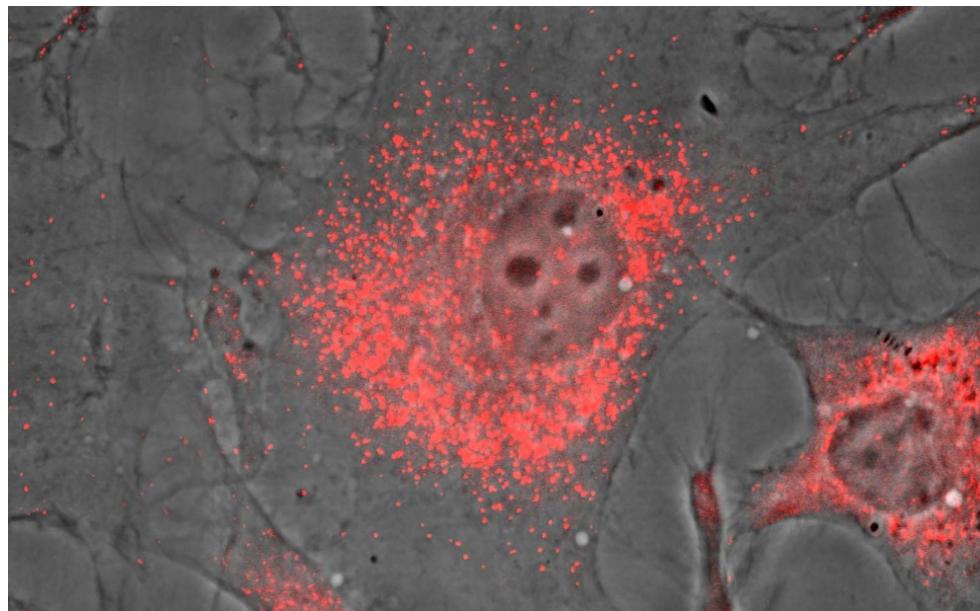


Von der krankmachenden und heilkräftigen Wirkung unrichtiger und richtiger Vorstellungen auf das menschliche Immunsystem



Die elektronenmikroskopische Abbildung zeigt zwei in Not geratene Zellen, die – wie eine Art Hilferuf – eine große Zahl von Exosomen (rot markiert) in ihre Umgebung freisetzen.

**Ein Vortrag vom 15.7.2025 von
Dr. med. Jens Edrich**

**an der Freien Hochschule für Spiritualität in Lundo
mit einem Beitrag von**

**Dr. med. Gunter Albert
über die erneuernde Kraft des Lichtes
am Beispiel der Zellerneuerung (Zellapoptose)**

Von der krankmachenden und heilkräftigen Wirkung unrichtiger und richtiger Vorstellungen auf das menschliche Immunsystem

Jens Edrich: Liebe Teilnehmer, ein Grundanliegen ist es ja heute und hier, dass parallel zu den Themen, die hier oben in der Freien Hochschule für Spiritualität erarbeitet werden, diese Themen künftig immer wieder von den verschiedenen Menschen, die hier medizinisch tätig sind, aufgegriffen und begleitet werden sollen. Und wie ihr alle wisst, haben wir es hier an der Hochschule gerade intensiv mit dem Thema des sogenannten fünften Zentrums des Menschen zu tun, also mit dem Vishuddha-Chakra, oder auch demjenigen, was Rudolf Steiner als die sechzehnblättrige Lotusblume beschreibt.

Und da hat jetzt letzte Woche – wer war jetzt letzte Woche schon da? (Eine Reihe an Zuhörern melden sich) Einige! - ja da hat letzte Woche ja hier ein Vortrag stattgefunden von Daniel Pollin, einem Arzt aus Salem. Daniel Pollin hat einen schönen Vortrag gehalten über den Zusammenhang zwischen dem fünften Zentrum mit der Vorstellungsbildung und auch dem Atemorganismus. Und da ist es so, dass am Ende eine Frage im Raum stand. Und da wir diese Frage damals nicht wirklich abschließend bearbeiten konnten, entstand deswegen heute morgen der Gedanke, dass man das heute aufgreift. Und die, die bei dem Vortrag dabei waren, können sich vielleicht erinnern: Die Frage war: Wie wirkt eigentlich das fünfte Zentrum und die gesunde Vorstellungsbildung auf das Immunsystem, also bis in die Physiologie hinein? Und das ist jetzt heute spontan als Idee entstanden, dass man darüber heute Abend noch einmal spricht.

Und heute Morgen habe ich Gunter Albert (Arzt für Allgemeinmedizin) eben in der Praxis getroffen, und er erzählte mir, dass er da zu einer sehr speziellen Fragestellung, auf die auch ich gestoßen bin, sich gerade mit einem Fachartikel beschäftigt hatte, und da dachte ich, es wäre schön, wenn er das an der Stelle auch beitragen könnte.

Ja, also die Frage nach der Wirkung der gesunden und ungesunden Vorstellungsbildung auf das Immunsystem, so lautet der Titel des heutigen Vortrags. Und wenn man diesen Titel liest, dann wird man erst einmal auf zwei Begriffe stoßen: Gesunde und ungesunde Vorstellungen. Was ist denn damit gemeint, kann man sich fragen? Vielleicht, bevor ich jetzt dazu gleich etwas sage, können wir zuerst einmal zwei drei Gedanken dazu aus dem Publikum hören. Was ist eine gesunde Vorstellung und was ist eine ungesunde Vorstellung? Was würdet ihr sagen?

Teilnehmer: Eine gesunde Vorstellung wäre jetzt zum Beispiel bei Krankheiten eine solche, dass man eine realistische Vorstellung aufbaut von seiner Krankheit; also eine Vorstellung im Rahmen dessen, was es wirklich geben kann, also keine Wunschvorstellung!

Jens Edrich: Also das ist schon einmal ein ganz wichtiger Aspekt, keine Wunschvorstellung, sondern eine Vorstellung!

Teilnehmer: Wir hatten da heute im Seminar diese Frage bearbeitet und kamen da zum einen auf aktiv selbst gestaltete Vorstellungen, die gesund sind, und zum anderen auf solche Vorstellungen, die mehr zufällig kommen, die eher ungesund sind.

Jens Edrich: Genau, das wäre auch eine Unterscheidung!

Und jetzt würde ich da an dieser Stelle einmal einen Satz von Rudolf Steiner hereinführen, der das eigentlich aufgreift. Und zwar sagt er da:

„Manches wäre anders in der Welt, wenn es möglich wäre, die Leidenschaften, Begierden und Wünsche nach den Grundsätzen des Herzens und des Verstandes zu regeln.“ ... Also was sagt er? „Manches wäre anders in der Welt...“ da entsteht ein Ideal... „...wenn es möglich wäre, die Leidenschaften, Begierden und Wünsche nach den Grundsätzen des Herzens und des Verstandes zu regeln. Leider ist aber bislang das Umgekehrte der Fall, nämlich was die Leidenschaft will, was die Begierde verlangt, dazu schafft der Verstand, ja dazu schafft sogar das Herz eine Maske mit ihrem Idealismus.“

(Rudolf Steiner, Unsere Weltlage. Krieg, Frieden und die Wissenschaft des Geistes, Berlin, 12. Oktober 1905, GA 54, S.5)

Ich finde, das trifft es sehr gut, was eine gesunde Vorstellung ist! Wenn wir das nach den Worten Steiners jetzt noch einmal beschreiben könnten; was ist eine gesunde Vorstellung, was wäre wünschenswert?

Eine gesunde Vorstellung ist: Wenn unsere Leidenschaften zurückweichen können und wenn wir nach dem, was wir als richtig erkannt haben und für richtig gefühlt haben – durch das Herz und den Verstand – wenn wir nach dem auch handeln würden! Aber jetzt ist es umgekehrt, nämlich wie machen wir es? Wir haben ein Wollen, ein Begehr, eine Leidenschaft und dann zimmern wir uns das zurecht! Ja ich mache das, weil das ja so wichtig ist! So reden wir uns ein. Also ich schaffe dann eine Vorstellung sekundär, um mir das zurecht zu legen, das ist aber eine Maske! In Wirklichkeit ist es nur eine Tarnung meiner eigenen Begierde. Also das wäre eine ungesunde Vorstellung, also eine Vorstellung, wo eigentlich – wie sagt man – der Wunsch Vater des Gedankens ist, nicht der Gedanke der Vater des Wunsches! Also ich finde das eine sehr gute Beschreibung von Rudolf Steiner.

Jetzt kann man das in zwei Bildern vor sich hinstellen: Das eine ist eine gesunde Vorstellung; die ist rein, objektiv; da wünsche ich mir nichts hinein, sondern die ist aus der Sache heraus geboren. Und das andere ist eine Vorstellung, die habe ich mir so – ohne dass ich es vielleicht bemerke – zurecht gewünscht, zurecht gelegt, damit es passt, damit ich meine eigene Leidenschaft rechtfertigen kann. Also das ist eine Lüge, kann man sagen.

