

Das menschliche Verdauungssystem oder die Kraft der Verwandlung des Fremden

Dr. med. Jens Edrich

Wenn wir uns die Frage nach der Aufgabe des menschlichen Verdauungssystems stellen, so kommen wir zuallererst zu der folgenden Beobachtung: Das menschliche Verdauen entnimmt Substanzen aus der Umgebung und bearbeitet sie in einer Weise, dass diese einerseits für die menschliche Leibesbildung zur Verfügung stehen können. Andererseits stellt die Ernährung auch die Grundlage dafür dar, Kräfte zu entwickeln, mit denen der Mensch in der Welt tätig sein kann. Grundsätzlich können wir also konstatieren: Indem wir uns ernähren und verdauen, findet ein Substanzverwandlungsvorgang statt, welcher dazu führt, dass ein primär Fremdes zu einem Eigenen umgewandelt wird. Sowohl in unserer Leiblichkeit, als auch in unserem Handeln drückt sich ja unser individuelles, eigenes Sein in sehr prägnanter Weise aus. Gleichzeitig können wir beobachten, wie in der heutigen Zeit die menschlichen Leiber immer häufiger Tendenzen zum Ausdruck bringen, die den individuellen Ausdruck immer schwieriger machen. Die Rede ist von der Tendenz zur Vergrößerung und zur Vermassung.. Während ein feingliedrig geformter Leib leichter die individuellen Züge zum Ausdruck bringt, fällt im übergewichtigen Leib die grundsätzliche Schwierigkeit auf, das Individuelle zum Ausdruck zu bringen. Sowohl die individuellen physiognomischen Züge als auch die Möglichkeit, individuelles Handeln in kräftiger Weise zum Ausdruck zu bringen, wirken beim übergewichtigen Leib deutlich weniger prägnant. Willensimpulse in die Tat umzusetzen, einmal gefasste Intentionen in die Wirklichkeit hereinzuprägen, das fällt uns in einem übergewichtigen Leib in der Regel wesentlich schwerer als in einem schlanken Körper. Während beim zu sehr in die Masse gehenden Leib also der Eindruck entsteht, es mit einer Substanz zu tun zu haben, welche den menschlichen Willensimpulsen schwer zu folgen in der Lage ist, wirkt der schlanke und gut geformt Körper insgesamt leichter und ausdrucksfreudiger. Anhand dieser Betrachtung wird deutlich, dass die Frage nach der menschlichen Verdauung die Frage nach der Kraft ist, das Fremde so gut zu einem Eigenen umzuwandeln, dass jenes dem innersten Wesen des Menschen, ja man könnte sagen seiner geistig-seelischen Konfiguration widerstandslos als Ausdrucksmittel dienen kann. Insgesamt rätselhaft ist dabei durchaus, wie es überhaupt möglich ist, das Fremde, welches mit den Nahrungsmitteln – seien diese mineralischer, pflanzlicher oder tierischer Natur – verbunden ist, so zu bearbeiten, dass hieraus ein Eigenes werden kann. Es bedarf für diesen Prozess offensichtlich einer Kraft, die das Fremde in seinem Fremd-Sein so überwindet, dass sich zuletzt in der aufgenommen Substanz das Eigen-Sein zum Ausdruck bringen kann.

Um welche Verwandlungskraft aber handelt es sich, wie können wir diese stärken um auch künftig dazu in der Lage zu sein, Fremdes so zum Eigenen werden zu lassen, dass die hierdurch gebildete Leiblichkeit uns geistig seelisch frei, leicht und widerstandslos zur Verfügung steht? Weshalb zeigt sich jene Kraft beim heutigen Menschen in einer Weise so geschwächt, dass Vermassung als Ausdruck einer Leiblichkeit eintritt, welche mehr von fremder Schwere durchdrungen ist als von einer wirklich menschlichen Substanz, welche unserem geistig-seelischen Wesen gut als Ausdrucksmittel dienen kann? Dass diese Fragen nicht nur aus ästhetischen Gründen von Bedeutung für den Menschen sind, kann deutlich werden, wenn man sich klar macht, welche Folgen es für den Menschen haben kann, wenn er über eine ihm fremd gewordene, zu schwere Leiblichkeit verfügt: Sowohl auf der leiblichen Ebene, als auch der Ebene der inneren Regsamkeit und Lebendigkeit kann man beobachten, wie die Beweglichkeit und Ausdrucksmöglichkeiten des

Menschen mit einer zunehmenden Vermassung und damit verbundenen Vergröberung abnehmen und schließlich sogar verloren gehen. Beweglichkeit und Ausdrucksmöglichkeit stellen aber die Grundlagen für jedes menschliche Handeln dar. Fehlen diese uns aufgrund eines von fremden Kräften geprägten Leibes, so fühlen wir uns geistig seelisch ohnmächtig, da wir dasjenige, was wir innerlich an Zielen und Impulsen verspüren, nicht in die Wirklichkeit umsetzen können. Die Konsequenz ist das Gefühl, dem eigenen Leben ausgeliefert zu sein, ihm nicht eigene Impulse entgegenzusetzen zu können. Letztlich resultiert aus jenem Ausgeliefert sein die Problematik der Fremdbestimmung (Anmerkung 1). Derjenige Mensch aber, der nicht die Impulse in das Leben tragen kann, welche seinem innersten Wesen zugehörig sind, da sein Leib jene Impulse nicht aufnehmen kann, fällt letztlich immer weiter in die Schwere, Depression und damit Handlungsunfähigkeit. Die Konsequenz jener Schwere ist die, dass wir uns immer weiter von äußeren, vorgegebenen vermeintlichen Notwendigkeiten, moralischen Vorstellungen oder anderen Kräften, die uns dem Wesen nach fremd sind, bestimmen lassen und uns damit letztlich immer noch weiter überfremden lassen.

