

Kathrin Studer-Senn

# Det usynlige mennesket i oss

## Studier og øvelser

(Oversatt til Norsk av M. Kraft)



Tavletegning av Rudolf Steiner fra «Kasseforedraget» 11.februar 1923.

## Innhold

<b>Forord</b>	4
<b>«Det usynlige mennesket i oss»</b>	5
<b>Hvem er det - hvor kommer det fra?</b> Om det som skjer etter døden og før fødselen; vesensleddene oppløses og dannes på nytt; åndskimen; forsterhinnenes betydning.	
<b>«Det usynlige mennesket i oss»</b>	11
<b>Hvem virker det i jordlivet?</b> Det usynlige mennesket innvirkning på det synlige menneske; resymé	
<b>Jeg-strømmenes samarbeid i løpet av livet</b>	15
De tre «jefødsler» (3., 9. og 21. leveår).	
<b>Patologi</b>	17
Ensidigheter i samarbeidet mellom øvre og nedre jeg-strøm; fremmeddannelser/«lang og blek bønnesengel»; konstitusjonstyper; hysteri / nevrasteni; hysteri / epilepsi; maniakalske barn / «tilbakestående» utviklingshemmede barn; autisme; smerte; diabetes.	
<b>Tekstarbeid</b>	22
Kommentarer til foredraget fra 11.februar 1924; Det usynlige mennesket i oss. Patologien som ligger til grunn for terapien»	
<b>Vesensleddenes integreringsett i et menneskekunnskaps-perspektiv</b>	27
Sammendrag av utsagn om menneskekunnskap i de fire forelesningene; 11.02.1923 «Det usynlige mennesket i oss» (GA 221); 27. og 28.10.1922: «Om nyrestråling» (GA 314); 14.01.1917 «Løsrivelsesforedraget» (GA 174); 16.09.1920 «Oppdragelse av undervisning på grunnlag av menneskerkjennelse (Meditativt ervervet menneskekunnskap, Forlaget Jupiter 1999) (GA 302a)	

<b>Anvendt menneskekunnskap</b>	31
Eksempler på øvelser på grunnlag av foredraget om det usynlige menneske og Rudolf Steiners sanselære: Praktisk anvendelse av kjennskapet til hvordan den øvre og nedre jeg-strømmen og de lavere sansene virker; biøvelsene sett fra samme synspunkt; Hvordan forholder man seg til angsttilstander og anfall av panikk; iakttagelsesøvelser.	
<b>Eurytmi og helseeurytmi sett ut fra foredraget om det usynlige mennesket i</b>	38
<b>Avsluttende kommentarer</b>	40
<b>Rudolf Steiner «Det usynlige mennesket i oss. Patologien som ligger til grunn for terapien»</b>	41
Foredrag fra 11.februar 1923 i Dornach; fra «Erdenwissen und Himmelerkenntnis» (GA 221) Dornach 1998.	
<b>Peter Alsted Pedersen</b>	55
<b>Etterskrift om legemidler fra planter</b>	
<b>Litteratur</b>	58
<b>Ordforklaringer</b>	58

## Forord

Den 11.februar 1923 holdet Rudolf Steiner et foredrag i Dornach; «Det usynlige mennesket i oss» med undertittelen «Patologien som ligger til grunn for terapien». Ut fra tittelen kunne man forvente at foredraget var for medisinere, leger og terapeuter, men det var et foredrag for alminnelige mennesker, som ble offentliggjort i foredragsrekken «*Erdenwissen und Himmelerkenntnis*» (GA 221). Hvem har sittet blant publikum, slik at det var mulig for Rudolf Steiner å snakke så detaljert om denne hemmeligheten? Hverken før eller etter har han snakket så direkte om dette emne. Men når man vet om det, erkjenner man allerede i årene før dette spor som viser oss, at Steiner utmerket godt kjente til disse kjensgjerningene mye tidligere. Det nevnte foredraget (11.02.1923) er som kjent ytterst vanskelig å forstå. Kanskje ikke ved første øyekast. Men snart gjør tilsynelatende motsetninger eller kompliserte forhold oss usikre. For det meste forlater man derfor snart studiet. Men er du forberedt på å ta fatt på, å tålmodig ta teksten ord for ord, og jobbe med den i deg selv, da blir den en nøkkel, ja en nøkkel som kan åpne opp for utallige andre svært forståelige steder i Rudolf Steiners foredragsverk. Den kan også gi oss grunnlaget for en forståelse av de øvelsene, som er gitt til skoleveien, og også av de såkalte biøvelsene. Er vi klare til å gi avkall på visse gamle forestillinger, finner vi i prosessen med utsagnene som fremsettes i dette foredraget, et instrument til å ikke bare få en sund fornemmelse av vår kroppslighet, men også å kunne møte vårt sanne vesen eller i alle fall føle oss båret av det. Slik er dette arbeidet absolutt i første rekke for leger, terapeuter og helsepedagoger. Det henvender seg også til pedagogene. Selvfølgelig kan kjennskapen til det usynlige mennesket i oss være betydningsfull for en hver, som vil forstå og lære hva det vil si å være menneske. Det kan være til hjelp for oss i hverdagen, eller gi oss en bedre forståelse av hva Rudolf Steiner har sagt om læringsveien. Det forutsettes en viss grunnleggende viten om antroposofisk menneskekunnskap. For å bli fortrolige med temaet kan det også anbefales å først lese foredraget «Det usynlige mennesket i oss» (Rudolf Steiner, 11.02.1923, GA 221). Spørsmålene, som temaet om det usynlige menneskets reiser, har fått et slikt omfang, og den genuine interessen for det er voksende, på en måte at den som søker et grunnlag for å kunne arbeide selvstendig med dette emne, også kan finne det.

