmung mit den ihm innenwohnenden Lebenszielen, ordnend und impulsierend in das ganze Leben des Menschen hineinwirkt. Dem Ich ist es beim erwachsenen Menschen zu verdanken, dass die Astralkräfte, welche nicht mehr wie beim Tier von naturgegebenen Instinkten

geführt werden, durchlichtet, kultiviert und gewissermaßen gezähmt werden, so dass sie dem Menschen als ein Werkzeug für seine geistig-seelischen Ziele frei zur Verfügung stehen und diese nicht ständig dominieren. Während ein Tier, welches Hunger leidet, nicht anders kann, als zum Futter zu eilen, da es ihm seine Triebkräfte gebieten, steht es dem Menschen frei, selbst in extremen Situationen des Hungers aus der Führung seines Iches heraus bewusst zu verzichten, zum Beispiel um das Essen einem anderen zukommen zu lassen, der es nötiger braucht.

Im Anfang unseres christlichen Abendlandes zur Zeit der ersten mittelalterlichen Klostergründungen schien hänge noch ein tiefes gegeben zu haben. Findet romanischen Kirchen aus noch symbolische Darwelche auf wilden diese zu zähmen suchen macht den Anschein, als Wissen von der rohen sentiert durch den Löwen) welche durch Kultivierung verwandelt und gezähmt Ich ist also im Menschen und kultivierend auf die im Astralkräfte einwirken dem Hintergrund dessen zurück. Jenes zeigte sich Betrachtung in einer starken Verbindung zu jenem Reich des Astralen, welches die Heimat aller Empfindungen und Gefühle ist.



es über diese Zusammen-Wissen der Menschheit man doch an vielen dem 10. bis 12. Jh. n.C.stellungen von Menschen, Tierwesenheiten reiten, oder mit ihnen spielen. Es läge jenen Bildern das Astralwesenheit (reprä- im Menschen zugrunde, (Ritt auf dem Löwen) werden möchte. Das jene Instanz, die ordnend Menschen wohnenden möchte. Kehren wir vor nun wieder zum Allergen bei einer eingehenden

Das typische Allergen zeigt demnach neben seiner rein stofflichen Eigenschaft als Allergen immer auch eine starke Beziehung wirksamen Gefühlskräften Welt. Kommt es zu einer Menschen mit einem dieses zugleich auch die anhaftenden Gefühls- oder im Inneren des Menschen astrale Wirklichkeit stößt, ein Auslöser, welches in Astralen, eine in uns bereits unbewusst reaktiviert. dem Allergen und der damit wird in unserem eigenen Erinnerung an eine in uns welche tief unter der mert, angeregt. In der Regel aktivierten Seelendynamik



welches aus alten Vergangenheitsprägungen, aus erfahrenen Ängsten, erlebten seelischen Traumatisierungen oder leidvoll durchlebten Erfahrungen in unsere Leibestiefe hinein geprägt worden ist und dort seit langer Zeit als unbewusstes, leiblich gespeichertes Gedächtnis wirksam ist. Oft kann es sogar sein, dass die Wiederbegegnung mit dem auslösenden Allergen, an das die

dem Gefühlsgeschehen zugrundeliegende traumatisierende Grunderfahrung zeitlich gekoppelt war, über die im Leibesinneren als leibliche „Wunde oder Narbe“ vorhandenen Antikörper-Mastzellkomplexe vermittelt zu einer mit dem allergisch-entzündlichen Geschehen gekoppelten Reaktivierung jener Gefühlswirksamkeiten führt (Anm.10). Als Beispiel möge hier die Geschichte eines Kindes dienen, welches eine heftige Pflasterallergie nach einem Krankenhausaufenthalt entwickelte. Während des Krankhausaufenthaltes im zarten Alter von 8 Monaten musste das Kind aufgrund einer schweren Erkrankung eine Reihe von existentiell bedrohlicher Situationen und vor allem auch die damit verbundenen Ängste seiner Eltern erleben. Zeitgleich trat eine Allergisierung gegen die dort ständig notwendigen Pflasterverbände auf. Das Pflaster – in diesem Fall ein Allergen aus dem Bereich der synthetischen Stoffe – fungierte von da an als Erinnerungsträger für diese belastende Klinikzeit. Jeder erneute Kontakt mit ähnlich gearteten Pflastern später führte zu einer Reaktivierung der Wunde, so dass das unbewusste astralische Erleben der Erfahrungen im Krankenhaus durch jeden erneuten Pflasterkontakt wieder unbewusst aufleben.

Eine andere Patientengeschichte zeigt einen ähnlichen Vorgang für ein allergisches Asthma-Geschehen. Dabei handelt es sich um ein Mädchen im Grundschulalter, welches als Kleinkind eine subtil traumatisierende Trennung von der Mutter erfahren hatte, da diese mit dem Geschwisterkind im Krankenhaus stationär aufgenommen wurde, während sie zuhause zurückbleiben musste. Jahre später kam es zu einer Art Reaktivierung dieses Traumas, indem das Kind unbeabsichtigt hinter der sich verschließenden Türe eines abfahrenden Zuges eingesperrt war, während die Bezugsperson am Bahnsteig stand. Erst nach einer längeren, von großen Ängsten begleiteten Fahrt, in der das Kind ausschließlich von fremden Personen umgeben war, konnte es zuletzt wieder sicher seinen Eltern zugeführt werden. Wiederum einige Zeit später trat dann im Rahmen einer vorübergehenden Trennung von der Mutter, die diesmal mit einer starken Staubexposition einherging, ein erster Asthmaanfall auf. Auch bei der Entstehung weiterer Anfälle, die regelmäßig von Kontakt mit Hausstaub begleitet waren, spielten Motive der Angst, der inneren Verunsicherung und Überforderung eine wichtige Rolle. Dabei waren die auslösende Situationen und das Allergen selbst jeweils von eher untergeordneter Bedeutung, handelte es sich doch in allen Fällen um keineswegs wirklich für das Kind bedrohliche Begebenheiten. Vielmehr führten die auslösenden Erlebnisse, die mit Hausstaubexpositionen einhergingen, durch eine gewisse innere Ähnlichkeit mit den beiden primär traumatisierenden und von Verlustangst geprägten Situationen zu einer Art Reaktivierung der tiefssitzenden existentiellen Angst vor dem Alleine Sein und in der Konsequenz zum Asthmaanfall. Der Hausstaub selber diente allenfalls als Transporteur für die mit ihm verbundenen traumatisch überlagerten Empfindungsqualitäten.

Hier haben wir zwei Fallgeschichten, bei denen zu Beginn eines allergischen Geschehens eine Traumatisierung des Menschen gestanden hatte. Dies darf uns nicht dazu verleiten, den Schluss zu tun, dass eine Traumatisierung auch zugleich die eigentliche Ursache der Allergie sein muss, denn für das allergische Geschehen benötigt es neben einer in der Seele zugrundeliegenden, zunächst ruhenden emotionalen Dynamik oder auch Wunde auch die mit dem Allergen synchron von außen auf den Menschen einströmenden astralen, oder emotionalen Kräfte sowie die mangelnde Fähigkeit damit in freier und konstruktiver Weise umzugehen, sie also – immunologisch gesprochen – als Erfahrung zu einem Teil des eigenen Wesens zu integrieren. So gibt es durchaus Situationen, in denen ein Hausstauballergiker trotz vergleichsweise geringer Staubexposition eine heftige allergische Reaktion zeigt und andere Situationen, bei denen trotz erheblicher Staubexposition kaum eine allergische Reaktion zu verzeichnen war. Der erstere Fall lässt sich häufig dann beobachten, wenn der Allergiker durch Erschöpfungen, Ermattungen und mangelnde Präsenz einer mit seiner inneren Wunde in Beziehung stehenden emotionalisierten Situation, die mit der Hausstaubexposition einhergeht, geradezu hilflos ausgeliefert ist. Die letztere Situation dagegen wird dann eintreten können, wenn entweder keine emotional begleitende Situation mit der

Allergenexposition einhergeht, oder aber eine gute Fähigkeit und Kraft vorhanden ist, sich von jenen unbewussten Astralkräfte nicht übermannen zu lassen, sondern diesen eine Führung und Ordnung aus der Instanz des Iches zukommen zu lassen. Was dieses aber bedeutet, soll an späterer Stelle dieser Schrift ausführlich dargelegt werden. Auch die wichtige Frage, wodurch es zu der beschriebenen Empfänglichkeit des Menschen für aus der Umgebung auf ihn einströmende emotionale Konstellationen und Wirkungen kommt, soll zunächst zurückgestellt werden.

Bei der Betrachtung des pathophysiologischen Geschehens der Allergie war als eine Art erste Problematik deutlich geworden, dass der Allergiker viele Stoffe quasi ungefiltert über seine Schleimhäute in sich aufnimmt, ohne dass es schon dort zu einer adäquaten Immunantwort – also aktiven Auseinandersetzung mit dem Fremden – kommt. In zweiter Linie zeigte sich auf einer tieferen Leibesebene die Problematik einer zu stark leibgebundenen Auseinandersetzung mit der Fremdstoffsubstanz. Anstelle einer konstruktiven Integration der Fremdwirksamkeit durch Ausbildung von Plasmazellen bzw. IgM oder IgG Antikörpern, welche ein integriertes und gesundes Abbild der Begegnung mit dem Fremden im Organismus darstellen, entstehen IgE Antikörper, welche physiologischerseits nur im Krankheitsprozess der bakteriellen Infektion Bedeutung haben sollten, und vermitteln eine zu stark leiblich wirkende Reaktion mit dem Charakter der Entzündlichkeit.

Übersetzen wir diese zwei Problematiken auf die seelisch geistige Ebenen: So werden wir in überraschender Weise eine Analogie bemerken, die deutlich macht, dass es sich hierbei um zwei Seiten derselben Sache handelt: Denn auch auf der seelisch-geistigen Ebene zeichnet sich der Allergiker häufig durch eine mangelhafte Fähigkeit aus, sich mit den Eindrücken der Welt aktiv, wach und reflektierend so frei auseinanderzusetzen, dass sie ihn in seinem inneren Wesen frei lassen und nicht unbewusst manipulativ in ihm wirksam werden. So können allergische Reaktionen zum Beispiel häufig dann auftreten, wenn bestimmte emotional belastende Situationen nur halbwusst schwelend von der Seele verarbeitet werden ohne in ausreichendem Maße erkannt und aktiv umgestaltet zu werden. Auch die auf der Ebene der Pathophysiologie beschriebene tiefer liegende Problematik findet sich jedoch auf der seelischen Ebene wieder: Denn, während eine bewusst erkannte und umgestaltete emotional belastende Situation häufig zu einem freieren und situationsbezogenem Handeln führen kann, aus welchem neue Impulse entstehen können, reagiert der Mensch auf emotional lastende und schwelende Situationen, welche er unbewusst empfindet und nicht verwandelnd aktiv ergreift, häufig mit einer Form von Stress, Nervosität und Reizbarkeit bis hin zu überschießenden emotionalen Gegenimpulsen, die den Menschen letztendlich immer weiter in eine Abkapselung von der ihn umgebenden Welt hereinführen. So kann man sagen, dass wir es hier jeweils mit zwei Seiten der gleichen Phänomenologie zu tun haben, wenn wir auf die leiblich und die geistig-seelische Ebene der Allergie blicken. Auf der leiblichen Ebene finden wir eine mangelnde Fähigkeit des Leibes, sich Antigene und Fremdstoffe durch eine entsprechende immunologisch aktive Auseinandersetzung so anzueignen, dass diese nicht mehr als fremdartig oder attackierend erlebt werden müssen, sondern durch einen aktiven Impuls in das eigenen Wesen integriert werden. Auf der seelischen Ebene finden wir die Unfähigkeit, astrale oder emotionale Fremdwirksamkeiten als solche zu erkennen und durch aktives Handeln so umzugestalten, dass sie nicht das eigene Sein unbewusst besetzen. Auf der leiblichen Ebene finden wir des Weiteren eine Ebene tiefer die Problematik einer zu stark leibgebundenen und damit entzündlichen Auseinandersetzung mit Fremdwirksamkeiten, die unerkannt zu tief in den Organismus vorgedrungen sind, so dass aus dieser überschießenden Entzündlichkeit ein zunehmender Abkapselungsvorgang von der Außenwelt stattfindet, der letztlich bis in die Zerstörung des eigenen Seins führen kann. Auf der seelischen Ebene entspricht dem ein Zustand der überschießenden emotionalen Reizbarkeit, Impulsivität und Nervosität welcher aus einem irrlichternden Astralleib röhrt und ursächlich mit einer unkritisch und unverarbeitet aufgenommenen Fremdwirksamkeit zusammenhängt. Die Verarbeitung der Eindrücke geschieht hier nicht mehr bewusstseinsklar

sondern die Eindrücke werden in einer Weise zu tief in den Menschen aufgenommen, so dass sie aus den Leibestiefen aufsteigende Emotionalitäten lostreten können. Auch dieser seelische Zustand der emotionalen Gegenwehr kann im Extremfall zur völligen Abkapselung des Menschen von seiner Außenwelt und zu gefährlich überschießenden, emotionalen selbstzerstörerischen Ausbrüchen führen.

Deutlich wird auf jeden Fall zusammenfassend das Folgende: Vor dem Hintergrund des Erarbeiteten stellt ein Allergisches Geschehen die zu stark leiblich gebundene inadäquate Reaktionsweise des Menschen auf ein von außen auf ihn zukommendes Fremdes dar, welchem emotional-astralische Wirksamkeiten anhaften. Aus noch an späterer Stelle zu beleuchtenden Gründen, kann der Allergiker nicht in gesunder Weise die Eindrücke der Außenwelt, welche mit astralen Wirksamkeiten assoziiert sind, so verarbeiten, dass sie sich als Erfahrung in sein eigenes Sein integrieren lassen, und ihn damit frei lassen, sondern reagiert auf diese „entzündlich“. Das heißt, durch die nicht ausreichend verarbeitete Begegnung mit der Fremdastralität werden die im Betroffenen innewohnenden Astralkräfte zu einer Art ungeführten und ungeordneten Aktivität angestachelt und aufgeblätzt, die das entzündliche Schwellgeschehen zur Folge hat, welches sich damit immer mehr abschirmend zwischen den Menschen und die ihn umgebende Welt stellt. Das Bild des Menschen, welcher mit juckenden und tränenden verquollenen Augen, eingegengten Atemwegen, entzündlich aufgedunsener Haut und einem zunehmend rasenden, oberflächlichen Herzschlag im allergischen Geschehen wie in sich selbst eingesperrt ist und aufgrund der Trübung seiner Sinnesorgane letztlich nur noch sich selber und die in ihm waltende führungslose Astralität erleben kann, ist eindrücklich. Es macht deutlich, wie sehr wir es letztlich hier mit einem als Irrlicht herumvagabundierenden Astralleib des Menschen zu tun haben, der sich als Selbstläufer von der Welt abkapseln möchte und damit zugleich aber auch seine Anbindung an den physischen Leib des Menschen zu verlieren droht. Schließlich kann die teufelskreisähnliche Spirale des allergischen Geschehens ja unbehandelt bis zur vollständigen Herauslösung von Astralleib und Ich aus dem menschlichen Körper führen, was den Tod bedeutet (Anm.11).

So können wir einerseits die selbstzerstörerische Tendenz des Wesens der Allergie bemerken und verstehen. Zugleich jedoch entsteht angesichts der vehementen, sich aufblähenden Dynamik der Allergie auch eine Frage: Kann es sein, dass ein derartig vehementes, dynamisches und lebensbedrohliches Geschehen ohne tieferen Sinn vonstatten geht? Beschränkt sich das Verständnis der Allergie tatsächlich darauf, die Ursache des allergischen Geschehens zu verstehen, oder aber liegt in dem ganzen – wenn auch bedrohlichen – Geschehen doch irgendeine tiefere Berechtigung?

Blicken wir auf die Dynamik und Dramatik der Allergie, so erscheint diese wie ein verzweifelter Versuch, dasjenige, was unverarbeitet und damit überfremdend wirksam in das eigene Innere aufgenommen wurde, über den in der Reaktion massiv erregten und aufgestachelten eigenen Astralleib doch noch abzuwehren.

Und tatsächlich scheint es eine Notwendigkeit des Menschen zu sein, alle Fremdwirkungen umzuwandeln in eine Eigenwirksamkeit ehe sie in den menschlichen Organismus durchdringen dürfen. Die aktive Integration und damit Aneignung des Allergens hat, wie sich aus der pathophysiologischen Darstellung ergeben hat, nicht stattgefunden. Stellt das vehemente Entzündungsgeschehen deshalb den zwar verzweifelten aber doch dem Grund nach berechtigten Versuch dar, die zu tief und unbewusst aufgenommene Fremdwirkung, die nicht ordentlich integriert werden konnte, nun doch wenigstens vehement abzuwehren, auch wenn der Preis die oben beschriebene Spirale der Zerstörung ist?

Blicken wir einmal darauf, wie stark Rudolf Steiner in vielen seiner Vorträge immer wieder darauf

hingewiesen hatte, dass nichts in den menschlichen Leibe hineingenommen werden dürfe, was nicht zuvor durch eine intensive Auseinandersetzung in seiner Eigenregsamkeit so überwunden wurde, dass es als ein angeeignetes Neues im menschlichen Organismus zur Wirksamkeit käme:

In seinem Vortragszyklus Geisteswissenschaft und Medizin spricht Rudolf Steiner im 11. Vortrag über das innere und das äußere Licht, und weist darauf hin, dass der Mensch immer nur einen von außen auf ihn einwirkenden Vorgang dazu verwenden kann, seinen eigenen Vorgang im Inneren daraus zu machen. Dieser Vorgang der Verwandlung von etwas Äußerem zu etwas Innerem, durch den etwas vollständig Neues ja geradezu dem Äußeren Entgegengesetztes entsteht, kann als der eigentliche Integrationsvorgang verstanden werden (Anm.12).

Ähnliches wie für das Licht spricht Rudolf Steiner immer wieder in seinem Werk für die Nahrung aus. Auch hier betont er, dass nichts von der von außen zugeführten Nahrung unverwandelt in den menschlichen Organismus übergeht, sondern alle Stoffe vollständig zerstört und abgebaut werden müssen, ehe sie als eine neue Substanz in das Leibesinnere des Menschen eingehen können (Anm.13).

Selbst für die auf den Menschen von außen wirkende Schwerkraft beschreibt Steiner einen ähnlichen Verwandlungsvorgang, indem er darauf hinweist, dass mit der Auftriebskraft, die durch das Gehirnwasser auf das Gehirn einwirke eine Art Aufhebung der äußeren Schwerkraftwirkung geschehe (Anm.14).

Die Aneignung und Anverwandlung der Stoffe, Substanzen, Eindrücke, Erfahrungen und Wirksamkeiten der Außenwelt ist demnach eine Grundtätigkeit alles gesunden menschlichen Seins. Findet sie nicht ausreichend statt, so geht Außenwelt „unverdaut“, „unwahrgenommen“ oder allgemein unverarbeitet als Fremdwirksamkeit in das Innere des Menschen über und entfaltet dort eine krank machende Tätigkeit.

Dies darf nicht stattfinden, und so wird vor diesem Hintergrund das Folgende verständlich: Wenn auch der Prozess der Allergie ein suboptimaler Prozess ist, der besser auf andere Weise gelöst werden sollte, so stellt dieser doch zugleich in dem Moment eine unabwendbare Notwendigkeit dar, sobald die Fremdwirkungen unverarbeitet Zugang zum menschlichen Organismus erhalten haben. Da die Integration zu einem Ganzen nicht gelungen ist, so muss der Allergiker stattdessen wenigstens mithilfe der Astralität jenes Fremde bekämpfen und abwehren, da eine fortgesetzt unbeantwortete Fremdwirksamkeit im Menschen, vermutlich eine noch viel stärker krank machende Wirkung auf den Organismus entfalten würde als das allergische Geschehen selbst (Anm.15).

Ein gesundes Immunsystem nimmt einen Fremdstoff an den Oberflächen des Körpers zunächst einmal wahr, auf und löst ihn durch entsprechende Prozess der Phagozytose und Verarbeitung in seine Bestandteile auf, ehe es Spuren und Erinnerungen des so Verarbeiteten in das Innere des Organismus weitergibt.

