

Corona

Tanker i anledning af pandemien

Ved dr. med. Christian Büttner. Lægevidenskabelig leder af privatklinikken Haus am Stalten – Fachklinik für Anthroposophische Medizin, www.stalten.de

Fra *Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Mitteilungen Ostern 2020*.

Oversættelse Anna Margrethe Schollain

Udgangspunkt

Det er kun nogle få uger siden, at der i Folkerepublikken Kina blev konstateret en ny sygdom i åndedrætsorganerne, som fik navnet COVID-19. Hos de smittede blev der isoleret og beskrevet en hidtil ukendt undergruppe af de Coronavirus, der blev opdaget i 1960'erne, som fik navnet SARS-COV-2. SARS står for 'Severe Acute Respiratory Syndrome', dvs 'svært akut luftvejssyndrom'. Denne sygdom spredte sig ligesom andre svære influenzalignende sygdomme hurtigt til hele jorden. Det nye er størrelsesordenen af de tiltag og restriktioner, der er indført over hele verden for at inddæmme smitten.

Med de tanker, der kommer til udtryk her, skal der ikke sættes spørgsmålstegn ved de tiltag, der gøres for at beskytte befolkningen.

Personalet i sundhedsvæsenet yder i disse dage et storlået arbejde med stærk personlig indsats. Og mange mennesker i alle områder af samfundet accepterer indgribende restriktioner og voldsomme tab for ikke at udsætte andre mennesker for fare.

Det, der her skal beskrives, skal tjene til at imødegå enhver form for angst og panik i forbindelse med denne nye sygdom og inspirere til videreførende meningsfulde tiltag, som kan medvirke til at styrke helbredet hos den enkelte og i fællesskabet.

For ca. 100 år siden satte Rudolf Steiner den antroposofiske medicin i verden. Ud fra sin åndsvidenskabelige forskning har han givet inspiration til snart sagt alle områder i livet, som skal tjene til at håndtere livets udfordringer på en god måde. Hvad angår medicinske spørgsmål, drejede og drejer det sig om at forstå den dybere baggrund for sygdom og sundhed bedre og bedre og ud af det nå frem til handlemuligheder, som kan helbrede mennesker. Grundlaget for alle hans ytringer er de erkendelsesteoretiske skrifter¹, hvor han beskriver, hvordan naturvidenskabelig såvel som åndsvidenskabelig erkendelse kan opnås.

Udtalelser fra Rudolf Steiners side om baggrunden for epidemier

Mange af de ting, Steiner har udtalt sig om, er i løbet af de sidste årtier blevet bekræftet og har vist sig at være til hjælp i forskellig henseende. Med hensyn til bakterier og 'baciller' (dengang var det ikke almindeligt at bruge begrebet 'virus' i

daglig tale, så Steiner brugte det mere gængse ord 'baciller') blev Rudolf Steiner aldrig træt af at gøre opmærksom på, at man ikke må forveksle det primære og det sekundære ved sygdomme. For nøjagtig 100 år siden skrev han ²): "Der er i nyere tid opstået en tendens til mere og mere at ignorere det egentlige udspring og kun rette blikket mod de ting, der sker på overfladen. Og det hænger sammen med disse ting, med at man bliver hængende på overfladen, at man i dag i den gængse medicin, i den gængse patologi, når man begynder at læse eller høre beskrivelsen af en eller anden sygdomstype, at man da bliver informeret om hvilken bacille det er, som fremkalder denne sygdom, hvad det er, der er flyttet ind i den menneskelige organisme. Nu er det selvfølgelig frygtelig nemt at afvise indvendinger mod, at det er lavere organismer, der er flyttet ind af den simple grund, at man jo ikke længere behøver at påpege, at disse lavere organismer er der. Da de også virkelig viser sig i en specifik form ved forskellige sygdomme, så er det jo let at forstå, at man peger på denne specifikke form og påviser en direkte sammenhæng mellem en sygdomsform og denne specifikke bakterieform. Rent overfladisk betragtet opstår der en fejlslutning gennem denne måde at se det på; den består i, at man egentlig bliver helt afsporet fra det primære.

De behøver bare at tænke på, at når der under en eller anden sygdom optræder baciller i større mængder i en eller anden krop, så er det jo naturligt at disse baciller fremkalder nogle reaktioner, sådan som ethvert fremmedlegeme i organismen fremkalder reaktioner, og at der som følge af at disse baciller er der, optræder alle mulige betændelser. Hvis man nu siger, at alt skyldes bacillernes virkning, så retter man udelukkende opmærksomheden mod det, bacillerne gør. Man bortleder opmærksomheden fra det, der oprindeligt fremkaldte sygdommen. For hver gang en lavere organisme finder en egnet grobund for sin udvikling i en organisme, er denne egnede grobund allerede skabt gennem de egentlige primære årsager. Man må se at få styret opmærksomheden hen mod de primære årsager på dette område."