Nun wollen wir miteinander erarbeiten: Wie wirkt eine gesunde, wie eine ungesunde Vorstellung auf unsere Physiologie, also auf unser Immunsystem, ganz konkret. Und dafür ist es sehr schön ein Fallbeispiel zu nehmen; ein konkretes Fallbeispiel, und uns anhand von diesem klar zu machen, was eigentlich geschieht im Organismus. Das heißt es ist ein realer Fall aus der Praxis:

Da stellt sich eine junge Auszubildende vor, die ist in einer therapeutisch pädagogischen Ausbildung, geht dort in die Schule, kennt auch über meine Praxis die Arbeit mit mir und bestimmte Ideale auch schon. Sie kennt auch Heinz Grill schon. Jetzt geht sie in eine anthroposophische Schule, und dort wird über die Depression gesprochen. Ja was ist die Depression? Die Schüler werden gefragt, was muss man denn machen gegen die Depression, das fragt die Lehrerin.

Was würdet ihr sagen, was tut man da bei Depression?

Teilnehmerin: Johanniskraut geben!.... (großes allgemeines Lachen)

Jens Edrich: Oh ja.... in einer anthroposophischen Ausbildung!?

Und wenn ihr dann einige Jahre hier bei Heinz Grill in der Schulung seid? Was würdet ihr dann sagen?

Teilnehmer: Eine Vorstellungstätigkeit oder eine Beobachtung fördern, neue Ziele formulieren und denken lernen mit dem Patienten....

Jens Edrich: Genau! Also wir wollen bei einer Depressionserkrankung neue Ziele, neue Beobachtungen hereinführen, dem Patienten vorleben und ihm eigentlich dadurch etwas zur Verfügung stellen im Außen, an dem er sich aufrichten kann, an dem er sein Leiden schließlich überwinden kann, oder? Das wäre glaube ich hier konsensfähig, ja?

Aber in dieser anthroposophischen Einrichtung ist es nicht konsensfähig gewesen. Weil, es wurde eben das, was hier jetzt ausgesprochen wurde, ungefähr so auch von der Schülerin gesagt auf die Frage hin, was man bei einer Depression tun könne. Und da war die Reaktion der Lehrerin aber: *Nein! ihr überfordert die Patienten vollkommen! Die haben eine Depression, und ihr müsst wissen, das ist eine schwere Krankheit! Wenn ihr mit denen jetzt solche Dinge macht, ja dann nein ihr müsst erst einmal die Depression behandeln. Ihr müsst denen erst einmal körperlich helfen, dass sie die Schwere überwinden. Die brauchen Medikamente oder bestimmte Übungen! Das, was ihr vorschlagt, ist eine völlige Überforderung!* So kam

das, ja, in einer anthroposophischen Einrichtung! Und jetzt stellt euch vor: Am nächsten Tag waren drei der Schüler krank. Ihr könnt Euch das vorstellen? Drei Schüler, und zwar interessanterweise die, die eigentlich alle schon gefühlt hatten, dass das schön war, was die eine Studentin gesagt hatte! Alle diese sind krank geworden! Spürt ihr, was ist das, wenn so etwas dann kommt: „Nein, ihr müsst die Patienten erst einmal körperlich behandeln!“ Was ist das?

Teilnehmerin: Ein Dogma!

Jens Edrich: Ja das ist ein Dogma! Das spürt ihr, ihr spürt es auch am Körper. Das macht ja etwas mit uns. Und jetzt sitzen da eine Reihe von 19 oder 20 jährigen Schülern und Schülerinnen, und drei werden krank. Und die eine – von der spreche ich jetzt gleich – die wurde richtig krank, die hat eine richtige Lungenentzündung bekommen.

Und jetzt wollen wir das anschauen und uns fragen: Wie können wir das denken? Also bei einer Lungenentzündung wird man vielleicht auch irgendwelche Viren nachweisen, oder vielleicht sogar Bakterien. Aber jetzt wollen wir hier das Experiment unternehmen, einen ersten Teil davon, um uns einmal klar zu machen: Wie wirkt das jetzt, auf die Physiologie? Das möchte ich jetzt mit Euch einfach erforschen. Also jetzt stellen wir einmal die Frage in den Raum: Wenn ihr eigentlich eine Ahnung habt, dass es anders gehen muss... Wie ist die richtige Vorstellung von der Depression, was braucht es? Wer sagt es noch einmal? Kann man das kurz als Gesetz schildern?

Teilnehmer: Wir müssen uns eine klare und gründliche Vorstellungen eigenständig bilden!

Jens Edrich: Genau! Und wichtig ist zu verstehen, dass man sich dadurch von der Schwere des Leibes eigentlich aufrichtet und die Depression hinter sich lässt, und dass es therapeutisch vielleicht eine Anregung braucht, also jemanden, der das vorlebt! Das wäre die gesunde Vorstellung.

Und welche Vorstellung drückt sich jetzt in dieser Suggestion oder „Setzung“ der Lehrerin aus? Welche Vorstellung, welche ungesunde Vorstellung drückt sich hier aus? Wer kann das einmal benennen?

Teilnehmer: Kann man sagen, dass man denkt, der Mann ist ja so arm und hilflos, der schafft ja gar nichts, also im Grund traut man dem Patienten, der depressiv ist, gar nichts zu!

Jens Edrich: Ja! Wer so denkt, der traut dem anderen nichts zu, also der gesteht dessen Seele also gar keine eigene Substanz zu, sondern er sagt: *Die Seele ist abhängig vom Körper; und wenn du depressiv bist, dann musst du erst einmal etwas für den Körper machen!* Also welche Vorstellung lebt dahinter? *Der Mensch ist abhängig von seinem Körper!* Das ist die genau umgekehrte Vorstellung, von dem wie es geistig richtig ist, das sind die ungesunden Vorstellungen, die Suggestionen! Und diese Vorstellung wird mit einer bestimmten autoritären Macht jetzt hier gesetzt.

Teilnehmerin: Das ist nur ein materielles Denken. Man denkt man könnte mit mechanischen Mitteln dem Menschen weiterhelfen, dabei schwächt man ihn dadurch immer mehr hinunter. Was er bräuchte, wäre tatsächlich eine Anregung mit Hilfe des Therapeuten, erste kleine Schritte und Ziele zu denken, also eine Hilfe, wie man einen gemeinsamen Plan aufbaut.

Jens Edrich: Ja genau!

Jetzt wollen wir aber einmal die Frage herein führen: Wie wirkt das jetzt auf den Körper? Wer kann das einmal beschreiben, und zwar zuerst einmal auf die Atmung, das wissen wir alle. Wie wirkt das auf die Atmung? Also stellt euch das jetzt richtig einmal vor, die Patientin schildert also in der Schule sehr freudig den Patienten, der eine Depression hat, dabei stellt sie sich vor, wie man da schön neue Gedanken und neue Ideen, ja neue freudige Vorstellungen von Lebensaufgaben hereinführt, und wie der Depressive sich aufrichtet. Und dann kommt als Antwort: *Nein! Der Mensch muss erst im Körper behandelt werden! Die Seele hat gar nicht die Kraft, die du dir einredest!* Wie wirkt das jetzt?

Teilnehmer: Da stockt einem erst einmal der Atem!

Jens Edrich: Genau! Und weiter?

Teilnehmerin: Da schnürt einem alles zu, und das kann - glaube ich - richtig absacken, wie so eine Art Stein in die Schwere ziehen!

Jens Edrich: Ja, also da zieht etwas Schweres und Beengendes ein, was uns die Atmung abschnürt. Die Atmung wäre normalerweise die gesunde Beziehung zur Außenwelt. Jetzt halten wir die an. Was macht das jetzt mit dem Kreislauf? Wenn man es eimal von der Physiologie beschreibt, was macht das mit dem Kreislauf? Stellt Euch einmal das Blut ganz real vor, wie es durch die Adern strömt! Stellt euch vor, man hat zuerst eine schöne Idee, also zum Beispiel die Idee, mit dem Depressiven könnte ich jetzt ein kreatives Essen kochen, oder was auch immer, ja man fühlt, dann kommt der wieder in die Freude und entwickelt wieder Interesse! Und stellt euch das vor, wie da das Blut bei dem, der so fühlt zirkuliert. Und dann kommt auf einmal die Antwort: *Nein! Was maßt Du dir an! Was passiert dann mit dem Blut in den Adern?* Man sagt das im Volksmund ja auch?

Teilnehmerin: Da gefriert einem das Blut in den Adern!

Jens Edrich: Ja das spürt man richtig, das gefriert einem in den Adern!

Und - zum Kollegen Gunter Albert – Du hast ja den Blutdruck heute morgen noch einmal thematisiert, was passiert dann mit dem Blutdruck? Das hast Du ja einmal gut heraus gearbeitet?

Gunter Albert: Ja der geht hoch, würde ich sagen. Da entsteht eine Spannung.

Jens Edrich: Ja und was macht das mit den Gefäßen, das hast Du ja einmal geschildert?

Gunter Albert: Die verengen sich!

Jens Edrich: Genau, die verengen sich richtig! Also die Adern die haben eine Muskulatur, und man muss sich das so vorstellen, dass quasi das Blut nicht mehr so schön richtig in die Peripherie geht, also dort hin, wo es hin muss, in die Organe und in das Gewebe. Also normal würde das Blut gesund da so hereinströmen, weit und frei... Und wenn sich das jetzt aber so zusammen zieht, wie es Gunter sagt, dann steigt der Blutdruck an, es staut sich das Blut, es zentralisiert, sagt man, und das Blut kann dann nicht mehr so richtig in die Adern hinein; in die Kapillaren. Ihr wisst, was die Kapillaren sind, die kleinen Äderchen, die eigentlich den Körper mit Sauerstoff versorgen und neu beleben? Ja dieses ganze lebendige Kapillarbett ist plötzlich wie abgeschnitten, es fließt dort nicht mehr richtig, es ist wie wenn das gefriert! Und jetzt fühlt und denkt euch da einmal herein. Also die Kapillaren versorgen die Organe. Und jetzt kommt da nichts mehr an. Was passiert jetzt da? Da wo eigentlich normalerweise der Sauerstoff und das Blut so schön hereinströmen würde, da kommt jetzt nichts mehr an. Was bedeutet das jetzt für das Gewebe? Fühlt euch einmal da hinein!

