

X
Rudolf Steiner - Archiv
Goetheanum Dornach/Schweiz

G e s u n d h e i t s f r a g e n

14. Januar 1909

Öffentlicher Vortrag
des
Herrn Dr. Rudolf Steiner

"Die Gesundheitsfragen im Lichte der Geisteswissenschaft"

Gehalten im Architektenhaus zu Berlin am 14. Januar 1909.

(Nachschrift Burck)

Das Thema, das uns heute beschäftigen soll, umschließt eine Frage, oder besser eine Anzahl von Fragen, die den Menschen mit Recht auf das Allertiefste interessieren. Die Fragen nach der Gesundheit sind ja solche, die zusammenhängen mit all dem, was den Menschen lebens-tüchtig macht, mit all dem, was ihm verhilft, seine Bestimmung in der Welt zu erfüllen. Es ist deshalb Gesundheit im richtigen Lichte gesehen etwas für die meisten Menschen, was sie sozusagen anstreben, wie man äußere Güter anstrebt. Sie ist ein inneres Gut, das man zu erreichen sucht.

Wie äußere Güter zunächst nicht um ihrer selbst willen vom gesund denkenden Menschen angestrebt werden, sondern als ein Mittel seiner Arbeit, seines Wirkens und Schaffens, so erscheint auch Gesundheit als ein inneres Gut des Wirkens und Schaffens. Daher können wir es wohl erklären, daß der Drang, die Sehnsucht sich Aufklärung zu verschaffen über die Rätsel und Fragen des gesunden und kranken Lebens, insbesondere in unserer Gegenwart so tiefgehend ist.

Allerdings, man darf auf der anderen Seite im allgemeinen sagen, daß jene Gesinnung wieder wenig verbreitet ist, die geeignet ist, den Menschen empfänglich zu machen gerade für diejenigen Antworten, die man braucht, wenn man solche Fragen lösen will, die so innig mit dem ganzen Wesen des Menschen zusammenhängen. Es soll heute auch, wie schon einmal bei einer ähnlichen Gelegenheit es geschehen ist, an einen alten Spruch erinnert werden, der manchem ein-fällt, wenn von Gesundheit und Krankheit gesprochen wird; es ist der Spruch: Es gibt sehr viele Krankheiten, aber nur eine einzige Gesundheit. Es erscheint dieser Ausdruck im Grunde genommen manchem so selbstverständlich als möglich, und dennoch ist er ein Irrtum. Er ist ein Irrtum im eminenten Sinne des Wortes; denn es

gibt nicht bloß eine Gesundheit, sondern es gibt sozusagen so viele Gesundheitensarten als es Menschen gibt. Das ist es gerade, was wir in unsere Gesinnung aufnehmen müssen, wenn wir die Frage nach der Gesundheit und Krankheit im richtigen Lichte sehen wollen: daß der Mensch ein individuelles Wesen ist, daß jeder Mensch anders beschaffen ist; und daß daher dasjenige, was dem einen heilsam, gut und gesund sein kann, für den anderen schädlich und krankmachend wirken kann. Wir müssen uns einleben in die Gesinnung, daß die Gesundheit eines Menschen ganz abhängt von seiner individuellen Beschaffenheit.

Daß diese Gesinnung nicht sehr weit verbreitet ist, das zeigt eine Erfahrung, die jeder von uns alltäglich machen kann. Da fehlt dem einen dieses und dem anderen jenes. Die Mutter erfährt das und nimmt das wahr. Sie erinnert sich, daß in einem ähnlichen Fall dieses oder jenes geholfen hat und kuriert daher drauf los. Der Vater kommt und erinnert sich, daß etwas anderes eigentlich geholfen hat. Nicht genügend damit, die Tante kommt und spricht den Jungen ins Bett, während ihn der Onkel schleunigst in die frische Luft und ans Sonnenlicht schicken will usw. Die Verordnungen sind oft so widersprechend, daß sie nicht erfüllt werden können. Kurz, es eilen große und kleine Leute herbei, wenn dieses oder jenes fehlt; jeder hat sein Heilmittel, auf das er eingeschworen ist, wenn er weiß, es hat da und dort geholfen, und das muß nun auf den armen Kranken losgelassen werden. Wer hätte sie nicht erfahren, die sich überstürzenden guten Ratschläge, die von allen Seiten kommen? Sie sind eigentlich eine recht mißliche Sache, wenn dem Menschen dieses oder jenes fehlt.

Alle diese Dinge gehen hervor aus einer unrealistischen, abstrakten Denkweise, aus einem Dogmatismus, der gar nicht beachtet, daß der Mensch ein individuelles Einzelwesen, eine Realität ist, daß jeder Mensch ein Wesen für sich ist und daß ^{es} vor allen Dingen darauf ankommt, diese Realität Mensch ins Auge zu fassen, wenn man es mit Gesundheit und Krankheit zu tun hat.

Nun entspringt aber eine solche Hilfsbedürftigkeit, wie sie der Mensch in der Krankheit hat, gewiß einer Artung seines inneren Wesens, die das Mitgefühl, das Mitleid seiner Umgebung wachrufen muß, und wir können begreifen, daß jeder gerne herbeispringen möchte; denn es ist dies nur ein Ausdruck dafür, welches tiefe Interesse gerade diese Frage im Zusammenhang mit der ganzen Menschenna-

tur hervorrucht. Wenn man allerdings dieses tiefe Interesse auf der einen Seite ins Auge faßt und auf der anderen Seite nur ein klein wenig hineinblickt in dasjenige, was, sagen wir, in unserer Zeit - denn diese interessiert uns heute vor allen Dingen - für verschiedene Anschauungen über Gesundheit und Krankheit herrschen, dann kann man unter Umständen recht betrübt werden. Man kann sich sagen, es ist doch die Krankheit eine so wichtige Sache im menschlichen Leben, warum ist es denn so, daß sich Gelehrte und Ungelehrte, Mediziner und Laien, nicht nur über die Heilmittel für die einzelnen Krankheiten und die richtigen Wege zur Gesundheit, sondern sogar über das Wesen des Krankseins in den mannigfaltigsten Theorien streiten. Und es erscheint manchmal, als ob in unserer Zeit in wissenschaftlichen und sonstigen geistigen Bestrebungen der kranke und vielleicht auch der gesunde Mensch mehr als je ausgesetzt ist den Parteilanschnuungen, die von allen Seiten sich geltend machen in Bezug auf die Menschheitsentwicklung und das Menschheitswesen.

Dürfen wir nun die Hoffnung hegen - das ist die Frage, die wir uns heute stellen - daß Geisteswissenschaft (die schon von den verschiedensten Seiten hier charakterisiert worden ist und noch charakterisiert werden wird) in einer gewissen Beziehung auch Licht bringen kann in die verschiedensten Theorien und Parteischartierungen, welche wir heute um uns herum erblicken, wenn wir die Ansichten über Gesundheit und Krankheit einmal an uns herantreten lassen. Es ist ja öfter hier betont worden, daß Geisteswissenschaft einen gewissen höheren Gesichtspunkt anstrebt, einen Gesichtspunkt der es möglich macht, dasjenige, was die Menschen in Parteischartierungen zerteilt, dadurch daß sie nur gewisse engere Kreise des Anschauens und Beobachtens haben, zu überbrücken, zu zeigen wie das eine dem anderen widerstrebt, weil es einseitig ist.