## «Det usynlige mennesket i oss»

### Hvem er det - hvor kommer det fra?

I selve foredraget snakker ikke Rudolf Steiner om hvor det usynlige mennesket kommer fra. Han antyder kun, at han har snakket om det i andre foredrag. Eksempler på foredragsrekke, der han ikke bare snakker om livet etter døden, men også om livet før fødselen, finner vi i «*Menneskevesen, menneskeskjebne og verdens utvikling*» (GA 226), «*Geistliche Zusammenhänge in der Gestaltung des menschlichen Organismus*» (GA 218), «*Der übersinnliche Mensch, anthroposophisch erfasst*» (GA 231), «*Mysterieformer*» (GA 232) etc. For lettere å kunne forstå og virkelig oppleve eksistensen av det usynlige mennesket i oss retter vi først blikket mot livet etter døden. Tingene som skjer her, er lettest å forstå for leserne, dersom han innvendig forsøker å følge med på det som sies, mens han leser. På denne måten vil vi med vår følelse utvikle et erkjennelsesorgan og kunne skape et fornemmelsesgrunnlag for de sentrifugale og de sentripetale krefters virksomhet. Og vi vil kunne oppleve, at de sentrifugale kreftene som fører innenfra og ut til de krefter som virker i periferien, alltid fører inn i det åndelige, og at de sentripetale kreftene, de kreftene som strømmer fra omkretsen og inn til midtpunktet, alltid fører inn i det jordiske, i retning av det materielle. Dette grunnelement; de sentrifugale og de sentripetale kreftene finner vi i denne betydningen også i foredraget om det usynlige mennesket i oss. Hvorfor forståelsen av disse grunnkreftene er så vesentlig, blir best beskrevet i kapittelet «Anvendt menneskekunnskap».

Dersom vi altså følger Steiner i hans beskrivelse av veien gjennom livet etter døden, da finner vi her den meddelelsen, at det fysiske legemet ved døden blir forlatt av «jeg», astrallegemet og eterlegemet. Også eterlegemet forlater legemet, men bevarer forbindelsen til det i tre dager. Vi kan fortsatt ane det som en sky i omgivelsen til den døde. Etter dette, sies det, oppløses eterlegemet. Men «oppløses» betyr ikke at det brytes ned til ingenting. Når eterlegemet oppløses, betyr det at det utvider seg. Det blir større og større, vider seg ut i verdenseteren og blir, mens det utvider seg, opptatt i verdenseteren. Vi legger merke til, at det her er mulig å oppleve, hvordan en legemlighet - en eterisk legemlighet, en jordisk eterisk legemlighet - utvider seg, oppløses og i sentrifugale krefter går fullstendig opp i verdenseteren og dermed åpner veien inn i den åndelige verdenen for mennesket som ånds-sjel. Dermed befinner den seg nå i månesfæren. Dette er sfæren vi opplever kamaloka.

I tiden i månesfæren oppløses deretter også astrallegemet. Det vider seg ut i verdensastraliteten, blir ved hjelp av den så og si rensset, omarbeidet og så forsynt med nye krefter. I foredraget fra 19.november 1922 i «*Menschenfragen und Weltenantworten*» (GA 213) presiserer Steiner astrallegemets oppløsningstid og sier, at den strekker seg gjennom alle planetsfærene helt til. Saturn.

Nå er det imidlertid «lommer» i våre astrallegemer, som på grunn av adskillelse, på grunn av tapet av av jeg-virksomhete er så fremmedartede, at de ikke kan tas med inn i verdensastraliteten, ikke kan oppløses i den. Rudolf Steiner kaller slike «lommer» for små karmapakker. Små karmapakker som blir etterlatt i månesfæren. Disse vender vi tilbake til senere og får da vite, hva som kommer til å skje med de små karmapakkene, når mennesket igjen inkarnerer.

Fra månesfæren trer åndssjelen inn i de følgende planetsfærer. Det finnes foredrag, der Steiner kun snakker om måne- og solsfæren. Men i andre foredrag snakker han om de enkelte planetsfærene, som åndssjelen kommer igjennom etter månesfæren; fra månen via Venus og Merkur til solsfæren og derfra videre gjennom de øvre planetsfærer til Saturn. Denne vandringen gjennom planetsfærene må vi ikke forestille oss som noe romlig eller noe som følger etter hverandre. «Å vandre gjennom planetsfærene» vil snarere si «å våkne opp» i disse sfærene, og bli i stand til å ta imot de pågjeldende planetaktiviteter. Og disse aktivitetene er svært kraftige. Allerede gjennom denne gjennomvandringen blir ikke bare egenskaper eller virkninger fra våre tidligere liv bearbeidet, men også omarbeidet, og det skapes nye anlegg for vår fremtidige jordiske tilværelse.