Teilnehmer: Wenn Gewebe nicht richtig durchblutet wird, dann stirbt es eigentlich ab...

Jens Edrich: Ja, vielleicht noch nicht gleich, aber das wäre dann tatsächlich das Ende. Aber was passiert davor?

Teilnehmer: Es tritt eine Unterversorgung auf.

Jens Edrich: Und was passiert da? Es wird nicht mehr versorgt, mit was wird es nicht mehr versorgt, das Gewebe?

Teilnehmer: Mit Sauerstoff

Jens Edrich: Ja, also mit Sauerstoff, und was ist das der Sauerstoff? Dass man das immer gleich als Bild nimmt! Was ist das nämlich, der Sauerstoff?

Teilnehmerin: Die Beziehung!

Jens Edrich: Genau die Beziehung! Der Sauerstoff ist was? - Die Beziehung!

Also Steiner sagt, der Sauerstoff ist das, was aus dem Kosmos dem Menschen zuströmt und ihn neu belebt, so sagt er das. Also das, was hereinströmt und uns eigentlich immer mit dem Außen, also mit dem ganzen Kosmos in Beziehung bringt, das ist der Sauerstoff. (*Anmerkung: Es ist ja tatsächlich so, dass wir über die Luft mit der ganzen Welt in Verbindung stehen. Wir machen uns das normalerweise nur nicht klar, dass der Sauerstoff, den wir jetzt einatmen, vielleicht von einer Pflanze irgendwo in Afrika oder Russland ausgeatmet wurde! Außerdem ist ja der Sauerstoff wie eine Art ins Gasförmige fortgesetzter Lichtprozess, denn er ist tatsächlich im Zuge der Photosynthese in der Pflanze durch die Lichteinwirkung entstanden. So trägt der Sauerstoff etwas wie eine Art gasförmige Lichtwirkung in das Gewebe!*) Und jetzt ist das Gewebe abgeschnitten davon. Gunter sagt, die Adern machen zu, die Muskeln verkrampfen sich, der Sauerstoff kommt nicht mehr an. Das heißt, das Gewebe ist abgeschnitten vom Kosmos. Der Kosmos und damit auch das Licht kommt nicht mehr heran an das Gewebe.

Aber was ist, wenn das Gewebe abgeschnitten ist und keinen Sauerstoff mehr bekommt? Fühlt Euch einmal in das Gewebe hinein. Wie geht es da dem Gewebe?

Teilnehmer: Das fühlt sich dann wie verkarstet an!

Jens Edrich: Ja genau, verkarstet! Das Gewebe verkarstet, verödet, versumpft, es fließt nicht mehr richtig,

Teilnehmer: Die Nährstoffe kommen nicht mehr heran?

Jens Edrich: Genau, das ist genau der Punkt! Das ist wie ein Fluss, der stecken bleibt, der staut, und dann strömt es nicht mehr, der verschlammt dann eigentlich. Das heißt, die Giftstoffe können nicht mehr abtransportiert werden, und das belebende Neue, das Erneuernde kann nicht mehr dazukommen. Das heißt das Gewebe erstickt in seinem eigenen Gift. So kann man sich das vorstellen, ja!

Und jetzt müssen wir die Schritte noch weiter denken. Also jetzt muss man ein bestimmtes Wissen dazu nehmen: Jetzt gibt es nämlich in Amerika ganz spannende Studien in den letzten Jahren, die in Deutschland, von wenigen Ausnahmen abgesehen, noch kaum richtig wahrgenommen werden. Jetzt wird da etwas gesagt darüber, was passiert, wenn das Gewebe einen „Zellstress“ hat.

Ihr fühlt: Das ist das! Zellstress heißt: Die Zelle bekommt keinen neuen Zufluss und kann das Alte nicht mehr ausscheiden, sondern es bleibt da wie ein Gift liegen. Das ist also Zellstress. Und man weiß, was machen die Zellen, wenn sie Zellstress haben? Was denkt ihr, was könnten sie machen?

Teilnehmer: Sie stellt vermutlich die Arbeit, die Aktivität ein!

Jens Edrich: Ja, die gesunde Aktivität stellt sie ein! Und was macht sie aber noch, das ist spannend, man kann es sich denken ein bisschen, wer hat eine Idee?

Teilnehmerin: Könnte das sein, dass sie für einen Moment so etwas wie Adrenalin, also ein Stresshormon bildet?

Jens Edrich: Ja, das ist nämlich jetzt ganz spannend... Also wenn wir quasi eine gesunde Aktivität nicht mehr tun können, was machen wir da? Da machen wir eigentlich sogenannte Übersprungshandlungen, also irgendetwas anderes, was eigentlich völlig daneben ist, was also unpassend für die Situation ist. Wir kompensieren also mit irgendetwas anderem. Die Zelle macht das auch. Also die Zelle, wenn sie im Zellstress ist – die Amerikaner haben da sehr schöne Studien – die bildet plötzlich komische Eiweiße, die sie eigentlich nicht bilden würde. Und diese Eiweiße sind gewissermaßen wie Ausdruck von Gift. Und diese versucht sie dann auszuscheiden und will sie dann loswerden, bekommt sie aber nicht los. Also sie bildet plötzlich sinnlose, dysfunktionale Eiweiße mit allerlei Zutaten, ja und die tut sie manchmal dann noch zu bestimmten Formen konfigurieren, und nimmt dann noch etwas von ihrem eigenen Genmaterial mit und

diese scheidet sie dann aus. Und wie heißt so etwas, hat das schon einmal jemand gehört, so ein Eiweißpartikel, wo dann noch so kleine DNA- oder Gensequenzen darinnen ist?

Teilnehmerin: Makrophage?

Jens Edrich: Nein, Was ist das, wenn man so einen Eiweißpartikel hat, wo DNA darinnen ist, wer kennt das?

Teilnehmer: Ein Virus ist das!

Jens Edrich: Genau, ein Virus! Das nennt man Virus! Aber manche Amerikaner nennen es ein Exosom. Das ist ganz spannend. Denn was ist eigentlich der Unterschied zwischen einem Virus und einem Exosom? Ja eigentlich keiner, wenn man nachliest, eigentlich kein wesentlicher! Also die Zelle bildet im Stress einen Virus oder ein Exosom, sie bildet Eiweiße, und die machen keinen Sinn, und die will sie eigentlich ausscheiden. Für was sind diese jetzt aber Ausdruck, diese Eiweiße? Was würdet ihr sagen?

Teilnehmer: Für die falschen Vorstellungen, die auf dem Menschen lasten wie ein Gift!

Jens Edrich: Genau! Die dysfunktionalen Eiweiße will der Mensch ausscheiden, es sind wie falsche Vorstellungen, wie Einschnürungen, also Vorstellungen, die nicht frei sind, sondern die eigentlich intentional vom Willen geprägt sind, also Vorstellungen, wo der Wunsch Vater des Gedanken war, die den Menschen wie vergiften wollen, und die sich hier materialisieren, als Ausdruck der Not der Zelle. Die Zelle drückt also damit ihre Not aus, indem sie diese bildet. Das ist eigentlich ein Hilferuf der Zelle. Ja und was müssen wir jetzt machen? Jetzt kommt die spannende Frage, was machen wir denn, wenn wir falsche Vorstellungen in uns aufgenommen haben und dadurch bestimmte falsche Proteinpartikel, die man dann Viren oder was auch immer nennen kann, die dann vielleicht auch potentiell ansteckend wirken können oder zumindest uns schwer krank machen und mit einer Lungenentzündung einhergehen?

Teilnehmerin: Falsche Vorstellungen sind ja auch ansteckend!

Jens Edrich: Ja, ja, da kommen wir gleich dazu, zu der Parallele von Seele und Körper. Aber jetzt frage ich euch, was machen wir jetzt, wenn wir eine falsche Vorstellung in uns aufgenommen haben, also zum Beispiel wenn ihr jetzt die Vorstellung von der Lehrerin aufgenommen habt: *Du bist völlig auf dem Holzweg, wenn du glaubst, dass man eine Depression durch Schöpferkraft überwinden kann*, weil der Materialismus sagt, das geht nicht. Und jetzt bist du 19 und denkst, da muss die ja wohl recht haben, weil das ist ja eine Autorität! Was machen wir jetzt?

Teilnehmerin: Wir müssen erst einmal erkennen, dass es eine falsche Vorstellung ist....

Jens Edrich: Genau! Jetzt also kommt der spannende Prozess, nämlich jetzt geht es um das Immunsystem, um das geistige Immunsystem.... Also was schützt uns vor einer falschen Vorstellung, oder was müssen wir mit dieser falschen Vorstellung tun? - Wir müssen sie wieder richtig integrieren! - Heinz Grill sagt, das Immunsystem sei ein Integrationssystem.