Den helt anderledes tilgang, der her er tale om, ligger for de allerfleste mennesker så langt hinsides alt, hvad man er vant til, at det er svært stille og roligt at forholde sig til den. Men på en videnskabelig betragtningensmåde præmisser må det være tilladt igen og igen at vende tilbage til disse grundspørgsmål, de må ikke bare forudsættes uden at være tænkt

igennem, især ikke når der er så mange åbne spørgsmål som i den aktuelle situation.

Rudolf Steiner gør allerede her opmærksom på, at det absolut giver mening at beskæftige sig med bacillerne, men han betoner også, at de skal indordnes rigtigt: ”Den, der gennem sin erkendelse ser sig nødsaget til at gøre opmærksom på, at sygdomme, som ledsages af bacille- eller bakterieføremst, som primære årsager har dybere årsager end tilstedeværelsen af baciller, han påstår jo ikke, at bacillerne ikke er der. Det er noget helt andet at fremføre, at bacillerne er der og optræder som følge af sygdommen, end at lede efter den primære årsag hos bacillerne.”³

Og andetsteds ⁴): ”Så man må ikke hælde barnet ud med badevandet og sige, at det er unødvendigt at undersøge bacillerne. Men man skal på den anden side vide, at det ikke er bacillerne, der laver sygdommen. Ellers vil man aldrig kunne give en rigtig forklaring, hvis man altid bare siger: For kolera findes der bestemte baciller, for influenza andre og så videre. Det er selvfølgelig ren magelighed, fordi folk ikke har lyst til at undersøge de virkelige sygdomsårsager.”

Hvad er de dybereliggende sygdomsårsager?

Hvad kunne de dybereliggende årsager til sygdomme da være? Også her peger Rudolf Steiner på adskillige muligheder ⁵): ”Nu drejer det sig om, og det er det væsentlige, som skal fremhæves i dag, at baciller kun kan blive farlige, hvis de plejes. ... Baciller plejes mest intensivt, når mennesket ikke tager andet med ind i sønnen end materialistisk sindelag. ... Der findes ikke noget bedre middel til at nærme baciller end at sove med et rent materialistisk sindelag. ... Jo, der findes faktisk et middel, der er lige så godt. Det er at leve i et udbrud af epidemiske eller endemiske sygdomme og ikke optage andet i sig end sygdomsbillederne omkring en, samtidig med at man udelukkende er opfyldt af følelsen af frygt for denne sygdom.” Af dette kan vi slutte, at hygiejnetiltag ikke kun handler om udvortes rensning, som selvfølgelig er vigtig, men at vores tanker og følelser omkring vores sjælelige og åndelige natur har en afgørende betydning for vores helbred og fra tid til anden skal ’renses’. Steiner videre ⁶): ”Når De går gennem byens gader, og Deres sjæl bliver udsat for de vederstyggeligheder, De møder på plakatsøjler og i udstillingsvinduer, har det en forfærdelig virkning. Den materialistiske videnskab har ingen anelse om hvor mange sygdomskim, der ligger i disse vederstyggeligheder. Man søger udelukkende sygdomskimen i bacillerne og ved ikke, hvordan sundhed og sygdom føres ind i kroppen via sjælen. Her vil først en menneskehed, der har stiftet bekendtskab med åndsvidenskaben, vide, hvilken betydning det har, om mennesket optager den ene eller den anden slags billedlige forestillinger i sig.” Også dette udsagn, som jo dog ligger over 110 år tilbage, strækker sin aktualitet helt ind i vores tid. For spørgsmålet trænger sig på, i hvilken grad de billedlige forestillinger har forandret sig til det bedre eller til det

ringere i den seneste tid...!

Andre dybtrækkende og i det lange løb skadelige virkninger er ifølge Steiner løgn, bagtalelse og hykleri såvel som dårlige love, forkerte restriktioner, fejlagtige råd eller fordomme, som bliver påtvunget andre mennesker⁷. Og til syvende og sidst gør han opmærksom på, at også kosmiske virkninger og karmiske årsager skal tænkes med som sygdomsårsager⁸. Den kæmpestore udfordring i dag er, at der skal åndelig kunnen til for at erkende disse ting, og dem står de fleste mennesker endnu for at skulle udvikle ⁹): ”Det forfærdeligste er, at folk i dag vil begribe alting med forstanden. Inden for medicin kan man ikke begribe noget som helst med forstanden. Med forstanden kan man højst begribe sygdomme hos mineraler. Men dem plejer man jo ikke at kurere. Alt, hvad der har med medicin at gøre, skal man gribe med umiddelbar anskuelse, og den skal først udvikles.” Det, han her taler om, præciserer Steiner i sin lægevidenskabelige bog ¹⁰): ”Mennesket er, hvad det er, via legeme, ærterlegeme, sjæl (astrallegeme) og jeg (ånd). Det må som sundt anskues ud fra disse væsensled; som sygt må det ses i lyset af, at disse væsensled er bragt ud af balance; til dets sundhed skal der findes lægemidler som genopretter den forstyrrede balance.”