I løpet av hele denne tiden på veien fra dødsøyeblikket gjennom alle sfærene og helt inn til Saturn har åndssjelen sit tidligere liv foran seg. Hele livsbildet med feil og forsømmelser som er begått, som ikke lenger kan forandres på.

Under vandringen gjennom planetsfærene har vår «kraftsskikkelse» gradvis oppløst seg. Rudolf Steiner snakker mest konkret om denne prosessen i det andre foredraget av «Mysterieformer» (24.11.1923). Her beskrives det hvordan «jeget», når det forlater legemet, tar en åndsskikkelse med seg, som ligner den fysiske skikkelsen. Etter det vi til nå har ervervet i våres arbeid med dette emne, kan vi anta, at det her dreier seg om det usynlige menneskets fysiske organisasjon. Hodet løses gradvis opp under reisen gjennom planetsfærene, og resten av mennesket blir til den såkalte «ånds-kule». Dette skjer i solsfæren. Her blir kroppens skikkelse omarbeidet, slik at stoffskifte-lemmemennesket blir til hovedmennesket. Ånds-sjelen lever som ånds-kule i solsfæren, som en kule som mottar og speiler alle omgivelsene. Det som tidligere var indre liv, har nå blitt omverden. Omgivelsene virker utenfra og blir speilet, slik at hele verdensaltet speiler seg i oss. Etter Mars og Jupiter kommer åndssjelen til saturnsfæren, der den forlater planteverdenen og trer inn i fiksstjernesfæren, den rent åndelige verden. Ved synet av de åndelige hierkier som skaper og virker der, blir den helt i ett med dem. Også jeget oppløses og sprer seg ut i hierarkienes kosmos. Dermed mister det sitt livspanorama. Bevissthet, selvbevissthet opprettholdes ikke lengre ved synet av livspanoramaet, men blir i ett med hierarkiene, fortaper seg i synet av dem. Her, i den høyeste åndelige sfæren, er det åndene fra det første hierarkiet som er aktive. Og hva består deres aktivitet i? Nå følger den største overraskelse for vår hverdagslige tenkning; I den høyeste åndelige sfæren veves og arbeides det på såkalte verdens-menneskehets-legeme. Her er vi omgitt av organlandskap, som er beskrevet i "Vitenskapen om det skjulte». Her vever og arbeider vi

med åndene fra det første hierarkiet, med disse høye åndene foran oss, på dette altomfattende verdens-menneskehets-legeme, på vårt fysiske organisasjon, som er ufattelig enormt forstørret. Rudolf Steiner kaller dette «kjempeåndskim». Inne i den og igjennom den vever og strømmer det andre menneskers kjempeåndskim. Akkurat som den eteriske kroppen blir en del av verdens-eteren og den astrale kroppen den del av verdens-astraliteten, utvides også det fysiske legemes ånds-skikkelse seg.

Hvor lang tid vandringene gjennom de forskjellige planetsfærer varer, avhenger av hva vi bringer med fra våre tidligere liv - hvilke tilknytninger, hvilke iakttagelseevner, hvilke anlegg, hvilke sjele-egenskaper vi har med oss. Denne tiden som vi tilbringer i fiks-stjernesfæren kaller Rudolf Steiner for «Verdensmidnat». Fortiden er over, synet av vårt tidligere jordiske liv er tapt, og det nye har ennå ikke begynt. Ånds-sjelen blir i ett med den høyeste væren, i selve essensen, i tidløsheten. Hvor lang tid vi oppholder oss i verdensmidnattens sfære, avhenger av viljen til åndene i det første hierarkiet.

Denne tilstanden slutter, når hierarkiene velger å trekke seg tilbake, slik at vi ikke mer opplever det umiddelbare synet av dem, som ånd blant ånder, men opplever dem som deres åpenbaring. Nå er åndsbevisstheten overlatt til seg selv - jegbevisstheten vender tilbake. Dette er et aller første skritt ut av de ekspanderende, sentrifugalt virkende kreftene og inn i konsentrasjonen, i sentripetal retning, ut av omkretsen og tilbake til vår jeg-bevissthet. Nå dukker også bildene fra vårt tidligere liv opp igjen, med feil og forsømmelser. Men de er ikke lenger uforanderlige, de er åpne for mulighet for korrigerende og utligning i et fremtidig liv. Ut fra den nye opplevelsen av det livs-panoramaet vokser impulsen i ånds-sjelen; «Jeg vil være menneske igjen.» I «Åndelige sammenhenger i menneskets organisme» (GA 218, 14.10.1922) snakker Rudolf Steiner om når dette øyeblikket inntreffer, impulsen om å ville tilbake til jorden. Han sier, at som følge av at jeg-bevisstheten innfinner seg, fordi vi ikke lenger er i ett med åndsvesnene, men kun opplever dem som åpenbaring og står overfor dem - da oppstår det som følge av denne jeg-bevisstheten et begjær, en trang til en tilværelse på jorden. Som følge av at kraften i jeg-bevisstheten, i denne trangen, gjør vår ånds-kim, det åndelige anlegget for vår fremtidige fysiske legeme, vår åndelige fysiske organisasjon - det gjør seg fri fra kjempe-ånds-kimens veving, som de åndelige vesnene arbeider på og skaper. Denne sterke trangen til en ny jord-tilværelse leder allerede nå vårt blikk i retning av hvilken slektsrekke, som ender med foreldrene, vi kommer til å inkarnere hos.