Genauso muss der Mensch aus seinem Ich heraus dafür sorgen, dass alle Eindrücke und Erfahrungen, die er macht, durch eine aktive und bewusste Auseinandersetzung so angeeignet werden können, dass diese als integraler Bestandteil des eigenen Selbstes erlebt werden können.

Wenn diese gesunde Integration nicht gelingt, so stellt das allergische Geschehen den zwar verzweifelten, aber noch immer sinnvollen Impuls dar, jene unverarbeitete Fremdwirksamkeit mit massiver, astralischer Gegenwehr abzuwehren.

Denken wir diesen Gedanken konsequent zu Ende, so bemerken wir dass mit der Allergie tatsächlich eine gewisse – wenn auch suboptimale - Schutzwirkung vor Fremdwirksamkeit verbunden ist. Ähnliches erleben wir im Seelischen, wenn wir zum Beispiel eine subtile Beleidigung oder Verletzung durch einen Mitmenschen nicht sogleich wahrgenommen haben und uns dennoch innerlich getroffen und beleidigt zurückziehen. Wie oft kommt es vor, dass eben nach einer solch – zunächst unbewusst bleibenden - Beleidigung mit einer Latenz eine Art emotional überschießende Gegenwehr gegen den Beleidigenden die Folge ist, ohne dass wir selbst wissen, weshalb wir auf einmal so emotional reagieren. Zugleich wird auch deutlich, dass eine solche Gegenwehr immer noch besser ist als gar keine Gegenwehr. Denn die krankmachende Wirkung von immer wieder ohne Gegenwehr oder Gegenreaktion aufgenommenen Verletzungen oder Beleidigungen ist auch in der modernen psychosomatischen Medizin eine hinlänglich bekannte Tatsache. Wie beim allergischen Geschehen ist jedoch auch hier die überschießende, emotionale Gegenwehr, die überdies den Zusammenhang zum eigentlichen Auslöser oftmals noch nicht einmal bewusst erkennt, die suboptimale Lösung.

Heinz Grill bringt die geschilderte Problematik in seinen bereits oben zitierten Ausführungen über das Wesen der Allergie so zum Ausdruck:

„Jene geistigen Kreationen, die für die allergische Reaktion verantwortlich sind, strömen aus einer astralen Region in die leibliche Innenwelt, in der sie aber von dem körpereigenen Immunsystem als unbrauchbare oder feindliche Kräfte identifiziert werden. Würden diese sinnlich erregenden Kreationen ständig von uns ohne Abwehrreaktion aufgenommen werden, würden sie sich auf unbewußte Weise in uns hineingliedern, so würden wir viel schwerer krank werden, als wenn diese Allergien durch ihre Heftigkeit die Disharmonie zeigen. Die fehlende Reaktionsweise ist die Anergie und bedeutet eine Immunschwäche, die meist auf dem breiten Gebiet des Zellwachstums ein degeneratives Krankheitsgeschehen verursacht. Die Allergie ist in Wirklichkeit ein gewisser Schutz vor einem inneren, seelisch-geistigen Abstieg.“

Nachdem wir in der Betrachtung der Allergien soweit vorangeschritten sind, das Wesen des allergischen Wirkens sowohl auf der physisch-leiblichen als auch auf der geistig-seelischen Ebene zunehmend erkennen zu können, soll in der Folge der Versuch unternommen werden nun auch die Ursachen für die Allergieproblematik anzuschauen. Wenden wir uns hierzu zunächst denjenigen Phänomenen zu, welche auch nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft als Ursachen für die Zunahme von Allergien diskutiert werden.

## **Ursachen und Gründe für die Zunahme von Allergien**

Wie bereits zu anfangs beschrieben haben sich die Allergien zu einer der häufigsten Krankheitskomplexe der Neuzeit entwickelt und sind auch weiterhin erheblich am Zunehmen. Während man 1990 noch bei 25% der Menschen in den modernen Industrienationen eine allergische Krankheit nachweisen konnte, ist der Anteil bis zum Jahre 2000 auf 30% gestiegen und dürfte heute noch deutlich höher liegen. Ein wirkliches Verständnis, weshalb es zu diesem rasanten Anstieg von Allergien heute kommt, hat die moderne Medizin bislang nicht entwickelt. Jedoch gibt es durchaus eine Reihe von Erklärungsmodellen hierzu, auf die in der Folge zunächst eingegangen werden soll.

### **1. Hypothese: Reizüberflutungshypothese**

In der Ursachenforschung zum Zustandekommen der Allergien besteht eine Hypothese, die die Häufung von Allergien in der Modernen erklären will, darin, dass der Mensch durch eine Vielzahl von neuartigen Substanzen wie Kosmetika, neuen und exotischen Nahrungsmitteln, Medikamenten, Zusatzstoffen, Schadstoffen in der Atmosphäre etc. überfordert ist und sein Immunsystem in jener „Reizüberflutung“ gezwungen ist in allergische Muster auszuweichen, da es nicht mehr in der Lage ist, die Fülle der „immunologischen Eindrücke“ zu verarbeiten. In die gleich Richtung geht die Beobachtung, dass Kinder mit frühen und vielfachen Impfungen häufiger zu allergischen Erkrankungen neigen als spät oder gar nicht geimpfte Kinder.

Alles zusammen spricht eine deutliche Sprache: Allergien kommen dann zustande, wenn die gesunde immunologische Verarbeitung von Fremdeindrücken auf der körperlichen und seelischen Ebene nicht mehr ausreichend möglich ist. Hierdurch kann der Mensch die auf ihn einstürzenden leiblichen aber auch geistig-seelischen Eindrücke nicht mehr zu einem Ganzen integrieren sondern muss mit einer allergischen Gegenwehr reagieren. Je mehr dabei die Eindrücke ausschließlich gefühlsmäßig verarbeitet werden, desto mehr sind sie dazu geeignet im Inneren des Menschen dumpf emotional wirkende Prozesse loszutreten, welche dann als Reaktion auf eine unkritisch hingenommene Reizüberflutung zu werten sind.

Die Beobachtung, dass Allergien nach dem Zerfall der DDR unter der dort ansässigen Bevölkerung rapide zugenommen haben, könnten vor diesem Hintergrund plötzlich verständlich werden: Zum einen schützte der Alltag im alten DDR System die Menschen vor einer Konfrontation mit zu vielen, sie überfordernden Inhalten. Arbeit und Einkommen waren zwar bescheiden, aber geregelt, so dass das Gefühl einer Grundsicherheit überwog. Mit dem Systemwechsel nahmen Ängste, Unsicherheiten sowie soziale Ungleichheiten zu. Zugleich jedoch hielten Medien und Werbung Einzug in die bis dahin grauen und staubigen Städte der DDR. Mit jeder Werbung wird – vom Produzent in der Regel sehr bewusst eingesetzt – zugleich eine unbewusst wirksame emotionale Botschaft vermittelt. Dass dabei vor allem an niedere, häufig auch triebhafte Bedürfnisse des Menschen, Wünsche nach Erotik, Besitz, Macht oder gesellschaftlicher Anerkennung appelliert wird, kann jeder der die aktuelle Werbung mit wachen Sinnen und klaren Gedanken betrachtet, unschwer erkennen. Die Enthemmung, die im Zusammenhang mit einer an egoistische Triebe im Menschen appellierenden Werbung der „Geiz ist geil“ Mentalität (Anm.16) zu beobachten ist, macht deutlich, dass dabei inzwischen auch die letzten Schranken dessen, was ethisch-moralisch statthaft war, gefallen sind. Die Folge ist ein geradezu schutzloses Ausgeliefert-Sein des modernen Menschen an jene triebenthemmenden Reize.

Weiterhin waren nach Auflösung der DDR eine Reihe von Substanzen (Kosmetika etc.) aber auch Nahrungsmittel etc. plötzlich neu verfügbar. Durch diese geballte Überforderung durch neue

Unsicherheiten und Ängste, Reizüberflutung durch emotional aufwiegelnde Werbung und eine Vielzahl von neuartigen fremden Stoffen musste es einem unvorbereiteten bis dato in einem recht beschützten Rahmen existierenden Immunsystem schwer fallen, all jene neuen leiblichen und seelischen Eindrücke in gesunder Weise zu integrieren. Wie sehr gerade nach der Auflösung der DDR eine Art emotionale Versuchung durch den Reichtum des Kapitalismus auf die dort lebenden unvorbereiteten Menschen ausgeübt wurde, zeigt sich einerseits an den Anstürmen auf westliche Geschäfte nach dem Fall der Mauer und andererseits auch an der Tatsache, dass viele ehemalige DDR Bürger sich in der Anfangsphase mangels Fähigkeit, die an sie herantretenden Versuchungen richtig einzuschätzen und zu integrieren, überschuldeten und bald insolvent waren. Einer von außen dumpf herein wirkenden emotional versuchenden Konfrontation, der das Immunsystem kaum etwas entgegenzusetzen hatte, kamen in den Menschen lange unterdrückte tiefe emotional unbewusste Sehnsüchte und Wünsche entgegen, welche einen freien und ausreichend bewussten Umgang mit den vielen neuen Anforderungen und Reizen erschwerten und sich in der Begegnung damit quasi entzündlich in Form von allergischem Geschehen entluden. Diese Konstellation entspricht der oben beschriebenen Konstellation des allergischen Geschehens (Anm.17).

## 2. Hypothese: Hygienehypothese

Die Hygienehypothese scheint bei oberflächlicher Betrachtung mit der Reizüberflutungshypothese im Widerspruch zu stehen. Dieser Widerspruch lässt sich jedoch im Rahmen einer eingehenden Analyse entkräften. Während die Reizüberflutungstheorie ja davon ausgeht, dass es gerade die Vielzahl von neuen Fremdstoffen und Eindrücken ist, welche das Immunsystem derartig überfordert, dass es hierdurch zu viel Fremdwirksamkeit unverarbeitet in sich aufnimmt, hängt die Zunahme von Allergien nach Ansicht der Hygienetheorie damit zusammen, dass durch verbesserte Hygienebedingungen, Rückgang von Infektionskrankheiten und von parasitären Erkrankungen die immunologische Auseinandersetzung des modernen Menschen mit Substanzen der Außenwelt zurückgegangen ist. Hierdurch soll es zu einer Art Unterforderung des Immunsystems kommen. Tatsächlich sprechen einige Indizien dafür, dass auch die Hygienehypothese recht hat. So zeigt sich zum Beispiel ein signifikant selteneres Auftreten von allergischen Erkrankungen bei Patienten mit Darmparasiten (Anm.18). Da die IgE Antikörper vor allem bei der Parasitenüberwindung eine große Bedeutung haben, besagt die Theorie, dass eben jene funktionslos gewordenen IgE Antikörper das allergische Geschehen unterhalten. Weiterhin zeigt die sogenannte ALEX Studie (Anm.19) dass Kinder, welche auf dem Bauernhof aufgewachsen sind und von daher schon früh mit einer Vielzahl an Bakterien und Parasiten konfrontiert wurden, ebenfalls seltener Allergien aufweisen als andere Kinder. Auch Kinder von Frauen, die während der Schwangerschaft Kontakt zu Tieren, Getreide oder Heu hatten, bekommen im späteren Leben seltener allergische Atemwegs- und Hauterkrankungen. Für einen optimalen Schutz ist aber ein anhaltender Kontakt zu Nutztieren oder Getreide nötig (Anm.20).

Wie lässt sich nun der scheinbare Widerspruch der beiden Hypothesen auflösen? Die eine These sagt, Allergien träten auf, da das Immunsystem mit zu vielen Reizen konfrontierte wird, die andere These dagegen sagt, frühe und vielfältige Reize im Sinne von Schmutz und Bakterien stelle einen relevanten Schutzfaktor vor Allergien dar.

Stellen wir hier noch einmal den Gedanken von der mangelhaften Fähigkeit des Allergikers sich mit dem Stoffen und Eindrücken der Außenwelt bereits an seiner Körperoberfläche auseinanderzusetzen, in den Vordergrund, so ist es nicht schwer den scheinbaren Widerspruch aufzulösen. Während bei der frühen Konfrontation mit Keimen, Parasiten und Schmutz eine Begegnung mit uralten Substanzen, auf die sich das menschliche Immunsystem evolutionär lange Zeiten hat einstellen können, stattfindet, handelt es sich bei den genannten vielfältigen für die

Reizüberflutung verantwortlich gemachten Stoffen wie neuen Lebensmitteln, chemischen Zusatzstoffen etc. insgesamt um Substanzen, die im Rahmen der menschlichen Evolution erst vor kurzer Zeit entstanden sind. Weiterhin sind es beim klassischen Bauernhof- oder Dritt Weltkind, welches im Schmutz spielt, wenige elementare Eindrücke und Substanzen, mit denen sich sein Immunsystem über lange Zeiten gründlich auseinandersetzen kann, so dass sie schließlich in gesunder Weise gründlich von ihm integriert werden können. Ganz anders verhält es sich bei der Vielzahl der neuen Substanzen, mit denen der Mensch im Zuge der zunehmenden Industrialisierung konfrontiert wird. Hier fällt vor allem die Fülle an Fremdartigkeiten sowie die oftmals nur kurze Einwirkzeit derselben auf. Sowohl die Fülle als auch die Kürze der Begegnung machen es dem menschlichen Immunsystem zunehmend schwer, diese vielfältigen Stoffeindrücke zu integrieren. Machen wir von der stofflichen Ebene einen Schritt auf die seelische Ebene, so finden wir dort die gleiche Problematik: Während die wenigen elementaren und gründlich erlebten Sinneseindrücke eines Bauernhofes das menschliche Immunsystem stärken und seine Integrationsfähigkeit für fremde Eindrücke fördern, fühlt sich der Mensch in einer modernen Zivilisationsgesellschaft mit all ihren schnelllebigen Eindrücke davon unbewusst überfordert. Die Folge ist oftmals ein „inneres Abschalten“. Die auf den Menschen einstürmenden Eindrücke werden ausgeblendet oder gehen eben, wie man im Volksmund sagen würde: „Da rein, da raus!“ (meint: zum einen Ohr hinein, zum anderen Ohr hinaus!) Genau jene Formulierung zeigt jedoch, dass wir hier einem grundlegenden Irrtum unterliegen, wenn wir glauben, die Eindrücke würden unverrichteter Dinge wieder aus uns herausgehen. Wie die Werbepsychologie genau weiß, gibt es fast keinen Eindruck, der nicht doch in irgendeiner Weise im Unbewussten des Menschen aufgespeichert wird. Genau dies macht sich ja die Werbung zu nutze. So können wir also davon ausgehen, dass der modernen Mensch nicht nur einer Vielzahl von Stofflichkeiten ausgesetzt ist, die er nicht ausreichend in seinem Immunsystem verarbeiten kann, sondern ebenso einer damit einhergehenden Fülle von Sinneseindrücken und emotionalen Wirkungen, welche sich oft tief und unverarbeitet in seinem Unterbewusstsein einnisteten. Bedenken wir, mit welcher Schnelligkeit zum Beispiel im Medium des Fernsehens dem Menschen unablässig wechselnde Bilder präsentiert werden, die er in der Fülle weder gedanklich, noch emotional verarbeiten kann, bedenken wir weiter, dass ein durchschnittliches Kind in Deutschland heute schon mehr Zeit vor dem Bildschirm (TV und PC) zubringt als in der Schule, so wird deutlich, wie sehr die Errungenschaften der modernen Zivilisation den Menschen unablässig in seiner Aufnahme- und Integrationsfähigkeit überfordern und schwächen. Hierdurch wird auch verständlich, dass die Möglichkeit, die Eindrücke der Außenwelt durch eine aktive Auseinandersetzung damit wahrzunehmen und zu integrieren beim modernen Menschen zunehmend schwächer werden wird und damit eine weitere drastische Zunahme der allergischen Phänomene vorhersehbar ist, solange sich hinsichtlich der geschilderten Problematiken keine fundamentale Änderung ergeben wird.

### **3. Hypothese: Medizinische Maßnahmen tragen Schuld an Allergien**

Die dritte Hypothese zum Zustandekommen von Allergien besagt, dass bestimmte medizinische Maßnahmen hierfür mitverantwortlich seien. Zu solchen im Zusammenhang mit Allergien ursächliche diskutierten Maßnahmen gehören: Die frühe Vitamin-D Prophylaxe beim Säugling, frühe und vielfältige Impfungen beim Säugling, die häufige Antibiotikagabe und Anwendung fiebersenkender Mittel wie zum Beispiel Paracetamol bei Kindern.

## **Antibiotikagaben**

Am leichtesten ist vor dem Hintergrund des bereits zuvor entwickelten Einflusses der frühen Antibiotikagabe und ihr Einfluss auf das Immunsystem zu verstehen. Durch häufige Antibiotikagabe hat das Kind kaum eine Möglichkeit sein physiologisches, also zu ihm gehöriges Darmbakteriensystem aufzubauen. Gerade aber an der Auseinandersetzung mit den Darmbakterien schult und übt der Mensch in elementarer Weise sein Immunsystem und damit die Fähigkeit, sich mit dem Fremden auseinanderzusetzen bzw. es zu integrieren. Eine Reihe von Studien zeigen, dass eine gestörte Darmflora die Hauptursache ist für das bereits in vorderen Abschnitten erwähnte „leaky gut“ Syndrom, das Syndrom des durchlässigen Darms. Durch frühe und häufige Antibiotikagaben wird also ein erster Beitrag zur erhöhten Darmpermeabilität geleistet, die beim allergischen Geschehen, wie bereits ausgeführt, eine wesentliche ursächliche Rolle spielt. Weiterhin führt der häufige Einsatz von Antibiotika naturgemäß dazu, dass mitten im entzündlichen Prozess, in dem auf der körperlichen Ebene eine Auseinandersetzung des menschlichen Immunsystems mit den bakteriellen Krankheitserregern erfolgt, jene letzteren durch Einwirken des Antibiotikums plötzlich wegfallen, so dass das hoch aktivierte Immunsystem plötzlich gewissermaßen ins Leere stößt und den Auseinandersetzungsprozess, der in der Folge zum Entstehen gewisser immunologischer Kompetenzen führen würde, auf halber Strecke abbrechen muß. Bedenkt man, die bereits im Kapitel über die Hygienehypothese gemachte Beobachtung, dass für ein gesundes Immunsystem Prozesse der gründlichen Auseinandersetzung mit den Fremdsubstanzen nötig sind, so erscheint das künstliche Abkürzen eines begonnenen immunologischen Auseinandersetzungsprozesses schon von daher problematisch. Zuletzt soll zumindest thesenhaft noch eine Frage auf pathophysiologischer Ebene formuliert werden, welche zumindest Grundlage für weitergehende Forschungen sein könnte: Da bekannt ist, dass die IgE vermittelte Mastzellaktivität vor allem bei bakteriellen Infektionskrankheiten eine große physiologische Bedeutung hat, bei denen die Wärme, Entzündungsreaktion und Schwellung durchaus einen physiologischen Sinn erfüllt, so stellt sich hier zumindest folgende Frage: Könnte es sein, dass durch häufigen Einsatz von Antibiotika die Mastzellen so an ihrer eigentlichen Tätigkeit gehindert werden, dass sie aufgrund der damit einhergehenden „Arbeitslosigkeit“ nun quasi ersatzweise für die allergischen Prozesse zur Verfügung stehen?

## **Impfungen**

Die Problematik früher und vielfältiger Impfungen, ist bereits aus den vorangegangenen Gedanken zur Reizüberflutungsthese verständlich und muss deshalb hier nicht weiter erläutert werden.

## **Fieber- und entzündungshemmende Substanzen**

Etwas schwieriger zu verstehen ist der inzwischen viel diskutierte Zusammenhang zur häufigen Gabe fieber- und entzündungshemmender Substanzen im Kleinkindalter und dem Auftreten von Allergien. Bedenken wir jedoch, dass jedes Entzündungsgeschehen und Fieber eine Art immunologischen Übungsvorgang bedeutet, bei der das kindliche noch unreife Immunsystem sich in der Auseinandersetzung mit Fremdsubstanzen wie Viren oder Bakterien übt und die daran gewonnene Erfahrung als Fähigkeit integriert, so bedeutet eine Unterdrückung jener immunologischen Vorgänge von Fieber und Entzündung konsequenterweise auch eine Schwächung der Fähigkeit des Immunsystems zur Integration und zum konstruktiven Umgehen mit Fremdsubstanzen. Die Folge ist auch hier wieder die mangelnde Fähigkeit, mit Fremdstoffen so umzugehen, dass sie nicht unverarbeitet zu tief in den Organismus aufgenommen werden, sondern rechtzeitig wahrgenommen und immunologisch angeeignet werden können.