Welche Schritte also müssen wir gehen, um diese falsche Vorstellung wieder zu einer integrierbaren zu verwandeln? Welche Schritte müssen wir tun, was müssen wir erst einmal machen?

Teilnehmerin: Erst einmal in Distanz gehen zu dem Thema, und dann anfangen zu untersuchen.

Jens Edrich: Aha, in Distanz gehen? ... Nun ... in gewisser Weise muss ich mich ja sogar dem Thema erst einmal richtig annähern! Das Problem ist, in der Krankheit geht man erst einmal in Distanz. Der Patient will nicht mehr zur Arbeit und am liebsten möchte er nicht mehr in die Schule gehen. Und wenn man jetzt nur dem Distanzgefühl nachgeben würde, löst man es nicht. Er muss also physisch vielleicht in Distanz gehen, aber um sich der Sache geistig nähern zu können!

Teilnehmerin: Ich meinte auch geistig muss der Mensch in Distanz gehen.

Jens Edrich: Nun ja... ich muss mir diese Meinung einmal anschauen aus der Distanz heraus, um mich ihr dadurch erst wirklich geistig annähern zu können! Ich muss mich also der Sache bewusst einmal annehmen, ich muss mir die Sache zu Herzen nehmen, ich muss mir das einmal anschauen als einen ersten Schritt. Jetzt habe ich das hier als „Verinnerlichen“ bezeichnet (zeigt an die Tafel, auf der steht: „Verinnerlichen“) aber im richtigen Sinne ist das gemeint: Also ich will mir das vergegenwärtigen als einen ersten Schritt.

Teilnehmerin: Also ich muss mich erst einmal auf die Suche machen, was ist denn da? Ich muss erst einmal auf die Idee kommen, dass da etwas ist!

Jens Edrich: Ja! Also ich muss mich dem Feld geistig zuwenden. Wenn ich jetzt nur wegläufen würde aus dem Feld der Schule, dann komme ich nicht weiter. Und diese Zuwendung schafft der Patient meist nicht alleine. Dafür braucht er einen Therapeuten, denn er hat ja Angst vor dem Feld, er ist ja traumatisiert, und der Therapeut muss richtig erst einmal fragen: *Also was hast Du da erzählt? Also alle sind krank geworden?* Ja er muss sich die ganze Szene also zunächst noch einmal sehr detailliert vergegenwärtigen. Und dann? Was kommt dann als der nächste Schritt, wenn er die Aussage der Lehrerin gehört hat?

Teilnehmerin: Er muss sie hinterfragen!

Jens Edrich: Hinterfragen; das heißt?

Teilnehmerin: Er muss die Aussage korrigieren, wenn sie verkehrt ist.

Jens Edrich: Ja schon, aber das wäre dann schon der nächste Schritt, davor aber muss ich das Ganze durcharbeiten, analysieren, aber diese Schritte gehen auch Hand in Hand. Ich muss die Sache einmal gründlich konsolidieren, ich muss mir genau vergegenwärtigen, was wurde gesagt? Ich muss die Situation auch zerlegen, mir die Details genau anschauen. Und dann, wenn ich das so richtig durchgearbeitet habe die Szene, was muss ich dann als nächstes tun? Ich muss mir dann das Wesentliche einmal richtig vorstellen! Also was hat die Lehrerin gesagt? Das muss ich mir richtig vor die Seele stellen!

Teilnehmerin: Ich muss eine Ordnung herstellen!

Jens Edrich: Und wodurch kommt diese Ordnung zustande?

Teilnehmerin: Durch die Frage, wie ist es wirklich!

Jens Edrich: Genau! Und was brauche ich dazu nämlich, damit ich die Ordnung überhaupt herstellen kann, was brauche ich dazu? Ich schaue das Ganze an, ich stelle mich der Sache gegenüber, was muss ich jetzt noch aufbauen zu der Sache?

Teilnehmer: Eine Beziehung!

Jens Edrich: Und wie mache ich das, mit was?

Teilnehmer: Mit einem Gedanken!

Jens Edrich: Mit einem Gedanken schaue ich auf die Sache drauf. Und was habe ich dann?

Teilnehmer: Dann habe ich einen Sinn, eine Empfindung für die Sache!

Jens Edrich: Ja wir haben eine Empfindung. Das heißt, weil ich einen stimmigen Gedanken habe, einen wahren Gedanken, und dann schaue: Stimmt das eigentlich, was die Lehrerin sagt? Jetzt habe ich eine Empfindung; und was empfinde ich? Ich empfinde, ob es eine reine Vorstellung ist oder ob sie doch übergriffig ist. Ich kann unterscheiden, ob es eine ungesunde oder eine gesunde Empfindung ist. Und jetzt kommt der letzte Schritt. Ich empfinde: So stimmt es ja nicht die Vorstellung, denn es stimmt ja gar nicht, dass der Mensch gesund wird dadurch, dass man da an der Materie und am Körper herummacht beim

Depressiven, sondern er braucht einen schönen Inhalt, an dem er wieder Interesse erlebt, ja an dem er sich wieder aufrichten kann. Was ist jetzt das, was ich da ausgesprochen habe? Ein Gegenentwurf, eine Erkenntnis! Man könnte sagen, das ist jetzt ein Gegenentwurf, also ein heiles Bild; ein Bild, was jetzt wieder das ins Wahre anhebt, was vorher als unwahres Bild vor mir gestanden hat!

Teilnehmerfrage: Was heißt das, dass wir einen Gegenentwurf erstellt haben? Wir sind von einem wahren Gedanken ausgegangen, das ist das eine. Wir haben ihn wieder verloren und konnten ihn nicht halten, aufgrund der von der Lehrerin freigesetzten falschen Vorstellung. Jetzt aber haben wir einen Gegenentwurf, eine wahre Vorstellung zu dieser falschen Vorstellung entwickelt, und damit steht der wahre Gedanke jetzt noch klarer vor uns als zuvor.

Ist da nun qualitätsmäßig ein Unterschied, ob wir nur einen wahren Gedanken haben oder denselben verlieren und dann noch einmal an dem unwahren Gedanken wieder erringen und aufrichten?

Jens Edrich: Ja das ist jetzt eine spannende Frage, worin liegt jetzt da der Unterschied? Wir müssen ja jetzt an diesem Negativbild, welches uns in der Welt begegnet, mit Hilfe des Therapeuten uns noch einmal richtig durch mühsame Arbeit, mühevolle Durcharbeitung und Analysen die Situation vergegenwärtigen, wir müssen uns also noch einmal genau dazu Vorstellungen und Empfindungen aufbauen, sie noch einmal thematisieren und in Worten zum Ausdruck bringen... Was ist jetzt da anders als vorher?

Teilnehmerin (Imme Koll, Ärztin): Also zum einen ist ja einfach wieder mehr Kraft dahinter, weil es braucht ja Kraft all das zu entwickeln! Und ich denke zum anderen entsteht auch eine andere Beziehungsfähigkeit, weil jetzt ein anderes Empfinden dabei ist und eine klare Vorstellung gebildet wurde.

Jens Edrich: Absolut! Ich finde das merkt man richtig, weil die Patientin musste sich jetzt auseinandersetzen und sie hat ja jetzt eine ganz andere Opferkraft hereingegeben, weil sie an der Krankheit sich ja erst einmal überwinden musste. Normalerweise will man ja in der Krankheit, wenn man eine Lungenentzündung hat, gar nichts mehr mit der Schule zu tun haben. Und jetzt sagt der Doktor, du hast zwar eine Lungenentzündung, aber lass uns doch einmal Gedanken machen!! - Oh nein, ich bin doch fiebrig, sagt da der Patient normalerweise! Ich fühle mich nicht so, dass ich mir jetzt noch Gedanken machen kann! Also da merkt man schon, dass es da eine große Selbstüberwindung braucht, dass da eine große Kraft nötig ist zu sagen: Nein, jetzt gehen wir einmal konstruktiv noch einmal an die Sache heran trotz des Fiebers. Das heißt, die Empfindung – und das merkt Du zurecht an – wird viel intensiver, sie wird konsolidierter und stärker sein, ja die kann dir jetzt niemand so leicht mehr wegnehmen. Vorher hat die Patientin sich ihre Empfindung leicht wegnehmen lassen durch die Lehrerin. Aber jetzt nach dieser Geschichte, wenn man das einmal so durchgerungen hat, da ist es wirklich eine Kraft. Also es ist die Empfindung deutlich stärker geworden.

Teilnehmerin: Da wird ja dadurch auch ihr Vertrauen in den Gedanken gestärkt durch einen solchen Prozess; und nicht nur in diesen spezifischen Gedanken, sondern generell in die Denkfähigkeit wird ihr Vertrauen dadurch gestärkt werden! Das Denken wird dadurch zu einer anderen Kraft werden ganz generell!

Jens Edrich: Ja man bemerkt ja, dass ein ganz anderes Vertrauen in den ganzen Gedankenprozess entstehen kann! Dass man sich das überhaupt noch einmal anschaut das Geschehen und noch einmal neu durcharbeitet, dass man sich eine Vorstellung daran bildet, um zu einer Wahrheitsempfindung zu kommen, und am Ende gar zu einer sicheren Erkenntnis voranschreitet, das ist ja schon eine Kraft!

Teilnehmerin: Vorher lebte der Gedanke auch, aber er war noch nicht konkret gelernt. Und jetzt musste die Patientin in dem Gegenentwurf wirklich selbst daran arbeiten, ihn wirklich selbst entwickeln und eine eigene Kraft daran ausbilden.