Wir haben es öfter gezeigt, daß Geisteswissenschaft gerade da ist, um das Gute in den Einseitigkeiten zu suchen und die Harmonie in den verschiedenen Einseitigkeiten herzustellen. Einseitigkeiten, so muß sich derjenige sagen, der die Sache nicht oberflächlich betrachtet, dürften es doch sein, die uns entgentreten, wenn von Seiten dieser oder jener Gesundheit^s oder Krankheitslehrer diese oder jene Dogmen mit einer anspruchsvollen Autorität gepredigt werden und auf der anderen Seite die entgegengesetzten mit ähnlich starker Weise.

Sie haben es alle erfahren, welche Summen von Parteischattierungen einander gegenüberstehen in Bezug auf diese Frage.

Da weiß jeder, daß auf der einen Seite dasjenige steht, was man oftmals sogar heute leider im verächtlichen Sinne die Schulmedizin nennt, mit ihrer allopathischen Richtung, und daß der eine andere Richtung, die als homöopathisch bezeichnet wird, gegenübersteht.

Da hat bei weiten Kreisen Zutrauen gefunden dasjenige, was man Naturheilkunde nennt, und ganz absehen wollen wir von den noch übrigen medizinischen Schattierungen. Und nicht nur das, was auf den kranken Menschen angewendet und empfohlen wird, sondern auch was als richtig gehalten wird für den gesunden Menschen, damit er stark und kräftig bleibt, das ist wieder gefärbt nach der Seite, von der es herkommt, je nachdem es von der medizinischen Richtung oder von der Naturheilkunde oder von einer anderen Richtung ausgeht.

Wir werden sozusagen in den Mittelpunkt unserer Frage hineingeführt und zu gleicher Zeit eine gewisse Verbindung, ein Verknüpfungsband finden mit dem vorigen Vortrag, der über die Ernährungsfrage handelte, wenn wir uns vor Augen führen, von welchen Gesichtspunkten aus solcher Streit entfacht wird über Krankheit und Gesundheit, wie er beispielsweise existiert zwischen den Anhängern der medizinischen Heilweise und den Anhängern der Naturheilkunde. Da sagen die Anhänger der Naturheilkunde: ja die Medizin sucht für jede Krankheit ihr bestimmtes Heilmittel; sie ist der Anschauung, daß die Krankheit gewissermaßen etwas ist, das den Menschen gleichsam wie etwas Äußerliches, wie durch äußere Ursachen ergreift und daß es für die Krankheit auch dieses oder jenes äußere Heilmittel gibt. Ferner sagt der Anhänger der Naturheilkunde: der Mediziner sagt z.B., daß bei gewissen Fällen von Entzündungen Eisumschläge zu machen sind, daß bei Gelenkrheumatismus mit salcyilsaurem Natrium geholfen werden könne, also hilft man mit diesem Salze. Besonders weitgehende Anhänger der Naturheilkunde werden noch kräftigere Vorwürfe erheben, sie werden sagen: wenn der Magen zu viel Magensäure absondert, so werden die Mediziner versuchen, diese Magensäure zu neutralisieren.

Der Naturheilkundige sagt nun, da kann man auch auf einem gewissen Standpunkt der Medizin stehen, das alles geht an dem tieferen Wesen und vor allem an dem tieferen Wesen des Menschen vorbei; das alles trifft nicht den Nagel auf den Kopf. Nehmen wir den Fall an, der Magen sondere wirklich zu viel Magensäure ab. So ist das, sagt der

Naturheilkundige, ein Zeichen, daß irgendetwas im Organismus nicht richtig ist; denn im richtig funktionierenden Organismus, wo alles in Ordnung ist, wird nicht zu viel Magensäure abgesondert. Wenn man daher die schädliche Magensäure beseitigt, so hebt man ja nicht die Kraft, die Tendenz des Organismus auf zu viel Säure im Magen zu erzeugen. Man kann dem eigentlichen Urheber der Krankheit so nicht steuern, man darf die Aufmerksamkeit nicht einfach darauf richten, die Magensäure zu vertreiben.

So sagen diejenigen, die die Schulmedizin profanieren, man würde, wenn man einfach die Magensäure beseitigt, den Organismus aufstacheln, ja recht viel Magensäure zu erzeugen. Man muß also tiefer gehen und die eigentlichen Ursachen aufsuchen. So insbesondere wird der Naturheilkundige, wenn er es bis zum Fanatiker bringt, dagegen wettern, wenn jemand an Schlaflosigkeit leidet und man dem Patienten Schlafmittel gibt. Er wird eifern: ja, Schlafmittel beseitigen die Schlaflosigkeit für einige Zeit, aber die Ursache wird damit nicht weggeschafft, und diese muß man beseitigen, wenn man dem Kranken wirklich helfen will.

Unter denjenigen, die wiederum auf dem Standpunkte der Ärzte stehen, gibt es ja 2 Parteien: diejenigen, die man Allopathen nennt, die ein spezielles Heilmittel gegen jede Krankheit anführen und gebrauchen, sozusagen ein Heilmittel, das die Aufgabe hat, diese Krankheit zu beseitigen. Sie gehen also von der Anschauung aus, daß die Krankheit eine Störung im Organismus ist und daß durch ein Mittel die Störung beseitigt werden muß.

Dagegen wenden die Homöopathen ein: das sei durchaus nicht das eigentliche Wesen der Krankheit, sondern das eigentliche Wesen der Krankheit sei schon eine Art Reaktion des ganzen Organismus gegen etwas Schädliches. Es sei ein Schaden aufgetreten im Organismus, und nun wehre sich der ganze Organismus gegen diesen Schaden, und man muß in den Symptomen, die beim kranken Menschen auftreten, darauf Rücksicht nehmen, daß dasjenige, was er zeigt - vielleicht Fieber oder dergleichen - daß das eine Art Aufruf sei der Kräfte im Organismus, die den eingeschlichenen Feind vertreiben können. Daher werden sich die Anhänger dieser Art Heilkunde sagen: ja da müssen wir gerade zu den Mitteln der Natur greifen, welche im gesunden Menschen, im gesunden Organismus die betreffende Krankheit hervorrufen. Wir dürfen natürlich dem kranken Organismus diese Mittel nicht in großen Dosen verabreichen, sondern so, daß die

Kraft des betreffenden Mittels gerade hinreicht, um im gesunden Organismus dieselbe Krankheit zu erzeugen. Das ist das Prinzip der Homöopathie. Dasjenige, was im gesunden Organismus eine bestimmte Krankheitserscheinung hervorrufen kann, die Möglichkeit in sich schließt, im gesunden Organismus zu einer bestimmten Krankheit zu führen, das wird angewendet. Man hat dabei den folgenden Gedanken. Man sagt: Wenn der Organismus im Krankheitszustande gewisse Symptome zeigt bemüht er sich, den Krankheitsprozeß als Heilmittel hervorzurufen. Wir müssen ihn daher unterstützen. Wenn er aus sich selber heraus die Krankheit zeigt, die auch durch ein entsprechendes Mittel hervorgerufen wird, so müssen wir diese Symptome durch dieses Mittel unterstützen und dadurch den Körper antreiben, damit er um so sicherer den Krieg gegen den Feind führen kann. Daher wird der Homöopath oft gerade für dieselbe Krankheit das Gegenteil anwenden von dem, was der Allopath anwendet.

Der Naturheilkundige steht nicht immer, jedoch in sehr vielen Fällen auf dem Standpunkte, daß es nicht so sehr darauf ankomme einen krankhaften Schaden durch irgend ein spezifisches Heilmittel zu beseitigen, sondern daß es vor allem darauf ankomme, den gesunden Organismus zu stärken und seine Tätigkeit zu unterstützen, damit er seine inneren gesunden Kräfte wachrufen kann, um etwaigen Krankheitsprozessen zu begegnen.