## **Vitamin D**

Am schwierigsten ist sicherlich der Zusammenhang von Vitamin D Gaben im Säuglingsalter und dem Auftreten von Allergien zu verstehen, zumal dieser von der modernen Medizin kaum anerkannt, sondern allenfalls von einigen kritischen Stimmen postuliert wird. Eine genauere Betrachtung der Vitamin D Wirkung auf den Menschen würde an dieser Stelle den Rahmen dieses Textes sprengen. Jedoch soll hier auf meine Ausführungen zur Osteoporose und dem Vitamin D Stoffwechsel verwiesen werden (Am.30). Die Frage, die sich bei einer unkritischen Gabe von Vitamin D vor allem im Kleinkindalter immer stellt, ist die, ob hierdurch nicht Verhärtungsprozesse in einer dem kindlichen Organismus noch nicht gemäßen Weise angeregt werden, die letztlich ein gewisses vorzeitiges Starr- und Unflexibel-Werden des Leibes zur Folge haben. Die Allergie wäre dann am ehesten als Folge einer zu großen Festigkeit des Leibes, welche mit einer Schwächung der immunologischen Flexibilität einherginge, zu verstehen.

### **4. Hypothese der veränderten Lebensgewohnheiten und Lebensbedingungen**

Über die in den vorangegangenen Hypothesen geschilderten Ursachen hinaus gibt es gibt noch etliche weitere Faktoren im Bereich der veränderten Lebensgewohnheiten, von denen ebenfalls vermutet wird, dass sie die Entstehung von allergischen Erkrankungen begünstigen könnten. Dazu gehören das Rauchen, Autoabgase und andere Umweltgifte, Stress, veränderte Ernährungsgewohnheiten, aber auch ein veränderter individueller Lebensstil, der sich zunehmend ungünstig auf die Entwicklung von Atopie und Allergien auswirken könnte, wie z.B. die kürzere Stillzeit junger Mütter und ein dadurch bedingtes höheres Allergierisiko der Kinder.

### **Zusammenfassung zu den tieferen konstitutionellen Ursachen für die Zunahme der Allergien Zusammenhänge von Allergie und Erschöpfung**

Blicken wir zusammenfassend auf all jene Phänomene, die aus naturwissenschaftlicher Sicht die Allergieentstehung unterstützen, so bemerken wir, dass Ihnen allen mehr oder weniger ähnliche Grundphänomene zugrunde liegen. Sowohl die Reizüberflutungs-, als auch die Hygienehypothese, sowohl die Problematik des häufigen und frühen Einsatzes von Antibiotika und Impfungen, als auch der vermutete Zusammenhang von Umweltgiften und Stress zur Allergiethematik sprechen letztlich im Kern die gleiche Sprache: All den genannten Phänomene liegt die Problematik einer ungenügenden Gründlichkeit in der Auseinandersetzung mit der Welt zugrunde. Während eine „vorindustrielle“ Menschheit in ihrem Alltag mit nur wenigen Fremdeinflüssen konfrontiert war, mit denen sie sich geistig seelisch als auch immunologisch bereits in frühen Kindheitsjahren auf das Gründlichste intensiv auseinandersetzen durfte, lebt der moderne Mensch in einer Umgebung, die aufgrund der wachsenden Fülle an immer schnelleren Sinnesreizen und in kürzester Zeit hinzukommenden Fremdsubstanzen in Nahrung, Kosmetik, Luft oder Kleidung. (Anm.21) eine gründliche Verarbeitung und Integration dieser Eindrücke zunehmend unmöglich macht. Die vielzitierte Schnelllebigkeit und Beschleunigung unserer Zeit ließe sich in gar vielen Lebensbereichen differenziert beschreiben und studieren. An dieser Stelle sollen jedoch aus Rücksicht auf den Umfang dieses Textes nur wenige Beispiele angeführt werden, die deutlich machen, wie sehr die Problematik der Reizüberflutung schon im Kindes- und Jugendalter im weitesten Sinne zu einer zentralen Problematik unserer Zeit geworden ist. Blicken wir zum Beispiel auf das große Feld der medialen Überflutung des heutigen Menschen, so wird hier die Problematik besonders offenkundig. Ein moderner Werbespot im Fernsehen zum Beispiel konfrontiert den Menschen oft in nur wenigen Sekunden mit einer Vielzahl von hintereinander aufblitzenden Bildern. Auch im Internet „surft“ der Jugendliche in wenigen Augenblicken durch eine Vielzahl von

Eindrücken und Werbeimpressionen, die er weder alle bewusst wahrnehmen, noch verarbeiten kann. Da der durchschnittliche Schüler inzwischen nachweislich mehr Zeit vor Bildschirmmedien verbringt als in der Schule, wird deutlich, mit wie vielen abertausenden Bildern ein durchschnittlicher Jugendlicher unserer Zeit alleine schon von dieser Seite her konfrontiert wird.

Phänomene der Überforderung durch eine zu große zu bewältigende Stoffmenge lassen sich auch im Bereich der Schulpädagogik beobachten. Hier führt durch Schulzeitverkürzung und immer weiter ausufernde Lehrplananforderungen die wachsende Fülle der zu vermittelnden Lerninhalte bei vielen Schülern gerade in der Oberstufe in zunehmendem Maß zu Überforderungs- und Erschöpfungszuständen, die in diesem Alter in der ärztlichen Praxis häufig geradezu krisenhafte Verläufe nehmen können.

Ein Weiteres Beispiel ist das Phänomen der überplanten Terminkalender, welches sich heute bereits im Jugend- und Kindesalter beobachten lässt. Neben den vielen Unterrichtsstunden, die mit der Tendenz zur Ganztagschule einhergehen, müssen hier auch die vielfältigen Freizeitaktivitäten wie Sport, Tanz, Musikinstrumente, Nachhilfe etc. alle untergebracht werden. Diese lassen in vielen Fällen dem Kind kaum mehr Raum für eine freie und von Spiel erfüllte Gestaltung seiner Freizeit. Während im klassischen Spiel das Kind Gelegenheit hatte, die Eindrücke des Lebens durch spielerische und eigenkreative Wiederholung und Aufarbeitung gründlich zu verarbeiten und damit zu seinem eigenen Sein zu integrieren, führen die oft vom Morgen bis in den Abend verplanten Tagesstrukturen der Kinder mit vielfach von außen vorgegebenen Inhalten ebenfalls zu wachsender Überforderung und Überlastung mit der Konsequenz von Erschöpfungszuständen oder auch depressiven Krisen bereits im Kindesalter.

Wachsende Schnelllebigkeit, zunehmende Überflutung mit Reizen und sowie damit einhergehende um sich greifende Oberflächlichkeit und mangelhafte Gründlichkeit der Auseinandersetzung mit den Eindrücken schon im Kindesalter lassen sich demnach sowohl auf der geistig seelischen, als auch auf der leiblichen Ebene als ein Schlüsselphänomen für die Genese von allergischen Erkrankungen verstehen. Zu diesem Ergebnis kann die eingehende Analyse der bekannten wissenschaftlichen Theorien und Beobachtungen wie auch eine intensivierte eigene Erfahrung kommen. Bringt man diese Schlüsselerkenntnis in eine Art Essenz, so könnte diese in etwa so lauten:

*Allergien entstehen dann, wenn das menschliche Immunsystem nicht genügend Gelegenheit hat, sich bereits in jungen Jahren des Menschen in gründlicher, ungestörter und nachhaltiger Weise mit den Eindrücken, Reizen, Fremdwirkungen und auch emotionalen Belastungen, die auf es einströmen, so auseinanderzusetzen, dass aus dieser Auseinandersetzung die Fähigkeit des konstruktiven Umgehens mit den Fremdwirkungen der umgebenden Welt entstehen kann. Die Fähigkeit, künftig durch Begegnung mit Fremdwirksamkeiten nicht krank werden zu müssen, sondern diese Wirksamkeiten durch einen aktiven Umgang damit so in das Eigene zu integrieren, dass sie dem Organismus angeeignet werden können, repräsentiert ein gesundes Immunsystems. Das menschliche Immunsystem demzufolge nicht als ein Abwehrsystem sondern als ein Integrationssystem zu bezeichnen erscheint deshalb konsequent.*

Ebenso lässt sich die aus zellphysiologischer immunologischer Sichtweise formulierte Aussage zum Entstehungsprozess der Allergien auch unmittelbar auf die geistig seelische Ebene des Menschen übersetzen. Hier müsste es dann heißen:

*Allergien entstehen dann, wenn der Mensch im Rahmen seiner Entwicklung nicht ausreichend Gelegenheit hat, die geistig seelischen Eindrücke, die Sinneserfahrungen sowie die emotionalen*

*Wirkungen, die ihn tagtäglich umgeben, gründlich so zu verarbeiten, dass aus dieser Verarbeitung die Fähigkeit des innerlich freien und konstruktiven Umgehens mit den Erfahrungen und Eindrücken des Lebens entstehen kann. (Verarbeitung auf der Ebene der Sinneserfahrungen bedeutet beim Kind z.B. genügende Freiräume zu haben, sich diese Eindrücke in Spiel, Bewegung und Nachahmung anzueignen) Diese Fähigkeit, künftig durch Erfahrungen - seien sie schmerzlich oder erfreulich - und durch Eindrücke des Lebens nicht krank werden zu müssen, sondern sich diese Erfahrungen und Eindrücke durch einen aktiven und freien Umgang damit so anzueignen, dass sie als zugehörig zum eigenen Selbst erlebt werden können, kann man auch als geistig seelische Integrationsfähigkeit bezeichnen. Wie jedoch kann die gesunde Anverwandlung der Fremdeindrücke vonstatten gehen, so dass daraus wirklich ein zum eigenen Selbst zugehöriges Ganzes entstehen kann? Dieser Frage, die zugleich auch schon die Frage nach der Überwindung der Allergie mit sich bringt, soll an dieser Stelle noch einmal zurückgestellt werden und in einem späteren Kapitel aufgegriffen werden.*

Zunächst einmal soll in der Folge versucht werden, den Begriff der „gründlichen Verarbeitung“ von Sinneseindrücken und Fremdwirksamkeiten, wie er sich als ein Schlüsselbegriff für die Allergieentstehung ergeben hat, einmal genauer zu betrachten. Die Betrachtung der Allergie hatte deutlich gemacht, dass gerade ein Mangel an Gründlichkeit in der Verarbeitung des Fremden, eine Art chronischen Überforderungszustand, ja Erschöpfungszustand nach sich ziehen kann, der zur Folge hat, dass hierdurch die Fähigkeit, die Eindrücke der Umgebung auf gesunde Weise zum eigenen Selbst zu integrieren, zunehmend erlahmt. Durch diese entstehende Ermattung und Erschöpfung und den damit einhergehenden Verlust der Integrationsfähigkeit kommt der Mensch immer weiter in einen Zustand, in dem er Fremdwirksamkeiten unverarbeitet in sich hinein nimmt. Der unbewusste Teil des Immunsystems wiederum reagiert auf diese unverarbeiteten Fremdwirksamkeiten zum Erhalt der eigenen Integrität mit der allergischen Gegenwehr, die bis in die Selbstzerstörung eskalieren kann.

Was also bedeutet eine Gründlichkeit der Auseinandersetzung mit dem Fremden konstitutionell für den Menschen, was dagegen ist für die menschliche Organisation die Folge, wenn Prozesse der Aneignung nur oberflächlich und damit nicht gründlich geschehen? Die Alltagserfahrung, die sich an Oberflächlichkeit, Hastigkeit und Schnellebigkeit anknüpft ist die einer tiefgreifenden Erschöpfung unserer Leiblichkeit. Oberflächlichkeit und Schnellebigkeit, die dem Menschen das Gefühl vermitteln, sich nicht mehr wirklich mit den Inhalten des Alltages verbinden zu können, führen in einer modernen Gesellschaft zu dem immer weiter grassierenden Phänomen des Stresses oder auch burnout Zustandes. Wer kennt nicht das Gefühl, von all den Sachzwängen und abzuarbeitenden Notwendigkeiten so überholt zu werden, dass er den Eindruck hat, einfach nicht mehr mit seinem Inneren mitzukommen. Wer kennt nicht die Empfindung, durch jene Kurzatmigkeit des Lebens immer weiter in einen Zustand der tiefgreifenden Ohnmacht und Erschöpfung zu kommen? Nehmen wir diese Erfahrung ernst, so können wir daraus schließen, dass eine gründliche Auseinandersetzung mit den Inhalten unseres Lebens für eine gesunde Funktionalität unserer Vitalitätskräfte unbedingte Voraussetzung ist. Wie anders ist das Erleben, wenn es gelungen ist, in einen intensiven Auseinandersetzungsprozess mit einem Fremdartigen einzutreten. Während im Zuge einer oberflächlichen Beschäftigung mit einer Materie das Gefühl einer gewissen Ermattung überhand nehmen wird, stellt sich nach einer gründlichen thematischen Arbeit über einen Inhalt, der uns zunächst fremd ist, die Empfindung von innerer Präsenz und einer Kräftigung des Gesamtgefüges ein. Während eine oberflächliche Beschäftigung in der Regel eher nach Maßgabe der uns innewohnenden Gewohnheiten von statthaft geht, kommt es bei einer Auseinandersetzung mit einem Thema, welches wir uns wirklich aneignen wollen, in der Regel nur dann zu dem gewünschten Erfolg, wenn es uns gelingt nicht aus der Gewohnheit allein die Beschäftigung zu suchen, sondern z.B. durch Formulierung einer Frage an das Thema geradezu

unabhängig von dem ausgetretenen Pfad des Gewohnten, etwas wirklich neues in dieses hinein zu tragen. Während oberflächliche Handlungen demnach mehr gewohnheitsmäßig vonstatten gehen, ist es für einen Prozess, der zu einer wirklich gründlichen Aneignung eines Fremden führen soll, unverzichtbar aus dem eigenen Zentrum immer wieder neu Impulse hereinzutragen, und damit gerade aus dem Bereich des Gewohnheitsmäßigen in einen Bereich vorzudringen, der durch selbstbestimmte Eigengestaltung gekennzeichnet ist. Rudolf Steiner beschreibt in seiner Schrift „Nervosität und Ichheit“, dass alles das, was den innersten Wesenskern des Menschen in Zusammenhang mit dem bringt, was der Mensch tut, dessen Äther- oder Lebensleib stärke und den Menschen dadurch gesünder mache. Demgegenüber gäbe es für die gesamte Wesenheit des Menschen nichts schlimmeres, als wenn man seelisch, mit seinem Herzen dem fern steht, was der Kopf treiben müssen. Gerade der Ätherleib des Menschen, dessen Bedeutung für den Leib in der Folge noch differenzierter beschrieben werden soll, würde durch ein solch oberflächliches, hastiges Handeln, welches nicht aus dem Wesenskern impulsiert wird, immer schwächer und schwächer werden.

Gründlichkeit bedeutet demnach vor dem Hintergrund des nunmehr Gesagten eine regelrechte Verbindung des menschlichen Wesenskerns zu der zu bearbeitenden Materie und hat – nach Rudolf Steiner - ganz konkret eine Erkraftung des menschlichen Ätherleibes zu Folge.

Findet das menschliche Handeln welches ja dem Grunde nach immer die Auseinandersetzung mit etwas Fremden bedeutet, nicht zu der beschriebenen Gründlichkeit sondern bleibt oberflächlich oder gar hastig, so führt dies zu einem tiefgreifenden Zustand der Erschöpfung. Dieser zeichnet sich zum einen in einer Unfähigkeit, die Eindrücke der Welt zu integrieren aus. Die Folge sind Rückzugs- und Vermeidungsverhalten einerseits. Andererseits bedeutet Erschöpfung auch die Unfähigkeit zu handeln und aktiv auf die Welt zuzugehen. Die Folge der Erschöpfung ist demnach ein Rückzug von der Welt in zweifacher Weise. Sowohl der wahrnehmende als auch der handelnde Teil des Menschen geht so sehr in den Rückzug, dass man von einer Art Desintegration der menschlichen Konstitution sprechen kann. Desintegration bedeutet Auseinanderfallen eines Ganzen in seine Teile. Was aber fällt hier auseinander, was ist das Ganze?

Sehen wir den Menschen als ein Ganzes an, so bemerken wir, dass wir es bei diesem Ganzen mit einem Gefüge mehrerer Schichten zu tun haben, die zu einem Ganzen zusammenwirken. Bei der bisherigen Betrachtung der menschlichen Konstitution war immer wieder – vor allem beim Blick auf die zellphysiologischen Vorgänge – von der leiblichen Ebene die Rede. Demgegenüber war auch die seelische und die geistige Ebene bereits betrachtet worden, wobei die seelische Ebene hier als astralische bezeichnet worden war, die geistige als diejenige aus der heraus das Ich ordnend in das Astralische herein wirkt. Zuletzt waren wir bei der Betrachtung der Erschöpfung jedoch unmerklich einer weiteren Ebene der menschlichen Konstitution begegnet. Erschöpfung war als ein Zustand beschrieben worden, bei dem es aufgrund eines gewissen Schwererlebnisses am Leibe der geistig-seelischen Ebenen des Menschen nicht mehr gelingen wollte impulsierend in jene Leiblichkeit hineinzuwirken, so dass ein allgemeiner geistig-seelischer Rückzug bemerkt werden konnte. Bedenken wir nun, dass es ein Wesenszug aller reinen Materie ist, aus eigener Kraft in jedem Augenblick in die Schwere fallen zu wollen, so kann der Zustand der Erschöpfung, welcher mit einem Schwereerlebnis am eigenen Leibe korreliert, hier mit dem Zustand der reinen Materie verglichen werden. Was aber hindert im gesunden Zustand daran, jene Schwerekräfte am eigenen Leibe ständig als Widerstand wahrzunehmen? Was erleichtert im gesunden Zustand, dass die Impulse des geistig-seelischen Menschen geradezu widerstandslos in den Leib hineinwirken können, so dass daraus Handlungen und Taten werden können? Was also ist beim Erschöpfungszustand des Menschen in seiner gesunden Wirksamkeit gestört? Rudolf Steiner beschreibt an dieser Stelle ein viertes Glied des Menschen, welches als der Überwinder der

Schwerekräfte in jedem Augenblick den physischen Leib des Menschen durchringt und belebt. Er nennt jenes Glied, welches in einer gewissen Weise auch der Repräsentant der Vitalitätskräfte des Menschen ist, den ätherischen Leib. Während beim gesunden Menschen der ätherische Leib ständig dafür sorgt, dass der Mensch aus seinen geistig seelischen Schichten heraus in jedem Augenblick des Wachzustandes leicht und frei in seinen physischen Körper hinein impulsierend tätig sein kann ohne dass der physische Körper die in ihm wohnenden Schwerkrafte als Widerstand dagegen setzt, findet diese vermittelnde Tätigkeit des ätherischen Leibes beim erschöpften Menschen, aufgrund einer Schwächung jenes Ätherleibes nicht mehr ausreichend statt.

Vor diesem Hintergrund wird nun deutlich, dass wir tatsächlich bei der Erschöpfung von einer Art Desintegrationszustand der menschlichen Konstitution sprechen können, da die verschiedenen Glieder des Menschen nicht mehr nahtlos ineinander wirken können, sondern auseinanderfallen. Die geistig seelische Seite des Menschen steht wie ohnmächtig vor einer erschöpften Leiblichkeit, bei der der Zugriff auf den physischen Leib durch einen erschöpften Ätherleib nicht mehr so leicht möglich ist.

Kehren wir zu dem Grundphänomen der Erschöpfung zurück, so können wir dieses jetzt als einen Zustand beschreiben, bei welchem in gewisser Weise Ich, Astralleib, ätherischer Leib und physischer Leib aufgrund der Schwächung des ätherischen Leibes dissoziieren, bzw. desintegriert sind. Wie aber kann es zu jener Schwächung des ätherischen Leibes kommen?