Jens Edrich: So ist es! Weil die Patientin das vorher eigentlich schon gelernt hatte, da sie schon längere Zeit bei mir die Schulungen kennt. Aber erst jetzt ist es durchgerungen durch eine Krankheit, durch Fieber durchgerungen in der Auseinandersetzung mit einem Widerstand, und es entsteht eine ganz andere Kraft. Und dadurch bildet sich auch eine viel wahrhaftigere Empfindung zu dieser Wahrheit aus!

Teilnehmer: Man kann also auch von einer größeren Bewusstheit sprechen! Ja eine deutlich größere Bewusstheit, weil sie diesen Weg gegangen ist. Sie hat jetzt eigentlich an der Krankheit im therapeutischen Prozess ihr fünftes Zentrum geschult.

Jens Edrich: Nun fragen wir uns aber in einem weiteren Schritt, was ist das jetzt für ein Vorgang? Das ist das Immunsystem! Versteht ihr? Das ist das geistige Immunsystem! Weil wir nämlich eine Suggestion bis hin zu einer Erkenntnis durchgearbeitet und damit „rund gemacht“ haben, weil wir sie solange durchgearbeitet haben, bis wir sicher wissen, dass das keine Wahrheit ist, die ich da gehört habe, ja dass ich jetzt weiß, wie es wirklich ist! Was aber passiert in dem Moment, wo ich diese Erkenntnis errungen habe? Bemerkt ihr das?

Teilnehmer: Wir atmen auf!

Jens Edrich: Ja genau, wir bekommen wieder frische Luft! Wir erkennen (atmet erleichtert auf), aaahhh, es ist doch nicht falsch gewesen, was ich empfunden hatte! Oh je, ich war ja so verunsichert, ich habe mir mein ganzes Wahrheitsempfinden rauben lassen! Oh nein, jetzt weiß ich, wie es wirklich ist! Und zugleich kann ich innerlich gelöst auf die Lehrerin blicken und sehen: Gut, die Lehrerin kann vielleicht noch nicht anders denken, weil sie da noch in bestimmten Suggestionsfeldern eingespannt ist, ich selber habe ja selbst kurz an der Wahrheit gezweifelt, aber das macht mir jetzt auch gar nichts, denn jetzt fühle ich sie dafür umso klarer! Man muss ja jetzt nicht auf die Lehrerin projizieren; schließlich weiß man jetzt plötzlich: Ich bin jetzt in diesem Gedanken begründet. Man spürt jetzt wie plötzlich die Luft wieder strömt!

Und was passiert jetzt, parallel zu diesem Vorgang mit dem physischen Immunsystem? Wer hat dazu eine Idee?

Teilnehmerin: Die falschen Eiweiße werden ausradiert. Die Zellen werden quasi repariert, weil sie wieder Luft bekommen, und die falschen Eiweiße werden jetzt vom Immunsystem als falsch erkannt. Das Immunsystem kann jetzt dadurch klar unterscheiden, was brauchbar ist und was nicht. Das Immunsystem kann bemerken: Hier ist ein fremder Stoff und den muss ich abwehren!

Jens Edrich: Nun was geschieht genau, ist es wirklich eine Abwehr, die da stattfindet? Schauen wir noch einmal genau hin: Das Ganze muss ja für eine eigene Erkenntnis genutzt werden. Also etwas, was da jetzt so unverdaut in uns wirkt, muss

- (1) aufgenommen und geprüft werden,
- (2) durchgearbeitet und analysiert werden,
- (3) vorgestellt und
- (4) in die Empfindung genommen werden
- (5) und zuletzt zu einem wirklichen Bild, vielleicht zu einem Gegenbild, vielleicht aber auch – wenn das Bild nur in Teilen noch nicht ganz stimmig ist, zu einem richtig harmonischen Bild verwandelt werden. Nicht alles sind ja schließlich Lügen, die wir aufnehmen. Es kann ja auch sein, dass wir einen wertvollen Gedanken hören und diesen in uns zu einer guten Vorstellung heranreifen lassen müssen, damit er in uns auch leben kann!

So muss die Sache in ihrem Wert oder auch Unwert erkannt und zu einem richtigen Erkenntnisbild angehoben werden. Und genau diese fünf Schritte, die wir hier finden, die finden jetzt ganz genau auch physisch-materiell statt. Dies geschieht dabei tatsächlich eins zu eins:

Als erstes: (1) Verinnerlichen und in sich Aufnehmen. Was macht die Zelle also als erstes, wenn sie dieses komische Partikelchen, welches sich da angesichts der Giftwirkung im Organismus als Virus oder Exosom in der Zelle gebildet hat, entdeckt? Kann das jemand sagen?

Teilnehmer: Sie bildet Antikörper?

Jens Edrich: Nein, noch nicht gleich! Also den ersten Vorgang, den muss man vielleicht schildern, es sei denn es kennt ihn schon jemand. Weiß es jemand? Also was macht die Zelle als erstes? (Keine Wortmeldung). Gut dann will ich es einmal schildern: Sie wird als erstes die fremden Partikel **in sich hereinnehmen!** Man muss das Fremde in sich hineinnehmen, um es kennenzulernen! Also dafür gibt es die

sogenannten Fresszellen (oder auch Makrophagen), die sind ein Teil der sogenannten unspezifischen Immunantwort. Das heißt, erst einmal wird alles Fremde aufgenommen, wird verinnerlicht, wird verdaut gewissermaßen, und dann muss es zerlegt werden. Es wird darinnen in den Zellen jetzt zerlegt in seine verschiedenen Bestandteile und Fragmente, **es wird also zweitens (2) analysiert**.

Und was müssen wir jetzt mit den Fragmenten machen? Was müssen wir jetzt machen, wenn wir das Ganze also gewissermaßen analysiert haben und verschiedene Erkenntnisgedanken gewonnen haben, wenn wir uns also das ganze Geschehen noch einmal vergegenwärtigt haben, was müssen wir dann machen? Dann müssen wir das, was wir erfasst haben, in die Vorstellung bringen. Wie macht das die Zelle? **Als drittes (3) präsentiert sie es, sie stellt es also gewissermaßen vor!** Also die Zelle macht genau das, was wir auch seelisch tun! Die Makrophage oder auch Fresszelle frisst also zuerst das Fremde einmal auf, nimmt es in ihr Inneres auf, analysiert es, zerlegt es in bestimmte Bestandteile und jetzt präsentiert sie diese signifikanten und markanten Bilder an ihrer Oberfläche und zeigt und präsentiert dann gewissermaßen das Ergebnis ihrer Analyse dem Gesamtorganismus. Sie stellt es also vor und präsentiert es. Und was käme jetzt als nächstes, wenn wir die Sache gut vor uns stehen haben? Also wir bekommen das jetzt präsentiert, das ganze Panorama der verschiedenen Details der Geschichte, was müssen wir jetzt machen? Jetzt müssten wir die **(4) Empfindung dazu aufbauen**. Und wie machen wir das? Wie schaffen wir das anhand von dem, was präsentiert wird?

Teilnehmer: Wir müssen es länger betrachten und möglichst objektiv anschauen.

Jens Edrich: Ja, wir müssen uns also eine sensible Wahrnehmung davon verschaffen, wir müssen es gewissermaßen abtasten, um ein Gefühl dafür zu bekommen. Auch das tut das Immunsystem. Es schickt jetzt gewisse andere Immunzellen zu dem Makrophagen, der das Panoramabild an seiner Oberfläche präsentiert, und tastet dieses jetzt tatsächlich regelrecht ab, und durchfühlt es dadurch. Dadurch baut das Immunsystem jetzt eine wirkliche Empfindung dazu auf.

Teilnehmer: Dazu braucht es ja jetzt auch Kriterien, um das zu können!

Jens Edrich: Ja, das ist jetzt wieder sehr spannend! Es braucht tatsächlich dazu bestimmte Kriterien! Das ist richtig. Und tatsächlich hat das Immunsystem in sich so etwas wie ein Kriterium für das, was stimmig ist und für das, was unstimmig ist! Aber das würde an dieser Stelle leider zu weit führen, das auszuführen, woher das kommt. Das hat nämlich etwas damit zu tun, wie das Immunsystem gereift ist in der Embryologie, wie es also gewissermaßen seine Kriterien ausgebildet hat. Das wäre ein richtig spannendes Thema, weil das Immunsystem tatsächlich eine in ihm innewohnende Weisheit hat, und aus dieser heraus weiß, was wahr ist und was nicht wahr ist. Aber wie diese Weisheit entsteht, das wäre jetzt Embryologie.