Selvfølgelig kunne man fortelle enda mer om dette livet etter døden og også om den påfølgende prenatal veien som nå fører tilbake til en jordisk tilværelse. Men det er ikke vår jobb å gjøre dette i denne boken. Den handler derimot om å gi en opplevelse av dynamikken som befinner seg i veien mellom død og ny fødsel. Først vesens-leddenes utvidelse i kosmos, som fører til en rent åndelig tilværelse blant ånds-vesner. Deretter ånds-kimen som trekker seg sammen, fortetter seg av ånds-kosmos og blir mindre - begynnelsen på vår vei tilbake til livet på jorden. Her har vi det prentale mennesket med jeg-organisasjon og fysisk organisasjon. Vi holder fast på denne kjensgjerningen. I de

høyeste områdene i den åndelige verden, i dyrekretsens åndelige aktivitet, arbeides det på vår jordiske fysiske organisasjon. Derav oppstår det åndelige anlegget til vår jordiske fysiske organisasjon.

Slik går åndssjelen tilbake til jorden gjennom de øvre planetsfærene (Mars, Jupiter, Saturn etc), gjennom solområdet og Venus og Merkur til månesfæren. Underveis forsterkes selvfølelsen, og åndssjelen påvirkes mer og mer av de sentripetalt-virkende kreftene. Underveis forsterkes selvfølelsen, og åndssjelen påvirkes mer og mer av de sentripetalt-virkende kreftene. Under deres innflytelse dannes jeg-organisasjonen og den fysiske organisasjonen. Som et resultat av eksistensen som en ånd blant åndevesener, blir de differensiert og individualisert som essensen til det prenatal<sup>(1)</sup> mennesket. Under vandringen gjennom planetsfærene virker selvfølelsen også sammentrekkende på astral-organisasjonen. Også den differensieres på nytt ut fra verdens-astraliteten og individualiseres til vesensledd hos det prenatal mennesket. Dermed er åndssjelen, det prenatal mennesket, igjen i stad til å oppta fra månesfæren. I astral-legeme sitt opptar den også igjen de små karmapakkene, de lommene som ikke kunne løses opp i astrallegemet og eterlegemet, og som ikke kunne gis videre til planetsfærenes åndsvesener.

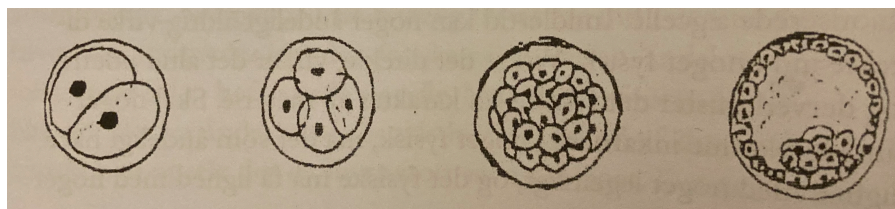
At selvfølelsen forsterkes, fører også til at jeget mister sin åndskim, den fysiske organisasjonen, fordi denne under unnfangelsen forbinder seg med den befruktete eggcellen. Dette meget store øyeblikket, overgangen fra åndelig tilværelse og inn i den jordiske tilværelsen, inntreffer idet den fysiske organisasjonen, åndskimen, inkarnerer i den befruktete eggcellen. Men dette avgjørende øyeblikket unnslipper åndssjelens bevissthet. På grunn av dette tapet av åndskimen oppstår det et svært stort savn for «jeget». Denne sterke følelsen av savn utløser en sammentrekkende virkning; Eterlegemet trekker seg sammen, blir individualiser på grunn av denne følelsen og skilt ut av verdens-eteren. Så nå har vi det firedelte prenatal mennesket med jeg-organisasjon, astral organisasjon og eterorganisasjon i månesfæren og med den fysiske organisasjonen i den jordiske tilværelsen, inkarnert i den befruktete eggcellen.

Vi nevner innledningsvis at de sentrifugalt virkende kreftene alltid fører inn i den åndelige tilværelsen, og at de sentripetalt virkende kreftene leder inn i den jordiske tilværelsen og inn i materien. Senere kommer vi inn på hva det betyr, og at de åndelige-sjelelige kreftene, når de ikke er bundet til legemet, virker sammentrekkende i de sentripetale kreftene. Vi har også allerede erfart, at den kosmiske kjempeåndskim som følge av trangen til et liv på jorden er skrumpet inn til åndssjelens individuelle fysiske organisasjon. På samme måte, på grunn av den økte selvfølelsen, har den astrale organisasjonen også trukket seg sammen og ut av verdensastraliteten, og den eteriske kroppen ut av verdenseteren på grunn av følelsen av savn. Følger vi disse kjensgjerningen med våre indre bevegelser, idet vi utvider oss med sentrifugalkreftene og trekker oss sammen med de ytre og indre kreftene, sentripetalkreftene, da vil vi få et instrument som hjelper oss til en mer konkret opplevelse av Rudolf Steiners foredrag om det usynlige mennesket i oss.