Am Anfang des Gedankens war das Phänomen der ungenügenden Gründlichkeit gestanden. Dieses hatte zur zunehmenden Oberflächlichkeit und Hastigkeit geführt. Die Konsequenz war dann die Erschöpfung gewesen.

Da die ungenügende Gründlichkeit der Anfang des Desintegrationsprozesses der Leiblichkeit war, müssen wir eben diese in der Folge noch besser in Ihrer Bedeutung für den Menschen verstehen:

Die Frage, die sich also noch einmal stellt ist die: Was bedeutet eine gründliche Auseinandersetzung mit einer Sache, einem Inhalt, einem Fremden, ja auch einer Fremdsubstanz für die Konstitution des Menschen, und was bedeutet eine nur oberflächliche Auseinandersetzung für dieselbe.

Wir wollen zum besseren Verständnis dieser Frage zunächst einmal die Erfahrung der Gründlichkeit in den Vordergrund stellen: Wenn sich der Mensch auf der geistig seelischen Ebene gründlich mit einer Sache auseinandersetzt so ist zunächst einmal zu bemerken, dass diese Auseinandersetzung eine große innere Aktivität und Eigenleistung erfordert. Im Gegensatz zum konsumierenden, passiven Rezeptieren eines Sachverhaltes muss die fremde Materie hier regelrecht bearbeitet und in die Hand bekommen werden. Wir müssen die Materie zunächst mit allen unseren Sinnen begreifen und sie uns Stück für Stück aneignen. Unter Umständen gehört – gerade ab der Pubertät – auch eine kritische Auseinandersetzung mit der Materie hierzu. Kritik heißt in diesem Fall, dass der Wahrheitsgehalt des Fremden anhand eines geistigen Denkprozesses zunächst Stück für Stück überprüft werden muss, ehe die Materie als richtig oder auch als falsch erkannt und damit angeeignet werden kann.

Interessant ist an dieser Stelle ein kleiner Verweis auf die körperliche Ebene der Aneignung, die sich besonders gut im Hinblick auf die Nahrungsaufnahme studieren lässt. Auch hier muss die Fremdsubstanz zunächst auf mehreren Ebenen vollständig in ihrer Eigenregsamkeit zerstört werden, ehe sie vom Organismus in verwandelter, vollständig angeeigneter Form aufgenommen werden kann. Wie gründlich jener Abbauvorgang ist wird deutlich, wenn man sich die Stufen des Abbaus in ihrer organischen Abfolge einmal vor Augen führt: Beim Kauen wird zunächst die Grobstruktur

der Nahrung zerstört. Über die Verdauungssäfte der Speicheldrüse findet eine erste Auflösung der chemischen Stofflichkeiten statt, im Magen wird bei einem radikal sauren Milieu weiter die Substanz zerkleinert, über Bauchspeicheldrüse, Gallensäfte und schließlich Dünndarmenzyme findet zuletzt eine chemische Auflösung auch des letzten Restes an Fremdwirksamkeit statt, so dass dasjenige, was zuletzt die Darmwand überwindet, nur noch ein winziges chemisches Fragment der ursprünglichen Nahrung ist, welches seiner Ursprungssubstanz praktisch nicht mehr zugeordnet werden kann.

Auch auf der Ebene des gesunden menschlichen Immunsystems finden sich als Grundvoraussetzung für eine gelungene Integration bzw. einen erfolgreichen immunologischen Lernprozess ähnlich radikale Schritte des Stoffabbaus wie bei der Verdauung. Auch hier werden Fremdstoffe – wie ganz zu Anfangs beschrieben – initial von phagozytierenden sogenannten dendritischen Zellen in ihre Bestandteile aufgelöst und in Fragmenten aufgenommen, ehe kleinste aber charakteristische Teile davon dann als Antigen an der Zelloberfläche demonstriert werden können.

Mit dem Begriff der Gründlichkeit des Aneignungsvorganges ist also eine Art Überwindung der Fremdwirksamkeit als Grundvoraussetzung für eine Aneignung verbunden. Ernährungsphysiologisch liegt diese Überwindung der Nahrung in dem vollständigen Abbauprozess derselben bis an die Grenze der Stofflichkeit. Geistig seelisch betrachtet bedeutet Gründlichkeit beim Aneignen eines Fremden ebenfalls die vollständige Aneignung desselben, Die Überprüfung des Wahrheitsgehaltes bzw. die gedankliche Bearbeitung und Durchdringung des Fremden stellt dabei auch eine Art Zerstörungs- und Abbauvorgang dar, an dessen Ende der gesamt Fremdinhalt letztlich zu einem Eigenen umgeformt worden ist. Beide Formen der gründlichen Aneignung setzen also einen gewissen „Abbauvorgang“ bzw. eine Überwindung der Fremdwirksamkeit voraus. Was die menschliche Verdauung auf der stofflichen Ebene leistet, nämlich die Überwindung jedweder „Fremdwirksamkeit“ der Nahrung und was damit als eine Art Abtötungsprozess beschrieben werden kann, findet auf der Ebene des Denkens in ähnlicher Weise statt. Auch hier findet eine Art abtötender „Reflektions- oder auch Widerspiegelungsvorgang“ statt (Anm.22). So wie das Bild in einem Spiegel nur noch ein nicht mehr wirklich lebendiges Abbild der Realität darstellt, so ist der Gedanke, der uns in konkretisierter Form in das Bewusstsein tritt ebenfalls eine Art Abbild von einer geistigen Realität, die diese zugleich unwirksam macht. Indem wir uns zum Beispiel die Wirkung eines bestimmten Werbespots bewusst denkend klar machen, so kann dieser – wie die Werbepsychologie sehr wohl weiß – auch nicht mehr in uns manipulativ wirksam werden. Ziel vieler Werbemaßnahmen ist es deshalb, möglichst unter Umgehung des Bewusstseins auf unbewusst emotionale Instanzen im Menschen zu wirken, welche dann aus dem Unbewussten heraus das beworbene Objekt emotional erstreben und ersehnen lassen. Wie anders könnte man verstehen, dass manche Werbespots im Fernsehen nur für den Bruchteil einer Sekunde aufblitzen, so dass sie kaum vom bewussten Denken erfasst werden können. Zusammenfassend lässt sich also beobachten, dass Fremdwirksamkeiten geistig seelischer oder auch lebendig-leiblicher Art von einem gesunden Organismus immer zunächst in einer Form unwirksam gemacht werden müssen, ehe sie im Menschen den Anlass zu einer Eigenaktivität geben können. Diesen Vorgang kann man als eine Art Aneignungsprozess oder auch „Verdauungsprozess“ im erweiterten Sinne bezeichnen. Jedwede Umgehung jenes Vorgangs des „Abtötens“ bzw. „Unwirksam- Machens“ des Fremden führt letztlich dazu, dass „Unverdautes“, „Unangeeignetes“ als Fremdwirksamkeit in das Innere des Menschen aufgenommen wird und dort entweder unbewusst seelische Prozesse wie z.B. Ablehnung oder allergische Gegenwehr auslöst oder eine letztlich krankmachende Fremdwirksamkeit entfaltet.

Welche Instanz im Menschen aber ist es, die jenen Abbau- und Aneignungsvorgang impulsiert?

Rudolf Steiner beschreibt in einem Vortrag vom 28.12.1921 (Anm.23) wie tatsächlich der Vorgang des menschlichen Denkens in jedem Augenblick eine abtötende und zugleich wieder aufbauende Tätigkeit ausübt. Während der mit dem Denken verbundene Abtötungsvorgang als eine Art Hinterlassenschaft bildhaft gesprochen nur noch eine Art mineralischen Kreidesstaub zurücklässt, verwendet das Ich eben jenen Staub, um damit eine eigene Form zu „zeichnen“ erläutert Steiner in diesem Vortrag. Auch in Hinblicke auf die Ernährung beschreibt R. Steiner ein ähnliches Phänomen der Überwindung und Aneignung. Auch hier müssen die Fremdstanzialitäten zunächst vollständig abgebaut werden, ehe sie zur eigenen Leibessubstanz verwandelt werden können (Anm.24). Auch hier bringt Rudolf Steiner den Abbau der Stofflichkeit durch die Verdauungssäfte mit dem Eingreifen der Ich-Organisation im Zusammenhang (Anm.25).

Sowohl auf der Ebene des Denkens als auch auf der Ebene der Stoffaufnahme durch Ernährung muss demnach ein gründlicher Abbauvorgang vorgenommen werden, der das „Fremde“ in seiner Eigenwirksamkeit so überwindet, dass dieses im Organismus keinerlei Eigendynamik mehr entfalten kann. Diese gründliche Verarbeitung des Fremden, kann nur geschehen, indem ein starker Impuls aus der Ichsphäre des Menschen stattfindet. Während diese Verarbeitung und Aneignung im Bereich der Verdauung unbewusst stattfindet und deshalb von Rudolf Steiner als eine Wirkung der Ich-Organisation beschrieben wird, findet sie auf dem Gebiet des menschlichen Denken bewusst statt und kann unmittelbar als eine Wirkung des Ichs wahrgenommen werden. Gründlichkeit bei der Aneignung von Fremdwirksamkeiten bedeutet im Sinne einer konstitutionellen Betrachtung des Menschen deshalb immer, dass das Ich bei demjenigen Handeln, welches ein gründliches ist, anwesend ist.

Was aber geschieht, wenn anstelle dieser gründlichen Auseinandersetzung mit dem Fremden jenes nur halb bewußt, bzw. oberflächlich angeeignet wird, so dass es einen Teil seiner überfremdenden Wirkung im menschlichen Organismus entfalten kann? Deutlich wird aus dem bislang beschriebenen, wie dieser Zustand letztlich immer mit einer ungenügenden Wirksamkeit des Ichs einhergeht. Zu welcher körperlich-konstitutionellen Situation führt aber jene mangelnde Präsenz des menschlichen Ichs?

In seiner Schrift „Nervosität und Ichheit“ beschreibt Rudolf Steiner, wie nur durch das Eingreifen des menschlichen Ich eine Art ordnende Kraft auf den menschlichen Astralleib übergeht und dadurch letztlich auch der Ätherleib wieder in seiner Aktivität am physischen Leib angeregt wird. „Alles, was unseren innersten Wesenskern in Zusammenhang mit dem bringt, was wir tun, stärkt unseren Äther- oder Lebensleib, und wir werden dadurch gesündere Menschen“ führt er aus und weist dabei auf die Bedeutung hin, die Dinge, die der Mensch tut, mit gründlicher Aufmerksamkeit und Interesse zu tun. Jedwede Tätigkeit aber, die der Mensch nur vom Kopf her vollzieht ohne mit seinem Herzen dabei zu sein, dagegen beeinflusste im höchsten Grade die Stärke und Energie des menschlichen Ätherleibes schwächend (Anm.26). So also lässt sich die Erfahrung verstehen, dass eine oberflächliche Auseinandersetzung mit der Welt, welcher die Tiefe und Gründlichkeit fehlt, letztlich in eine Art Schwereerleben und Ermattung des Leibes führt. Schließlich wird aus der Beschreibung R. Steiners deutlich, dass durch die mangelnde Präsenz eines Iches letztlich das Gefüge aus Ich, Astralleib, Ätherleib und physischem Leib dissoziiert und der Mensch hierdurch in eine Ermattung seines Lebensleibes fällt. Da es der Lebensleib ist, welcher dem physischen Leib die Leichtigkeit gibt, überwiegt in der Folge das Erleben der physischen Schwere am eigenen Leib. Gerade jenes Schwereerlebnis und Erschöpfungsgefühl erschweren es für den Menschen in der Folge weiter, sich mit den Einflüssen, die auf ihn ständig in Form von geistig-seelischen Erlebnissen oder aber auch von Nahrungs- und anderen Fremdstanzen einströmen, in konstruktiver, d.h. diese aktiv in ihrer Fremdwirksamkeit überwindender Eigenarbeit, zu überwinden und zu integrieren. Die Folge ist eine zunehmend unkontrollierte Aufnahme unbewusst und unverarbeitet wirkender Fremdwirksamkeiten mit den oben beschriebenen Folgen des

allergischen Geschehen. Es ist ein schwierig zu lösender „Cirkulus vitiosus“ entstanden, der – sofern er nicht durch einen Heilungsansatz aufgelöst wird – zu einer Spirale aus zunehmender Erschöpfung, mangelnder Fähigkeit mit den Eindrücken aktiv integrierend umzugehen und der Folge von internalisierten Fremdwirksamkeiten, gegen die der Mensch sich allergisch zur Wehr setzen muss, die ihn aber wiederum weiter erschöpfen, führen kann. An welcher Stelle dieser Cirkulus vitiosus losgetreten wurde, kann im Einzelfall sehr unterschiedlich sein. Während beim einen Betroffenen eher eine durch verschiedene Lebenskonstellationen vorangegangene Erschöpfung den Ausgangspunkt darstellte, mag bei einem anderen Fall die mangelnde Fähigkeit oder auch der mangelnde Wille, sich mit den Fremdwirksamkeiten wach und aktiv auseinanderzusetzen den Anlass zu der Erkrankungsspirale gegeben haben. Bei wiederum anderen Menschen, vor allem aber auch bei Kindern, steht dagegen häufig eine Überlastung mit Eindrücken körperlicher, sinnlicher oder auch seelischer Art, welche nicht ausreichend von dem betroffenen Individuum verarbeitet und integriert werden können, am Anfang des Allergiegeschehens.

### **Ansätze zur Heilung der Allergieproblematik Hygiene und Prävention**

Fassen wir noch einmal in wenigen Zügen die verschiedenen Ursachen des allergischen Geschehens so zusammen, dass sich daraus Ansätze zu therapeutischen Ansätzen ergeben. Dabei ist es sinnvoll diejenigen Ursachen, die mehr aus der Vergangenheit das Zustandekommen einer Allergie begründen von denjenigen Ursachen zu unterscheiden, welche unmittelbar auslösend wirksam sind. Was lag also der allergischen Konstitution zugrunde? Hier wurde auf die Rolle der Reizüberflutung, der mangelhaften Möglichkeiten der (kindgemäßen) Verarbeitung der Erlebnisse und Eindrücke, sowie die Bedeutung von seelisch überfordernden Eindrücken vor allem in der Kindheit hingewiesen. Auch allgemeine Aspekte der Lebensführung wie unregelmäßige Lebensrhythmen, zu wenig Schlaf, anhaltende Überlastungen, aber auch einseitige intellektuelle Förderung, die das Kind nicht in seinem innersten Wesenskern anspricht und interessiert, tragen zu Schwächungen und Erschöpfungszuständen bei, die die Grundvoraussetzung für Allergien darstellen. Aus all diesen Voraussetzung ergibt sich die Bedeutung einer kindgemäßen Umgebung, in der das Kind frei von seelischen Ängsten, mit ausreichend Raum für Spiel und Bewegung sowie einem weitgehenden Verzicht auf mediale Überflutungen aufwachsen kann. Regelmäßige Nahrungsaufnahme ohne Hast wie auch sonst eine differenzierte Tagesgestaltung, die ausreichend Raum für Erfahrungen und Verarbeitung von Erfahrungen gibt, stellen die Grundlage für ein solide gegründetes Sein dar, welches die Erlebnisse und Eindrücke sinnvoll zum eigenen Sein integrieren kann. Beim Lernen ergibt sich die Konsequenz, jenes nicht auf dem Grundsatz der Pflicht aufzubauen, da die Pflicht als Fremdzweck eine freie und von Interesse geleitete Beziehungsaufnahme zu den Lerninhalten erschwert, sondern vielmehr ein interesse- und freudegeleitetes Lernen zu ermöglichen. Jedwede Lerninhalte, die vom Kind als unnötige Ballast erlebt werden und nicht mit seinem innersten Interesse in Deckung zu bringen sind, sollten möglichst vermieden werden. Moralische Erwartungen, die wir an das Kind stellen, nimmt das Kind unbewusst in sich auf und wird diese später nur schwer als „Fremdwirksamkeit“ in sich feststellen können, so dass sich aus solchen elterlichen Projektionen und Erwartungen starke, moralisch besetzte Pflichtgefühle ergeben, welche ein freies Handeln aus der Kraft des Ich-Interesses heraus später erschweren und den Betroffenen oftmals einer steten Wirksamkeit von unbewussten Kräften aus seiner Vergangenheit unterwerfen, die oftmals verantwortlich für allergische Prozesse sein können. Ebenso belastend und das Unterbewusstsein besetzend wirken subtile oder versteckte Ablehnungen gegenüber dem Kind, welche durch unreflektierten Ärger und Emotionalität unterhalten werden. Je weiter es den Erziehenden gelingt, jene Grundsätze aus einem differenziert erarbeiteten Erziehungsideal zu verwirklichen, desto gesünder bildet sich die physisch-ätherische Leibesgrundlage des Kindes aus, desto freier wird es von unbewusst belastenden Ängsten oder Emotionen, desto kräftiger kann es

später Fremdeinflüsse und Fremdeindrücke so aktiv bearbeiten, dass es sie frei und anverwandelt bereichernd in sein eigenes Sein integrieren kann. Eine allergische Gegenwehr wird jenes Kind dann nicht nötig haben.

Welche Mittel haben wir jedoch als Erwachsene an der Hand, wenn wir nicht in den Genuss einer derart gesunden Erziehung gekommen waren, die aus der Vergangenheit herrührende Schwäche und unbewusst wirksamen Fremdwirksamkeiten in unserem Inneren so zu verwandeln, so dass sich daraus auch das Phänomen der allergischen Gegenwehr überwinden lässt?

Wir verlassen damit das weite Feld der Prävention und betrachten konkret therapeutische Ansätze zur Überwindung der allergischen Disposition. Da jedes Individuum in seinem Innersten die tiefe Sehnsucht trägt, jedwede konstitutionelle Problematik letztendlich durch entsprechende Lern- und Entwicklungsschritte selber zu überwinden und der Einsatz von Medikamenten und äußeren Hilfestellungen vor diesem Hintergrund immer erst der letzte Schritt sein sollte, der nur dann sinnvoll ist, wenn der Betroffene die Problematik z.B. aufgrund einer Erschöpfungskrise nicht mehr aus eigener Kraft heraus auflösen kann, wollen wir die therapeutischen Bemühungen auch mit Gedanken zu jenen Entwicklungsschritten beginnen.