So wird der Naturheilkundige auch dem Gesunden zuraten, die Tätigkeit des Organismus zu unterstützen. Er wird zuweilen betonen auch für den gesunden Menschen, daß es weniger darauf ankomme, ob eine Nahrung dem Menschen besonders Gelegenheit gebe, sagen wir, sich voll zu pflöpfen mit diesem oder jenem, sondern ob die Nahrung so ist, daß sie die inneren Organe zur Tätigkeit aufruft. Er wird sagen, du machst dein Herz nicht stark und kräftig, wenn du dich bemühest mit Nahrungsmitteln fortwährend anzufüllen, sondern du wirst dein schwaches Herz dadurch stärken, daß du es in Tätigkeit bringst. (Bergpartien machst).

So wird derjenige, der auf Tätigkeit des Menschen geht, auch einem gesunden Menschen anraten in sachgemäßer Art seine Organe in Tätigkeit zu bringen.

Sie werden nun im großen und ganzen gesehen haben, daß, wenn es sich um solche Fragen handelt, die so viel die Gegenwart beschäftigen, mit fast unglaublicher Heftigkeit und Dogmatismus von der einen oder anderen Seite oftmals gekämpft und die jeweilige ~~an~~

anschauung hervorgehoben wird. So kann die sogenannte Schulmedizin hinweisen darauf, wie sie im Laufe der letzten Jahrzehnte, namentlich im Laufe der letzten 3 - 4 Jahrzehnte, großartige Fortschritte gemacht hat, gerade dadurch, daß sie darauf gesehen hat, wie die äußeren Krankheitserreger an den Menschen herankommen, sozusagen seine Gesundheit vernichten. Diese Schulmedizin kann darauf hinweisen, wie sie besorgt war darum, die äußeren Lebensverhältnisse, die Zustände des Lebens so zu verbessern, daß in der Tat ein Aufschwung in letzter Zeit eingetreten ist. Gerade diejenige Medizin, die vorzugsweise auf äußere Krankheitserreger sieht, sagen wir beispielsweise auf die heute so gefürchtete Bakterien- und Bazillenvelt, gerade sie hat dadurch, daß sie auf dem Gebiete der Hygiene eingegriffen hat, die sanitärischen Verhältnisse in die Hand genommen, in einer für den Laien gar nicht zu durchschauenden Weise, ungeheuer viel getan, besonders in den Städten, für die Verbesserung der Gesundheitsverhältnisse.

Es wird aber wiederum nicht ganz mit Unrecht, aber nur mit einseitigem Recht, von einer Seite betont, wie diese Schulmedizin geradezu hervorgerufen hat eine Bakterien- und Bazillenfurcht. Aber auf der anderen Seite hat die Untersuchung dazu geführt und gezeigt, daß unser Leben in gesundheitlicher Beziehung in den Städten sich gebessert hat. Mit Stolz weisen daher die Anhänger dieser Richtung darauf hin, um wieviel Prozent die Sterblichkeit unter diesem Einfluß da und dort in den letzten Jahrzehnten tatsächlich abgenommen hat. Diejenigen, die betonen, daß es nicht so sehr die äußeren Ursachen sind, welche für die Betrachtung der Krankheit wichtig sind, sondern daß es vor allen Dingen die im Menschen selbst liegenden Ursachen sind, welche bei der Betrachtung der Krankheit beachtet werden müssen, mit anderen Worten die Krankheitsdisposition, sein vernünftiges oder unvernünftiges Leben, die werden wieder besonders betonen, daß zwar in den letzten Jahrzehnten die Sterblichkeit unleugbar abgenommen hat, daß aber die Krankheitsziffer in erschreckenderweise zugenommen hat. Es wird betont wie gewisse Krankheitsformen, Herz- und Krebskrankheiten, die in den Schriften der älteren Medizin gar nicht bezeichnet sind, sich stark verbreitet haben. Es gilt das auch besonders von jeder Art Verdauungskrankheit. Und diejenigen Gründe, die von der einen oder anderen Seite hervorgebracht werden, die sind, wenn man sie im Lichte dieser oder jener Partei sieht, schon beachtenswert. Es darf gewiß nicht von einem

oberflächlichen Standpunkte aus eingewendet werden, daß die Bazillen oder Bakterien nicht Krankheitserreger furchtbarster Art seien, und es kann auch nicht geleugnet werden, daß der Mensch in gewisser Beziehung entweder gefestigt oder gesichert ist gegen Einflüsse solcher Krankheitserreger oder andererseits es nicht ist, wenn er sich durch eine vernünftige Lebensweise nicht widerstandsfähig gemacht bzw. seinen Widerstand gebrochen hat. Bewundernswert sind besonders diejenigen Dinge, die z.B. von der Schulmedizin in letzter Zeit geleistet worden sind. Sehen wir doch wie subtil und fein die Untersuchungen sind über das gelbe Fieber im Zusammenhang mit der Art und über die Art und Weise wie es übertragen wird durch ein gewisses Insekt von Mensch zu Mensch. Sehen wir wie vorzüglich die Untersuchungen sind in Bezug auf Malaria und ähnliches. Aber auf der anderen Seite können wir sehen wie wiederum berechtigte Ansprüche dieser Schulmedizin sehr leicht unser ganzes Leben durchkreuzen können, sogar in gewisser Beziehung zu einer Tyrannisierung führen kann.

Denken wir uns, wie mit gewissem Recht behauptet wird, daß bei einer in der letzten Zeit häufig auftretenden Krankheit (bei der Genickstarre) behauptet wurde, daß der Krankheitserreger durchaus nicht direkt übertragen werden müsse auf einen anderen Menschen, sondern daß ganz fernstehende, gesunde Menschen, die absolut unberührt bleiben von dem, was man mit Genickstarre bezeichnet, die Krankheitskeime in sich tragen und auf andere übertragen können. So daß die Menschen, die unter uns herumgehen die Träger von Krankheitskeimen sind und nur derjenige, der dafür empfänglich ist von dieser Krankheit befallen wird, während der andere, der Keimträger, durchaus von der Krankheit unberührt bleiben kann.

So kann es dahin kommen, daß wenn irgendein Kranker von der Genickstarre befallen ist, daß dieser für weniger gefährlich beachtet wird, als diejenigen welche ihn pflegen. Zu welchen Schwierigkeiten kann das führen, wenn diesen Menschen der Umgang mit dem Kranken erschwert wird.

Man kann anführen, und es ist angeführt worden, daß in irgendeiner Schule plötzlich eine größere Anzahl Kinder an dieser oder jener Krankheit erkrankt sind. Man wußte nicht, wo die Krankheit herkam, da stellte sich heraus, daß zwei ganz gesunde Lehrerinnen die Trägerinnen gewesen seien. Sie selber wären nicht von der Krankheit befallen worden, aber die ganze Schule sei an der Genickstarre

erkrankt. Der Ausdruck Bazillenträger und Bazillenfänger ist ein Ausdruck, der von gewisser Seite mit einem gewissen Recht gebraucht wird.

Daß derjenige, welcher Laie ist gegenüber all dem, was ihm entgentreten kann von dieser oder jener Seite und gegenüber dem, was da immer für Gründe ins Feld geführt werden, daß sich dieser nicht recht auskennen kann, das ist schon aus dem Wenigen, das wir anführen konnten, fast selbstverständlich.