Men nå vender vi tilbake til det som skjer ved menneskets inkarnasjon. Gjennom befruktningen forbinder åndskimen seg med den kaotiske eggcellen. Noe åndelig kan imidlertid aldri virke direkte inn i noe fysisk. Virker det direkte, virker det alltid utenfra, og derved mister det fysiske sin materiekarakter. Hvis noe åndelig skal kunne inkarnere i noe fysisk, må det som åndelig være likt noe fysisk, og det fysiske må være likt noe åndelig. Man kunne den fysiske organiseringen av det prenatalt mennesket for kropps-lignende, selv om det samtidig også er en åndelig kraftdannelse. Den har en annen kvalitet enn menneskets jeg-organisasjon, som er bærer av åndsvesenet, av jeget. Den fysiske organisasjonen har kreftene fra tidligere liv i seg, den blir bærer av det fysiske legemet, og er altså det oversanselige vesensleddet som ligner mest på det fysiske legemet.

I hvilken form for materie kan nå det åndelige lettest inkarnere? Hvilke egenskaper skal den ha? Åndskimen finner denne substansen i den befruktete eggcellen. En spill-levende og fullstendig udifferensiert menneskelig substans. Cellekjernene til sædcellen og eggcellen smelter sammen og løses opp; vi har et produkt full av energi, der alt bortsett fra den ytre formen og helheten har løst seg opp til noe prosessuelt. Her, inne i det prosessuelle, kan åndskimen inkarnere. Og det forbereder dette arvestoffet slik at det senere kan absorbere resten av mennesket i sig. Hvordan skjer det? Hvis vi følger embryologi-bildene i det tidligste stadiet, er det en bestemt dynamikk som gjør det mulig å erkjenne nøyaktig når de øvrige vesensleddene inkarnerer seg. Først vil eggcellen dele seg i 2-4-8-16-32-celle-stadier, uten at den opprinnelige størrelsen endrer seg. Med tiden blir den også litt større.

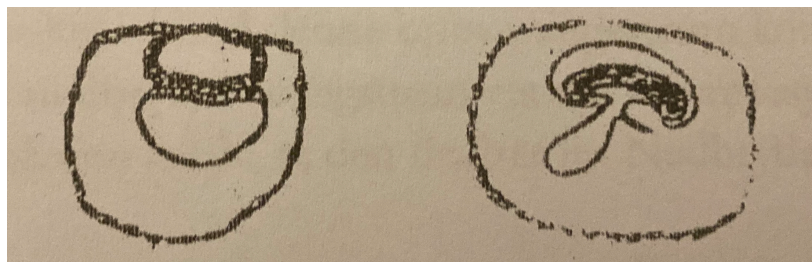


Men den indre bevegelsen er fremdeles at en kraftvirkning i eggets indre forårsaker en deling, altså er sentrifugalt aktiv innefra og utenfra. Først deler den cellene, så deler den inn i to soner: en forholdsvis celle-tett sone og en mer vannholdig sone.

Og nå skjer det fantastiske: I den celle-tette sonen kan vi igjen oppleve at de sentripetale kreftene dominerer, altså de sammentrekkende kreftene. I dette laget vil embryoet utvikle seg. I det løsere, det mer væskefylte celledaget, kan vi lære å oppleve dominansen av de sentrifugale kreftene, de som virker innenfra og ut. Av dette laget dannes fosterhinnene: anion (vannhinnen), allantois(2) og chorion (det embryonale delen av placenta). Det er dette celledaget som fra den 17. til den 21. dagen opptar de øvrige vesensledd. Steiner angir til og med nøyaktig, i hvilken hinne det enkelte vesensleddet vil inkarnere: Den fysiske

organisasjonen i plommesekken, den eteriske organisasjonen i amnion, den astrale organisasjonen i allantois og jeg-organisasjonen i chorion.

I medisinske foredrag i for eksempel kurset for unge medisinerere (GA 316) lærer vi at den fysiske organisasjonen har med ernæringen å gjøre. Og selv om plommesekken ikke spiller den samme viktige rollen hos mennesket som hos dyr, hjå ar den allikevel med ernæringen å gjøre. Chorion bærer jeg-organisasjonens signatur med sin kraftige blodforsyning, og ved at den åpner seg mot omverdenen gjennom placenta. Allantois, som hos mennesket er atrofiert<sup>(3)</sup> (skumpet inn) og hos dyr spesielt utviklet, blir bærende av den astrale organisasjonen. Amnion (vannhinnen) som er fylt med vann, der de plastiske kreftene arbeider formende på embryoet, kan vi oppleve som bærer av den eteriske organisasjonen. Rudolf Steiner angir meget presist hvordan de øvre vesensleddene inkarnerer: mellom den 17. og den 21. dag. Dersom vi nok en gang ser i embryologien, hva som skjer i løpet av disse dagene, så finner vi følgende dynamikk: Den til og begynne med flate kim-skiven hvelver seg, som vist på skissen under. Så, mellom den 17. og den 21. dagen, skjer det en slags utposing;



Embryoet reiser seg opp av kimskenen og får retningen foran - bak og høyre - venstre. På samme måte som når planten presser seg opp av jorden og setter inn de kosmiske kreftene, som fra omkretsen former vider på den, virker vesensleddene fra omkretsen, fra fosterhinnene, på embryoet. Under innflytelse av disse kreftene vokser menneskekimen og får sin form.