### **Die Bedeutung der konkreten Gedankenbildung bei der Überwindung der Allergie.**

Während im vorangehenden Kapitel mehr auf die der allergischen Konstitution zugrundeliegenden Schwierigkeiten eingegangen worden ist, wollen wir an dieser Stelle noch einmal das akut allergische Geschehen selbst in seinem Zustandekommen in Erinnerung rufen. Dabei war deutlich geworden, dass am Anfang meist der Kontakt mit einem Allergen als Auslöser steht. Das Allergen war bei den Betrachtungen zuvor als eine Art Träger von Empfindungsubstanzialität beschrieben worden. Jene Empfindungsubstanzialität war es, die aufgrund einer zu großen Offenheit des Organismus zu weit unbewusst in das menschliche Innere aufgenommen wurde und dort alte Seelenkräfte, welche z.B. in nicht verarbeiteten schockartigen Erlebnissen, Traumen aber auch anderen emotionalen Erlebnissen bestanden, wieder aktivierten oder aufwühlten. Die physiologische Betrachtung hatte gezeigt, dass die Fremdwirksamkeit nicht nur aufgrund fehlender Barriere- und Wahrnehmungsfunktionen an der Peripherie der Schleimhäute zu tief in das Innere hineingenommen wird, sondern auch zu stark in die Stoffesgrundlage des Leibes hineinwirkte (Bindung an Mastzellen), so dass sich hieraus schon die Neigung zur entzündlichen, wunden Reaktion ergab. Die hierdurch losgetretenen unbewussten Seelenkräfte beginnen nun im allergischen Geschehen ein eigendynamisches Geschehen, welches einem „wild gewordenen“ Astralleib – man könnte auch sagen dem ungezähmten Löwen – entspricht. Da jener solange die Kontrolle über das leibliche Geschehen am Menschen behält, bis er aus der nächst höheren Instanz wieder seine Einordnung und Führung erhält, stellt sich die Frage, wie im allergischen Geschehen die Ich-Instanz wieder zur Wirksamkeit kommen kann. Das Ich aber kommt an der Stelle in seine Tätigkeit, an der der Mensch sich durch Wahrnehmung und aktive Gedankenbildung wieder in ein gestaltetes und geführtes Beziehungsverhältnis zu dem Geschehen bringen kann. Was aber heißt das in einer konkreten allergischen Situation? Dies soll zunächst an einem konkreten Fallbeispiel angeschaut und verstanden werden. Bei dem Fall handelt es sich um einen ca. 25 jährigen jungen Mann, der bei einer bestehenden Hausstauballergie in einer massiven Expositionssituation eine beginnende anaphylaktische Reaktion entwickelte, die er tatsächlich durch Hinzuziehung der Ich-Instanz aus eigener Kraft überwinden konnte. Was war die Situation? Der junge Mann befand sich in einer Situation, in der er nach einer längeren gemeinsamen Wohngemeinschaftssituation mit Freunden nach Auflösung der WG die Wohnungsübergabe der leergeräumten Wohnung an den Vermieter abwickeln sollte. Entgegen der Verabredung, war die Wohnung aber keineswegs in einem

übergabebereiten Zustand sondern noch immer recht schmutzig. So sah sich der junge Mann gezwungen, in den vom Umzug extrem staubigen Räumen noch einmal einen Großputz zu unternehmen, obwohl er eigentlich dringend abreisen musste. Jene Notwendigkeit erregte in ihm einen unausgesprochenen aber dennoch mächtigen Ärger über seine Mitbewohner, die sich buchstäblich „aus dem Staub“ gemacht hatten. Die Kombination an Ärger, Pflichtgefühl (dem Vermieter gegenüber), Staubexposition sowie eine durch vorangegangene Prüfungsphasen ausgelöste Erschöpfung löste bei dem Betroffenen zum ersten – und übrigens auch zum letzten – male in seinem Leben eine gefährliche anaphylaktische Reaktion mit plötzlichem Juckreiz und Rötung am ganzen Leib, Augen- und Rachenbrennen, Herzrasen und einer bedrohlichen asthmatischen Verengung der Bronchien aus. Während die instinktive Reaktion diejenige gewesen wäre, sofort das in der Nähe gelegene Krankenhaus aufzusuchen, wo ihm mit Sicherheit ein hochdosiertes Kortisonpräparat gespritzt worden wäre, löste die Aussicht auf eben jenes Kortison beim Betroffenen folgenden Gedanken aus: Plötzlich wurde ihm der Zusammenhang von seinem bis dato nur halb bewussten Ärger sowie dem ihn erdrückenden Pflichtgefühl und der allergischen Situation bewusst und er fasste den Entschluss, sich nicht von jenen beiden Emotionen besetzen lassen zu wollen. Er öffnete ein Fenster, setzte sich in eine Ecke des staubigen Zimmers und griff aus einer letzten verbliebenen Bücherkiste ein abgegriffenes philosophisches Werk, welches er gerade intensiv studiert hatte. Mitten in dem Geschehen gelang es, das Bewusstsein für eine halbe Stunde ungeteilt auf jenen Text zu lenken und dabei das allergische Geschehen einfach zu ignorieren. Die Folge war tatsächlich ein vollständiges Abklingen des ganzen Spukes. Danach konnte er die Arbeit in aller Ruhe zu Ende bringen, und beschloss die Nachlässigkeit der Mitbewohner in einem späteren Gespräch mit diesen sachlich zu klären.

Was war hier geschehen? Auslösend für die Heftigkeit der Anaphylaxie war die Summe aus Erschöpfung, Allergen, Stress und unbewusstem Ärger und Pflichtgefühl. Durch die Staubexposition, die schon in frühen Kindheitsjahren häufig im Zusammenhang mit seelischer Unausgeglichenheit allergischen Phänomene bei dem Betroffenen ausgelöst hatte, war ein bislang seelisch noch unbewusstes Geschehen wie der Konflikt zwischen dem Pflichtgefühl und dem Ärger darüber, die Wohnung reinigen zu müssen, losgetreten worden und hatte zu dem dynamischen Teufelskreis geführt, aus dem das Ich letztlich hinausgeworfen wurde. Durch den Gedanken, der die unbewussten Seelenvorgänge einmal an das Licht gehoben hatte und sie damit aktiv verarbeitete und integrierte sowie durch den gleichzeitigen Entschluss, jene Emotionen nicht unkontrolliert in sich zur Wirksamkeit kommen lassen zu wollen, sowie die Umwendung zu einem neuen Inhalt, mit dem das Ich bereits im Vorfeld in einer starken von Interesse getragenen Beziehung gestanden hatte, hatte das Ich wieder auf den Plan gerufen, so dass dieses die Führung über den „Löwen“ (Astralleib) wieder übernehmen konnte.

Das Beispiel zeigt einen Fall, bei dem tatsächlich aus der Ich-Instanz eines Menschen, welche durch eine konkrete Gedankenbildung herangezogen worden war, das akute allergische Geschehen überwunden werden konnte und tatsächlich so nie wieder auftrat (Anm.27).

### **Die Bedeutung der Überwindung von unbewusst wirkenden Kräften in der menschlichen Seele bei der Heilung von Allergien**

Bereits am vorangegangenen Beispiel war die Rolle von un- oder halbbewussten Emotionen beim Zustandekommen des allergischen Geschehens deutlich geworden. Neben dem Ärger hatten auch gewissen Pflichtvorstellungen, zu denen in der geschilderten Situation kein freies Verhältnis aufgebaut werden konnte, Bedeutung gehabt. Dass gerade moralische Verpflichtungsgefühle, die aus den vergangenen Prägungen, aus den Erwartungen, die die Umgebung z.B. an den Menschen in seiner Kindheit gehabt hatte, aber auch aus religiösen oder ethischen Moralvorstellungen heraus,

welche allesamt aus der Vergangenheit in die Gegenwart hineinwirken, ohne in Freiheit bejaht werden zu können, oftmals wesentlich zum allergischen Geschehen beitragen können, soll an folgenden beiden Fallbeispielen verdeutlicht werden. Interessant ist an beiden Fällen, dass es sich beides mal um Phänomene an der Haut handelt, die oftmals dem Bewusstsein recht nahe liegen und auch im günstigsten Fall bei entsprechender Aufarbeitung der Ursache, rasch ausheilen können. Des weiteren handelt es sich bei beiden Fällen um eine Nesselsucht, bei der das klassische Allergen nicht eruiert werden konnte. Ob den Fällen dennoch ein – nicht bekanntes – Allergen zugrunde liegt oder aber ob es sich um eine idiopathische oder einfach „stress-getriggerte“ Urtikaria handelt, soll für das Verständnis des Krankheitsprozesses insofern keine Rolle spielen, als das pathophysiologische Geschehen im Wesentlichen dem des oben geschilderten allergischen Geschehens gleicht.

Beim ersten Fall handelt es sich um eine Mutter mit einer Säugling und einem Schulkind, die mit ihrem Mann als Kleinfamilie am Rande einer Großstadt lebt. Seit der Geburt des zweiten Kindes, leidet die Mutter an Durchschlafstörungen und einer Erschöpfung, die im Wesentlichen durch häufiges Erwachen und Weinen des Säuglings in der Nacht ausgelöst worden sind. Als „Waldorfmutter“ legt die Mutter großen Wert darauf, dem Säugling eine ruhige und stressfreie Umgebung zu schaffen. Dies bringt mit sich, dass sie seit seiner Geburt das Haus kaum mehr verlassen hat, da der Ehemann aufgrund seiner beruflichen Dauerbelastung kaum einmal zuhause ist, um den Säugling zu übernehmen und die Umgebung und der Lärm einer Großstadt aus Sicht der Mutter für das Kind schädlich wirkt. Ohne Vorankündigung kommt es plötzlich zu einer heftigen Urtikaria, die der Mutter den Schlaf in den Nächten noch weiter erschweren. Eine erste therapeutische Intervention in Form von von Calcium Quercus Globuli und einer Gelanwendung aus Fumaria, Heilerde und Hydrogel auf die Haut führt zunächst zu einer deutlichen Symptomlinderung. Als jedoch an einem Freitag der Ehemann offenbart, dass er unerwartet an dem bevorstehenden Wochenende eine Dienstreise machen müsse, flammt die Nesselsucht in der darauf folgenden Nacht wieder massiv auf. Im ärztlichen Gespräch wird rasch der Zusammenhang von Erschöpfung und unbewussten Emotionen von Ärger und Frustration über die erneute Abwesenheit des Ehemanns und die Tatsache eines weiteren Wochenendes mit den Kindern zuhause deutlich. Außerdem werden die starken Schuldgefühle und Abwehrgefühle gegenüber dem Impuls, mit dem Säugling entgegen aller Bedenken einmal einen Ausflug in die Stadt zu machen, thematisiert. Indem die zunächst nur halbbewussten Bedenken gegen einen solchen Schritt sowie die sich anknüpfenden Schuldgefühle, eine schlechte Mutter zu sein, die ihre eigenen Wünsche so sehr über die Bedürfnisse des Säuglings stellt, durch bewusstes Anschauen und Analysieren als „fremd“ im erweiterten Sinne erkannt werden, wird zugleich auch deutlich, dass diese von stark moralisierenden Vorstellungen in der eigenen Seele herrühren, die vor einer eingehenden Überprüfung nicht mehr Bestand haben können, sondern sich als überzogen zu erkennen geben. Erleichtert und entlastet macht sich die Patientin trotz der Nesselsucht mit öffentlichen Verkehrsmitteln auf den Weg in die Stadt um lange vermisste Freunde zu besuchen und sich mit diesen zu besprechen. Noch in der gleichen Nacht verschwindet die Urtikaria so schnell wie sie gekommen war.

Auch hier kann konstitutionell davon gesprochen werden, dass durch eine konkrete Erkenntnis- und Gedankenarbeit, die zunächst dazu führt, dass bestimmte unbewusst wirkende emotional-astrale Instanzen als fremd, aus der Vergangenheit stammend und als moralisch überzogen erkannt werden, letztlich aus der Ich-Präsenz heraus der Entschluss gefällt wurde, lange anstehende Begegnungen mit Freunden und den damit verbundenen aufbauenden Gedankenaustausch zu realisieren.

Der zweite Fall ist sehr ähnlich geartet und soll nur zur weiteren Konkretisierung angeführt werden. Auch hier handelt es sich um eine sehr engagierte Mutter, in diesem Fall mit einem Kleinkind und

einem wenige Monate alten Säugling. Auch hier liegt dem Geschehen einer Urtikaria eine Erschöpfung durch vorangegangenen Schlafmangel zugrunde. Auch hier liegt überdies ein Konflikt vor. Dieser bestand darin, dass die Mutter aufgrund der Situation sich nun mit zwei Kindern konfrontiert zu sehen immer das Gefühl hatte, einem der beiden nicht mehr gerecht zu werden, so dass ein unbewusstes Gefühl von Ohnmacht und Unlösbarkeit der Situation schon seit längerem bestand. Hinzu kam nun auslösend die Notwendigkeit einer großen Familienfeier, die von der Familie in einer gewissen Perfektion erwartet und gewünscht wurde. Bei der betroffenen Mutter entstand in der Folge der Familienfeiervorbereitung wenige Tage vor der Feier eine heftige Urtikaria. Auch hier wurde in einigen eingehenden therapeutischen Gesprächen bald der Zusammenhang der Urtikaria zu einem innerseelischen Konflikt deutlich. Dieser bestand darin, es nun nicht mehr allen recht machen zu können, da die Patientin das Empfinden hatte, schon den beiden Kindern kaum mehr gerecht werden zu können, und nun die Erwartung einer perfekt vorbereiteten Tauffeier auch noch von der Umgebung hereinwirkte. Die Folge war auch hier ein zunächst vollständig unbewusstes Gefühl der Ohnmacht und inneren Anspannung durch eine scheinbare Unlösbarkeit der Situation, welches zum allergisch-urtikariellen Geschehen führten. Indem auch hier der Perfektionismus als letztlich unverarbeitete nicht ganz zu einem selbst gehörige Fremdwirksamkeit in der eigenen Seele erkannt wurde und zugleich der eigene Anspruch, immer und jeder Zeit für die Kinder da sein zu wollen, ebenfalls als Wirkung aus einer eigenen unfreien Vergangenheit erkannt wurde, war ein erster Schritt zur Heilung der Nesselsucht getan. Bereits hier ließ der Juckreiz erheblich nach. Es schlossen sich einige erweiternde Gedanken im therapeutischen Gespräch an, die deutlich machten, dass der Anspruch einer Allgegenwärtigkeit, den die Mutter unbewusst an sich selbst gestellt hatte, weder für sie selbst noch für die Kinder günstig war.

Vor allem dem Älteren der beiden Kinder gegenüber konnten in der Folge klarere Grenzen gesetzt werden, die letztlich diesem zugute kamen, da er hierdurch weniger von der Mutter abhängig war und in der Folge zu mehr Selbständigkeit kommen konnte. Die Abgrenzung geschah aber aus der Erkenntnis dessen was für alle Beteiligten richtig war, also letztlich aus einem gedanklichen Verarbeitungsprozess, der die gemachten Erfahrungen in gesunder Weise in das eigene Sein integrierte, nicht aus einer Emotionalität des Ärgers heraus. Oftmals beobachtet man nämlich, dass gerade Mütter, welche zunächst aus ihrem instinktiven Pflicht- und Moralgefühl heraus glauben immer für das Kind da sein zu müssen, als Reaktion eine Art verärgertes, ja bisweilen regelrecht antipathisches Verhalten gegenüber dem zu anhänglich gewordenen Kind praktizieren. Während die in unserem Falle beschriebene „gesunde“ Abgrenzung letztlich aus einem Erkennen der sachlichen Notwendigkeiten herrührte und deshalb sowohl dem Kind als auch der Mutter Kräfte zukommen ließ, stellt jene antipathische Form der Abgrenzung letztlich doch meist nur eine Fortsetzung jener unbewusst emotionalen Astralkräfte dar, die in der Regel zu einer immer weiteren Verstärkung der Problematik führen zumal sich das Kind in diesem Falle gründlich missverstanden und abgelehnt fühlt und immer weiter versuchen wird die Aufmerksamkeit der Mutter manipulativ auf sich zu ziehen.

Weiterhin wurde nach einigen therapeutischen Gesprächen die Familienfeier zwar begangen, aber der Aufwand minimiert, Helfer wurden hinzugezogen. Unter einer begleitenden Therapie mit intravenösen Calcium-Quercus Präparaten und subkutanen Stibium D6 Injektionen sowie einer Gelatanwendung auf Fumaria/Heilerde/Hydrogel Grundlage auf die betroffenen Areale besserte sich die Symptomatik zusehends und trat auch hernach bislang nicht wieder auf. Insgesamt handelte es sich auch hier wieder um ein starkes Überhandnehmen emotionaler Pflichterfüllungs- und Perfektionsmuster, die aufgrund ihrer Unvereinbarkeit mit der Realität einen unlösablen Konflikt ergeben hatten und die Mutter überfremdend daran hindern wollten, in ihre Ich-Präsenz zu kommen. Durch Erkennen der unbewusst wirksamen Emotionen und Konflikte sowie einen konkreten Gedankenaufbau, der darauf zielte, die problematische Situation sinnhaft zu lösen, gelang

es der Patientin wieder aus ihrem Ich heraus Zugriff auf die eigene Leibesgrundlage zu bekommen, so dass sich der entzündlich losgelöste Astralleib und der in Schwellung überquellende Ätherleib der Patientin wieder konstruktiv mit der physischen Leibesgrundlage verbinden konnten und die konstitutionelle Voraussetzung der Nesselsucht damit durchbrochen war.

Auch eine dritte Fallgeschichte zeigt, wie sich durch das Bewusstwerden einer unbewusst wirksamen emotionalen Wirksamkeit jene auflösen ließ und damit ein akutes Gesichtsekzem überwunden werden konnte. In diesem Fall handelt es sich um die Geschichte einer ca. 45 jährigen verheirateten Frau, welche die Praxis wegen eines seit einigen Tagen akut ausgebrochenem heftigen Gesichtsekzemes aufsuchte. Da klassisch allergische Auslöser wie neue Gesichtscreme, oder Kosmetika nicht zu eruieren waren und die Symptomatik recht akut ausgebrochen war, wurde nach tiefer liegenden seelischen Ursachen gefahndet. Dabei kam eine gewisses Rückzugverhalten des Ehemannes in der jüngsten Vergangenheit vor Ausbruch des Ekzems zu Tage, bei dem die Patientin das Empfinden hatte, nicht genau zu wissen, was gerade in ihrem Mann vorging. Gefragt, weshalb sie das wissen müsse, wurde deutlich, dass es in der Vergangenheit mehrfach Seitensprünge des Partners gegeben hatte, die dieser zwar - nachdem sie von der Patientin aufgedeckt worden waren - zugab und bereute, jedoch war es – wie sich deutlich zeigte - zu keiner wirklichen Aufarbeitung dieser Vertrauensbrüche gekommen. Nun wurde auch deutlich, dass das Bedürfnis der Patientin zu wissen, was in ihrem Partner vorging aus den wiederholten Vertrauensbrüchen der Vergangenheit herrührte. Indem dieser Zusammenhang im therapeutischen Gespräch geklärt werden konnte, gelang es der Patientin auch mit dem Verweis auf die stattgehabten Vertrauensbrüche mit dem Ehemann in ein konstruktives offenes und vertrauensvolles Gespräch zu kommen. Nachdem deutlich wurde, dass der Rückzug des Partners andere Gründe hatte als einen drohenden Seitensprung, und dieser sich auch dem ehrlichen Gespräch stellte, in dem er die Sorgen und auch die Kränkungen aus der Vergangenheit, die er seiner Frau durch die Seitensprünge angetan hatte, ernst nahm, ließ sich das Ekzem innerhalb weniger Tage vollständig ausheilen. Begleitend wurde aufgrund einer wahrnehmbaren Schwäche des Leberstoffwechsels eine medikamentöse Therapie mit Hepatodoron Tabletten und einer Zusammenstellung verschiedener Bittermittel, die oral verabreicht wurden, durchgeführt. Außerdem erhielt die Patientin eine lokale Anwendung mit einem Birkenrindenextrakt, welche die Haut einerseits in Ihrer Fähigkeit zur Mineralisation unterstützen sollte und andererseits die spröde gewordene wässrige Lebensgrundlage der Haut wieder kräftigen hilft.

Zusammenfassend handelte es sich in allen drei Fällen darum, dass durch eine unbewusst emotionale Wirksamkeit, die die Patientinnen überfremdend in Besitz genommen hatte, Astralleib und Ich etwas aus dem Leib-Seele Gefüge herausgehoben worden waren und den ätherischen Leib mitgerissen hatten. Diese Fremdwirksamkeit galt es zunächst zu erkennen. Im weiteren musste versucht werden, durch einen aktiven und konstruktiven Gedankenaufbau wieder die Hoheit über das auseinandergerückte Leib-Seele Gefüge zu erhalten. Dadurch konnten sich die drei Patientinnen von dem Besetzt-sein durch die emotional astrale Fremdwirksamkeit befreien und dem allergischen Geschehen damit den Boden entziehen.

## **Die Bedeutung einer klarenden Umgebung und des Kieselprozesses für die Heilung der Allergie**

Während die bisherigen Beispiele die Bedeutung des Erkennens von unbewusst wirksamen aus der Vergangenheit herrührenden Seelenkräften sowie die Erarbeitung eines konkreten Gedankens in den Vordergrund gestellt hatten, soll in der Folge der Einfluss einer ordnenden Umgebung und Aktivität auf das allergische Geschehen wiederum an einem Beispiel betrachtet werden.