Gerade das, was wir am Eingange der Betrachtung gesagt haben, müßte ein Leitfaden sein dafür, was eigentlich aus all dem, was an guten Gründen von der einen oder anderen Seite aufgebracht wird, was von all dem wirklich zum Heile führen kann.

Wir wollen, um uns zu erläutern, daß der Grundsatz gelten muß, im tiefsten und bedeutsamsten Sinne gelten muß, daß vor allen Dingen vor uns stehen muß die Individualität Mensch als eine einzelne Realität, als etwas, was anders ist als jeder andere Mensch.

Wir können uns das sozusagen am besten an einem konkreten Beispiele vor die Seele führen. Nehmen wir einen Menschen - das Beispiel hat sich durchaus zugetragen - der hatte von Kindheit auf einen gar nicht zu bezwingenden Widerwillen gegen alles, was Fleisch heißt. Er konnte Fleischnahrung nicht ausstehen und nicht essen, auch nicht, was irgendwie mit Fleisch im Zusammenhang steht konnte er essen. Er entwickelte sich ganz gut bei seiner Pflanzkost. Das ging so lange bis sich wohlwollende gute Freunde fanden, die alle ihre Energie einsetzten den Menschen doch von seiner paradoxen Empfindung, insbesondere von der paradoxen Empfindung seiner Natur abzubringen und ihm zuerst anrieten, sozusagen ihm zusetzten, es zunächst mit ein wenig Fleischbrühe zu versuchen. Immer weiter und weiter trieb er es bis zum Hammelfleisch. Er fühlte sich dabei immer kränker und kränker, und nach einiger Zeit trat bei ihm eine merkwürdige Erscheinung auf, es trat bei ihm Blutüberschuß und eine eigentümliche Schlafsucht auf, und der gute Mann ging an einer Gehirn-Erkrankung (?) zu Grunde.

Hätte man diesen Menschen, den ein gesunder Trieb - nennen wir es so - darauf aufmerksam gemacht hat, jeden Tag auf seine Natur und das, was er eigentlich essen soll, aufmerksam gemacht hat, hätte man ihn ~~bz~~ dabei gelassen und nicht geglaubt, eines schicke sich für alle, hätte man nicht auf einen Dogmatismus eingeschworen,

sondern respektiert die individuelle Natur des einzelnen Menschen, so wäre er gesund geblieben. Aus einem solchen Falle wollen wir aber nicht mehr lernen, als die individuelle Natur des einzelnen Menschen zu respektieren. Wir wollen nicht ein neues Dogma mit einseitigen Parteischattierungen aufstellen.

Wenn wir nun tiefer forschen und feststellen wollen, wodurch der Krankheitsprozeß und der Tod des Mannes eingetreten ist, so werden wir uns die Fragen in der folgenden Art beantworten können. Wenn wir uns erinnern an das, was im letzten Vortrag gesagt worden ist, so können wir herausnehmen und sagen: dasjenige, was man den Lebensprozeß nennt für die Pflanze bis zu einem gewissen Punkt, ist ein Verarbeiten lebloser Substanzen zum lebendigen Organismus. Im Menschen wird der Prozeß weitergeführt. Dasjenige, was der menschliche und auch in gewisser Beziehung der tierische Organismus tut, ist ein Abbau dessen, was die Pflanze aufgebaut hat. Darauf beruht gerade in gewisser Beziehung des Menschen Tätigkeit, daß abgebaut und zerstört wird, was die Pflanze aufgebaut hat.

Nun kann ein Organismus so eingerichtet sein, daß er für sich verlangt, gerade da mit seiner Tätigkeit zu beginnen, wo die Pflanze mit ihrer Tätigkeit aufgehört hat. Dann kann es für ihn im eminentesten Sinne schädlich sein, wenn er sich den Teil des Prozesses, den das Tier mit den Pflanzenprodukten bereits besorgt hat, wenn er sich den abnehmen läßt. Das Tier führt den Prozeß bis zu einem gewissen Punkt, und der Mensch kann ihn dann fortsetzen, wenn er tierische Nahrung genießt.

Wenn aber seine Natur gerade über die Kraft verfügt, die pflanzliche Nahrung frisch und kräftig aufzunehmen und von dem Punkte an, bis zu dem es die Pflanze gebracht hat, weiterzuführen, und es wird ihm diese Arbeit abgenommen, dann wird er in sich unverwendete Kräfte haben für irgendeine Nahrungsaufnahme und Nahrungsverarbeitung. Diese Kräfte sind da, ~~da~~ werden dadurch nicht weggeschafft, daß wir ihnen nichts zu tun geben. Sie werfen sich auf etwas anderes; sie wirken im Innern des menschlichen Organismus, und die Folge davon ist, daß sie als überschüssige Tätigkeit den Organismus im Innern zerstören. Man sieht es, wenn man einen ein wenig durch Geisteswissenschaft geschulten Blick hat, wie die überstürzende, hastende Tätigkeit, die dem Menschen abgenommen wird, sich auf sein Blut- und Nervensystem wirft, daß es in dem Organismus so

aussieht, wie bei dem Bau eines Hauses, wo man ungeeignetes Material hineingeworfen hat und diejenigen, die darin tätig sind, sich bemühen müssen, dieses ungeeignete Material zu ordnen und zu arrangieren. Nicht ungeschädigt bringt man bereits verarbeitete Nahrungsmittel nach dem Innern. Wenn wir uns das klar machen, daß (unter Umständen) mancher Organismus in dieser Lage ist, dann werden wir tolerant werden gegen den Organismus, aber auch andererseits nicht Fanatiker des Vegetarismus werden. Gerade so wie sich bei dem angeführten Beispiele die nach innen abgelenkte Tätigkeit sich überstürzte, so kann es auf der anderen Seite Menschen geben, die über diese Tätigkeit gar nicht verfügen, die sozusagen den Prozeß, da wo die Pflanze aufgehört hat, nicht fortsetzen können. Solche Menschen werden es erleben, wenn man ihnen ohne weiteres zumutet Vegetarier zu werden, daß sie Kräfte, welche sie notdürftig brauchen, aus ihrem Innern nehmen müssen. Diese Menschen werden in gewisser Weise verzehren und lebendig zum Verhungern gebracht werden. Das kann durchaus auf der anderen Seite sein.

Das, worum es sich handelt, ist, daß wir den Blick abwenden von allen Dogmen, wenn wir von gesunden und kranken Verhältnissen reden, uns (nicht) in enge Bahnen treiben lassen.

Dasjenige, worauf es ankommt, ist der einzelne Mensch, den man genau kennenlernen und seine Bedürfnisse richtig erfassen muß, und vor allem kommt es darauf an, daß dieser einzelne Mensch die Möglichkeit hat, seine Bedürfnisse selber zu fühlen und zu erkennen. Dazu kann ihm die Geisteswissenschaft verhelfen. Wenn eine gewisse materialistische Weltanschauung zu sehr auf das Stoffliche sieht, so wäre es doch notwendig, für diese materialistische Anschauungsweise nach dieser Richtung hin sich zu bewegen, die eben jetzt angedeutet worden ist.

Und wie schablonisiert man in unserer Zeit; da wo z.B. ohne weiteres angegeben wird dieses oder jenes Nahrungsmittel oder Arzneimittel sei schädlich. Es ist ja eine förmliche Epidemie ausgebrochen, und es ist wirklich nicht anders möglich, und das weiß jeder, der auf geisteswissenschaftlichem Boden steht, als daß jede Einseitigkeit ausgeschlossen sein muß.