So können wir den Bogen spannen zwischen einer ungenügenden Fähigkeit die Fremdsubstanzen der Welt, die wir in uns aufnehmen, zu unserem eigenen Leib werden zu lassen einerseits und dem wachsenden Gefühl den Geschehnissen der Welt immer mehr in Ohnmacht gegenüber zu stehen und sich ihnen gegenüber ausgeliefert zu fühlen andererseits. Je mehr wir uns also mit fremder Wirksamkeit belasten desto größer wird dadurch eine Passivität und depressive Grundstimmung der Umgebung gegenüber. Jenes Gefühl, den teilweise in immer tiefere Schwierigkeiten und Verstrickungen hereinführenden Geschehnissen der Welt nichts aus dem eigenen Zentrum entgegenzusetzen zu können, wird für sehr viele Menschen zu einem immer bestimmenderen Zeiterleben. Spätestens hieraus wird deutlich, wie wichtig die menschliche Ernährungsfrage für den ganzen Menschen und seine Zukunftsfähigkeit ist.

Wollen wir uns also der zentralen Frage widmen: Welche Kraft ermöglicht im Menschen die Verwandlung des Fremden zum Eigenen; weshalb ist diese Kraft beim modernen Menschen immer ungenügender wirksam und wodurch kann jene Kraft gestärkt werden.

Um dieser Frage nachzugehen, erscheint es zunächst erforderlich, den Ernährungs- und Verdauungsprozess einmal von seiner physiologischen Grundlage her in den Blick zu nehmen:

Die Physiologie des menschlichen Ernährungs- und Verdauungsprozesses

Bei der Betrachtung des menschlichen Verdauungssystems fällt zunächst auf, dass es schwer ist, dieses exakt zu lokalisieren. Zieht sich das Verdauen doch durch den gesamten Verdauungstrakt hinunter und lässt sich gerade im Mundbereich nur schwer von dem menschlichen Schmecken und damit dem Sinnesbereich des Menschen abgrenzen. Wo also beginnt die menschliche Verdauung?

Für die Beantwortung dieser Frage erscheint es sinnvoll, sich einmal den Vorgang der Nahrungsaufnahme genau zu vergegenwärtigen. Jener beginnt in der Regel damit, dass wir uns zum Beispiel an einen gedeckten Tisch setzen und die angerichtete Speise mit allen Sinnen auf uns wirken lassen. Schon durch jene erste Begegnung mit der Nahrung beginnen die Verdauungssäfte im Organismus zu fließen. Sowohl die höher gelegenen Speicheldrüsen im Mund, als auch tiefer gelegene Verdauungsdrüsen steigern ihre Tätigkeit durch jene erste Beziehungsaufnahme des Menschen zur Speise, die vorwiegend über die im Kopf gelegenen Sinnesorgane stattfindet. In der naturwissenschaftlichen Forschung wird jene erste Phase dementsprechend auch als kephale

(kopfbetonte) Phase bezeichnet. Vermittelnd für diese Anregung der Verdauungstätigkeit wirkt hier der sogenannte Nervus vagus herein (Anmerkung 2). Seine Aktivität steht im direkten Zusammenhang mit der Säftebildung sehr vieler Verdauungsdrüsen. Zugleich schafft jene erste Begegnung über das Sehen oder Riechen der Nahrung auch ein gewisses Grundbegehren zur Nahrung hin. In der Folge dieses Begehrens kommt es dazu, dass wir uns die Nahrung einverleiben.

Zum Sehen und Riechen tritt jetzt ein weiterer Sinnesvorgang hinzu, welcher uns noch intensiver mit der nun im Mund befindlichen Nahrung in Verbindung bringt: Das Schmecken. Indem die Speise nun auch geschmacklich erfasst wird, verstärkt sich zugleich auch die Speichelbildung um ein Vielfaches. Parallel dazu kommt es zu einer weiteren Aktivierung des zum Nervus vagus, in deren Folge dann auch in weiter unten gelegenen Verdauungsorganen die Aktivität noch weiter angeregt wird. Zusammen mit dem Kauimpuls, welcher ebenfalls durch intensive Geschmackswahrnehmungen und dem damit verbundenen „Appetit“ auf die Speise angeregt wird, führt der Speichel aus den Mundspeicheldrüsen zu einer ersten Zerkleinerung der Nahrung. So dringen wir in gewisser Weise einen weiteren Schritt in das Innere der Nahrung vor und zerstören deren Äußeres zugleich. Über Enzyme, welche im Speichel vorliegen, lösen sich sogar im Mund bereits größere Kohlenhydratverbindungen wie z.B. die Stärke in kleinere Moleküle auf. Bei längerem Kauen von Mehl oder Stärke macht sich das insofern bemerklich, als jene zunehmend süß schmecken. Dies liegt daran, dass die Stärkeverbindungen durch das Kauen und Einspeicheln zu Zuckerverbindungen aufgespalten wird. So können wir auch hier davon sprechen, dass sich die Geschmackswahrnehmung und damit die Beziehungsaufnahme durch einen intensiven Kau- und Speichelbildungsvorgang weiter verstärkt, so dass wir durch diesen Prozess noch weiter ins Innere der Substanz vordringen, ja aus diesem sogar noch kräftigere Wahrnehmungsmöglichkeiten freilegen.

Wiederum verstärkt sich in der Folge dieses intensiveren Schmeckens das Begehren nach der Nahrung hin. Dieses steigert sich schließlich so weit, dass es uns schwer fällt, den Schluckvorgang noch zu verhindern. Dieser tritt wie unwillkürlich in der Folge der gesteigerten und vertieften Wahrnehmung, die wir durch das Kauen und Einspeicheln von der Nahrung bekommen haben, ein. Es schließt sich nun der Schluckvorgang an. Auch bei diesem spielt wieder die Aktivität des Nervus vagus eine zentrale Rolle, indem die Entspannung der Speiseröhrenmuskeln, welche die Aufnahme der Nahrung ermöglichen, durch den Nervus vagus vermittelt wird.