Als Beispiel soll hier ein junger Student angeführt werden, der im Rahmen einer monatelangen statistischen Auswertung einer Promotionsarbeit erstmalig in seinem Leben eine Neurodermitis an den Ellenbeugen, Kniekehlen und am Hals entwickelt hatte. Die Arbeit an der Promotion brachte es mit sich, dass er seit einigen Wochen den ganzen Tag nur noch vor dem Computer zugebracht hatte. Da die Ergebnisse der gemachten Untersuchung nicht eindeutig zu sein schienen, hatte er von seinem Promotionsbetreuer den Auftrag erhalten, die Arbeit nach irgendwelchen statistischen Signifikanzen durchzuforschen um daraus eine sinnvolle Aussage ableiten zu können. Diese Art der Tätigkeit konnte der Student, der die Arbeit durchaus mit dem Anliegen begonnen hatte, eine spezifische ihm wichtige Fragestellung zu klären, nicht als sinnhaft erleben, so dass er die Auswertung über lange Strecken recht mechanisch und wie fremdbestimmt vollzog und dabei kaum mit seinem innersten Wesen mit der Thematik verbunden sein konnte. So brachte diese Tätigkeit eine zunehmende Erschöpfung mit sich, der Blick des Studenten trübte sich bei der langen Bildschirmarbeit zunehmend, es entstand ein Gefühl des Verschwimmens der Körperkonturen mit der Umgebung und der zunehmenden inneren Führungslosigkeit, bis es schließlich zu der beschriebenen Rötungs-, Schwell- und Juckreizsymptomatik kam. Sämtliche therapeutische Maßnahmen wie Equisetum Auftragungen und anderes führten nicht zu einer Verbesserung, bis der Student schließlich den Entschluss fasste, die Arbeit für eine Zeit liegen zu lassen und eine Reise in die Berge zu tun. In der von Urgestein und damit intensiven Kieselprozessen geprägten Umgebung verbrachte er einige intensive bewegungsreiche Tage wandernd und zeichnend in der Natur bei elementarer Nahrung. Des weiteren nahm er ein niedrig potenziertes in Gletscherwasser potenziertes Präparat der „Nana-Schafgarbe“ oral zu sich. Schon nach wenigen Tagen war der Ausschlag restlos verschwunden, der Student hatte wieder das Erlebnis, Herr seines Leibes und seiner Aufmerksamkeit zu sein und mit wachen Sinnen in der geklärten Atmosphäre die Dinge um sich herum wieder rein wahrnehmen zu können. Auch nach der Rückkehr ließ er es sich nicht mehr nehmen, interessengeleitet an seiner Promotionsarbeit weiterzuarbeiten, und indem er sich über die Anweisung seines Betreuers hinwegsetzte und nun nicht mehr wahllos nach Signifikanzen suchte sondern stattdessen seine eigene Fragen wieder mehr in die Analyse der Arbeit hereintrug, nahm die Arbeit zuletzt doch noch eine sinnvolle Wendung und die Hautproblematik trat nicht wieder auf.

Interessant an dieser Fallgeschichte ist die Bedeutung, die in diesem Fall neben dem Erkennen des fremdbestimmten Handelns, die klärende, kristalline Atmosphäre der Berge für den günstigen Verlauf der Erkrankung hatte. Neben dem Entschluss, wieder das zu tun, was er mit echtem, wachen Interesse tun konnte, trug jene von Licht und Formkräften geprägte Atmosphäre der Berge, die Begegnung mit Natureindrücken sowie die elementare und einfache Nahrung hier vermutlich maßgeblich zur raschen Besserung bei. Das Erlebnis des Aufquellens, des Konturverlustes des „Diffus-“ und Formlos-Werdens waren hier zentrale Erfahrungen im Zusammenhang mit der Neurodermitis, die bei dem Studenten die instinktive Sehnsucht nach der klärenden formenden Atmosphäre der Bergwelt ausgelöst hatten. Interessant ist dieser Zusammenhang vor allem vor dem Hintergrund der Beziehung des Kiesels zur Haut. Sowohl bei Rudolf Steiner (Anm.28) als auch bei Heinz Grill (Anm.29) finden sich Hinweise auf die starke Beziehung, die der Kiesel zum einen zum Ich geführten Bewusstseinsprozess zum anderen aber auch zur gesunden Schutzkraft des „Kieselmantels“ der Haut und damit auch bei der Überwindung der Allergien hat. Auch in meiner Arbeit zur Osteoporose (Anm.30) finden sich im Kapitel „Der Kieselprozess als Frucht des 6. Lebensjahrsiebtes“ ausführliche Erläuterungen des Zusammenhangs einer aktiven Gedankenbildung zum Kieselprozess.

## Die Bedeutung einzelner Heilansätze der Allergischen Erkrankungen durch Pflanzen und Mineralien

Da sowohl die ätherische Leiblichkeit als auch Astralleib und Ich im allergischen Geschehen von der physischen Leibesgrundlage und zugleich auch voneinander dissoziiert werden, muss die gesamte medikamentöse Therapie darauf hinzielen, dieses auseinandergerückte Leib-Seele Gefüge wieder dichter zusammenzubringen, so dass sich die verschiedenen Wesensglieder des Menschen wieder besser durchdringen können. Während die bereits aufgeführten Heilansätze mehr darauf zielen, diesen Prozess

Durchdringung der oben, also aus der heraus wieder herzu-Situationen, in denen erschöpft oder in lage geschwächt ist, seinem Ich heraus kann. Außerdem kindlichen Allergien ja diese Kraft nicht vom werden kann, sondern ordnenden und gungen der Umge- ausübt werden kann eine begleitende pflanzlichen oder



der gegenseitigen Wesensglieder von Aktivität des Iches stellen, gibt es der Allergiker derartig seiner Leibesgrund- dass er diese Kraft aus kaum mehr aufbringen haben wir es bei den damit zu tun, dass Kinde selbst entfaltet in Form von strukturierenden Anre- bung auf das Kind muss. In beiden Fällen Therapie mit mineralischen Heil-

mitteln hilfreich sein. Im Vordergrund der therapeutischen medikamentösen Bemühungen muss dabei das Ziel stehen, die Lebenskräfte des Menschen wieder so zu stärken, zu straffen und zu durchgliedern, dass sie ihre Tendenz, über die Leibeskonturen hinauszuquellen und die Verbindung mit dem physischen Leib zu lockern, was sich ja in der vermehrten Schwellneigung und Neigung zur Schleimbildung bei vielen allergischen Phänomenen zeigt, beenden und wieder kräftig die physische Leibesgrundlage durchdringen. Hier kommt es darauf an, Heilmittel zu verwenden, die in ihren Lebenskräften stark auf die Physis hin orientiert sind und in besonders kräftiger, durchformender Weise in jener tätig sind. Besonders erwähnenswert sind in diesem Zusammenhang die Trieb spitzen der Schlehe (*Prunus spinosa Summitates*). Betrachtet man die harten, schwarzen dornigen Äste der Schlehe im Winter, so ist es beim reinen Blick auf deren Physis recht schwer sich vorzustellen, dass aus diesem toten Holz im Frühjahr wieder Blätter und grüne Triebe sprießen können. Wenn aber die ersten Triebe aus dem Holz herauß spitzen, so überrascht die große Dynamik, mit der dieser Schritt getan wird. Während andere Pflanzen um diese Jahreszeit im sanft saftigen Frühjahrsgrün quellen und keimen, hat das Grün der Schlehentrieb spitzen einen eher bläulichen Charakter. Auch geschmacklich zeichnen sich die Spitzen der Triebe neben ihrer Frische durch eine säuerlich-bitteren Beigeschmack aus. Sowohl Blaufärbung als auch die Bitternis – die mit dem geringen Blausäuregehalt der Triebe zusammenhängt – haben eine eher zusammenziehende, gerbende Wirkung auf den Leib der Pflanze und des Menschen. Diese zusammenziehende Kraft ist es, welche das mit dem „wuchernden“ Ätherleib zusammenhängende Quellen beim Allergiker wieder an den Leib heranführt und damit zum Stoppen bringen kann. Noch stärker gerbend und zusammenziehend wirkt die Rinde der Eiche auf jegliche Quellprozesse, sei es als Fußbad, sei es in potenziert er Form als Injektion in die Waden. In beiden Fällen kann man oft beobachten, wie die – bei den meisten Allergikern – kalten Beine und Füße sich allmählich wieder erwärmen und die bei vielen Allergikern verloren gegangene Eigenwahrnehmung der unteren Extremität wieder

zurückkehrt. Während sich im allergischen Geschehen ätherischer Leib, Astralleib und Ich geradezu aus dem unteren Leibe herausziehen, was sich in Form von Nichtwahrnehmung und Kälte der Füße äußern kann, und damit der Dissoziationsvorgang gerade am körperfernsten äußersten Ende des Leibes oft am stärksten ist, können gerade die Kombination von Schlehe und Eiche helfen, die herausgerückten Kräfte wieder einzubinden und ein „Ausfließen“ von Kräften an den Beinen verhindern.

Dieser Vorgang lässt sich vor Geschehen noch weiter Substanzen steigern. Zusammenhang gerne zwar manchmal akut z.B. in wirksam sein können, indem des Menschen dort unten tief längerfristige Anwendungen nachhaltiger, da sie weniger wirken sondern nachhaltiger Menschen mit Wärmekräften allergischen Phänomenen, manifestieren, können die und Therapien gerade auch gerade auch wenn man sie anwendet sehr wirksam sein.



allem im akuten allergischen durch noch stärker wärmende Während die in diesem verwendeten Senffußbäder einem Asthmaanfall recht sie auch die astralen Kräfte verankern, wirken mit Meerrettich meist nach einem Reizprinzip Die Durchdringung des anregen. Vor allem bei die sich im Kopfbereich aufgeführten Anwendungen über die Füße und Beine über längere Zeit konsequent

Weitere Bittermittel, die durch ihre Bitternis mit dabei behilflich sein können, die losgelösten und uneingeordneten ätherischen Kräfte eines Patienten wieder stärker in eine Verbindung mit der Leiblichkeit zu bringen sind *Cichorium* (Wegwarte), *Gentiana lutea* (Enzian) aber auch *Fumaria* (der Erdrauch). Bei der ist jeweils darauf zu achten, Grundvoraussetzung schon seiner ätherischen Leibesum mit einem Bittermittel der mächtige gelbe Enzian bei vielen Bergvölkern als bei Darmkrämpfen verwendet er substantiell oder niedrig gewissen „Robustheit“ des Konstitutionen bewähren sich allergischen Erkrankungen die Wegwarte, zumal diese Mineralische gehenden Gerade die Wegwarte kann überschießende Quell-Kombination aus Bittermineralisierenden Wirk-



Anwendung der Bittermittel dass der Patient als noch eine gewisse Kraft grundlage aufweisen muss, behandelt zu werden. Gerade (*Gentiana lutea*), welcher z.B klassisches Dickdarmmittel wird, bedarf vor allem wenn potent gegeben wird einer Leibes. Bei zarteren bei der Therapie von eher feinere Bittermittel wie noch mit einem stark in das Kieselprozess verbunden ist, dabei behilflich sein, prozesse durch ihre mitteln und einer starken samkeit wieder in die Leiblichkeit einzuordnen. Während die milde - beinahe würzige - Bitterkeit dies durch eine leicht zusammenziehende Wirkung tut, hilft der starke mineralische Aspekt der Wegwart, der sich z.B. schon beim Ertasten der Stengel erleben lässt, das starke Aufbäumen der ätherisch quellenden Kräfte wieder durch eine sanfte Mineralisierung zu konturieren.

Um den mineralisierenden Aspekt geht es auch bei den im Zusammenhang mit allergischen Hauterkrankungen häufig hilfreichen Heilmitteln *Equisetum arvense* (Ackerschachtelhalm) und Quarz. Betrachtet man den Aufbau der Haut in ihren verschiedenen Schichten, so stößt man darauf dass diese in ihren äußersten Schichten eine zunehmende Mineralisierung aufweist. Während die innerste Schicht der Lederhaut noch wässrig, lebendig und von einer großen Stoffwechselaktivität durchdrungen ist, zeigt die Haut nach außen eine Tendenz zum Absterben und zum mineralisierenden Verhören. Gerade bei entzündlichen Hauterkrankungen schiebt sich aber oftmals eine überschießende Stoffwechselaktivität auch in die äußersten Schichten der Haut, die sich in Form von nässenden, geröteten und juckenden Hautreizungen manifestieren. Anstelle einer geklärten und konturierten Grenze entsteht dadurch ein Konturverlust und ein Aufquellen über die physiologischen Hautgrenzen hinaus. Die äußere und auch innere Anwendung von Quarz- oder *Equisetum*-haltigen Anwendungen hilft der Haut, ihre Fähigkeit zur sich selber begrenzenden Mineralisierung, die mit dem nach außen beobachtbaren Absterbeprozess zusammenhängt, wieder zu erlangen. Beim Schachtelhalm findet sich darüber hinaus noch ein besonderes Zusammenwirken von wässrigen Kräften und mineralischen Substanzen: Im Gegensatz zu anderen Grünpflanzen durchdringt die Schachtelhalmpflanze die eigentliche Pflanzensubstanz (das Grün der Stängel und Verzweigungen) kaum mit wässrigen Prozessen. Vielmehr bleiben diese recht mineralisch hart und weisen nach Trocknung und Veraschung einen überaus hohen Kieselgehalt auf. Andererseits jedoch sind seine röhrenartigen Kapillaren in einer überaus starken Weise von Wasser durchströmt. Auch seine Standorte wählt er aufgrund dieser starken Beziehung zum Wässrigen gerne in feuchtem oder sumpfigen Boden.

Während bei anderen Pflanzen das Zusammenwirken und die Durchdringung von Wässrigem und Pflanzensubstanz also in gewisser Weise perfekter ist, liegt beim Schachtelhalm eine starke Beziehung zu mineralischen und wässrigen Kräften vor, die jedoch in ihm mehr nebeneinander wirken. Ein ähnliches Phänomen findet sich auch an der menschlichen Haut: Auch hier haben wir es mit einem starken Quellen und wässrigen Fließen in den untersten Hautschichten zu tun und andererseits mit einem Fest in der äußeren Hautschicht. Mineralität beim Schachtelhalm für die so dass Schachtelhalm Gegenlicht eine feine grüne, Lichtwirkung zeigen, so Ihrer Tendenz zur abschließende Hülle-Durchlässigkeit für die aufweist. Die sensitiven sich z.B. in der durch Licht aber auch in der des D- Vitamines zeigt, große Lichtoffenheit die der Quarz- bzw. Während bei allergisch, dermatischen Prozessen starkes Trocken-Werden der andererseits aber auch ein in die mineralische Schicht hinein vorliegt, wirken Schachtelhalmpräparate auf die Haut klarend, indem sie das geordnete Nebeneinander von wässriger Wirksamkeit in der Tiefe und mineralischen Prozessen an der Oberfläche wieder herstellen.



Werden und Mineralisieren  
So wie die kieselhaltige halm eine zarte Durch-Lichtwirkungen ermöglicht, Gruppen vor allem im fast kristallin wirkende verzichtet auch die Haut in Mineralisierung auf eine bildung indem sie eine große Wirkungen des Lichtes Reaktionen der Haut wie sie angeregte Pigmentbildung, lichtabhängigen Synthese machen deutlich, welch Haut letztlich ähnlich wie Kieselkristall aufweist. urtikariellen oder neurohäufig einerseits ein zu Haut in der Tiefe, überschießendes Quellen bis

Eine besondere Fähigkeit, die umgebenden Lichteindrücke aufzunehmen und anzuverwandeln zeigt der sogenannte Erdrauch, *Fumaria officinalis*. Studiert man seine feine in den Raum tastende Blattgliederungen, so kann man einerseits den Eindruck eines an die Umgebung Hingegeben Seins empfangen. Zugleich erlebt man aber auch die Kraft und vegetative Fülle des Blattes, welches sich selber in der tastenden Hingabe an den umgebenden Lichtraum nicht aufgibt, sondern sich mit jenem Lichtraum - ihn anverwandeln - durchringt. Wie sich in den o.g. Darstellungen zur Allergie, besonders auch bei der Urtikaria ja gezeigt hatte, besteht beim Allergiker häufig jene Problematik, sich einerseits zu stark hüllenlos an die Umgebung hinzugeben, und andererseits jene Wirkungen der Außenwelt zu tief und ohne eigene Verwandlungsaktivität in sich aufzunehmen, so dass diese als Fremdes im Menschen zur Wirksamkeit kommen können. *Fumaria* als externe Anwendung (hier auch gerne in Kombination mit der stark mineralisierenden Heilerde) auf die Haut aufgebracht evtl. mit einer inneren Gabe in niedrig potenzierte Form kombiniert, kann dem vor allem an Urtikaria leidenden Patienten helfen, sich selber wieder als ein Eigenes besser wahrnehmen zu lernen und damit zugleich auch das Fremde als Fremdes zu erkennen und aktiv anzuverwandeln.

Zuletzt soll hier auf ein klassisches Präparat zur Behandlung allergischer Erkrankungen wie z.B. dem Heuschnupfen eingegangen werden, welches auf eine Angabe von Rudolf Steiner zurückgeht. Es handelt sich um das sogenannte Gencydo Präparat, welches eine recht konzentrierte Verarbeitung von Quitte und Zitrone darstellt. Quitte als auch bei dem unmittelbar die die menziehende Wirkung erfahren. Was die Zitrone geschieht bei der Quitte die in die Frucht Konstitutionell gespro- Erfahrung von sich Schleimhäuten letztlich der ätherischen Kräfte an stärker formend werden und ein reines

Sowohl beim Genuss der von Zitrone kann man Schleimhaut zusam- der beiden Früchte über die Säure tut, mehr über Bitter-stoffe, eingezogen sind. chen bedeutet die zusammenziehenden eine gewissen Straffung denselben, so dass diese ätherisch durchdrungen Quellen und Ausfließen damit unterbunden wird. Indem dieser Prozess beim Genzydopräparat von der Frucht ausgeht, wird deutlich dass es sich um eine Wirkung handeln muss, die aus der Schicht des Astralischen des Menschen herrührt, hat doch die Frucht mit ihrer Süße und mit ihrem Duft bei der Pflanze eine starke Astralkräfte.. In der zur Erweiterung der R. Steiner und Ita wie das Genzydopräparat lischen Leib dazu anregt, Leibesgrundlage einzu- wieder mehr formend an (Anm.28). Die allernach der Beschreibung durch eine ungenügende und damit auch des Iches physischen Grundlage, überlassen Ätherleib zu unkontrollierten Quellprozessen übergehen kann und seine Tätigkeit am physischen Leib etwas vernachlässigt. Astralleib und Ich neigen zeitgleich durch die Ablösung von der leiblichen Grundlage dazu, übersensitiv und manchmal geradezu „krampfartig“ gegenüber den



Sinnesreizen zu reagieren, so dass es dieser Darstellung zufolge Ziel sein muss, jene oberen Wesensglieder wieder in gesunder Weise mit der ätherisch-physischen Grundlage in Verbindung zu bringen.

Auch gewisse mineralische Substanzen wie z.B. das Stibium bzw. Antimon können bei stark überquellenden allergischen Phänomenen zum Einsatz kommen. Auf der phänomenologischen Ebene zeigt sich bei Antimonmineralien eine Tendenz zu linearen, nadelartigen durchgeformten Gestaltungen, die man als Ausdruck einer starken Beziehung zu den formenden Ätherkräften ansehen kann (Anm.31). Ebenfalls in der Schrift „Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst“ weist Rudolf Steiner darauf hin, wie mit Antimon z.B. bei Zuständen einer verminderten Wachheit fehlende Astralkräfte geradezu künstlich herbeigeführt werden können. Vor diesem Hintergrund ist es auch verständlich, wie das Antimon bei überquellenden allergischen Phänomenen einen Zustand gesteigerter Wachheit und Astralpräsenz herbeiführen kann, durch den die sich selbst überlassenen quellen Ätherkräfte wieder in eine Formung finden.

Neben all den aufgeführten Maßnahmen ist bei der Therapie allergischer Erkrankungen auch zu beachten, dass es zu einer allgemeinen Kräftigung der Ätherleiblichkeit des Menschen kommt. Dabei müssen auch spezifischen Organschwächen, wie z.B. häufig im Zusammenhang mit allergischen Hautphänomenen auftretende Leberschwächungen aber natürlich auch allgemeine Erschöpfungszustände beachtet und behandelt werden. Auch die Ernährung mit Nahrungsmitteln, welche die ätherischen Kräfte im Menschen beleben und kräftigen aber nicht – wie z.B. stark zuckerhaltige Nahrungsmittel – aufputschen ist für den Allergiker wichtig. Besonders eine Ernährung, die reich ist an natürlichen Bittermitteln, kann hier hilfreich sein. Da die Ernährungsfrage jedoch ein weitreichendes Thema ist, welches den Rahmen dieser Schrift sprengen würde, soll an dieser Stelle auf weitere Ausführungen dazu verzichtet werden.