Ser vi nå på fødselen så kan man spørre seg om hva som skjer med det usynlige mennesket når hinnene utstøtes. Det er jo disse det har blitt inkarnert i de siste ni månedene. Og nå dør de i det placenta forsvinner. Hvordan kan det inkarnere nå? Det nyfødte barnet er allerede for fast formet og differensiert, her kan ikke det prenatalt mennesket inkarnere.

Hvordan det prenatalt mennesket, det usynlige mennesket virker i oss, snakker Rudolf Steiner om i det såkalte «kasseforedrag» med tittelen; «Det usynlige mennesket i oss - den patologi, som ligger til grunn for det Terapeutiske» (man kaller det «kasseforedrag» fordi Rudolf Steiner snakker om vesensleddene og tegner dem på tavlen i forskjellige firkanter).

Her beskrives hva som skjer reddet prenatalt mennesket, og hvordan det virker inn på oss. Steiner kaller det det usynlige mennesket i oss i motsetning til det firdelte, det synlige mennesket, som har et fysisk synlig legeme, som er oppfylt av et jeg, et astrallegeme og et eterlegeme. Det prenatalt mennesket inkarnerer ikke i dette synlige mennesket, men det virker inn i det gjennom hele livet. Derfor kaller Steiner det for det usynlige mennesket i oss.

Dette vil vi komme nærmere inn på i et senere kapittel om tekstarbeider til dette foredraget. Først vil vi se mer allment på hvordan det usynlige mennesket virker i oss.

## **«Det usynlige mennesket i oss»**

### **Hvem virker det i jordlivet?**

Denne betraktningen vil vi forme slik at det dynamiske i prosessen kommer tydelig frem. Dersom vi klarer å følge med, innvendig, når det blir snakket om sentrifugale og sentripetale aktive strømninger, vil det også være lettere for oss senere å følge foredragsteksten og lettere å forså hvordan øvelsene i kapittelet «Anvendt menneskekunnskap» virker.

Det er beskrevet hvordan det prenatalt mennesket sammen med de avstøtende hinnene mister den legemlige substans som det kunne inkarnere i. Det vil ikke lenger inkarnere men virke inn i det synlige mennesket. Og gjøre det nettopp der, når legemet er i en slik tilstand at det kan gjennomstrømme det innenfra - der hvor det hverken er form eller differensiering, men kun noe prosessuelt - varmeprosesser, oppbygningsprosesser, ernærings-, vekst- og forplantningsprosesser. Der virker det usynlige fødselsmennesket i oss. Innenfra og utenfra hviker det oppbyggende i disse områdene hvor vår bevissthet ikke er til stede, der hvor den rene viljen hersker. I stoffskifteområdet virker det usynlige mennesket hele livet i gjennom, fra det nedre mennesket og oppetter inn i periferien, inn i hodet og inn i nerve-sanseområdets stoffskifteprosesser. Med sine fire vesensledd virker det ute fra den åndelige verden og inn i denne oppbyggende strømmen og strømmer innenfra og ut i blodet, i stoffskifte-kreftene og i de oppbyggende prosessene. I mot denne oppbyggende strømmen - «jagstrømmen» kaller Rudolf Steiner den, nedre jetstrøm, siden den fra stoffskiftet gjennomtrenger hele mennesket -imot denne oppbygnings-strømmen kommer det nå ovenfra en nedbrytende jetstrøm via nerve-sansesystemet. Nedbrytende på den måten at den dreper liv. Nedbrytende, for nå er det ikke hele det usynlige menneskets firdelte vesen som virker inn, men det åndelige, jeget, som fra det åndelige virker direkte inn gjennom sansene. Med hver sanse-

iakttagelse trer jeget ut av den åndelige tilværelsen og direkte inn i den fysisk-jordiske tilværelsen. Langs med nervene, ovenfra og ned, strømmer jeget inn i stoffskifte-området, der hvor det hele tiden er nerve-aktivitet. Denne andre jetstrømmen kalles den øvre jetstrømmen, og den virker alltid utenfra og inn, sentripetalt. Og den forblir alltid utenfor, den dykker ikke inn i kroppsligheten, men virker på den utenfra.

Vi har med andre ord en nedre oppbyggende jeg-strøm idet det åndelige, jeget, ikke virker direkte, men er omhyllet av det prenatalt mennesket, vårt usynlige menneske i astral-organisasjon, eter-organisasjon og fysisk organisasjon. Denne nedre oppbyggende strøm virker sentrifugalt, altså oppløsende. Vi har også en øvre, nedbrytende jeg-strøm, når det åndelige virker direkte inn fra det prenatalt menneskets jeg-organisasjon over sansene langs nervebanen. Denne øvre nedbrytende strøm virker utenfra og inn, altså sentripetalt, den drep stoff, den utsalter og danner materie. Når vi nå opplever begge disse retningene, den sentrifugale og den sentripetale, så kan vi forestille oss at de ikke kan møtes direkte. Der vi har slike polariteter er det alltid behov for noe formidlende, dersom de skal kunne virke sammen. Dette formidlende skal nå beskrives som tredje og fjerde jeg-strøm.