Ehe wir den weiteren Gang der Nahrung verfolgen, halten wir einmal einige wesentliche Phänomene, die sich bis jetzt ergeben haben, fest: Das Verdauen beginnt mit der ersten Beziehungsaufnahme zu der Nahrung. Je intensiver wir mit unseren Sinnen in Beziehung zur Nahrung treten, desto stärker wird das Begehren zu ihr hin, desto intensiver wird die willentliche Auseinandersetzung (z.B. das Kauen) mit ihr und desto besser finden die Verdauungsorgane – in diesem Falle vor allem die Speicheldrüsen – zu ihrer Aktivität. Je größer also die Hingabe an das Fremde ist, desto intensiver wird auch die Kraft der Auseinandersetzung mit dem Fremden. Und noch ein weiteres bleibt festzuhalten: Auch die umgekehrte Aussage ist richtig: Je intensiver die aktive Auseinandersetzung mit dem Fremden ist, desto intensiver dringen wir hierdurch im Gegenzug wiederum in jenes ein und können es mit unseren Sinnen dadurch immer tiefer erleben. Begonnen hat jener Vorgang, der sich in einer gewissen Weise spiralig darstellt, jedoch bei der Beziehungsaufnahme über die Augen und den Geruchssinn... oder aber hat er nicht doch mit der ersten aktiven Auseinandersetzung mit dem Fremden begonnen, müssen wir nicht zuerst auf eine Sache aktiv zugehen, ehe wir sie wahrnehmen und erleben können? Wir bemerken, dass diese Frage nicht leicht entscheidbar ist: Brauchen wir doch für die Beziehungsaufnahme einerseits tatsächlich eine aktive Kraft auf das Fremde zuzugehen; andererseits wiederum intensiviert sich das Erlebnis, durch die Erfahrung von dem Fremden, und hierdurch entsteht wiederum eine noch größere Kraft,

auf jenes zuzugehen und uns damit auseinanderzusetzen.... In jedem Fall lässt sich aber bemerken, dass dieser erste Schritt eine Geste der Weitung, Dehnung und Hingabe an das Fremde ist. Man könnte sagen, dass eine Öffnung und Weitung des eigenen Zentrums zur Peripherie hin stattfinden muss, damit der Verdauungsvorgang eingeleitet werden kann.

Wollen wir aber nun dem Verdauungsvorgang weiter in die Tiefe folgen, um zu sehen, wie dieser sich nach unten hin weiterentwickelt:

Durch eine Weitungs- und Dehnungsgeste der Speiseröhre gelangt nun der bereits angedaute Speisebrei in den Magen. Die „kephale“ Phase geht nun in die sogenannte „gastrale“ Phase über. Durch den bereits vorangegangenen Wahrnehmungs-, Kau- und Schmeckprozess ist der Magen in dem Moment, indem er die Nahrung aufnimmt, nicht unvorbereitet. Vielmehr ist er durch die vermittelnde Tätigkeit der Vagusnerven bereits in eine Verdauungsaktivität versetzt worden. Diese äußert sich sowohl in Form einer gewissen peristaltischen, d.h. muskulären Aktivität als auch in einer gesteigerten Säurefreisetzung. Indem nun die Nahrung hereinströmt, übt diese einen Dehnungsreiz auf die Magenwand aus und führt hierdurch auf einer tieferen – nun unbewussteren – Ebene erneut zu einer nun mehr tastenden Wahrnehmung. Zugleich findet über in der Wand des Magens gelegene sogenannte Chemorezeptoren eine Wahrnehmung von den nun bereits vorverdauten Abbauprodukten statt. Durch die Einwirkung der Magensäure wurden nämlich die in der Nahrung befindlichen Eiweiße inzwischen „denaturiert“ d.h. aus ihren natürlichen Raumordnungen herausgelöst und auch in kleinere Fragmente zerspalten. Jene Eiweißfragmente, die man als Polypeptide bezeichnet, würden – wenn wir sie bewusst schmecken könnten – einen bitteren Geschmack erzeugen. Eben diese Bitterkeit wird nun in unbewusster Weise von den im Magen gelegenen Chemorezeptoren empfunden und führt in der Folge über den Umweg des Botenstoffes Gastrin zur Freisetzung von einem eiweißspaltenden Verdauungsenzym dem Pepsin. Im Gegensatz zu den im Mundspeichel gelegenen kohlehydratspaltenden Amylaseenzymen kann Pepsin nun sogar ins Innerste der Fremdeiweiße dringen und die den Eiweißen zugrunde liegenden Aminosäuren oder zumindest kleinere Ketten von Aminosäuren (Oligopeptide) aufspalten. Während die Amylase noch eine relative harmlose Substanz ist, die im Mund keinen Schaden anrichten kann, handelt es sich bei Pepsin um ein durchaus nicht ganz ungefährliches Enzym. Schließlich hat es das Potential, bei einem ungenügenden Schutz der Magenschleimhaut auch die in ihr gelegenen körpereigenen Eiweiße anzugreifen und zu verdauen. Dadurch kann im schlimmsten Fall ein Magengeschwür mitverursacht werden. Pepsin muß deshalb in der Magenwand in inaktiver Form (Pepsinogen) gebildet werden und wird erst durch die Begegnung mit der Magensäure im Inneren des Magens zu Pepsin aktiviert. Mit dem Pepsin steigert sich demnach merklich der Grad, zu dem der Mensch nun mit seinen eigenen Verdauungssäften ins Innere des Fremden vorzudringen und dieses zu zerstören vermag. Man könnte auch sagen, gegenüber der Amylase hat sich das Maß an Zerstörungskraft im Pepsin noch einmal deutlich vermehrt. Dies erscheint auch nötig, handelt es sich doch bei den Eiweißen um weitaus stärker vom Fremden gekennzeichnete Substanzen als bei den Kohlehydraten, was sich z.B. in der Tatsache zeigt, dass es auf Zuckerverbindungen fast nie, auf Eiweiße aber umso häufiger allergische Reaktionen gibt.

Auch hier tritt das Phänomen auf, dass eine gesteigerte und vertiefte Wahrnehmung (über Chemorezeptoren) von dem – inzwischen schon stark aufgespaltenen Fremden – zugleich die Voraussetzung für jene intensive Verdauungsaktivität ist, die mit dem Pepsin verbunden ist. Auch hier zeigt sich überdies im weiteren Verlauf, dass jene gesteigerte Verdauungsaktivität, die mit dem Pepsin zusammenhängt, in der Folge wiederum eine noch intensivere – unbewusste – Sinneserfahrung an der Nahrung ermöglicht: Wir sprechen nunmehr nämlich bereits von der nächsten Phase der Verdauung, die als „intestinale Phase“ (d.h. Darmphase) bezeichnet wird. Mit dem Übertritt des Speise- und Speichelbreis, welcher nun in stark fragmentierter Form vorliegt, in