## **Anmerkungen:**

### **Anm.1:**

Zilien sind winzig feine mit kleinsten Muskeln versehene Härchen, die auf den Schleimhäuten der Atemwege in millionenfacher Ausführung vorliegen. Da sie gemeinsam eine Schlagrichtung haben, ergibt sich aus ihrem Zusammenwirken eine stetig mundwärts gerichteter langsamer Flüssigkeitsstrom, der alle Fremdpartikel nach oben transportiert. Das Epithel, welches mit diesen Zilien versehen ist, bezeichnet man auch als Flimmerepithel. Dieser Vorgang der Selbstreinigung der Atemwegsschleimhäute nennt die Medizin auch „mukoziliäre Clearance“.

### **Anm.2:**

Obwohl der Dickdarm weit in das Innere des Organismus hineingenommen ist, muss er vor dem Hintergrund der massiven Besiedelung mit Fremdbakterien eigentlich als eine nach Innen genommene Außenwelt angesehen werden. In der Auseinandersetzung mit den Darmbakterien findet also eine stetige Auseinandersetzung des menschlichen Immunsystems mit der durch Fremdorganismen repräsentierten Außenwelt statt.

### **Anm.3:**

Das sogenannte „leaky gut Syndrom“ (Syndrom des löchrigen Darms) wird als ein häufiges Problem des modernen Menschen beschrieben. Hierbei kommt es z.B. aufgrund von antibiotischen Vorbehandlungen, durch falsche Ernährung oder auch Infektionskrankheiten zu einem Ungleichgewicht in der Besiedelung der Darmschleimhaut mit Bakterien. Die physiologisch vorkommenden Darmbakterien leben in einem ausgewogenen Gleichgewicht; gerät dies durcheinander, können notwendige Aufgaben nicht richtig erledigt werden. Außerdem verbreiten sich Eindringlinge ungehindert, nehmen gegebenenfalls überhand und führen zu Entzündungen. Wie neueste Erkenntnisse der medizinischen Forschung ergeben haben, scheint eine gestörte Darmflora sogar mitverantwortlich für die Entstehung von fehlgeleiteten immunologischen Prozessen zu sein. So konnte der Nachweis erbracht werden, dass es Zusammenhänge zwischen der Darmflora und der Genese der Autoimmunerkrankung Typ I Diabetes gibt.

*-Leaky Gut Syndrome (Keats Good Health Guides), Elizabeth Lipski; Moderne Praxis bewährter Regulationstherapien: Entgiftung und Ausleitung, Säure-Basen-Haushalt, Darmsanierung (Broschiert). Muss et al 2002*

*-Typ-1-Diabetes: Darmflora beeinflusst Inzidenz, Dr. Thorsten Braun, DocCheckNews, Artikel vom 4.4.2013; [http://news.doccheck.com/de/search/author/thorsten-braun?dcnews\\_fe=66dc8d92bea6c11b37283d1a929f65c3&cide=dce107142](http://news.doccheck.com/de/search/author/thorsten-braun?dcnews_fe=66dc8d92bea6c11b37283d1a929f65c3&cide=dce107142)*

### **Anm.4:**

Unter Phagozytose versteht man die Aufnahme von Substanzen, die außerhalb einer Zelle liegen in das Zellinnere durch Einschnürung eines Teiles der Zellmembran. Sobald die Stoffe in das Innere einer Zelle durch Phagozytose aufgenommen worden sind, können diese durch entsprechende Abbaustoffe in ihre Bestandteile zerlegt, bzw. verdaut werden.

### **Anm.5:**

CD4 Helferzellen und B Zellen sind Zellen des weißen Blutsystems, welche sich auf bestimmte immunologische Grundtätigkeiten spezialisiert haben. Beide gehören zu den sogenannten Lymphozyten.

### **Anm.6:**

Heinz Grill, Das Immunsystem als Integrationssystem  
<http://www.forschungskreis-heilkunde.de/immunsystem.html>

**Anm.7:**

Mastzellen sind entscheidend an der physiologischen Abwehr von Bakterien beteiligt

Galli SJ; Maurer M, Lantz CS. Mast cells as sentinels of innate immunity. Curr Opin Immunol 1999; 11: 53-9

-*Allergologie-Handbuch: Grundlagen und klinische Praxis*, herausgegeben von Joachim Saloga, 8.2.8. Zusammenfassung, die Rolle von Mastzellen bei Allergien

[http://books.google.de/books/about/Allergologie\\_Handbuch.html?hl=de&id=\\_HhJuaCvDEcC](http://books.google.de/books/about/Allergologie_Handbuch.html?hl=de&id=_HhJuaCvDEcC)

**Anm.8**

„Mitunter sitzt die ganze Seele in eines Zahnes dunkler Höhle“

Wilhelm Busch

**Anm.9:**

Photosynthese ist eine Stoffwechselleistung der Pflanze durch die diese mit Hilfe von Licht aus Kohlendioxyd das auch Chlorophyll genannte Blattgrün produziert

**Anm.10:**

Aus: *Kosmos und Mensch, Heinz Grill, Die Haut als die irdische Hülle des Menschen, Das Allergen als Erinnerungsträger*:

„Welche Rolle nimmt aber hier nun das Allergen, der für den Allergologen nachweisbare Faktor ein? Wir haben gesagt, dass das Allergen nicht das geistige, dämmerhafte, unduldsame Astralwesen ist, sondern dass das Allergen nur ein verwandter oder ein begleitender, stofflicher Aspekt ist. Hier ist es gut, wenn wir zur Erläuterung des Zusammenhangs ein Beispiel herausnehmen. Ein häufiges Allergen ist der Blütenstaub, der ganz besonders mit den Frühjahrsblüten und der ersten Heuernte auftritt. Der Blütenstaub ist eine der Astralität verwandte Substanz. Der Blütenstaub ist aufgeladen mit einer Empfindung. Empfindung lebt in dem Blütenstaub. Dies zeigt die Anziehungskraft der Farbe. Die Farbe symbolisiert regelrecht das astralische Leben, das Licht, die Empfindung, die Sympathie und Anziehung des Stoffes. So lebt in dem Blütenstaubkörnchen ein inneres Empfindungsleben, das in einer Verwandtschaft zu unseren menschlichen Empfindungen steht. Es ist aber interessant, diese Verwandtschaft von den Naturreichen und somit vom Blütenstaub zu unseren eigenen Empfindungen kennenzulernen. Wir sind mit all diesen Stoffen, die wir draußen in der Natur finden, in einer inneren, unbewussten Verbindung. In unseren tiefen Schichten des Untergründigen und Unbewussten lebt das Empfindungsleben, das gleichsam mit dem Blütenstaub eine der Evolution gemäße Verwandtschaft aufweist. Das Allergen wirkt deshalb auf ganz bestimmte Empfindungen anregend. Es wirkt unmittelbar befeuernd, heftig und nahezu aggressiv auf dieses unbewusste Empfindungsleben. Es ist ein materieller Stoff, der eine Empfindung trägt, und diese Empfindung ist gleichsam mit einer Vergangenheit im Austausch. Wir könnten sagen, der Blütenstaub ist wie eine Erinnerung oder ein Information an eine vergangene Erfahrung oder an ein vergangenes Trauma oder an eine vergangene, verdrängte, unerkannt gebliebenen Belastungssituation. Er ist wie eine hereinbrechende Erinnerung, die jetzt durch die Empfindungssituation, die im Blütenstaub oder in der Farbe lebt, wieder erneut in das Leben eindringt. Die Vergangenheit lebt in unseren unbewussten Empfindungen. Diese sind wie ein unbewusstes Repertoire, das sich zu einer gediegenen Festigkeit ausgestaltet hat. Wenn nun das Allergen auf sensible Weise eine Reaktion auslöst und die heftige Immunreaktion der Allergie eintritt, so äußert sich wie verborgen eine Angstreaktion aufgrund der über den Körper und das Allergen entflammten, unbemerkten Erinnerung an eine vergangene Erfahrung oder eine vergangene Stufe der Entwicklung, die nun infolge der unverarbeiteten Situation zu stark in das Bewusstsein hineindrängt. Dass Bewusstsein wird sich in einem falschen Sinne bewusst. In der Allergie ist immer ein Allergen wirksam, das die Informationen auf das Unbewusste übermittelt. Im Unbewussten liegen diese Empfindungen beheimatet und erwachen schließlich zu einer

tatsächlichen Bewusstheit. Dieses Bewusstsein sollte aber nicht erwachen, denn nicht aus dem Unbewussten und Vergangenen schöpfen wir als Menschen, sondern aus dem Neuen oder aus den Möglichkeiten der Ideen und des Geistes. Wenn wir aus dem Unbewussten heraus zu leben beginnen würden und wenn wir plötzlich in unserer inneren Anlage mit allen vergangenen Eindrücken und Erfahrungsbereichen erwachen würden, so würde sich ein unverarbeitetes Erfahrungsgut als Wahrheit und Maßstab in die Gegenwart aufdrängen. Es wäre diese Entwicklung etwa so zu verstehen, wie wenn wir bis zu einem bestimmten Punkt im Leben gewandert wären und von nun an nur noch die Erfahrungen aus dem aufgespeicherten Leben zum Maßstab aller Dinge schaffen würden. Wir würden den Wege des Geistes und des beständigen Neubeginns durch ein neues Lernen und wiederholtes wie auch schöpferischen Wahrnehme leugnen. Das Leben ist aber ein unendlicher Fluss, der niemals an einem Punkt stillstehen soll und darf. Wir lernen, um zu leben. Der Geist ist durch den Gedanken getragen und dieser wird zum Maßstab des beständigen Neuanfangs. Wir müssen die seelisch-geistige Entwicklung in jener Ebene verstehen lernen, dass sie immer durch das neue Leben und durch neue Gedanken geleitet ist. Das Unbewusste sollte ruhen, es ist wie ein riesiges Gewässer oder Meer, das beständig in sich den Zustrom benötigt von einem frischen, klaren Gedankenfluss. Durch die Gedankendynamik entsteht die Schutzkraft des Kieselsäuremantels der Haut.“

#### **Anm.11:**

Rudolf Steiner beschreibt den Vorgang des menschlichen Sterbens als eine Herauslösung des Ichs aus dem Leib-Seele Gefüge, welches die Loslösung des Astralleibes vom Körper des Menschen, und in der Folge auch die Herauslösung des ätherischen Leibes zur Folge hat. Der menschliche Astralleib ist laut Rudolf Steiner so beschaffen, dass er nur durch die Wirksamkeit des Ichs am Leibe tätig sein kann. Es ist demnach das Ich, welches den Astralleib in der Verbindung zum Leib hält. Ohne die Ich Wirksamkeit muss sich der Astralleib unweigerlich von seinem Bezug zum Leiblichen lösen.

#### **Anm.12:**

*Aus: Geisteswissenschaft und Medizin, Rudolf Steiner, 11. Vortrag:*

„Indem wir also das Licht von außen auf uns einfließen lassen, lassen wir uns selber anregen zur Entstehung des inneren Lichtes“ und etwas später: „Dieser Lichtbildungsprozeß des Inneren, der kommt wiederum entgegen der Einwirkung des äußeren Lichtes“  
[http://fvn-rs.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=3192:elfter-vortrag-dornach-31-maerz-1920&catid=207:ga-312-geisteswissenschaft-und-medizin&Itemid=15](http://fvn-rs.net/index.php?option=com_content&view=article&id=3192:elfter-vortrag-dornach-31-maerz-1920&catid=207:ga-312-geisteswissenschaft-und-medizin&Itemid=15)

#### **Anm.13:**

*Aus: Die Erkenntnis des Menschenwesens nach Leib, Seele und Geist, Rudolf Steiner, 5. Vortrag*

<http://anthroposophie.byu.edu/vortraege/347a.pdf> s. Seite 80

#### **Anm.14:**

*Aus: Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst, Rudolf Steiner, 3. Vortrag* <http://anthroposophie.byu.edu/vortraege/316a.pdf> s. Seite 30

**Anm.15:**

Die Problematik der Allergieunterdrückung durch moderne antiallergische Medikamente wie Kortisonpräparate oder Antihistaminika liegt hier auf der Hand. Da sie allesamt an der eigentlichen Ursache der Allergie, nämlich der Unfähigkeit die Eindrücke und Fremdsubstanzen frühzeitig und aktiv zu verarbeiten, nichts verändern, sondern nur die entzündliche Immunreaktion unterdrücken, ist hier zu fürchten, dass die unbearbeiteten Fremdwirksamkeiten ohne Gegenwehr in den Organismus übergehen und dort langfristig an anderen Stellen zerstörerisch wirksam werden können

**Anm.16:**

Der Ausspruch „Geiz ist Geil“ ist ein Werbeslogan der Elektronikhandelskette Saturn in Deutschland und Österreich der es in ganz Deutschland zu einer großen Bekanntheit gebracht.

**Anm.17:**

*Heinz Grill* beschreibt in seinen Ausführungen über das Wesen der Allergie in seinem Buch *Kosmos und Mensch Die Haut als die irdische Hölle des Menschen*, folgende Hintergründe zur Allergie:

....,Bei allen Allergien, die durch Allergene nachweisbar oder nicht nachweisbar ausgelöst werden, wirkt auf unser Gemüt eine einhüllende, dämmerhafte, nebulöse Kraft, die unser Bewusstsein in rapider Schnelligkeit gefangen nimmt und uns, wenn auch zu einem nur unmerklichen Grade, die klare Bewusstseinsgedankenwachheit raubt. Wir reagieren überdurchschnittlich abwehrend, wir reagieren mit einem plötzlichen, unbewussten Affekt. Die Allergie ist eine Reaktion, die nicht in der natürlichen Abwehr liegt, sondern die überschießend und außerordentlich heftig, gleichsam wie ein ängstlicher Versuch gegenüber dem Feind oder dem Eindringling stattfindet.“...

...“Das Organ, das diese eindämmende und einhüllende, emotionale Substantialität unbewusst aufnimmt oder aufnehmen würde, ist die Milz. Durch die Milz strömen jene für das Auge unsichtbaren, schlaftrig machenden Kreationen in unser leibliches Inneres hinein, auf die der Körper mit dem Immunsystem allergisch reagiert. Es sind dies wahrhaftig schlafbringende, eindämmende, ins Träumen bringende, ungesehene Emotionalkräfte, die in unserer Welt überall zu finden sind. Sie sind sinnlicher und aufreizender Natur, sie ziehen das Bewusstsein aus der Wachheit in dumpfere und nebulöse Sphären hinab. Diese Kreationen reizen die Sinnlichkeit und richten sich an die verborgenen sexuellen Wünschen, sie rauben die klare Wachheit und Sicht in den Sinnen. Sie sind aber nicht ein Allergen, sondern sie sind Kreationen, die auf stoffliche Weise nicht auffindbar sind. Die wirklich auslösenden Substantialität zu den Allergien ist eine geistige uns somit verborgenen Kraft, die unmittelbar auf unseren Bauchraum und über das Organ der Milz in uns hineinwirkt.“...

....,Jene geistigen Kreationen, die für die allergische Reaktion verantwortlich sind, strömen aus einer astralen Region in die leibliche Innenwelt, in der sie aber von dem körpereigenen Immunsystem als unbrauchbare oder feindliche Kräfte identifiziert werden. Würden diese sinnlich erregenden Kreationen ständig von uns ohne Abwehrreaktion aufgenommen werden, würden sie sich auf unbewusste Weise in uns eingliedern, so würden wir viel schwerer krank werden, als wenn diese Allergien durch ihre Heftigkeit die Disharmonie zeigen. Die fehlende Reaktionsweise ist die Anergie und bedeutet eine Immunschwäche, die meist auf dem breiten Gebiet des Zellwachstums ein degeneratives Krankheitsgeschehen verursacht. Die Allergie ist in Wirklichkeit ein gewisser Schutz vor einem inneren, seelisch-geistigen Abstieg.“...

**Anm.18:**

Artikel: „*The worms turn....* „, *New Scientist*, 6.1.2007, S. 15.

**Anm.19:**

*Umwelt, Gene und die Entwicklung von Allergien bei Kindern*

*Roger Lauener, Universität Zürich – Kinderspital*

[http://www.forallvent.info/fileadmin/user\\_upload/praesentation\\_lauener\\_200407.pdf](http://www.forallvent.info/fileadmin/user_upload/praesentation_lauener_200407.pdf)

**Anm.20:**

So wird vermutet, dass der Kontakt mit bestimmten Bakterien insbesondere in den ersten Lebensmonaten oder gar schon in der Schwangerschaft wichtig ist, um das Immunsystem, das während der Schwangerschaft eher Th2-lastig ist, wieder in Richtung einer Th1-Antwort zu lenken, die weniger mit allergischen Reaktionen assoziiert ist.

*-ALEX Studie, J. Riedler et al.: Lancet. 2001;358:1129–33*

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2222.2004.02005.x/abstract;jsessionid=3EE5CED504738E91B149E29916C724FD.d02t03?deniedAccessCustomisedMessage=&userIsAuthenticated=false>

**Anm.21:**

Man denke nur an die Vielzahl von Fremdstoffen die heute in der Nahrungsmittelindustrie der Nahrung zugesetzt werden wie Farbstoffe, Konservierungsmittel, Geschmacksverstärker aber auch an unbeabsichtigt in die Nahrung gelangte Giftstoffe, man erwäge die Vielzahl an Substanzen, welche durch die Emissionen der Industrie dem Menschen über die Atemwege begegnen sowie die seit nunmehr wenigen Jahren neuartigen und dem Organismus gänzlich fremden sogenannten Nanopartikeln, welche inzwischen fast überall zur Erzielung bestimmter Effekt verarbeitet werden und dem Mensch so über die Kleidung oder Hautkontakte begegnen. Gerade aktuell wurde ja in den Medien von großflächigen Einsatz gefährlicher Substanzen in der Kleidungsindustrie berichtet.

**Anm.22:**

*Aus: (Heilpädagogischer Kurs, 2 Vortrag), Rudolf Steiner:*

Diese Prozesse, die da in der Natur leben, die werden stufenweise abgebaut von der Tätigkeit des lebendigen Denkens, so dass fortwährend hier (siehe Tafel 2) abgebaut wird, das heißt, die Prozesse gestoppt werden, die die Naturprozesse sind. Also im Gehirn wird der Anfang damit gemacht, dass die Naturprozesse gestoppt werden und die Materie fortwährend in Absonderung herausfällt. Die herausgefallene Materie, die also ausgeschiedene und unbrauchbar gewordene Materie: das sind die Nerven. Und diese Nerven bekommen dadurch, dass sie in dieser Weise vom lebendigen Denken bearbeitet werden, bekommen dadurch, dass sie fortwährend ertötet werden, eine Fähigkeit, die der Spiegelungsfähigkeit ähnlich ist. Dadurch bekommen sie die Fähigkeit, dass sich durch sie die Gedanken des umliegenden Äthers spiegeln, und dadurch entsteht das subjektive Denken, das oberflächliche Denken, das nur in Spiegelbildern besteht, das wir in uns tragen zwischen Geburt und Tod. Wir werden also dadurch, dass wir das lebendige Denken in uns wirkend tragen, fähig gemacht, der Welt unser Sinnes- und Nervensystem entgegenzustellen, die Eindrücke, die im umliegenden Äther leben, in Spiegelbildern zu erzeugen und in unser Bewusstsein zu schmeißen. So dass also dieses Denken und Vorstellen des oberflächlichen Seelenlebens nichts anderes ist, als der Reflex der im Weltenäther lebenden Gedanken.