Eine Epidemie ist z.B. ausgebrochen gegen das Wort Gift. Beobachten Sie einmal, wie in einer Versammlung, wo besonders fanatisch für

die Naturheilkunde eingetreten wird, wie man da einfach dieses oder jenes für ein Gift erklärt. Damit glaubt man schon alles getan zu haben, was man tun kann, um dieses oder jenes anzuschwärzen. Gerade diejenigen, die sozusagen von etwas Materiellem ausgehen, die in erster Linie den Menschen als Individualität für sich in Anspruch nehmen, die sollten darauf Rücksicht nehmen, wie dann, wenn man z.B. die anderen Lebewesen überblickt, das Wort Gift im Grunde genommen jeden Sinn verliert. Unsere Anschauung in Bezug auf solche Dinge muß sich dadurch modifizieren. Wir würden dann nicht die Belladonna als ein besonderes Gift für den Menschen bezeichnen. Kaninchen fressen sie ohne Schaden zu nehmen. Schierling - gewiß, Sokrates trank den Giftbecher - die Ziege kann ihn fressen. Aconit, die Pferde können ihn verschlingen. Bei all diesen Dingen müssen wir also, wenn wir sie radikal formulieren, ^{uns immer} die Organisation vorhalten. Wenn wir uns die Organisation vorhalten, so können wir sagen, was in einem Sprichwort ausgedrückt ist: Eines schickt sich nicht für alle. Es ist wirklich zutreffend für die Menschennatur.

Aus dieser Betrachtung drängt sich uns die Frage auf: Wie kann der Mensch einen gewissen Maßstab für seine Gesundheit an sich selber gewinnen?

Ein gewisser Leuchtturm könnte uns das Kind sein. Wir müssen uns durchaus vor Augen halten, wie es in ganz bestimmter Weise seine Sympathie oder Antipathie gegenüber diesem oder jenem Nahrungsmittel äußert. Sorgfältiges Beobachten in diesem Sinne würde für jeden von außerordentlicher Wichtigkeit sein, und es ist manchmal durchaus verfehlt, wenn derjenige, der das Kind zu lehren und zu erziehen hat, die Instinkte, die da auftreten, dasjenige, was bei einem Kinde sich als ein bestimmtes Wollen äußert, als Sympathie und Antipathie, austreiben will. Gar zu oft wird das als Ungezogenheit angesehen. Vielmehr ist das, was das Kind als Triebe, Instinkte und dergleichen äußert ein Anzeichen, wie gerade die innere Natur des Kindes geartet ist. Und das, was das Kind empfindet und was ihm schmeckt, von dem es so fühlt, daß es Verlangen danach hat, da ist es die Empfindung, die zum Ausdruck bringt, daß der Organismus gerade dieses oder jenes verlangt. Ein Fingerzeig, oder wenn wir sozusagen radikal sprechen, ein Leuchtturm der Erkenntnis kann uns dieser leitende Instinkt sein. Wenn wir das ganze Leben durchwandeln, und wir werden überall die Notwendigkeit finden, daß der Mensch in gewisser Beziehung gerade diese innere

Sicherheit in sich entwickeln muß für das, was sein Organismus braucht. Das ist freilich unbequemer, als sich gerade von dieser oder jener Berufsrichtung vorschreiben zu lassen, was für alle Menschen gut ist. Daher hat es auch die Geisteswissenschaft nicht so leicht, wie eine der bezeichneten Parteischattierungen, die mit einem bestimmten Rezept kommt, das man nur in die Tasche zu stecken braucht und das dem Menschen Aufschluß darüber geben kann, was ihn gesund oder krank machen kann. Gerade wenn man mit solchen Fäden die Gesundheit betrachtet, wird man auch in Bezug auf Krankheit sich klar machen, daß für verschiedene Menschen die verschiedensten Bedingungen für Gesundheit und Krankheit vorliegen. Nehmen wir einmal an, jemand hat Migräne. Derjenige, der auf dogmatischem Standpunkte steht - wenn auch die Schulmedizin diesen nicht mehr teilt (?) - daß es spezifische Heilmittel gibt gegen diese oder jene Krankheit, der wird sagen, man gibt dem Kranken dieses oder jenes Heilmittel gegen die Migräne. Der Kranke wird sich wohl^{es} fühlen, und die Migräne wird verschwinden. Derjenige, der^{es} auf dem Standpunkte stehend zum Fanatiker gebracht hat, der wird sagen, damit, daß man ein Symptom bekämpft, hat man mehr geschadet als genützt. Man wird in diesem Falle die Migräne vertreiben, aber es kommt nicht darauf an, daß man in diesem Falle die Migräne vertreibt, sondern daß man auf die tieferen Ursachen eingeht; dann wird man auf Dinge kommen, die allerdings auf den Kern der Sache eingehen, die vielleicht nicht im einzelnen Falle so schnell ein Wohlbefinden herstellen, die aber wirklich tiefer auf den Krankheitskern eingehen. Wenn man dogmatisch sich auf den einen oder anderen Standpunkt stellt, wird man das eine oder andere bekämpfen oder das eine oder andere für nützlich halten. Es handelt sich dabei wiederum, und so sonderbar das klingen wird, um den Menschen. Es kann einen Menschen geben, der sagen wird, ja es wäre ganz schön, wenn ich Migräne habe, zu warten bis der Naturheilkundige dem Kern beigegeben ist, um dabei auch die Krankheit in ihren tieferen Wurzeln zu erkennen, aber dazu habe ich keine Zeit. Für mich ist es wichtig, daß ich die Krankheit sobald wie möglich loskriege und meiner Tätigkeit zurückgegeben werde. Nehmen wir an, dieser Mensch habe eine gesundheitsfördernde Beschäftigung und sei so geartet, daß er nach ein- oder zweimaliger Einnahme von Migränin das Übel losbekommen hat, dann wird ihm das Migränin nur wenig schaden. Er wird wenig aus seiner Tätigkeit herausgekommen sein. Er wird nach einem bestimmten Rezept verfahren sein, das wir durch einen Vergleich charakterisieren können. Man kann in diesem

Falle den Menschen mit einer Maschine vergleichen. Dieser Vergleich muß aber auch zu Ende geführt werden. Man darf nicht vergessen, daß nur das einen Einfluß haben kann, was im Innern arbeitet: der geistige Mensch, wie der Führer auf der Lokomotive. Nehmen wir an, bei einer Lokomotive zeige sich, daß irgendeine Kurbel besonders schwer ginge. Da kann jemand sagen, dieser Lokomotivführer kann diese Kurbel nicht treiben, ich will auf das Zentrum der Sache gehen, ich will einen anderen Lokomotivführer nehmen, der mehr Kraft anwenden kann, um die Kurbel zu treiben.

Ein anderer Mensch würde (vergleichsweise) sagen, ich will dasjenige, was die Kurbel schwer drehen macht, ein wenig ausfeilen, damit die Kurbel leichter geht; dann kann der Lokomotivführer bleiben. Man bessert also im zweiten Falle die Maschine selber aus. Man darf das aber auch nicht übertreiben und das als allgemeines Rezept hinstellen und sagen, wenn die Kurbel nicht mehr geht, muß man daran feilen. Es kann der betreffende Führer auch zu faul sein.

In diesem Falle hat man mit dem Heilmittel den Schaden einfach ausgebessert, und wenn der Betreffende innerlich die Kraft hat und nicht gestört wird, wird er die Sache schon wieder in Ordnung bringen.