den Dünndarm, kommt es nämlich zu einer noch tieferen Begegnung des Menschen mit der Nahrungssubstanz: Während im Magen der Reiz für die Pepsinfreisetzung das Vorliegen von größeren Polypeptiden war, wirken nun die aller kleinsten Verbindungen aus Aminosäuren sowie einzelne Aminosäuren stimulierend auf das weitere Verdauungsgeschehen. Über die kephale und gastrale Phase wurde zwar das noch tiefer liegende Verdauungssystem bereits in doppelter Weise vorbereitet und über den Umweg des Vagusnerven angeregt, jedoch stellt nun das Vorliegen jener kleinsten, fragmentierten Peptidverbindungen den allergrößten Reiz für die Bildung von Bauchspeicheldrüsensaft dar. Polypeptide müssen wir uns als mild bittere Substanzen vorstellen, Aminosäuren wirken demgegenüber fast unerträglich bitter (Anmerkung 3). Durch die Begegnung mit jener tiefsten Bitterkeit, welche erst durch die vielfältige Spaltung der Eiweiße freigelegt worden ist, wird nun ein Lokalhormon freigesetzt, welches eine intensive Wirkung auf die Bauchspeicheldrüse hat: Das Cholezystokinin. Durch Cholezystokinin wird in der Bauchspeicheldrüse die Freisetzung eines hoch- explosiven Verdauungssaftes angeregt, der nunmehr eine Mischung verschiedenster Enzyme enthält. Neben den bereits von weiter oben gelegenen Prozessen bekannten stärke- und eiweißspaltenden Enzymen (amylolytische und proteolytische Enzyme) kommen nun auch fett- und DNA (Anmerkung 4) spaltende Enzyme hinzu (lipolytische und nukleolytische Enzyme). Vor allem das proteolytische Trypsin würde eine zerstörende Wirkung auf die Wände der Bauchspeicheldrüse selbst ausüben, wenn es nicht – ähnlich wie Pepsin – in einer inaktiven Form freigesetzt werden würde. Dass seine Zerstörungskraft jedoch um einiges stärker ist als diejenige von Pepsin, zeigt sich an der Tatsache, dass es die Neigung hat, sich selbst zu aktivieren (Autokatalyse) und deshalb im Pankreasgang ein spezielles Enzym – Trypsininhibitor – gebildet werden muss, welches die Aufgabe hat, die Selbstzerstörung des Organs ständig zu verhindern, indem es die Aktivierung von Trypsinogen zu Trypsin verhindert. Diese Aktivierung erfolgt – wie auch die Aktivierung einer Reihe von weiteren hoch aggressiven Enzymen des Pankreassaftes – erst im Dünndarm selbst.

Betrachten wir zusammenfassend den Verdauungssaft der Bauchspeicheldrüse gegenüber den von weiter oben gelegenen Zentren gebildeten Verdauungssäften, so bemerken wir nach einer erfolgten Steigerung von den Mundspeicheldrüsen über das Pepsin des Magens in ihm einen Höhepunkt: Zum einen erreicht zum einen die eiweißspaltende und zerstörende Kraft in der Bauchspeicheldrüse die stärksten Ausmaße. Zum anderen enthält ihr Sekret nun aber auch Substanzen, welche ins Innerste der DNA einzudringen vermögen und auch diese spalten können. Bedenken wir, dass die DNA diejenige Substanz ist, welche den „Code“ zu der Eigenheit eines Wesens als physischer Abdruck in sich enthält, so bemerken wir, wie stark mit dem Pankreassaft die Fähigkeit verbunden ist, der Nahrung nun auch den allerletzten Rest an Fremdheit zu rauben und sie damit vollständig aus ihrem Ursprungszusammenhang herauszulösen.

Fassen wir noch einmal das bereits zu Beginn herausgearbeitete Bild der Spirale zusammen, bei der folgendes Grundprinzip deutlich geworden war: Je intensiver wir uns wahrnehmend und empfindend mit einem Fremden in Beziehung bringen, desto intensiver beginnen wir uns auch damit auseinanderzusetzen und dieses aus seinem ursprünglichen Zusammenhang herauszulösen, so dass durch ein immer tieferes Eindringen in dasselbe das Fremde in ihm zunehmend überwunden wird. Je intensiver im Gegenzug wiederum der Mensch mit seinen aktiven Verdauungsprozessen in das Fremde hereinwirkt und es zerstört, desto zentraler, tiefer und wesentlicher ist die Wahrnehmung, die er sich von dem nunmehr überwundenen Fremden machen kann. So bedingt die Wahrnehmung eine stärkere Aktivität und eine stärkere Aktivität wiederum bedingt eine noch intensivere Wahrnehmung. Indem so der eine Pol sich immer weiter zum anderen Pol steigert und umgekehrt entsteht eine Spirale der Dynamik (s. Abbildung 1 und 2), die immer mehr ins Innere der Fremdschubstanz einzudringen vermag und diese schließlich auf einen Nullpunkt hin zerstört und damit zugleich so erschließt, dass keine Fremdwirkung mehr von ihr ausgehen kann. So steht im

Zentrum der Spirale ein Feuer, welches dazu in der Lage ist, dem Wesen des Fremden wahrnehmend und erlebend so weit auf den Grund zu gehen, dass es hierdurch zugleich keine Eigenwirksamkeit mehr entfalten kann. Im Zentrum dieser Spirale steht – physiologisch gesprochen – die Bauchspeicheldrüse mit ihrer Kraft der Auflösung und Zerstörung alles Fremden. Das Geheimnis dieses spiraligen Eindringens in das Wesen der Substanz ist ein zweifaches: Nehmen wir dieses Bild einmal ernst, so zeigt sich zum einen, dass der mehr mit dem Lichtäther (Anmerkung 5) in Verbindung stehende Empfindungsprozess immer weiter intensiviert wird, so dass wir – unbewusst – immer tiefer in das Wesen der Fremdmaterie eindringen und hierdurch immer tiefer liegende Schichten derselben freilegen. Das Fremde wird uns durch diesen Vorgang – wenn auch noch in unbewusster Weise – immer weiter offenbar, d.h. wir kommen ihm in gewisser Weise immer näher und näher. Zugleich ist mit jener intensiven Wahrnehmungserfahrung aber auch die Möglichkeit verbunden, jenes Fremde immer weiter aus seinem vorgeprägten Wesenszusammenhang herauszulösen. Dieser Vorgang stellt sich aus einer materiellen Sicht als ein Vorgang der Zerstörung dar. Das Alte, die Konfiguration des Fremden, wird durch unser Hereinwirken vollständig überwunden und zerstört, so dass zuletzt eine Substantialität daraus hervorgeht, welche nichts mehr von ihrem Ursprungszusammenhang an sich trägt und nun dazu in der Lage ist, menschliche Leibessubstanz zu werden.