Tiltag, der fremmer sundhed

Det er særlig vigtigt i vores nuværende situation, at vi søger efter muligheder for at pleje sundhed og overvinde disposition for sygdom. Også her finder man vidtrækkende inspiration hos Steiner ¹¹): ”Og virkelig meget mere end gennem alle de midler, den materialistiske videnskab frembringer mod alt, hvad der hedder baciller, virkelig mere og uendelig rigere ville man kunne virke for menneskehedens fremtid, hvis man kunne formidle forestillinger til menneskene, som kunne få dem væk fra materialismen, og som kunne anspore dem til arbejdskærlig aktivitet ud fra ånden. I løbet af dette århundrede må den erkendelse brede sig mere og mere, at den åndelige verden absolut ikke er ligegyldig for vores fysiske liv, at den har en altomfattende betydning for den fysiske verden...” Og videre: ”Man bliver nødt til at vænne sig til, at det, man direkte må betragte som helbredende kraft ud fra åndsvidenskab, må virke gennem det menneskelige fællesskab. For hvad nytter det, hvis et enkelt menneske her og der hver gang, det falder i søvn, går ind i de åndelige verdener med tanker, som er rettet mod den åndelige verden, hvis de andre rundt omkring med materialistiske tanker, materialistiske følelser og følelser af frygt – som jo altid hænger sammen med materialisme – nærer og plejer bacilleverdenen.” Rudolf Steiner viser sig i denne henseende igen og igen også som realist, der er bevidst om, hvor store udfordringerne er ¹²): ”Derfor skal jeg igen og igen betone, hvad jeg har været inde på før: Åndsvidenskab kan som sådan ikke yde det egentlig frugtbare, som den skal yde for menneskeheden, udelukkende individuelt; det er ikke nok, at det enkelte menneske optager de åndsvidenskabelige ting, åndsvidenskaben må vente tålmodigt,

indtil den bliver en kulturfaktor, indtil den gennemstrømmer mange menneskers hjerte og sjæl; først da vil det vise sig, hvad den kan være for menneskene.” Det er sundhedsfremmende at styrke kroppen og vitaliteten (æterlegemet) gennem sund kost, glad bevægelse, gennem en sund skiften mellem anspændthed og afslapning osv. Men også sjæl og ånd har brug for næring, styrkelse, pleje og krafttilførsel, ellers bliver vi disponerede for sygdomme¹³): ”Den dag verden indser den fulde betydning af, hvad åndsvidenskab kan yde her, da vil alle de smukke – jeg siger det ikke ironisk, men helt alvorligt ment – alle de smukke teorier om infektionssygdomme og den slags, som i dag kun har en ensidig betragtningssmåde, de vil ikke forsvinde, men de vil lidt efter lidt miste betydning. I stedet for at se på, hvordan bacillerne og bakterierne holder deres indtog i vores organisme, vil opmærksomheden være rettet mod, hvor stærke vi er blevet i vores sjæl og vores ånd, så vi kan modstå denne invasion. Denne styrke i menneskets natur kan intet ydre lægemiddel bevirke, kun det lægemiddel, som styrker mennesket i dets indre ud fra ånden og sjælen gennem et sundt åndsvidenskabeligt indhold.”

Der skal ansvarsfuld handling til og ikke skyldplacering!

I vores ensidige årsag-virkning-tankemåde er vi trænet til altid at finde en, der er ’skyldig’. Det gælder på alle områder af livet; så er det ens partner eller naboen, så er det politikerne, udlændingene, kapitalisterne, bilos, flybenzin eller CO2. Og nu har vi med Coronaviruset eller dem, der smitter andre, fundet en skyldig! Vi overser let, hvordan vi med denne dæmonisering og diabolisering af virus eller mennesker selv bidrager til at sprede angst og frygt. Denne vores sædvanlige tankemåde er ikke egnet til at løse de udfordringer, vi står overfor!