Freilich wird es unter Umständen schlimm sein, wenn man in ähnlicher Weise denkt bei jemandem, der die Migräne weghaben will, der aber hinterher nicht zu einer mit seiner Tüchtigkeit zusammengehenden Tätigkeit käme, sondern sich einfach faul hinlegt, so daß er besser getan hätte, wenn er die inneren Ursachen weggeräumt hätte. So müssen wir durchaus beachten, daß es für das, was man Krankheit nennt, spezifische Heilmittel gibt, daß die Anwendung spezifischer Heilmittel damit zusammenhängt, daß unser Organismus ein in sich selbständiges Wesen ist und in vielen Fällen ausgebessert werden kann.

Und wenn man sich darauf verlassen kann, daß nach der Ausbesserung eine tüchtige innere Kraft vorhanden ist, die den Menschen in die gesundheitliche Richtung bringt, dann braucht man nicht besonders zu betonen, man treibe nur Symptomkuren; denn dann denkt man doch wieder materialistisch.

Also auch hier muß besonders die Individualität des Menschen in Betracht gezogen werden. Der Naturheilkundige wird manches wissen,

was recht ist zur Beseitigung dieser oder jener Krankheitskeime. Aber ebenso richtig ist es, daß dieser oder jener Mensch nicht die Zeit und die Kraft dazu hat es durchzuführen und daß es sich für ihn vor allen Dingen darum handelt, den Schaden wieder gutzumachen. Sie sehen, daß hier nicht in einseitiger, sondern in allseitiger Weise gesprochen werden kann, wenn man die Unbequemlichkeit mit in Kauf nimmt, ja nicht Theoretiker zu sein, sondern auf die Tatsachen einzugehen und auf das Reale, den Menschen zu sehen. Theorien sind nicht wirklich, der Mensch ist wirklich, und ihn zu beobachten und ins Auge zu fassen, darauf kommt es besonders an.

Der ganze Mensch ist für die Geisteswissenschaft nicht bloß die äußere physische Leiblichkeit, sondern es ist dasjenige, was vielmehr in Betracht kommt, namentlich dann, wenn nicht bloß durch äußere, sondern auch durch innere Ursachenträger die Gesundheit zerstört worden ist. Was vielmehr in diesem Falle in Betracht kommt, ist der Äther- oder Lebensleib. Dieser ist ein Kämpfer gegen die rein physisch wirkenden Kräfte bis zum Tod des Menschen. Ferner ist in Betracht zu ziehen der Astralleib, der Träger der Empfindungen und Gefühle, der Triebe, Leidenschaften und des ganzen Vorstellungsvermögens, und endlich der Ich-Träger. Dieser ermöglicht es, daß der Mensch ein selbständiges, ein selbstbewußtes Wesen ist. Wer auf den ganzen Menschen Rücksicht nehmen will, der muß durchaus diese 4 Glieder in Betracht ziehen. Und wenn Fragen der Gesundheit in Betracht kommen, so handelt es sich nicht bloß darum, daß wir die Störungen im physischen Leib in Betracht ziehen, sondern es muß auch beachtet werden, was in den höheren Gliedern, in den mehr seelisch geistigen Gliedern vor sich geht. Und da müssen wir sagen, daß da nicht von dieser oder jener Parteischattierung gesündigt wird, sondern daß da gesündigt wird von unserer ganzen zeitgenössischen Gesinnung und von unserer ganzen Kultur. So etwas können wir uns gerade auf Grund der Tatsache, daß Fragen wie diese: Wie hängt denn mit dem seelisch-geistigen Leben die Gesundheitsfrage zusammen? so wenig gestellt werden, verdeutlichen^(?).

Man wird heute viel mehr Zustimmung finden, wenn man spricht darüber, ob dieses oder jenes Genußmittel Nährwert hat, wie dieses oder jenes Nahrungsmittel im menschlichen Organismus wirkt. Man wird auch viel Zustimmung haben, wenn man auseinander setzt, wie die Luft dieser oder jener Gegend wirkt, wo dieses oder jenes

Sanatorium sich befindet. Aber dann, wenn man beginnt vom Seelisch-Geistigen in weitem Umfange zu sprechen, dann wird man wenig Zustimmung bekommen. Dennoch muß die Geisteswissenschaft in der bestimtesten Weise darauf hinweisen. Wir haben gesehen, wie der Instinkt des Kindes ausdrückt Sympathie oder Antipathie gegen dieses oder jenes Nahrungsmittel. Wir beobachten ferner, wie Ekelgefühle dieses oder jenes zurückweisen. In diesen Tatsachen sehen wir ein radikales Beweismittel dafür, daß wenn der physische Leib des Menschen gesund sein soll, daß vor allem der Astralleib, der Träger der Empfindungen, Gefühle und Impulse, ebenso der Ätherleib, die dem physischen Leib zugrunde liegen, gesund sein müssen, daß das Seelisch-Geistige gesund sein muß; und daß wenn eine Abweichung in der Gesundheit eingetreten ist, wir auf Gesundung des Astralleibes sehen müssen.

Fragt man heute wirklich noch, wenn die Gesundheitsfragen in Betracht kommen, was des Menschen Seele erlebt gegenüber den Erscheinungen der Außenwelt. Die Geisteswissenschaft muß darauf hinweisen, daß es im Grunde genommen weniger darauf ankommen wird mit diesem oder jenem zu kurieren, jemanden da oder dort hinzuschicken aus äußeren Gründen.

Eine viel wichtigere Frage ist die, ob man den Menschen bringen kann in eine solche Umgebung, daß er Freude, daß er Erhebung, daß er in gewisser Beziehung eine Durchlebung seines ganzen Gefühlslebens nach einer bestimmten Richtung hin erfahren kann.

Wenn wir diese Fragen so betrachten, werden wir auch verstehen, daß es zum Gesundsein gehört, daß dem Menschen diese oder jene Speise schmeckt, daß der Mensch sozusagen in seinem Geschmack, in seiner unmittelbaren Geschmacksempfindung, in der Annehmlichkeit und Freude, die ihm die Speisen bereiten, einen Gradmesser haben muß, was ihm die Speisen sein sollen, und daß er in dem auftretenden Hungergefühl einen Gradmesser haben soll, wenn er seinem Organismus Nahrung zuführen soll. Es sind eben nicht bloß die aus der materiellen Welt kommenden Einflüsse, welche diese innere Sicherheit im Menschen zerstören, sondern es sind in den allermeisten Fällen die aus dem geistigen Leben kommenden Einflüsse, welche in dem Menschen die Sicherheit des Hungergefühls untergraben. Statt im Menschen im richtigen Moment einen gesunden Hunger beizubringen verläuft die geistige Natur so, daß dieser Hunger nicht da ist, sondern Appetit-

losigkeit. Daß der Mensch sozusagen die Bedürfnisse seines Organismus richtig entwickelt, daß ihm das Richtige schmeckt und sympathisch ist, das auch seinem Organismus dienen kann, daß ihm die richtige Umgebung in Bezug auf Licht und Luft auch sympathisch wird, die seiner Gesundheit dient, daß ihm zur richtigen Zeit der Hunger kommt, das sind Anforderungen, die im Zusammenhang mit dem gesundheitlichen Leben stehen (?), indem das wiederum hinführt zu dem, was der Astralleib, was das Ich zur Gesundheit beitragen können. Leicht ist es den Einwand zu machen, daß wenn jemand Hunger hat, er nicht von Gefühlen und Empfindungen leben kann. Das ist wahr. Wenn man jemandem eine leckere Speise vorsetzt, so kann ihm unter Umständen das Wasser im Munde zusammenfließen, aber man kann nie satt werden davon. Daß der Mensch davon, daß er in der richtigen Weise dasjenige, was er an Empfindungen und Färbung seiner Vorstellungen erlebt, daß er seine Gefühle in der richtigen Weise ablaufen läßt, nicht satt, nicht gesund werden kann, ist selbstverständlich.