Was aber heißt es, für die Materie, die Nahrung, wenn Sie zuletzt menschliche Leibessubstanz werden kann? So kann man sich fragen. Tut der Mensch dem Wesen der Nahrung, der Natur durch seinen invasiven Verdauungsvorgang in gewisser Weise gar Gewalt an und unterwirft diese seinem eigenen Wirken?

An dieser Stelle lohnt es sich einmal genauer hinzusehen. Was passiert mit der Materie, indem wir so intensiv in sie hereinschmecken, hereintasten, hereinblicken? Schauen wir auf die Physiologie, so ist die Antwort eindeutig: Je besser wir in die Nahrung herein tasten, desto adäquater, d.h. stimmiger, d.h. zum Wesen der Substanz passender fällt auch die Reaktion unseres Körpers aus. Wäre z.B. der intensive von Empfindungen begleitete Wahrnehmungsvorgang, welcher mit der kephalen und gastralen Phase verbunden ist, nicht der intestinalen Phase vorgeschaltet, so wäre auch die Antwort, die die Bauchspeicheldrüse auf den Nahrungsstrom gibt keine adäquate. Je besser die Vorbereitung durch die intensiv, empfindende und wahrnehmende Hingabe unserer Sinne an die Nahrung ausfällt, desto kräftiger, desto passender und abgestimmter fällt auch die Antwort der Bauchspeicheldrüse aus. Schließlich befinden sich die Verdauungsenzyme ja durchaus in einer genialen Übereinstimmung zu den Nahrungssubstanzen, indem sie mit ihren Enzymen wie ein Schlüssel zum Schloss passen und die Nahrung aufschließen können. Der Verdauungsvorgang stellt sich also bei genauerer Betrachtung nicht als ein grober und unsensibler Übergriff auf die Nahrung dar, sondern vielmehr als ein ständig auf das Feinste abgestimmter Vorgang, bei dem sich Wahrnehmung und Erleben des Fremden mit einer an jene Wahrnehmung angepassten Aktivitäts- und Säfteantwort die Waage halten. Wie anders wäre eine Verdauung, die in grob zerstörender Weise ohne die beschriebene Rückkopplung durch die Wahrnehmung der Nahrung einfach alles kurz und klein schlagen würde. Diese Grobheit und Übergriffigkeit findet sich im menschlichen Verdauungssystem in keinsten Weise angelegt. Vielmehr findet im gesunden Organismus kein einziger Schritt der Zerstörung des Fremden statt, der nicht auf das Engste durch eine vorangegangenen Empfindungswahrnehmung mit demselben abgestimmt worden wäre. So haben wir also nicht das Bild einer blinden Zerstörung, sondern eines schrittweisen Abbaus der Materie, welcher in jedem Augenblick immer auf das Intensivste mit derselben in einer empfindsamen Beziehung steht. Qualitativ können wir diesen Abbau der Substanz durchaus als ein Verdauungsfeuer empfinden. Dieses Verdauungsfeuer findet seinen reinsten Ausdruck im Zentrum des Verdauens, nämlich in der Bauchspeicheldrüse selbst.

Bleiben wir aber bei dem Bild des Feuers, so werden wir unmittelbar empfinden, dass es sich bei diesem Feuer nicht um ein wild loderndes, gierig zehrendes Feuer handelt, sondern um ein fein abgestimmtes, ruhig und doch heiß brennendes Feuer. Interessant ist vor diesem Hintergrund der Ausblick auf eine Betrachtung zum Feuer, wie sie in der indischen Philosophie beschrieben wird und auch in der ayurvedischen Medizin noch heute Gültigkeit hat: Hier wird nämlich unterschieden zwischen zweierlei Arten des Feuers: Rasa und Agni. Rasa ist dabei das rot brennende Feuer, das lodernde, begierig verzehrende Feuer. Aus der Wirkung von Rasa kann nur Zerstörung, nur Abbau, nur wirkliche Destruktion resultieren. Agni dagegen ist die blaue Flamme. Agni brennt ruhig und innerlich konzentriert. Auch Agni vernichtet, zerstört irdische Substanz. Im Gegensatz zu Rasa jedoch befindet sich Agni durch einen feinen abgestimmten Wahrnehmungsprozess immer in einer Beziehung zu der Substanz, die es ergreift. So ist Agni einerseits das zerstörende Prinzip, zugleich ermöglicht Agni, dass aus jenem Abbauprozess eine Kraft frei wird, welche dazu in der Lage ist, sich neu zu konfigurieren. Rasa ist demnach das Prinzip der beziehungslosen reinen Destruktion, Agni dagegen impliziert durch seine innige Beziehung zu demjenigen, was es berührt, die Zerstörung und zugleich die Auferstehung. Was von Agni ergriffen wird, erhebt durch sein eigenes Wesen neu, wird durch den intensiven Wahrnehmungs- und Abstimmungsvorgang seinem eigenen Wesen entsprechend in eine Auferstehung auf einer verfeinerten, höheren Ebene gebracht.