Ich kann nur sagen, dass das wirklich spannend wäre, zu erforschen, woher das Immunsystem diese Weisheit nimmt, aus der heraus es tatsächlich dann das, was ihm präsentiert wird, ganz fein abtastet! Auf jeden Fall hat das Immunsystem aus dieser Weisheit heraus wirklich eine Empfindung, anhand derer es fühlen kann: Hier stimmt es, und da stimmt etwas noch nicht! Und da, wo es noch nicht stimmt, da bildet es eine Art Gegenbild. So wie vorhin so schön gesagt wurde, muss ja ein Erkenntnisbild dazugestellt werden, wenn etwas nicht stimmt. Das tut nun das Immunsystem, indem es nach dem Durchtasten auch ein leibliches Gegenbild bildet. Und was ist dieses **(5) Gegenbild**? Das ist der sogenannte Antikörper, ein Eiweiß, welches nun zu dem präsentierten Bild wie ein Schlüssel zum Schloss passt! Der Antikörper passt zu dem noch unverdauten, nicht verstandenen, falschen Protein, wie ein Schlüssel zum Schluss. Er steht damit für die Erkenntnis, die die Zelle an diesem zunächst unverstandenen und unvollkommenen Protein entwickelt hat. Und was ist jetzt, wenn der Antikörper kommt? Dann kann das Immunsystem diesen mit dem Unverdauten und bislang Unverdaulichen in Beziehung bringen, und jetzt kann das Immunsystem das Ganze auflösen, weil durch die Verbindung des primär fremden Eiweißes das Immunsystem das Ganze auflösen und zu etwas Neuem, Schöneren machen kann. Durch die Erkenntnis also kann das zunächst Unverdauliche sich nun gut integrieren, indem das Fremde nun zerlegt und zu neuer Substanz verwandelt werden kann. Und damit ist die Sache integriert. Sie ist damit zu einem Wert geworden. Und worin der Wert besteht, das hatten wir vorhin ja seelisch geschildert.

Gunter Albert: Es entsteht auch so etwas wie ein bleibender Wert! Denn es entstehen hierdurch ja nun auch die sogenannten Gedächtniszellen. Denn indem der Mensch zum Beispiel eine Krankheit durchmacht, gibt es dann am Ende eine sogenannte Gedächtniszelle, die den entsprechenden Antikörper bilden kann. Und wenn nun zu Beispiel das entsprechende Bakterium noch einmal kommt, dann kommt genau diese Zelle wieder und erinnert sich und bildet dann sofort wieder diesen Antikörper. Das ist also ein bleibender Wert über Jahrzehnte!

Jens Edrich: Ja, da bleibt also wirklich eine Substanz! Das ist jetzt sehr interessant! Denn Imme Koll hatte das vorhin ja bereits auf der seelischen Ebene gesagt, als vorhin die Frage war, was ist jetzt eigentlich Neues entstanden. Ist das, was da entsteht, jetzt die gleiche Empfindung wie vor der Auseinandersetzung oder etwas anderes? Da hatte sie ja gesagt, dass da etwas Neues entsteht, was eine größere Substanz hat als vorher vorhanden war. Denn vorher war das nur „angeklatschtes“ Wissen, und dadurch nur eine noch oberflächliche Empfindung vorhanden. Jetzt aber ist das „durchgerungen“ durch eine Krankheit, diese Erkenntnis und die damit verbundene Wahrheitsempfindung. Jetzt bleibt das erhalten. Das ist sowohl auf der seelischen als auch auf der körperlichen Ebene so, also auf der Ebene der Gedächtniszellen, wo es ein Leben lang also weit über 30 Jahre lang erhalten bleibt als Fähigkeit, als Gedächtnis wie man mit bestimmten fremden Eiweißen umgehen kann. Der Organismus und die Seelen wissen jetzt: Mit dieser Suggestion kann ich umgehen. Wenn diese falsche Vorstellung an mich herantritt, dann werde ich mich dadurch nicht in Unruhe versetzen lassen, sondern es in Ruhe anschauen, weil ich dazu schon einen Weg kenne. Und ebenso weiß das körperliche Immunsystem, wenn dieses fremde Eiweiß an mich herantritt, dann weiß ich schon damit umzugehen! Das ist also errungene Erkenntnis, errungene und bleibende Fähigkeit.

Also wir sehen jetzt, das spannende ist: Rudolf Steiner sagte einmal, das was bei uns in den Organen lebt, sei ein Naturgeschenk, eine Naturweisheit oder eine Naturfähigkeit. Die Fähigkeit also etwas, was noch nicht ganz logisch ist, noch nicht ganz stimmig ist, einmal durchzuarbeiten bis es zu einem wirklichen Erkenntnisgedanken wird, ist uns auf der Naturebene also gegeben.

Aber Rudolf Steiner sagt, die Organe würden uns zu allem nur eine Grundlage geben. Wenn wir das, was uns durch diese einmal als Grundlage geschenkt wurde, nun nicht geistig jetzt im Grunde selber tun lernen, was die Organe uns abgenommen haben als eine Art Geschenk, wenn wir das nicht als Fähigkeit jetzt erringen, dann wird es uns auch auf der organischen Ebene wieder verloren gehen. Das gilt im Grunde für alle Organe. Das heißt konkret: Unser Immunsystem heute ist darauf angewiesen, dass wir den Vorstellungsprozess, wie wir ihn heute herausgearbeitet haben, tatsächlich 1:1 parallel zu den Abläufen des physischen Immunsystems vollziehen lernen. Wo wir früher noch von unseren Organen mehr oder minder unbewusst getragen wurden, werden unsere Organe ihre Fähigkeiten also heute, wenn wir das, was sie leisten und uns weisheitsvoll vorleben, nun nicht auch bewusst erlernen, allmählich verlieren. Wir müssen also das mit Bewusstsein selber tun lernen, was uns bislang unser Körper unbewusst vorgelebt hat, was uns also einmal geschenkt wurde. Wo wir das nicht tun, da wird unser Immunsystem in der Zukunft - und wie ich beobachte in vielen Fällen auch heute schon - seine Arbeit nicht mehr tun können. Aber wir müssen uns deutlich machen, dass die seelischen und die physiologischen Vorgänge in einer absoluten Analogie bzw. Parallele miteinander, also in einer innigen Verbindung, stehen.

Und nun kommen wir zu der spannenden Frage: Was passiert jetzt, wenn diese Fähigkeit, gesunde Vorstellungen auszubilden um die falschen, krank machenden Vorstellungen zu überarbeiten, nicht vom Menschen errungen wird. Was passiert also, wenn die falschen, krank machenden Vorstellungen nicht durch die geistige Durcharbeitung richtig gestellt und angehoben werden. Was geschieht dann im menschlichen Organismus?

Aber bevor wir dazu kommen und ich dazu dann das Wort meinem Kollegen Dr. Gunter Albert übergebe, möchte ich abschließend noch den heute eröffneten und beschriebenen Fall runden. Vermutlich könnt ihr euch ja denken, wie der Fall am Ende ausging!?

Es war ja doch eine recht heftige Lungenentzündung. Wir hatten kein Antibiotikum gebraucht in diesem Fall, denn es war klar, dass die Patientin eigentlich schon eine gewisse Empfindung hatte, und nun diese

Empfindung in das Bewusstsein nehmen wollte, ja es war auch klar, dass sie damit einen Lernschritt tun wollte. Und wir haben das durchgearbeitet trotz der Lungenentzündung. Und sie hat sich an dieser Vorstellung aufgerichtet. Sie war vorher wie gelähmt, sie hatte wirklich das Gefühl, ihre ganze Schöpferkraft war ihr genommen. Und sie hatte an sich gezweifelt, weil ja eine solche Lehrerin schon heftig wirkt, und sie konnte sich langsam in dem Fieber wieder aufrichten. Sie hat dann mit dem Fieber begonnen auch kreativ wieder tätig zu werden, hat dann begonnen langsam und Bild für Bild, und am Anfang durchaus gegen innere Widerstände und das Gefühl „das kann ich nicht!“, ein Kinderbuch zu illustrieren, so dass dann aus dem Fieber diese neue Vorstellung von der Schöpferkraft des Menschen sich langsam befreien konnte. Dadurch ging es deutlich wieder aufwärts und es ist bei ihr eine bleibende Erkenntnis herangereift, die bis heute eine Substanz darstellt, und die sich sicher auch im Blut in einer kräftigen Antikörperbildung widerspiegelt.

Teilnehmerin: Was tut man in solchen Fällen, wenn wir es mit Krankheiten von Kindern zu tun haben?

Jens Edrich: Da müssen wir dann meist mit den Eltern oder Erziehern arbeiten. Denn die Kinder zeigen oft nur, dass da gewisse Vorstellungen in der Familie oder in der Umgebung leben, die bearbeitet und aufgelöst werden wollen. So kann man in der Regel an einem Kind alleine auch nichts ausrichten, wenn es nicht gelingt, die Eltern in den Prozess einzubeziehen.

Und die spannende Frage, die uns heute morgen bewegt hat, ist nun diejenige: Was geschieht, wenn solche fremden, krank machenden Eiweiße nun mangels Immunkraft und mangels einer Kraft sich aufzurichten zu bestimmten Vorstellungen nicht verwandelt und zu einem Wert integriert werden können? Was geschieht also, wenn der Mensch in der Krankheit sich gewissermaßen fallen lässt und sich nicht die Mühe macht, bestimmte klärende Vorstellungen bei sich aufzubauen und noch einmal genau hinzuschauen, um eine neue Erkenntnis und neue stärkere Ideale zu erringen? Nun, vielleicht nehmen wir ja ein Antibiotikum, und da wird das fremde Eiweiß bzw. Bakterium eben weggedrückt, aber überwunden, verwandelt und integriert werden die fremden Eiweiße und damit die noch unausgereiften Vorstellungen ja doch nicht hierdurch. Vielmehr werden sie sich irgendwie und irgendwo im Körper ansammeln und ablagern, ohne dass der Organismus sie wieder in sinnvoller Weise abbauen und integrieren kann. Und über diese Frage wird jetzt mein Kollege Gunter Albert referieren, der sich damit bereits seit einer Weile intensiv beschäftigt:

Gunter Albert: Ja ich will gerne versuchen eine kurzen Überblick über die Problematik zu geben:

Das große Problem ist, dass Fremdeiweiße im Gewebe übrig bleiben können, und die lagern sich dann gerne im Bindegewebe oder in der Zelle ab. Jetzt gibt es bestimmte Mechanismen, wie der Körper da entgegen steuern kann. Aber wenn sie nicht abgebaut werden können, dann verklumpen sie und bilden solche Ablagerungen, dass gerade dadurch neurodegenerative Erkrankungen oder allgemein degenerative Krankheiten vermehrt entstehen. Hier sind zum Beispiel der Parkinson aber auch Gefäßkrankungen zu nennen. So lagern sich hier bestimmte Eiweiße ab in der Zelle, die nicht erkannt werden können, so dass dann diese Erkrankungen recht schwerer Art entstehen können.