Den tredje jeg-strøm kalles svekket nedbrytningsstrøm. Svekket av den grunn at jeget nå ikke virker direkte inn i det fysiske, men først går gjennom det usynlige menneskets astral-organisasjon og, omhyllet av den, derfra kommer inn via åndedrettet og gjennomstrømmer hele mennesket ovenfra og ned. Altså; Den andre og tredje jegstrøm, tilsammen kalt øvre jeg-strøm, nedbrytningsstrømmen, er av ren åndelig-sjelelig natur. Den dykker aldri inn i det kroppslige, men forblir noe fritt åndelig-sjelelig, som virker på kroppen utenfra. Dermed kan mennesket ha bevissthet. Jeget speiler seg i hjernen, i nervene, og dermed oppstår det bevissthet. Det usynlige menneskets jeg - og astral-organisasjonen går inn og ut gjennom lungene - dermed oppstår det våkenhet.

Men for at vi gjennom denne utadvendte speilingen ikke alene kan ha bevissthet uten for oss selv, men også kan ha et indre live og jeg-bevissthet, er det behov for et møte mellom den øvre strøm og den nedre strøm. Dette skjer ved hjelp av den fjerde jeg-strøm, som går igjennom det usynlige menneskets jeg-organisasjon, astral-organisasjon, eter-organisasjon og derfra virker via blodkretsløpet inn i mennesket, nedenfra og opp. Denne strømmen kaller Rudolf Steiner for den «svekkede oppbygningsstrøm». Svekket fordi jeget først virker inn i det synlige mennesket og først deretter kommer til det usynlige menneskets fysiske organisasjon. Denne jeg-strømmen strømmer kun til det usynlige menneskets eter-organisasjon og virker derfra via blodkretsløpet inn på kroppens liv. Det er svært overraskende, at den første jeg-strømmen, som går til den fysiske organisasjonen og derfra virker inn i stoffskifteområdet, er mer vital og oppbyggende enn denne fjerde, svekkede oppbygningsstrømmen. Den fysiske organisasjonen, som blir arbeidet fram i den åndelige verdenens høyeste områder, bærer altså de mest vitale oppbygningskreftene i seg. Det er altså her vi finner bro-prinsippet. Den svekkede øvre nedbrytningsstrømmen og den svekkede nedre oppbygningsstrøm møter hverandre, via

åndedrett og blodsirkulasjon, i menneskets rytmiske system. Det er skapelsens kunstgrep: å få de to polare - sentrifugale og sentripetale - kreftene til å virke sammen via rytmen. Rytmen gjør det mulig for øvre strøm og nedre strøm å virke sammen og danne et indre rom. Virker kreftene utenfra, får vi spisse former og kanter. Men virker de i det indre sammen med de sentrifugale kreftene, virker de avrundede og avgrensede. Alene skaper de sentrifugalt virksomme kreftene ikke noe indre rom, men virker oppløsende. Heller ikke de sentripetalt virksomme kreftene alene skaper noe indre rom, fordi de alltid virker utenfra og har en fraskillende effekt. I samspillet mellom begge kreftene: når den øvre strømmen kan dykke inn og deretter samhandle med sentrifugalkreftene, i det den oppgir sin sentripetale retning, da oppstår et indre rom. Avgrensingen skjer ved at den øvre strømmens sentripetale krefter utfolder deres virksomhet i det indre, altså ved hjelp av hovedkreftene.

Det lønner seg å fremstille disse forholdene grundig og tenke over dem, siden vi da vil få et verdifullt instrument til å øve oss med. Mer om dette i kapitlet; «Anvendt menneskekunnskap».

En oppsummering av det som er sagt så langt:

Når barnet ser dagens lys, møtes det med en gang av mange forskjellige sansepåvirkninger: lys, kulde (i livmoren 37°C, nå maks 25°C), berøring, lukt, støy, lyder, tale. Slik gjør den øvre jetstrømmen sitt inntog via sansepåvirkningene - barnet puster for første gang og skriker, som svar innenfra på disse ytre påvirkningene. Vi merker også pulsen - hjerteslaget og føler kroppsvarmen som uttrykk for den nedre strømmen.

Slik virker jeget ut fra det usynlige mennesket inn i oss utenfra som noe rent åndelig-sjelelig via sansene og så langs nervebanene, alltid utenfra og inn, altså sentripetalt, som øvre jeg-strøm, som såkalt nedbrytningsstrøm, den vi kan takke for bevisstheten. På den andre siden virker jeget som firdelt nedre jeg-strøm oppbyggende i stoffskifteprosessene innenfra og ut, sentrifugalt. I blodet strømmer det gjennom hele mennesket, inn i nervesystemet og i sansene.

Vi kan erkjenne forskjellige kvaliteter hos de to jeg-strømmene, og vi vil samle og konfrontere dem. Dersom vi gjør oss fortrolige med disse kvalitetene, finner vi hjelp i dem til mere presise diagnoser. Vi kan også lære hvordan vi ved å omgå mer bevisst med disse kvalitetene også kan omgå mer bevisst med våre jeg-strømmer og dermed fremkalle et sunt samarbeid mellom dem. Mer om dette i kapitlet; «Anvendt menneskekunnskap».

Først ser vi på den nedre jetstrømmen. Den virker alltid innenfra og ut - altså alltid inne i vår kroppslighet. Den virker i oppbygningsprosessene, i vekst, ernæring, forplantning (reproduksjon), i varmeprosesser - i vilje-prosessene i oss. Denne nedre jeg-strømmen kommer inn i stoffskiftet, i det nedre mennesket og virker derfra, nedenfra og opp i hodet.