Wenn wir den Verdauungsvorgang seinem Urbild nach als einen Prozess begreifen, welcher sich immer in feinsten Beziehung zum Fremden befindet, und sich diesem doch - es zentral erschließend-nähert und es damit aus seiner alten Konfiguration herauslöst, können wir nachempfinden, dass man davon sprechen kann, dass im menschlichen Leibe die Weltensubstanzen durch den vorangegangenen Anverwandlungsvorgang in höherer Weise auferstehen. So stellt sich der menschliche Verdauungsvorgang als ein Vorgang der Auflösung und Auferstehung der Natursubstanzen zugleich dar. Während der gesunde von Empfindung und Wahrnehmung getragene Ernährungsvorgang sich in einer Abstimmung und Beziehung zur Substanz des Fremden befindet und daher sein Abbild in dem indischen Agni hat, kann man das Prinzip einer mehr von Gier- und Triebkräften impulsierten Verdauung, welche keine ausreichende Beziehung zu der Nahrung aufbauen kann, in der Kraft des mehr lodernden Feuers von Rasa wieder finden. So können wir davon sprechen, dass sich im gesunden Verdauungsfeuer die Kraft des Agni finden lässt (Anmerkung 6). Jene Instanz aber, welche dazu in der Lage ist, sich einerseits wahrnehmend auf das Intensivste mit dem Fremden in Beziehung zu bringen und dieses hierdurch zugleich aus seinem alten Sein herauszulösen um ihm damit zu einem neuen, verwandelten Sein zu verhelfen, ist das menschliche Ich. So erst wird verständlich, weshalb Rudolf Steiner die Pankreasdrüse als ein Organ der Ichwesenheit des Menschen beschreibt (Anmerkung 7). Zugleich bekommt der Begriff der mit dem menschlichen „Ich“ immer verbundenen Liebefähigkeit vor dem Hintergrund des Gedachten eine neue Färbung. Stellt sich doch auch die Liebe als diejenige Kraft dar, welche durch Verstehen und Erkennen des Fremden vollständig dazu in der Lage ist, dem Wesen des anderen nahe zu sein und ihm durch jenes Verstehen zu einer Verwandlung und Erneuerung seiner selbst zu verhelfen. Wichtig ist aber die Erkenntnis, die uns die Physiologie des Verdauungsystems lehrt: So wie sich die Kraft zur Verwandlung des Fremden niemals primär aus dem eigenen Inneren heraus entwickeln lässt sondern einen auf das Intensivste mit dem Wesen des Fremden abgestimmten immer tiefer gehenden Wahrnehmungs- und Beziehungsprozess zu demselben voraussetzt, so kann auch die Liebe nicht direkt gewollt oder gar gemacht werden. So wie sich im Verdauen zeigt, wie Verdauungsaktivität und Verdauungskraft sich nur durch eine intensive Hingabe- und Weitungsgeste des Menschen in die Peripherie der Spirale unwillkürlich einstellen, so kann auch die Liebe zu einem Fremden nur durch freies und weit hinggegebenes mitempfindendes Verstehen und Erkennen desselben wachsen. Sofern wir aber das Verdauungsfeuer willkürlich entzünden wollen, das heißt im Bilde gesprochen von dem eigenen Verlangen und Wünschen getrieben auf die Nahrung zugehen, fehlt die nötige Beziehungsaufnahme, die geistig seelische Weitungsgeste. Der

Verdauungsaktivität fehlt dadurch ihre Beziehung zum Fremden. Der Verdauungsvorgang bekommt dann stärker die Geste von Rasa, von willentlicher Zerstörung, von Übergriff. (Ähnliches kann bei einem Versuch erlebt werden, Liebe durch den Zugriff auf den anderen erzwingen zu wollen.) Gleichzeitig aber erlöscht genau hierdurch die wirkliche Kraft der Verdauung und die Verdauung vergrößert. (Wenn wir einen Bissen unzerkaut hinunterschlucken, kommen die Verdauungsdrüsen gar nicht mit der Speichelbildung mit, wenn wir ihn aber fein wahrnehmen und schmeckend ertasten, so regt dieser Wahrnehmungsvorgang in differenzierte Weise die Verdauungsdrüsen an.) Im Bilde gesprochen gelingt es nicht mehr, die Spirale nach außen ausreichend in die Weite zu führen, so dass es zu einer Einengung und Deformierung derselben kommt. Das Fremde kann nicht mehr ausreichend aufgegliedert und abgebaut werden und liegt quasi „unverdaut“ im Magen. Unregelmäßigkeiten in der Verdauung, Blähungen etc. können unter Umständen die vordergründigen Folgen sein. Viel wesentlicher erscheint aber die Tatsache, dass der Mensch sich hierdurch zunehmend eine Substanz aneignet und in seinen Organismus hereinnimmt, die die Spuren des Fremden, des Unerlösten, des Nicht -Auferstandenen an sich trägt. Diese Substanz aber, die uns fremd wird, ist nicht dazu in der Lage, im vollumfänglichen Sinne menschliche Substanz zu werden. Indem sie uns fremd bleibt, wird sie für uns auch zunehmend als Widerstand, als undurchdringliche, vergrößerte Masse empfunden, die nicht mehr dazu in der Lage ist, unserem geistig seelischen Wesenskern als Ausdrucksmittel zu dienen. Die Konsequenzen hiervon wurden ja bereits zu Beginn dieses Artikels beschrieben.

Die eingangs gestellte Frage, welche Kräfte sind es, die das Verdauungsfeuer schwächen, kann damit kurz und knapp beantwortet werden: Schwächend wirken diejenigen Kräfte, die unmittelbar willentlich auf das Zentrum der Spirale hinzielen wollen und die Weitungsgeste, die Hingabegeste an das Fremde, also die Peripherie der Spirale abkürzen wollen. Umgekehrt kann sicherlich gesagt werden, dass das Verdauungsfeuer seine höchste Reinheit und zugleich Kraft dadurch erfahren kann, dass der Prozess der Spirale seine weitestgehende Ausdehnung nach außen erfährt, indem eine intensiv empfindende Hingabe an das Fremde stattfindet. Zu Beginn hatten wir die Frage gestellt, wo eigentlich der Verdauungsvorgang seinen Anfang nimmt, und bemerkt, wie schwer es ist, hier eine eindeutige Antwort zu finden. Zuerst glaubten wir bei der Aufnahme der Speise in den Mund würde dieser Vorgang seinen Ausgangspunkt haben. Durch eine genauer Betrachtung wurde deutlich, dass die Verdauungskraft eine größere wird, wenn es durch eine entsprechende differenzierte Vorstellungsbildung bereits vor der Nahrungsaufnahme zu einer Weitung des wahrnehmenden und empfindenden Bewusstseins gekommen ist. So lässt sich z.B. der Sinn einer kurzen Besinnung vor der Mahlzeit auf den Ursprung der Nahrung auch physiologisch begründen. Je weiter wir die Spirale jedoch nach außen denken, desto mehr bemerken wir, dass ihr nach außen keine Grenzen gesetzt sind. So können wir bereits den Prozess der Beziehungsaufnahme zur Nahrung durch die Verarbeitung, und das Zubereiten der Nahrung einbeziehen, auch können wir eine intensive betrachtende oder forschende Beziehungsaufnahmen zu den Nahrungsmitteln, den Pflanzen und Tieren und Mineralien hinzunehmen. Indem der Mensch demnach zu der ihn umgebenden Natur und den in ihr wirkenden Reichen eine immer freiere, von willentlichem Zugriff geläuterte, geistig seelische Beziehungsaufnahme realisiert und sich damit immer freier und weiter der Peripherie der Spirale hingibt, wird es ihm zugleich gelingen, das in ihm wirkende Verwandlungsfeuer in immer reinerer Weise zu entzünden und dadurch seine Leiblichkeit in immer feinerer Weise so zu verwandeln, dass diese immer stärker Ausdruck seines geistig-seelischen Wesenskerns werden kann. Jenes Wechselspiel von Hingabe und Aktivität, welches sich in der Spirale zum Ausdruck bringt, stellt damit die Grundlage dafür dar, die zunehmenden Fremdwirkungen im Menschen immer weiter zu überwinden und zu verwandeln und dadurch eine allmählich Überfremdung, die bis zum Selbstverlust gehen kann, zu verhindern. Das Verdauungsfeuer stellt sich deshalb als fundamentale Kraft zur Vermenschlichung des Seins dar und steht mit der Ich-Kraft des Menschen in unmittelbarer Verbindung.