For mig at se er det vigtigt, at vi som det første tager større og stærkere ansvar for vores eget helbred end hidtil og fx tager os tid til at blive raske, hvis vi skulle blive syge. Vi har via hele vores livsstil den største tænkelige indflydelse på vores helbred; det bør vi udnytte. En sjælelig og åndelig hygiejne og en levende dialog om, hvad dette kunne bestå i, er i mine øjne lige så vigtigt som hyppig vask af hænder. Og så er det også en stor hjælp, at vi ikke kaster os ud i selvbebrejdelser, hvis vi bliver syge, men tager det som en udfordring om styrkelse, konsolidering og indre vækst. Da denne ansats endnu ikke har fundet gehør i nævneværdigt omfang, vil der blive behov for og mening med mange former for hjælp og understøttelse på dette område.

Ud over mange udfordringer og farer byder den aktuelle situation også på chancer for forandringer til det bedre. Livet i det offentlige rum er blevet lagt ned i et omfang, vi aldrig ville have troet muligt. Det er som en dyb indånding i vor tids hektiske og til tider overgearede travlhed. Vi har muligheden for at stoppe op og tænke over hvilken form for menneskelig eksistens, der er værd at leve i, og om vi

måske skal stille sporskifterne til fremtiden anderledes, end vi hidtil har syntes, vi skulle.

I mit terapeutiske arbejde gennem de sidste 35 år har jeg haft at gøre med tusindvis af mennesker, som for manges vedkommende har måttet kæmpe med svære sygdomme. Mange af dem er nået frem til dybtgående indsigt i sygdom og sundhed, og ganske mange har med tiden udviklet en indre, følt taknemmelighed over, at de ved at forholde sig til deres sygdom har opnået en helt ny forståelse og helt nye kræfter. De har erkendt, at sygdommen har hjulpet dem afgørende på deres vej til at udvikle legemlige, sjælelige eller åndelige evner. Nogle gange på alle tre områder!

Lige nu drejer det sig mindre om en individuel sygdom end om en pandemi, som er defineret ved Coronaviruset. Det er altså et sygdomsudbrud af menneskehedsproportioner. Det er især luftvejenes, inklusive lungernes slimhinder, der er ramt. Lungen er det organ, som bringer mennesket i forbindelse med jorden; det første og det sidste åndedræt er grænserne for menneskets liv på jorden. Via slimhinderne træder vi i forbindelse med verden omkring os, vi vil optage frisk luft og aflevere brugt luft. En udpræget sensibel proces med optagelse og afgrænsning, som kan forstyrres på forskellig måde. Er det måske meningen, at der skal opnås en ny og sundere ligevægt mellem indånding og udånding, mellem det indre og det ydre, mellem verden og menneske?

Kilder:

1. Rudolf Steiner: *Grundlinien einer Erkenntnistheorie der Goetheschen Weltanschauung und Wahrheit und Wissenschaft*, udgiver af Florian Lowndes i Heartthink Verlag, 2009, samt Rudolf Steiner: *Die Philosophie der Freiheit*, Heartthink Verlag, 2008.
2. Rudolf Steiner: *Geisteswissenschaft und Medizin* (1999), foredrag Dornach, 7. april 1920, GA (Rudolf Steiner Gesamtausgabe) 312, s. 32.
3. Rudolf Steiner: *Fachwissenschaften und Anthroposophie* (2005), foredrag Dornach, 7. april 1920, GA 73A, s.207.
4. Rudolf Steiner: *Über Gesundheit und Krankheit. Grundlagen einer geisteswissenschaftlichen Sinneslehre* (1997), foredrag 23. december 1922, GA 348, s. 141 f.
5. Rudolf Steiner: *Wie erwirbt man sich Verständnis für die geistige Welt?* (1985), foredrag Basel, 5. maj 1914, GA 154, s. 46 f.
6. *Ibid.*
7. Rudolf Steiner: *Geisteswissenschaftliche Menschenkunde* (1988), foredrag Berlin, 16. november 1908, GA 107, s. 124.
8. Rudolf Steiner: *Stichwort Epidemien*, 1. oplag 2010, red. Taja Gut, Rudolf Steiner Verlag, Dornach, 2010.
9. Rudolf Steiner: *Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst* (2006), foredrag Dornach, 21. april 1924, GA 316, s. 151.
10. Rudolf Steiner: *Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst nach geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen*, Rudolf Steiner Verlag, Dornach/Schweiz, 1991, GA 27, s. 18 f.
11. *Ibid.*, s.47 f.
12. Rudolf Steiner: *Unsere Toten. Ansprachen, Gedenkworte und Meditationssprüche 1906-1924* (1984), foredrag Kassel, 9. maj 1914, GA 261, s.15
13. Rudolf Steiner: *Vom Einheitsstaat zum dreigliedrigen sozialen Organismus* (1983), foredrag Basel, 6. januar 1920, GA 334, s. 43.