Aber dasjenige, was dabei übersehen wird, daß ist ein anderes. Nicht die Nahrung können wir dadurch regulieren, daß wir seine Gefühle und seinen Geschmack regulieren, wohl aber unseren Geschmack (bis zum Hungergefühl) in Bezug auf Sympathie und Antipathie bis zum Hungergefühl. Hier mündet das, was sich heute zersplittert, weil es gewöhnlich nur Gegenstand einer rein äußerlichen Betrachtung ist, nämlich das geistig-seelische Leben. Es ist nicht einerlei, ob der Mensch mit Lust oder Unlust diese oder jene Speise zu sich nimmt, ob er in dieser oder jener Umgebung lebt, diese oder jene Arbeit verrichtet oder ob er sie mit Lust oder Unlust tut. Damit hängt in geheimnisvoller Weise mehr als mit irgendetwas anderem das, was man innere Gesundheitsdisposition nennt, zusammen. Wenn wir beim Kinde sehen, daß es die richtigen Instinkte entwickelt und wir die Möglichkeit haben, durch die Beobachtung seiner Instinkte einen gewissen Gradmesser zu haben, so ist es andererseits notwendig, daß der Erwachsene geistig-seelisch so lebt, daß die richtigen Bedürfnisse zur rechten Zeit vor denselben hintreten. Daß er fühlt und empfindet, was für ein Verhältnis er herstellen soll zwischen sich und der Außenwelt.

Das Leben ist im weitesten Umfange dazu geeignet, den Menschen in Irrtümer über Irrtümer zu bringen über dieses sein Verhältnis zur Außenwelt, und gerade unsere heutige Geistesrichtung ist in mehr

ist in mehr als einer Richtung die Veranlassung solcher Irrtümer. Damit wir uns besser verstehen, möchte ich auf kleine Anfänge hinweisen, die wir gerade in der Geisteswissenschaft mit einer bestimmten Heilweise gemacht haben und noch machen. In München wird versucht von einem unserer geisteswissenschaftlichen Genossen, gerade eine Art von Kur oder Heilweise (auszuführen), wie sie sich ergibt aus den Anschauungen der Geisteswissenschaft heraus. Derjenige, der heute nur glaubt, daß auf den Menschen nur einwirken können sinnlich-stoffliche, chemisch-physiologische Einflüsse, der wird heute lachen darüber, daß da die Menschen in besondere, eigens gefärbte Kammern geführt werden und daß dadurch die Kraft einer gewissen Farbe und andere Dinge, die hier nicht weiter erörtert werden sollen, auf die menschliche Seele in tiefgehendster Weise zu wirken versucht wird. Da müssen sie sich fragen, ja welches ist denn der Unterschied zwischen dieser Wirkungsweise in den Kammern, einer Art Kammertherapie, Farben- oder Chromotherapie und dem, was man gewöhnlich Lichttherapie nennt. Wenn Menschen einfach mit Licht bestrahlt werden, so liegt dem einfach der Gedanke zugrunde, das physische Licht für ein unmittelbar wirksames zu halten. So wird man sich sagen: wenn man dieses oder jenes Licht auf den Menschen einwirken läßt, so wird in dieser oder jener Weise von außen auf den Menschen gewirkt. Darauf ist bei der geisteswissenschaftlichen Methode gar keine Rücksicht genommen. Bei der von unserem Freunde Dr. Peipers eingerichteten Heilweise ist nicht darauf gerechnet, wie die Lichtstrahlen als solche ganz unabhängig von der menschlichen Seele im Menschen bewirken, sondern Rücksicht darauf genommen, was als Vorstellung in der Seele, sagen wir unter der Einwirkung der blauen Farbe auf dem Umwege durch die Seele bewirkt wird, um dann wieder zurück zu wirken auf den ganzen Organismus. Dieses ist der gewaltige Unterschied zwischen dem, was man hier Farbentherapie und dem, was man hier Farbentherapie (Lichttherapie?) nennt. Diesen Unterschied muß man besonders ins Auge fassen. Man muß wissen, daß Farben in sich Kräfte enthalten, die dann in Erscheinung treten, wenn sie nicht nur von außen bestrahlen, sondern in unsere Seele wirken; sagen wir, daß die eine Farbe etwas ist wie Förderndes, eine zweite Farbe etwas ist, was wie sehnüchtige Kräfte auslöst. Eine dritte Farbe etwas, was die Seele über sich erhebt, und endlich eine andere Farbe, was die Seele unter sich hinunterdrückt. Ziehen wir ferner in Betracht, daß das

Geistige der Urgrund des Ätherischen und Physischen ist, daß unser Astralleib der eigentliche Bildner des physischen und Ätherleibes ist und das Geistige wiederum zurückwirken kann auf das Physische, wenn es in der richtigen Weise durchwirkt und durchlebt wird, der wird sich dem Grundgedanken, der einer solchen Sache zugrunde liegt, vor Augen führen können, der wird auch Hoffnung haben können dadurch, daß eine Geisteswissenschaft hinweist darauf, daß im Menschen etwas Geistig-Seelisches lebt und daß die Verkehrtheiten im Geistig-Seelischen sich als Krankheiten im Physischen ausdrücken. Wer das sich klar macht, wird auch in Betreff der Gesundheitsverhältnisse Hoffnung auf die Geisteswissenschaft haben können. So leicht es ist zu sagen, mit Weltanschauungen könnt ihr einen Menschen doch nicht füttern, so ist es doch wahr, daß von der Weltanschauung die Gesundheit eines Menschen abhängt. Für heutige Menschen klingt das wie ein Paradoxon, in der Zukunft wird das eine Selbstverständlichkeit werden. Nehmen wir an, ein Mensch behauptet: Der Mensch muß auf die rein objektive Weise (?), er muß seine Begriffe genau abbilden an den äußeren physischen Tatsachen. Solche Forderungen kann man als Theorie aufstellen, und man kann es dem Menschen als Ideal hinstellen, der sich bemüht nun das zu denken, was er mit den Augen sieht und mit den Ohren hört und mit den Händen betasten kann. Da kommt nun Theosophie oder Geisteswissenschaft und sagt, ihr könnt das Wirkliche niemals begreifen, wenn ihr nur auf das seht, was äußerlich wahrnehmbar ist, was die Augen sehen und die Hände greifen können, sondern was wirklich ist, das enthält das Geistige als seinen Urgrund.

Das Geistige kann man nicht wahrnehmen, sondern man kann es durch die Mitproduktion des Geistig-Seelischen erleben. Zum Geistigen braucht man produktive Kraft.

Der Geisteswissenschaftler appelliert an des Menschen Inneres. Er schildert dasjenige, was nicht mit äußeren Augen gesehen und nicht mit Händen gefaßt werden kann, weil es mit den Augen des Geistes verfolgt werden muß. Dagegen kann man sagen, das sind Schilderungen von denen es in der sinnlichen Welt nichts gibt. Für uns ist Wahrheit nur das, was es in der äußeren Sinneswelt gibt. Eine solche Theorie kann man aufstellen. Über die Wahrheit und den Erkenntniswert wollen wir heute nicht sprechen. Wir wollten heute über die Gesundheitsfragen sprechen.