Anmerkungen

Anmerkung 1:

Die Fremdbestimmung stellt ein nicht unerhebliches Problem unserer Zeit dar. Sowohl autoritäre Strukturen, als auch eine Vielzahl von sogenannten Sachzwängen oder „Alternativlosigkeiten“, die uns den Freiraum zum individuellen Handeln nehmen wollen, stellen für den nach Individualisierung und Selbstbestimmung ringenden modernen Menschen eine Herausforderung dar, der er nicht immer gewachsen ist. Indem der Mensch sich aber immer häufiger von derartigen Fremdkräften bestimmen lässt, fühlt er sich zunehmend mangels Selbstbestimmung unerfüllt und in die Sinnlosigkeit gebannt. Erschöpfung und Depression können häufig als Folge jener Fremdbestimmung über längere Zeiträume erkannt werden.

Anmerkung 2:

der Nervus vagus macht einen wesentlichen Teil des sogenannten parasympathischen Nervensystems aus. Dieses zeigt immer im Zusammenhang mit Entspannung und Verdauung eine Aktivität und geht hier mit einem mehr hingeebenen, wahrnehmenden, träumenden Bewusstsein einher. Der Gegenspieler des parasympathischen Nervensystems wird als Sympathikus bezeichnet. Er korreliert mit einer übersteigerten Wachheit und Konzentration, wie sie vor allem in Angst, Flucht oder Bedrohungssituationen von Nöten sind.

Anmerkung 3:

Säuglingsnahrungen für Allergikerkinder, welche aus fragmentierten Eiweißen bestehen, werden deshalb von manchen Kindern abgelehnt

Anmerkung 4:

Bei der DNA handelt es sich um die sogenannte Erbsubstanz des Menschen. Die DNA ist die Trägerin der Gene des Menschen. Die Art wie die DNA in ihrer Raumstruktur aufgebaut ist, enthält als eine Art Siegel Informationen über die im Menschen wirkenden Form- und Gestaltungskräfte. Die DNA stellt in zentralster Weise den innersten Abdruck jeder Fremdwirksamkeit dar und muss deshalb ebenfalls überwunden und zerstört werden.

Anmerkung 5:

Heinz Grill aber auch Rudolf Steiner beschreibt im Bereich der Ätherkräfte den Lichtäther als eine Kraft, durch welche der Mensch mit seinem eigenen Wesen über seelische Empfindungen Beziehung zur Welt aufnehmen kann. So wie durch das physische Licht die Dinge der Welt räumlich miteinander in Beziehung treten und aufeinander ausstrahlen, so eröffnet der Lichtäther den Raum für Empfindungen und schafft Beziehungen darin. Mit Empfindung ist hier ein seelisches Erlebnis gemeint, welche durch eine intensive Begegnung mit einem anderen Sein, ein Gefühl mit sich bringt. Im Gegensatz zur Emotion steht aber die Empfindungserfahrung in einem realen Zusammenhang mit dem Erlebten, und teilt uns deshalb etwas über dasselbe mit, wohingegen die Emotion nur über unsere eigene Seelische Konfiguration mitteilt. Während die Empfindung mehr in einem objektiv-subjektiven Begegnungsraum von Ich und Welt erlebt werden

kann, steigen Emotionen aus der Leiblichkeit des Menschen empor und haben deshalb keine wirklichkeitsgemäße Beziehung zur Welt. Während immer weiter verfeinerte Empfindungen in eine immer intensivere Beziehung zur Welt bringen können, kapseln ihn Emotionen eher von derselben ab und schließen ihn in einem mehr subjektiven Raum ein.

Rudolf Steiner GA 114, Das Lukasevangelium 7. Vortrag 21.9.1909
Heinz Grill Das Wesensgeheimnis der Seele

Anmerkung 6:

Der Wärmeäther, welcher mit Agni im Zusammenhang steht, wird von Heinz Grill in seinem Buch über das Wesensgeheimnis der Seele als eine Kraft beschrieben, welche in Erscheinung tritt, wenn sich ein kosmisches Ordnungsprinzip mit einer irdischen Konfiguration so in Verbindung bringt, dass diese wie unmittelbar von der kosmischen Ordnung durchdrungen wirkt. Der Wärmeäther steht - wie Agni - im Zentrum der Spirale, da sich erst durch das intensive Wechselspiel an empfindender Wahrnehmung und Verdauungsaktivität eine - im Pankreasorgan verkörperte - Kraft entwickelt, welche einerseits das Fremde durch und durch empfunden und erlebt hat und zugleich ihre verwandelnde und abbauende Tätigkeit hierdurch ganz in Übereinstimmung mit der Fremdschubstanz vollzieht. Indem somit die „Erkenntnis“ des Fremden unmittelbar und zugleich zu einem Abbau und der Möglichkeit eines Neubeginns des Fremden führt, ermöglicht das Verdauungsfeuer eine Art Auferstehung der Fremdschubstanz im Menschenleib. Dem Wärmeäther ist die Kraft zu eigen, Zerstörung und Auferstehung zugleich zu schaffen. Er stellt damit die Voraussetzung für jedweden Neubeginn in der Welt dar. Man könnte auch sagen, indem der Wärmeäther in die Substanz hereingeführt wird, geht diese durch einen Auflösungsprozess hindurch, der sie zugleich empfänglich macht für Geistiges. Schließlich kann sich Geistiges nur dort mit der Materie verbinden, wo diese darauf verzichtet, sich aus sich selber heraus bestimmen zu wollen, d.h. indem sie ihre Vorprägung vollständig loslässt. Ein meditatives Bild zum Wärmeäther, welches sich aus dem Buch „Übungen zur Erkenntnisbildung der höheren Welten, Initiatorische Schulung in Arco“ von Heinz Grill ableiten lässt, könnte in etwa lauten:

Der Wärmeäther kann dort wirken, wo der Mensch darauf verzichtet etwas aus seiner eigenen materiellen Geprägtheit heraus zu wollen und zugleich durchdrungen ist von der Anerkennung eines Höheren.