Vielleicht noch ergänzend dazu eine Sache, das ist jetzt auch noch ein physiologischer Prozess, und zwar heißt dieser die Apoptose. Ich weiß nicht, ob ihr darüber schon einmal etwas gehört habt, vielleicht anknüpfend an dem, dass es bestimmte Prozesse gibt, die eigentlich dann, wenn man einmal von dem Prozess ausgeht, den Jens Edrich gerade genannt hat, wo eigentlich eine bestimmte Wahrnehmungsfähigkeit, eine bestimmte Anschauungsbildungs- und Erkenntnisbildungsfähigkeit notwendig ist, wo findet man die im Körper auch wieder? Das ist eine spannende Frage, die ich mir gestellt habe. Schauen wir z.B. einmal auf die Apoptose. Was ist das? Das ist ein Vorgang, der einen programmierten Zelltod darstellt. Also bestimmte Zellen können sich selber kaputt machen, entweder von innen heraus, oder das Immunsystem kann hergehen und gewissermaßen zur Zelle sagen: Das passt nicht mehr, was Du da machst, Du musst Dich jetzt auslöschen! Diese Apoptose ist etwas ganz normales. Es gibt zum Beispiel bestimmte Entwicklungsprozesse wie bei Kaulquappen, die haben einen Schwanz. Und wenn ein Frosch daraus wird, dann muss der Schwanz weggehen, der muss weggehen, der muss sterben. Der wird aber nicht abgeschnürt, sondern durch Apoptose so zusammengeschrumpft, bis er irgendwann verschwindet. Auch im menschlichen Embryo gibt es diese Apoptose. Zum Beispiel gibt es ein Stadium, wo der Mensch so etwas wie Schwimmhäute hat zwischen den Fingern, auch Interdigitalfalten genannt. Die müssen auch abgebaut werden. Das macht auch die Apoptose. Aber auch dass die Nasenlöcher entstehen, das ist Apoptose. Also das sind Prozesse im

Körper, die ganz normal vorkommen und eigentlich immer zu einer Weiterentwicklung, zu einer weiteren Ausdifferenzierung führen. Das ist jetzt ganz spannend, bei der Apoptose wird eigentlich etwas abgebaut, was alt ist oder was unbrauchbar geworden ist, oder was sogar schädlich ist, und das wird so weit abgebaut, dass diese Bestandteile wieder genutzt werden können, um etwas Neues daraus zu bilden. Im Endeffekt ist es so, dass dieser Prozess aber auch im Immunsystem vorkommt. So finden wir einen solchen Prozess zum Beispiel bei Krebszellen oder bei von Virus befallenen Zellen. Ein Virus geht z.B. in die Zelle herein und vermehrt sich darinnen, und eine Weile lang kriegt das Immunsystem das gar nicht mit. Aber dann doch, weil irgendwie diese Zelle so klug ist und eine kleine Markierung auf ihre Oberfläche setzt: Hallo, ich bin infiziert! Dann kann das Immunsystem das erkennen. Und auch bei der Krebszelle werden wir an der Oberfläche bestimmte Markierungen finden, dass das Immunsystem das erkennt und daran aktiviert wird und diese Zelle zum Abbau bringt. Jetzt könnte man weitergehen und fragen, ja Apoptose, was ist jetzt der Bewusstseinsvorgang, der als eine Art Äquivalent existiert für den physischen Vorgang der Apoptose. Manchmal spricht man ja davon, Apoptose sei ein Selbstmordprogramm. Das stimmt aber so eigentlich gar nicht. Nein, das ist eigentlich ein ganz normaler Prozess des „Stirb und Werde“. Das ist ein physiologischer Prozess, wie auch die Zellteilung, so gehört auch das Absterben dazu. Das ist eigentlich ein ganz normaler Prozess. Aber was ist der Bewusstseinsprozess? (er sieht die Wortmeldung eines Teilnehmers) Du weißt schon eine Antwort?

Teilnehmer: Eine Wahrheitsfindung, also dann wenn ich zur Wahrheit komme.

Gunter Albert: Ja, das könnte man schon sagen!

Teilnehmer: Und wenn die nicht kommt, dann werde ich entweder krank, oder setze ich etwas außer Kraft in mir. Da müsste jetzt ein Bewusstsein sein vom ganzen Organismus, der dann sagt: wenn es für den Gesamtorganismus nicht gut ist, dann möchte ich auch nicht länger leben.

Gunter Albert: Ja! Man hat oft die Vorstellung, man macht da etwas, und dann kommt Bewusstsein in die Zelle hinein. Man kann ja nicht sagen eine Pflanze macht Selbstmord im Herbst. Das ist eine unterschiedliche Ebene, von der wir da sprechen. Aber bleiben wir einmal bei der Frage nach dem Wahrheitsprozess, dem Erkenntnisprozess. Das ist finde ich schon ganz spannend.

Teilnehmerin: Vielleicht ist es, wie wenn man eine alte Vorstellung einmal beiseite legen muss und eine neue nächstmögliche Form schafft!

Gunter Albert: Das passt auch recht gut, und ich würde sagen, das hat etwas zu tun mit Licht. Die Vorstellungsbildung, die Anschauungs- und Erkenntnisbildung ist eigentlich – wie es auch in einer aktuellen Meditation von Heinz Grill heißt – etwas, wo Licht entsteht. Und wenn man einmal schaut, so bemerkt man: Licht baut ab! Eine Kletterschlinge, die über 20 Jahre in einer Wand hängt, die wird über die Zeit sich auflösen durch den Einfluss der Sonne. Das Licht ist es, welches also eigentlich immer diese Materie zerstört. Oder wenn man einmal auf das Pflanzenwachstum blickt: Wenn es immer warm ist, ohne dass Licht da ist, dann wuchert die Pflanze. Wenn man dagegen das Licht anschaut, dann führt es zu strukturierten Formen. Und ich glaube dieser Prozess ist genau das, was eigentlich die Apoptose im Physiologischen darstellt. Da wird etwas geformt, ausdifferenziert, weitergeführt, und irgendwann zum Absterben gebracht, damit wieder Neues entstehen kann.

Teilnehmerin: Das würde also heißen, dass bestimmte Dinge einfach sterben müssen?

Gunter Albert: Ja, gewisse Dinge müssen sterben, dass wieder etwas neu wird!

Teilnehmerin: Ja aber man fragt sich, wie findet die Selektion statt? Sprechen wir jetzt von der einzelnen Zelle, oder sprechen wir von dem Gesamtorganismus. Der Gesamtorganismus hat eine Weisheit. Aber woher hat die einzelne Zelle das?

Gunter Albert: Also ich glaube, dass das halt bestimmte übergeordnete Lebensbildekräfte sind. Wenn diese dann auch angeregt werden durch bestimmte Lichtkräfte, die der Mensch erzeugen kann, dann hat das dann bis hinein in die Physiologie Auswirkungen.

Jens Edrich: Also man könnte ja parallel zu dem Beispiel sagen: Wenn eine Empfindung im Ganzen da ist, also z.B. die Empfindung, von dem was etwas Schönes, etwas Wahres ist - und eine solche Empfindung kann nur entstehen durch einen klaren Gedanken und damit nur durch die geistige Schulung des fünften Zentrums - dann kann der Mensch dann auch entsprechend, wenn er eben einer Suggestion begegnet, die ihn eigentlich unbewusst ergreifen würde, dann kann er von dieser Empfindung aus ruhig darauf schauen, und dann wird ihm das keinen Zellstress bereiten, so dass in ihm gar kein Virus entsteht. Er wird dann diese Suggestion und das, was an Schwer-Verdaulichem doch damit verbunden ist, einfach ruhig verbrennen und in einer schönen, runden Weise so darauf antworten, dass dadurch die Suggestion durch den von ihm formulierten Gedanken eigentlich für ein besseres, stimmigeres Bild sogar genutzt werden kann. Das wäre also die verwandelnde Fähigkeit einer sozusagen wahren, schönen und ordnenden Empfindung. Und das ist die Immunitätsfrage. Denn der Mensch, der das kann, der also gegenüber einer falschen Vorstellung ruhig bleiben und ihr ruhig gegenüber treten kann, und der dann vielleicht einmal eine Nacht darüber schlafen kann, ehe daraus vielleicht ein schöner Beitrag von ihm gegeben wird, der hat eine Fähigkeit zur Immunität. Und dadurch kann die Polarisierung verhindert werden, und das wäre eine Lichtfähigkeit, die der Mensch entwickeln kann. Also die Fähigkeit, es im Lichte zu halten und nicht gleich zu sagen: Oh, was sagt die Lehrerin mir da? und sogleich an sich zu zweifeln und Minderwertigkeitsgefühle auf zu nehmen, das ist eine Lichtfähigkeit! Wir haben ja jetzt vorhin am Körper gearbeitet und haben bemerkt, die Enge schnürt uns alles zusammen. Sie ist eine Finsternis, wenn wir in ihr bleiben, dann schnürt uns das irgendwann vollständig vom Kosmos ab. Und wenn wir aber im Kosmos bleiben, in diesem weiten weisheitsvollen Gedanken, wenn wir uns diesen also nicht rauben lassen, dann können wir ruhig darauf schauen, und dann wäre das die Fähigkeit, das Falsche, also sozusagen das Alte, zu verbrennen, aufzulösen und zu einer neuen Form anzuheben. Und dann entsteht eigentlich gar kein Konflikt, dann entsteht vielmehr ein lichter Vorgang, der sozialfähig ist. Und dann ist dieser Gedanke rund und schön in Beziehung. Das ist entsprechend einem gesunden Immunsystem oder der Fähigkeit einen Gedanken rund und damit einmal zu Ende zu denken, bis er sozialfähig ist.