Die Sache ist so, daß alle diejenigen Vorstellungen, die wir bloß von der äußeren sinnlichen Welt abstrahieren, die sozusagen nur Abbilder sind von dem, was man mit den Augen sieht, mit den Ohren hört und mit den Händen faßt, die nicht beruhen auf jener Mittätigkeit der Seele, auf einem Schaffen von Bildern der übersinnlichen Welt, alle diese Abstraktionen haben keine innere bildende Kraft, lassen die Seele tot, rufen die Seele nicht auf, ihre inneren schlummernden Kräfte in Tätigkeit zu bringen, um damit den Organismus ins richtige Fahrwasser zu bringen. Ob noch so sehr die äußeren Tatsachenfanatiker davon sprechen, daß man die Wirklichkeit nicht mitbilden könne, das Übersinnliche durchsetzen als paradox hinstellen. Diese Bilder bringen unseren Geist wieder in Tätigkeit und in Einklang mit dem physischen Organismus. Dadurch kann er auf den physischen Organismus in gesunder Weise zurückwirken. Derjenige, der nur an abstrakten Vorstellungen der materialistischen Wissenschaft haftet, tut in seinem Geiste nichts für seine Gesundheit.

Wer positiv eine Summe von leeren Abstraktionen und Begriffen sich schafft, macht seine Seele öde und leer und ist immer wieder darauf angewiesen, das äußere Instrument des Lebens, den äußeren Leib zum Träger der Gesundheit und Träger der Krankheit abzugeben; derjenige, der in ungeordneten und verkehrten Vorstellungen lebt, der weiß auch nicht, daß er sich damit die Ursachen der Zerstörung seines Organismus einimpft. Daher steht die Geisteswissenschaft auf dem Standpunkte, daß die Gesichtspunkte, die sie geltend macht, über die übersinnliche Weltanschauung in stärkerer Weise innerlich wachrufen müssen eine innere Regsamkeit der Seele, eine Tätigkeit, die im Einklange steht mit der geistigen Welt, aus der unser ganzer Organismus geschaffen worden ist. Dadurch wird unser Organismus nicht durch kleinliche Mittel dieser oder jener Schattierung zur Gesundheit gebracht, sondern die Geisteswissenschaft ist selbst das große Heilmittel zur Gesundheit. Derjenige, der aus großen Gesichtspunkten der Entwicklung heraus seine Gedanken bildet, der in harmonischer Weise seine Gefühle und Empfindungen in der Seele ausfließen läßt, der wirkt auch zugleich auf seine Willensimpulse, und diese wirken gesundend auf seinen Organismus. Aber nur dadurch, daß wirklich eine gesunde Weltanschauung unsere Gedanken und unsere Seele erfüllt, werden auch unsere Empfindungen, der Zusammenhang unserer Lust und Unlust, Sympathie

und Antipathie, unser Verlangen und Verabscheuen so geregelt, daß wir der Welt so gegenüberstehen wie das Kind, dessen Instrumente noch nicht verdorben sind und wir im einzelnen Falle wissen, was uns im Leben sichere Richtschnur sein kann. Eine solche Weltanschauung allein vermag uns anzugeben was zu tun ist, um das richtige Verhältnis zwischen uns und der Außenwelt hervorzurufen. Es ist wahrhaftig nicht zu viel gesagt, wenn wir sagen, klare, helle und umfassende Gedanken, wie sie nur durch eine umfassende, auf die ganze Welt gerichtete, spirituelle Anschauungsweise hervorgehoben werden können, wie sie solchen Gedanken entspringt und solchen Willensimpulsen erwachsen kann, die wird dem Menschen die Möglichkeit geben, den gesunden Hunger zu empfinden. Wenn man auch nicht mit Weltanschauungen füttern kann, aus ihr entspringt doch im Leben die Möglichkeit, das Richtige zu finden, das unserem Wesen entspricht, und zu verabscheuen, was ihm nicht entspricht.

Die Gedanken, die der spirituellen Welt entspringen, sind die besten Verdauungsmittel. Wenn es auch paradox erscheinen mag, sie sind es doch. Nicht weil Gedanken die Kräfte der Verdauung sind, sondern dadurch, daß der Organismus unter dem Eindruck der produktiven Gedankentätigkeit die Kräfte gebärt, in sich die Kräfte wachruft, daß die Verdauung eine geregelte werden kann. So lange die Menschen diesen Ruf der Geisteswissenschaft nicht annehmen werden, so lange sie immer wieder glauben, dasjenige, was ihnen in dieser oder jener Krankheitsform in dieser oder jener Weise als Gefährdung der Gesundheit entgegentritt, das hätten sie gefunden, wenn sie ein Mittel dafür gefunden haben, so lange werden sie auch die Wichtigkeit der Geisteswissenschaft nicht erkannt haben und nicht gelernt haben, inwiefern die Gesundheit im Wesen der (?) eine Rolle spielt. Auch diejenigen, welche sagen, man soll nicht Symptomkuren ausführen, auch sie erfassen nicht den geistigen Kern der Frage. Wer an die Geisteswissenschaft herantritt und die nötige Geduld hat, der wird finden, daß aus der Geisteswissenschaft eine nicht nur logisch bedingte, sondern eine Weltanschauung, aus der innere Seligkeit fließt, eine Weltanschauung der Lust und Freude, die uns Stärke und Kraft gibt, sich ergibt (?). Sie allein kann als Grundheilmittel betrachtet werden, das im allgemeinen und speziellsten Sinne als gesundheitsfördernd bezeichnet werden kann. Leichter ist es, dieses oder jenes Heilmittel zu gebrauchen, als sich in den Strom der Geisteswissenschaft zu begeben, um das

zu finden, was den Menschen immer gesünder und gesünder macht. Dann wird man einsehen, wenn man sich in diese Geisteswissenschaft begibt, daß es wahr ist, was ein altes Sprichwort sagt: In einem gesunden Körper lebt eine gesunde Seele. Aber daß es auch falsch ist, diese Worte materialistisch aufzufassen. Derjenige, der da glaubt, diese Worte müsse er materialistisch auffassen, der müßte auch sagen: Hier habe ich ein Haus, und dieses Haus ist schön, also schließe ich daraus, weil dieses Haus schön ist, hat es auch einen schönen Besitzer hervorgebracht, das schöne Haus macht einen schönen Besitzer. Vielleicht ist es doch anders, und vielleicht ist derjenige der Klügere, welcher sagt: Hier habe ich ein schönes Haus, daraus schließe ich, daß darinnen ein Besitzer lebt, der Geschmack hat und sehe an dem Haus das äußere ^{An-}Zeichen, daß der Besitzer ein Mensch ist von Geschmack. Vielleicht ist nicht der gescheiter, der sagt, weil äußere Machtmittel den Körper gesund gemacht haben, hat sich der Körper eine gesunde Seele formuliert, sondern derjenige, der sagt, hier sehe ich einen gesunden Körper, und das ist mir ein Zeichen, daß er aufgebaut sein muß von einer gesunden Seele, weil die Seele gesund sein muß, wenn sie aufbauen soll einen gesunden Körper.

Deshalb kann man sagen: Wo man die äußeren Symptome eines gesunden Leibes erblickt, da muß eine gesunde Seele zugrunde liegen. Eine materialistische Zeit mag sich das schöne Wort: einem gesunden Leibe muß eine gesunde Seele zugrunde liegen, materialistisch auslegen. Aber eine geisteswissenschaftlich gesinnte Persönlichkeit wird dieses Wort als ein richtiges anerkennen, aber es im geistigen Sinne verstehen und sagen: Ein gesunder Leib zeigt uns, daß in demselben eine gesunde Seele am Werke ist.