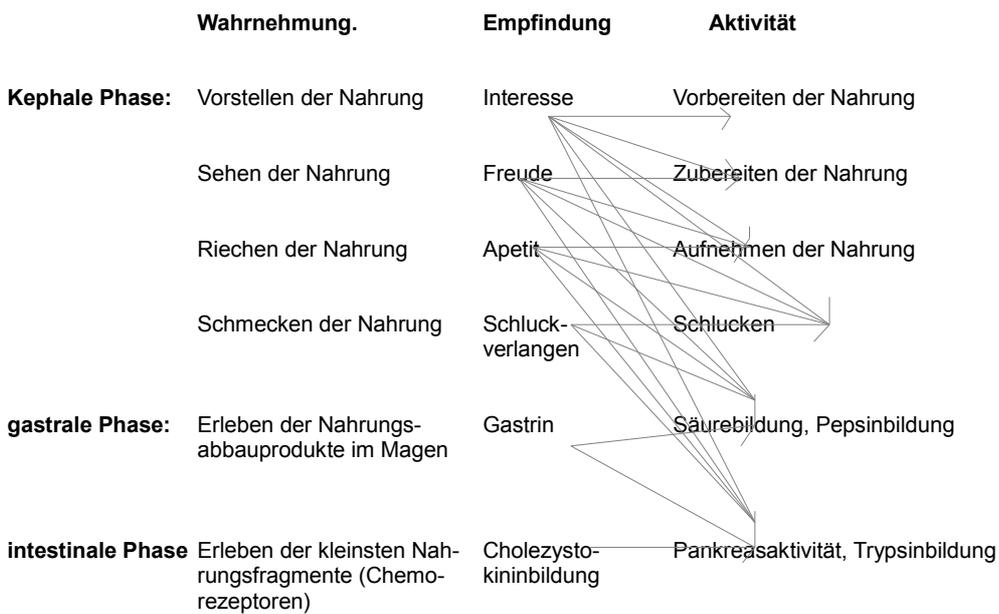
In den Verdauungssäften des Pankreasorganes wirkt der Wärmeäther, da die Materie in einen Zustand versetzt wurde, in dem diese darauf verzichtet, etwas aus sich selbst heraus sein zu wollen. Schließlich wurde jedes „Eigen-Sein“ der Nahrungsschubstanz zuvor überwunden und zerstört. Man könnte diesen Vorgang als einen Opfervorgang bezeichnen, bei dem jedes „Eigenwillig-Sein“ der Substanz dahingepflegt wurde um das wirkliche „Eigensein“ in einen höheren Dienst stellen zu können. Die Nahrungsschubstanz wird durch jenes Opfer in einen Zustand angehoben, indem sie für das Menschsein im höchsten Sinne empfänglich geworden ist, und deshalb zur menschlichen Substanz aufsteigen kann.

Anmerkung 7:

siehe: *Grundlegendes zu Erweiterung der Heilkunst Kapitel IX Die Rolle des Eiweißes im Menschenkörper*

Abbildungen:

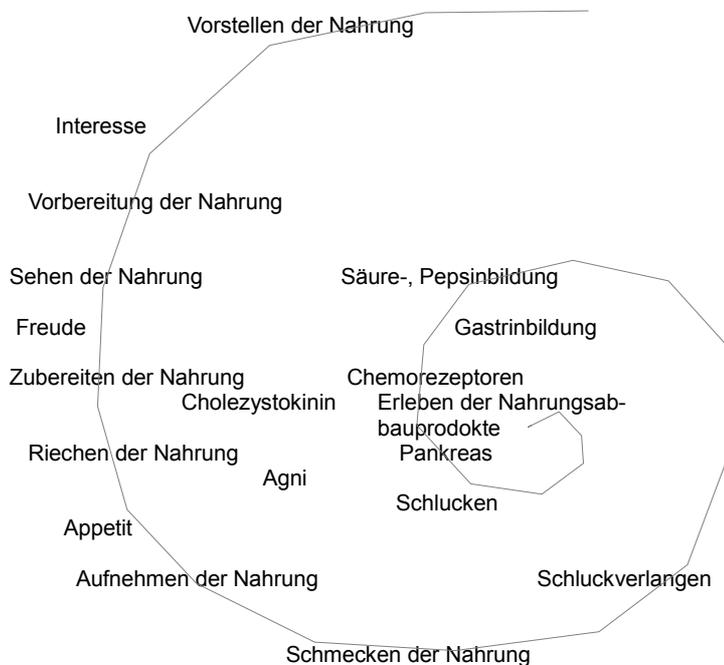
Abbildung 1:



Anmerkung: Die von links nach rechts zielenden Pfeile zeigen jeweils, wie durch übergeordnete Zentren der Wahrnehmung und Empfindung jeweils eine Verdauungsaktivität angeregt wird. Je weiter wir in der Abbildung nach unten kommen, desto stärker steigern sich diese anregenden Wirkungen (die Zahl der Pfeile nimmt zu), da auf die unteren Zentren/Phasen jeweils die vorangegangenen Phasen aktivierend wirken.

Abbildung 2:

Die Verdauungsspirale



Anmerkung: Die Abbildung zeigt, wie sich das Verdauungsfeuer Agni – odder auch der Wärmeäther - nach Innen hin immer weiter steigert und wie zugleich die Spirale nach außen hin immer weiter wird, wenn die Beziehungsaufnahme durch den Lichtäther entsprechend stattfindet.