<http://anthroposophie.byu.edu/vortraege/317.pdf> s. Seite 21

**Anm.23:**

*Aus: Der Mensch als Erdenwesen und Himmelswesen, Rudolf Steiner, Dritter Vortrag, Dornach, 23. Dezember 1921/ In Der Mensch in seinem Zusammenhang mit dem Kosmos, Band IX Nordische und mitteleuropäische Geistimpulse Das Fest der Erscheinung Christi 11 Vorträge, Oslo, Berlin, Dornach, Basel, 24. November bis 31. Dezember 1921. Bibl.-Nr. 209*

„Es kommt innerhalb unseres Organismus das Ich mit den leblos ausgeschiedenen Stoffen in Berührung. Es durchdringt sie. Es gibt also in unserem Organismus etwas, das sich so ausnimmt, dass auf der einen Seite das Ich durchdringt den organischen Prozess, den Prozess, innerhalb welchem die Stoffe als lebendige Stoffe enthalten sind, dass aber das Ich auch durchdringt dasjenige, was Lebloses, ich möchte sagen, Mineralisiertes in unserem Organismus ist. Wenn wir denken, so geht fortwährend das vor sich, dass, angeregt durch die äußeren Sinneswahrnehmungen oder auch durch die Erinnerungen, das Ich gewissermaßen sich bemächtigt dieser leblosen Stoffe und sie im Sinne der äußeren Sinnesanregungen oder der Anregung durch die Erinnerungen aufpendelt, mit ihnen in uns, ich darf schon sagen, zeichnet. Denn es ist keine bildliche Vorstellung, sondern es entspricht durchaus der Realität, dass das Ich diese unorganischen Stoffe wirklich so verwendet, wie wenn ich etwa jetzt, vergleichsweise gesprochen, mir hier Kreide pulverisieren würde und dann mit dem Finger das Kreidepulver nehmen würde und dann mit diesem bekreideten Finger allerlei Figuren hinzeichnete. Es ist so, dass tatsächlich das Ich diese leblosen Stoffe aufpendelt, sich ihrer bemächtigt und in uns Figuren einzeichnet, die allerdings den Figuren, die wir gewöhnlich äußerlich aufzeichnen, nicht ganz ähnlich sehen. Aber es wird in uns durch das Ich mit Hilfe des leblosen Stoffes tatsächlich gezeichnet, kristallisiert, wenn auch nicht in den Kristallgestalten, die wir im mineralischen Reiche finden (siehe Schema, rot). Dasjenige, was sich so abspielt zwischen dem Ich und dem, was in uns mineralisch geworden ist, und zwar sich als sogar fein-feste mineralisierte Substanzen absondert, das ist dasjenige, was als Materielles unserem Denken zugrunde liegt. Der inspirierten Erkenntnis ergibt sich also der Denkprozess, der Vorstellungsprozess tatsächlich als eine Behandlung des Mineralisierten im menschlichen Organismus durch das Ich. Das ist die genauere Schilderung desjenigen, was ich oftmals abstrakt charakterisiert habe, wenn ich sagte: Indem wir denken, sterben wir fortwährend ab. Das in uns Ersterbende, das sich aus dem Leben Heraushebende, das sich Mineralisierende ist dasjenige, mit dem das Ich in uns zeichnet, und mit dem das Ich tatsächlich die Summe unserer Gedanken zeichnet. Es ist ein Wirken und Weben des Ich im mineralischen Reiche, in jenem mineralischen Reiche, das in uns erst wird, das wir als unser Denken haben.

[http://fvn-rs.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=4390:der-mensch-als-erdenwesen-und-himmelswesen-dritter-vortrag-darnach-23-dezember-1921&catid=300:ga-209-nordische-und-mitteleuropaeische-geist&Itemid=4](http://fvn-rs.net/index.php?option=com_content&view=article&id=4390:der-mensch-als-erdenwesen-und-himmelswesen-dritter-vortrag-darnach-23-dezember-1921&catid=300:ga-209-nordische-und-mitteleuropaeische-geist&Itemid=4)

**Anm.24:**

*Aus: Geistige Wirkenskräfte im Zusammenleben von alter und junger Generation, 13 Vortrag; Rudolf Steiner:*

„Der Mensch nimmt die Nahrungsmittel aus der äußeren Umwelt auf, er nimmt sie auf aus dem Lebensreiche und nur wenig aus dem toten Reiche; aber indem die Nahrungsmittel durch den Verdauungsapparat dringen, werden auch die lebendigsten Nahrungsmittel ertötet. Der Mensch zerstört das, was er lebendig aufnimmt, vollständig, um dem Ertöteten das eigene Leben einzuflößen, und erst wenn die Nahrungsmittel in die Lymphgefäß übergehen, wird im Innern des Menschen das Tote wiederum lebendig gemacht.“

[http://fvn-rs.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=4259:dreizehnter-vortrag-stuttgart-15-oktober-1922&catid=291:ga-217-geistige-wirkungskraefte-im-zusammenleben&Itemid=4](http://fvn-rs.net/index.php?option=com_content&view=article&id=4259:dreizehnter-vortrag-stuttgart-15-oktober-1922&catid=291:ga-217-geistige-wirkungskraefte-im-zusammenleben&Itemid=4)

**Anm.25:**

*Aus: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst, Blut und Nerv, R. Steiner und Ita Wegman“:*

„Die Ich-Organisation wirkt von den Vorgängen, die in Begleitung bewusster Empfindung - in der Zunge, im Gaumen vor sich gehen bis in die unbewussten und unterbewussten Vorgänge hinein - in Pepsin-, Pankreas-, Gallenwirkung usw.

[http://fvn-rs.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=390:vi-blut-und-nerv&catid=26:ga-27-grundlegendes-fuer-eine-erweiterung-der-heilk](http://fvn-rs.net/index.php?option=com_content&view=article&id=390:vi-blut-und-nerv&catid=26:ga-27-grundlegendes-fuer-eine-erweiterung-der-heilk)

**Anm.26:**

*Aus: Nervosität und Ichheit, Rudolf Steiner, Vortrag vom 11.1.1912:*

...“Nun gibt es für die gesamte Wesenheit des Menschen kaum etwas Schlimmeres, als wenn man seelisch, mit seinem Herzen dem fern steht, was der Kopf treiben muss. Das ist nicht nur etwas, was einem feineren, sensitiveren Menschen widerspricht, sondern etwas, was im höchsten Grade die Stärke und Energie des menschlichen Ätherleibes beeinflusst, gerade des Ätherleibes. Der Äther- oder Lebensleib wird immer schwächer und schwächer unter einem solchen Treiben wegen der geringen Verbindung, die besteht zwischen dem menschlichen Seelenkern und demjenigen, was der Mensch treibt. Je mehr der Mensch etwas treiben muss, was ihn nicht interessiert, desto mehr schwächt er seinen Äther- oder Lebensleib“...

....“Wenn der Mensch seine Gebärden beobachtet, wenn er das anschaut, was er tut, sich eine Vorstellung von seinen Taten macht, so hat er den Erfolg, den Nutzen, dass die Herrschaft seines astralischen Leibes über den Ätherleib eine immer stärkere und stärkere wird.“...

...“Bei dem vollständig gesunden Menschen - gesund in Bezug auf den physischen und Ätherleib - muss nämlich der Ätherleib, der vom astralischen Leib dirigiert wird, immer die absolute Fähigkeit haben, in den physischen Leib einzugreifen, und der physische Leib muss überall, in allen seinen Bewegungen, ein Diener, ein Werkzeug des Ätherleibes sein können. Wenn der physische Leib auf eigene Rechnung Bewegungen ausführt, die über das hinausgehen, was eigentlich die Seele wollen kann, was der ätherische und der astralische Leib wollen, dann ist das ein ungesunder Zustand, ein Übergewicht des physischen Leibes über den ätherischen Leib ist dann vorhanden. Bei all denjenigen, welche die eben beschriebenen Zustände haben, haben wir es mit einer Schwäche des ätherischen Leibes zu tun, die darin besteht, dass er den physischen Leib nicht mehr vollständig dirigieren kann. Dieses Verhältnis des ätherischen Leibes zum physischen Leibe liegt ja aus okkuler Sicht allen Krampfzuständen zugrunde. Diese hängen im wesentlichen damit zusammen, dass der ätherische Leib eine geringere Herrschaft über den physischen Leib ausübt, als er ausüben sollte, daher dominiert der physische Leib und führt auf eigene Faust allerlei Bewegungen aus, während ein Mensch, der in Bezug auf seine Wesensglieder gesund ist, mit seinen Bewegungen dem Willen des ätherisch-astralischen Leibes unterstellt ist“...

[http://fvn-rs.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1810:nervositaet-und-ichheit-muenchen-11-januar-1912&catid=108:ga-143-erfahrungen-des-uebersinnlichen&Itemid=4](http://fvn-rs.net/index.php?option=com_content&view=article&id=1810:nervositaet-und-ichheit-muenchen-11-januar-1912&catid=108:ga-143-erfahrungen-des-uebersinnlichen&Itemid=4)

**Anm.27:**

*Aus: Kosmos und Mensch, Kapitel: Die Haut als irdische Hülle des Menschen, Heilung der Allergie durch konkrete Gedankenbildung, Heinz Grill:*

....„Von diesen Ausgangsbetrachtungen aus fällt es nun sehr leicht, dass wir die Möglichkeiten der Heilung und der Therapie entwickeln. Die Heilung der Allergie ist in der Regel nicht so schwierig, da sie nur eine neue Gedankenorientierung und vor allem eine Entwicklung von Gedankenwachheit und Gedankenführung voraussetzt. Die Allergie ist eine Krankheit, die auf der reaktiven Ebene stattfindet, die in der Regel noch nicht die Tiefe des gesamten Lebens berührt. Die Heilung einer

Allergie kann deshalb unter guten Bedingungen innerhalb weniger Tage eintreten. Notwendig zur Heilung ist die Entwicklung einer Gedankendynamik und eines schöpferischen Bewusstseins, das sich der Außenwelt auf objektive Weise hinwendet. Der Kieselorganismus wird als wesentlicher protektiver Stabilisierungsfaktor angeregt. Wir müssen uns, um die Allergie zu heilen, tatsächlich in eine klare Gedankenbeziehung begeben können. Auch der Rhythmus ist hier von sehr großer Wichtigkeit. Das Lernen sollte nicht ein Lernen aus den Gefühlen und den unbewussten Launen des Körpers sein, es sollte unmittelbar mit Anschauung, mit Aufmerksamkeit und einer klaren, konkreten Gedankenbildung in Verbindung stehen. Wir dürfen nicht auf unbewusste und emotionale Weise lernen. Das Lernen ist immer mit dem konkreten Gedanken in Verbindung. All jene emotionalen Kreationen müssen wir unbeachtet lassen. Das heißt konkret gesprochen, dass wir uns nicht um die Allergie und die Reaktionen im Leibe kümmern. Dies mag vielleicht unter Umständen sehr schwierig sein. Besonders schwierig wird die Situation dann, wenn durch die heftigen Immunreaktionen ein unerträglicher und vielleicht sogar gefährlicher Zustand entsteht. Die Lernschritte können dann sicherlich nur über die Zeit und im langsamen Aufbau stattfinden. Wichtig ist es aber, dass wir uns so klar und so deutlich auf die Außenwelt ausrichten und auf gewisse Lernschritte, dass wir uns zunehmend weniger um uns selbst kümmern. Der Circulus vitiosus der Allergie, der eine Reaktion im eigenen Leibe auslöst, sollte durch eine klarere, objektive Außenorientierung seine langsame Auflösung erhalten. Im Allgemeinen erscheint ein gezieltes Studium des Yoga als eine ganz wertvolle Heiltherapie zu den Allergien.“...

#### **Anm.28:**

*Aus: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst; Typische Heilmittel, Das Heuschnupfen-Mittel «Gencydo»; von Rudolf Steiner und Ita Wegmann:*

„„Beim Heuschnupfen haben wir als Krankheits-Symptome entzündliche Erscheinungen der Schleimhäute von Augen, Nase, Rachen und der oberen Luftwege. Und die Anamnese bei den an Heufieber leidenden Patienten weist häufig darauf hin, dass auch in der Kindheit Krankheits-Prozesse vorgelegen haben, die in das Gebiet der «exsudativen Diathese» gehören. Wir werden somit auf den Ätherleib und das Verhalten des astralischen Leibes verwiesen. Der Ätherleib überwiegt in seinen Kräften, und der astralische Leib zieht sich zurück, hat die Tendenz, nicht richtig in den ätherischen und physischen Leib einzugreifen. Und die katarrhalischen Erscheinungen sind die Folge davon, dass in den erkrankten Partien die geordnete Einwirkung vom Astralleib - und dadurch auch der Ich-Organisation - gestört ist. Astralischer Leib und Ich-Organisation werden überempfindlich, und erklären sich auf diese Weise auch die krampfartig und anfallsweise auftretenden Reaktionen auf Sinneseindrücke wie Licht, Wärme, Kälte, Staub und ähnliches. Der Heilungsprozess muss also dem Astralleib entgegenkommen und ihm zum richtigen Eingreifen in den ätherischen Leib verhelfen. Dies ist möglich durch Anwenden von Fruchtsäften aus Früchten, die lederartige Schalen haben. In solchen Früchten zeigt sich schon der Anschauung, wie gestaltende, von außen nach innen wirkende Kräfte besonders stark tätig sind. Und äußerlich und innerlich angewendet erreicht man mit solchen Säften eine Anregung des Astralleibes in der Richtung nach dem Ätherleib hin; ihr Gehalt an mineralischen Bestandteilen wie z.B. Kalium, Calcium und Kieselsäure bewirkt gleichzeitig eine Unterstützung vonseiten der Ich-Organisation“...  
<http://fvn-rs.net/PDF/GA/GA027/GA027-133.html> s. Seite 133

#### **Anm. 29:**

*Aus: Kosmos und Mensch, Die Haut als die irdische Hülle des Menschen, Heilung der Allergie durch konkrete Gedankenbildung, Heinz Grill.*

„„Der Circulus vitiosus der Allergie, der eine Reaktion im eigenen Leibe auslässt, sollte durch eine klarere, objektive Außenorientierung seine langsame Auflösung erhalten. Im Allgemeinen erscheint ein gezieltes Studium des Yoga als eine ganz wertvolle Heiltherapie zu den Allergien“Wenn Kinder

an Neurodermitis erkrankt sind, ist es wichtig, dass die Eltern die tragenden Verbindungspersonen zu den Kindern sind, eine konkrete, aufbauende Bewusstseinsarbeit durchgehen. Auf eine konkrete, aufbauende Bewusstseinsarbeit erfolgt, biochemisch gesprochen, eine Anregung des Silicea Haushaltes und eine günstige Aussteuerung im gesamten Mineralhaushalt des Körpers.“...

**Anm.30:**

*Versuch einer gedanklichen Annäherung an das Krankheitsbild der Osteoporose; Ausarbeitung und Erweiterungen in Anlehnung an den medizinischen Arbeitskreis in Tenno vom 20. bis zum 22.4.2012 mit Heinz Grill, von Jens Edrich;*

<http://www.forschungskreis-heilkunde.de/osteoporose.html>

**Anm.31:**

*Aus: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst von Rudolf Steiner und Ita Wegmann; Kapitel XX, typische Heilmittel, Wirkungen von Antimon-Verbindungen.*

„„Ein wichtiges Heilmittel ist Antimon in allen Erkrankungen, in denen eine gefährliche Herabdämpfung des Bewusstseins (Somnolenz) eintritt. In diesem Falle sind die formenden zentrifugalen Kräfte des Astralleibes und damit die Gehirn- und Sinnesprozesse zum Teil ausgeschaltet. Führt man dem Organismus Antimon zu, so schafft man die fehlenden Astralkräfte künstlicherweise. Man wird immer bemerken, dass die Antimonaufnahme Gedächtnisverstärkung, Hebung der schöpferischen Kräfte der Seele, innere Geschlossenheit der Seelenverfassung hervorrufen. Der Organismus wird von der verstärkten Seele aus regeneriert. Das fühlte man in der älteren Medizin. Ihr war daher das Antimon ein Universalmittel. Wenn wir auch nicht auf diesem extremen Standpunkte stehen, so müssen wir doch, wie aus dem Obigen hervorgeht, in dem Antimon ein vielseitiges Heilmittel suchen.“...

[http://fvn-rs.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=376:xx-typische-heilmittel&catid=26:ga-27-grundlegendes-fuer-eine-erweiterung-der-heilk](http://fvn-rs.net/index.php?option=com_content&view=article&id=376:xx-typische-heilmittel&catid=26:ga-27-grundlegendes-fuer-eine-erweiterung-der-heilk)

## Abbildungsverzeichnis

Abb. 1, Seite 1:

Darstellung Daniels, der in der Löwengrube auf dem Rücken eines gezähmten Löwen reitet.  
Säulenkapitell der romanischen Kirche in Anzy-le-duc, Burgund.

Quelle: Wikipedia

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:F09.Anzy-le-Duc.0266.JPG>

Abb.1, Seite 13:

Darstellung eines Kapitells in der katalanischen Abtei „Abbaye de Cuxa“ mit vom Menschen  
gezähmten Löwen.

Quelle: Wikipedia

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:F10\\_19.1.Abbaye\\_de\\_Cuxa.0017.JPG](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:F10_19.1.Abbaye_de_Cuxa.0017.JPG)

Abb.2, Seite 13:

siehe Abb.1, Seite 1

Abb.1, Seite 37:

Darstellung eines blühenden Schlehenzweig im Frühjahr (Prunus spinosa)

Quelle: Wikipedia

[http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/e/eb/Prunus\\_spinosa\\_130403.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/e/eb/Prunus_spinosa_130403.jpg)

Abb.1, Seite 38:

Darstellung der über 1000 Jahre alten sogenannten Wolfgangseiche mit ihrer mächtigen Rinde

Quelle: Wikipedia

<http://upload.wikimedia.org/wikipedia/de/thumb/c/c1/Wolfgangseiche.jpg/220px-Wolfgangseiche.jpg>

Abb.2, Seite 38:

Darstellung einer blühenden Wegwarte (Cichorium)

Quelle: Wikipedia

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cykoria\\_podroznik\\_pokroj.jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cykoria_podroznik_pokroj.jpg)

Abb. 1, Seite 39:

Darstellung von Equisetum arvense

Quelle: Wikipedia

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Equisetum\\_arvense\\_9462.JPG](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Equisetum_arvense_9462.JPG)

Abb. 1, Seite 40:

Darstellung einer Quittenfrucht, Cydonia oblonga

Quelle: Wikipedia

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quitte\\_am\\_Baum.jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quitte_am_Baum.jpg)

Abb. 2 Seite 40:

Darstellung einer Zitronenfrucht

Quelle: Wikipedia

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Zitronen\\_abends.jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Zitronen_abends.jpg)

## **Inhaltsverzeichnis:**

<b>Seite</b>	<b>Inhalt</b>
2	Vorwort
3	Einleitung
4	Die leibliche Phänomenologie der Allergie
4	Ursachen der Allergie aus Sicht der naturwissenschaftlichen Medizin
12	Charakteristik des typischen Allergens, Das Allergen als Transporteur von Astralkräften
19	Ursachen und Gründe für die Zunahme von Allergien
19	1. Hypothese: Reizüberflutungshypothese
20	2. Hypothese: Hygienehypothese
21	3. Hypothese: Medizinische Maßnahmen tragen Schuld an Allergien
22	Antibiotikagaben
22	Impfungen
22	Fieber- und entzündungshemmende Substanzen
23	Vitamin D
23	4. Hypothese der veränderten Lebensgewohnheiten und Lebensbedingungen
23	Zusammenfassung zu den tieferen konstitutionellen Ursachen für die Zunahme der Allergien
	Zusammenhänge von Allergie und Erschöpfung
30	Ansätze zur Heilung der Allergieproblematik
30	Hygiene und Prävention
31	Die Bedeutung der konkreten Gedankenbildung bei der Überwindung der Allergie
32	Die Bedeutung der Überwindung von unbewusst wirkenden Kräften in der menschlichen Seele bei der Heilung von Allergien
35	Die Bedeutung einer klärenden Umgebung und des Kieselprozesses für die Heilung der Allergie
37	Die Bedeutung einzelner Heilansätze der Allergischen Erkrankungen durch Pflanzen und Mineralien
42	Anmerkungen
50	Abbildungsverzeichnis
51	Inhaltsverzeichnis