Teilnehmer: Und so wie auch das Immunsystem in der Krankheit übt, so kann man sich auch üben in der Auseinandersetzung mit anderen Meinungen, und sich stärken, indem man lernt, sich auch mit anderen Sichtweisen zu konfrontieren.

Jens Edrich: Das ist jetzt überhaupt eine spannende Frage: Bräuchte der Mensch die Lungenentzündung? Man kann sagen, ja wenn er sie hat, und wenn wir sie gut begleiten und dadurch für die Entwicklung nutzen – und da ist jeder von Euch gefragt, würde ich sagen, weil das ist keine spezifisch ärztliche Frage, sondern das kann jeder Yogalehrer oder anders tätige Mensch eigentlich, wenn er die Gesetzmäßigkeiten erkennt und er merkt, da ist eine Krankheit, ja da muss eine Suggestion gewesen sein - dann entsteht die Frage: Ja wie kann man die Lungenentzündung eigentlich schön aufrichten am Gedanken, und damit zur Heilung verhelfen. Und wenn wir das aber tun, dann kann man die Krankheit zu einem schönen Wert erheben. Das ist schon eine Kraft! Und dennoch ist die Krankheit natürlich eigentlich nicht das Optimale. Eigentlich könnte man sagen, wenn ich das, was Heinz Grill hier lehrt – und das hast Du an einem Beispiel gezeigt – dass wir uns zum Beispiel mit anderen Meinungen, vielleicht Suggestionen und Lügen in der Welt so auseinandersetzen, dass wir das ruhig denken, und gut sozialfähig in Beziehung bringen, und in Darstellungen, in Wort und Tat ausstrahlen, dann wäre das eine unglaubliche Immunitätskraft! Weil dann müsste der Mensch, wenn er das trainiert, ohne Not, ohne Pneumonie, dann müsste er in dem Sinne eigentlich nicht mehr so viel krank werden. Dann hätte er nämlich die gesunde Immunität und müsste das Fremde nicht abwehren, sondern könnte es nutzen, anheben, und dadurch zu etwas Neuem, Schönen verwandeln. Das wäre eigentlich das Prinzip der geistigen Schulung und des gesunden, durch Schulung gereiften Immunsystems. Da sieht man, wie das eigentlich eine präventive Immunkraft wäre, und dass wir eigentlich solche Krankheiten ein Stück weit vermeiden könnten. Und wenn sie dann auftreten, dann würde ich sagen, ist das nicht so schlimm, wenn wir die Menschen entsprechend begleiten, und die Krankheit nicht einfach wegdrücken. Denn Gunter hat ja gesagt, sonst bleiben die alten Eiweiße abgelagert liegen und dann entstehen Degenerationen, Tumorerkrankungen, sozusagen weil dieses Zeugs da bleibt als schwere Last. Der Körper will es aber dann doch abwehren, und dann wird es chronisch entzündlich abgewehrt, da werden Organe zerstört, so lange bis es bearbeitet ist. Man muss aber wissen: Jedem physischen Erkrankungsvorgang ist ein geistig seelischer Vorgang einer unbewussten seelischen Suggestion, die in uns lebt, und überwunden und verwandelt werden will, parallel anhaftend. Und das muss bearbeitet werden. Das wäre die Heilung und gleichzeitig die Präventionsmöglichkeit, Ja!

Teilnehmerin: Es wird die Frage danach gestellt, wie das Licht und die Abbauvorgänge und die Erneuerung zusammenhängen.

Jens Edrich: Man könnte auch sagen, das Licht ist eigentlich das, was den Menschen durchdringen muss bis in die Zelle hinein. Und auf der physiologischen Ebene ist dem Sauerstoff eigentlich das Licht fast parallel zu denken. Was macht das Licht? Das Licht, so hat Gunter dargelegt, arrodiert die Dinge, verbrennt die Dinge und bleicht sie aus, es setzt feine Verbrennungsvorgänge in Gang, so dass die Dinge zerfallen und Neues entstehen kann.

Heinz Grill hat einmal die Meditation geprägt: *Der Lichtäther schafft Formen, indem er Substanz vernichtet.* Das heißt, der Lichtäther verbrennt die alten Formen, die alte Substanz, und schafft eine neue Form.

Rudolf Steiner sagt es auch so: „*Dem Wesenhaften, was im Denken liegt, obliegt ein Doppeltes: Zum einen drängt es die menschliche Organisation in ihrer eigenen Tätigkeit zurück, zum anderen setzt es sich an deren Stelle.*“ (Anmerkung, Philosophie der Freiheit, Rudolf Steiner, online Archiv,

<http://anthroposophie.byu.edu>, 4. Auflage 2010, Seite 102) .Zum einen also drängt das Denken, das, was ist - die menschliche Organisation also, in ihrer Eigendynamik – zurück – und verbrennt sie – und es setzt sich an deren Stelle. Also das Licht setzt sich neu an die Stelle und kann das Alte weichen lassen, und wenn der Mensch in der Asana gut in der Vorstellung begründet ist, dann ist er präsent geöffnet, geführt geöffnet, und dadurch kann das Licht und der Sauerstoff bis in die Organe hineinströmen, und der Sauerstoff ist eigentlich der, der diesen Verbrennungsprozess ermöglicht. Und durch ihn wird also alles, was abgelagert ist in der Zelle verbrannt, und kann von daher einem Neuen Raum geben. Es ist also so, wie wenn das Licht durch den Sauerstoff bis in die Zelle physiologisch vordringen kann.

Ja ich denke, dass wir dann vielleicht noch eine abschließende Frage nehmen, aber dass wir es dann auch zu Ende bringen in dieser Runde heute Abend. Wer hatte noch eine wichtige Frage?

Teilnehmerfrage: Ich habe einmal gelesen, dass es der Sauerstoffmangel ist, der die Zelle zum Absterben bringt. Hier haben wir aber ja jetzt gehört, dass der Sauerstoff den Absterbevorgang ermöglicht. Wie kann man das zusammen bringen?

Jens Edrich: Ja und nein! Das muss man richtig denken. Ich verstehe, wie Du es meinst: Wenn die Zelle lange Zeit Sauerstoffmangel hat, dann vergiftet sie sich selbst, bildet Fremdeiweiße, und dann ist es so, dann ist es schließlich gesunde Heilung, wenn dann die Apoptose wieder einsetzt und der Organismus das Falsche, also die vergiftete, degenerierte Zelle wieder abbaut. Aber die Zelle braucht hierzu wieder den gesunden Zufluss! Also das Feuer kann nur brennen, wenn es den Sauerstoff bekommt. Wenn Du das auch nicht hast, wenn du weiter in der Suggestion bleibst, findet nicht einmal Apoptose statt. Sondern dann bleibt das Fremdeiweiß da drinnen in der Zelle und irgendwann fängt es an zu wuchern und macht eine Krebszelle. Also die Apoptose kommt zustande, weil zu lange Lichtmangel bestanden hat, und die Zelle eigentlich giftig geworden ist. Aber dann muss auch irgendwann wieder eine Heilung, oder ein Gedanke dazu kommen, und dann merkt man, das ist ja alt, und dann kann die Apoptose wieder einsetzen. Die braucht also wieder Sauerstoffzufuhr. Wenn gar kein Sauerstoff, kein Licht zugeführt wird, dann bleiben wir in unserer Suggestion, dann bleiben wir darin und dann haben wir nicht einmal mehr eine Apoptose. Dann haben wir lauter Zellen darinnen, die Fremdeiweiße bilden, Viren oder ähnliches und die fangen zu wuchern an, und dann haben wir auf einmal einen Tumor, wenn gar kein Licht mehr hineinkommt!

Dann würden wir damit einmal zum Schluss kommen für heute!

Applaus

Moderation: Vielen Dank euch beiden! Es war ein sehr weitreichendes Thema, und das wollen wir schon noch sehr lange wirklich weiterhin so intensiv bewegen und uns dazu die Gedanken bilden, bezüglich der Vorstellungsbildung. Und herausarbeiten, was vom Menschen eigentlich gebraucht wird, damit er das Immunsystem unterstützen kann!