Den virker nedenfra - bakfra. «Bakfra. Inne i meg» - når vi har den fornemmelsen, kan vi støtte oss på vårt usynlige menneske. Det er også fra dette rommet bak at eurytmisten, språkformeren, musikeren, billedkunstneren skaper – ja legen og pedagogen også.

Den øvre strømmen lever mer forfra. Foran eller forfra - det er en av kvalitetene til den øvre jeg-strømmen. Den virker, som vi nå vet, utenfra og inn, den forblir altså alltid utenfor, arbeider sentripetalt, langs nervebanene. Den forblir alltid noe åndelig-sjelelig og speiles i materien, i nervene. De strømmer jo ikke, men forblir i ro. Dermed kan det oppstå refleksjon og bevissthet - på bekostning av bevegelse, varme og liv. Til den øvre jeg-strømmen hører altså kvalitetene ro, kulde, sentripetal virksomhet, å være utenfor det åndelig-sjelelige (i stedet for det kroppslige). Opp, ovenfra og nedenfra og foran – lever vi slik, lever vi utenfor og opplever oss utenfra. Vi legger vanligvis ikke merke til det siste, siden vi er innenfor sentripetalkreftene og derfor bare kan ha et egosentrisk synspunkt. I ekstreme tilfeller opplever vi ikke verden utenfor, men kun oss selv som verdens sentrum, og vi opplever oss kun i hodet, i den våkne bevissthet. Som et resultat av de sentripetale kreftene opplever vi oss selv kun som et punkt – og kanskje enda mindre.

Vi kunne finne enda flere polare kvaliteter i de to jeg-strømmene. For eksempel hardhet - mykhet, tilsvarer graden av indre bevegelse. Kantet - rund, hvordan forholder det seg til det? Dersom den øvre strømmen virker alene og utenfra, oppstår det rent fysiske, som også lever i tyngdekraftens sentripetale krefter - og der oppstår kanter og hjørner. Virker den nedre strømmen, er eterlegemet også alltid med - det virker utvidende, avrundende, utfyllende. Bredder og smalhet, fylde og tomhet er polare kvaliteter i begge våre jeg-strømmer.

Til slutt husker vi enda en gang på at den øvre jegstrømmen kan bety: Jegorganisasjon (nedbrytningsstrøm), eller nedbrytningsstrøm sammen med den svekkede nedbrytningsstrøm - jeg- og astral-organisasjonen. Den nedre strøm kan bety: Jegorganisasjonen «ikledd» astral, eterisk og fysisk organisasjon, oppbygningsstrøm. Men det kan også bety firdelt jegstrøm sammen med svekket oppbygningsstrøm, som er tredelt; som kun går til det usynlige menneskets eterorganisasjon og derfra går inn via blodkretsløpet (fjerde jegstrøm).

Dermed har vi samlet nok materiale til å se hvordan samspillet mellom de to jeg-strømmene utvikler seg i løpet av livet vårt.

## Jeg-strømmenes samarbeid i løpet av livet

Ved den første sanse-påvirkningen og det første åndedrettet ved fødselen begynner den øvre og den nedre strømmen å virke inn på mennesket. Det er bare det at påvirkningen av den øvre strømmen fortsatt er svært sart og har ennå ikke samme betydning som i den neste syvårsperioden.

Når vi ser en nyfødt i øynene ser vi at blikket fortsatt er rettet mot det uendelige. Her kan vi oppleve at de sentripetale kreftene dominerer, så og si flommer over barnet. Det er uten å se. Jeget lever fortsatt i en slik grad i omkretsen at barnet ennå ikke er i stand til å fikserer (betrakte). I den første perioden er den øvre strømmen ennå ikke reflektert i den grad som senere er mulig når hjernen har modnet – det vil si har mistet sin vitalitet, og når knoklene har absorbert kalsium. I den første syvårsperioden, men spesielt i de første årene, er det andre krefter som dominerer. I «Meditativt ervervet menneskekunnskap, foredrag 16. september 1920 (GA 302a) kaller Steiner dem for plastisk-arkitektoniske krefter. Her snakker han om åndelig-sjelelige krefter som kommer fra der hvor ånds-sjelen befinner seg før unnfangelsen. Disse plastisk-arkitektoniske kreftene går altså direkte fra det åndelige via hjernen inn i kroppen og gjennomstrømmer den helt inn i stoffskiftet og ut i periferien.

Og nå møter sanseverdenen - jeget via sansene - disse kreftene som virker innefra og utad. Et samspill av sentrifugale og sentripetale krefter, der de sentrifugale, himmelske krefter til å begynne med er de dominerende. Det er på denne tiden at barnet begynner å gå, snakke og tenke. Når tenkningen er utviklet er kroppen kommet så langt at jeget, den øvre jeg-strømmen, kan møte den nedre jeg-strømmen, slik at det blir mulig for omgivelsene å speile seg i det indre. Dette skjer i det tredje året, når barnet begynner å si «jeg». Det øyeblikket tilsvarende de øvre og nedre jeg-strømmene som møtes i det menneskelige hodet. Dermed blir jeget speilet inn i den jordiske verden. Barnets sjel har inntil nå levd i hierarkienes umiddelbare samarbeid. Rudolf Steiner sier derfor at før det tredje året er det ikke mulig å påtvinge barnet sin vilje, fordi det lever i hierarkienes vilje. Men nå blir jeget speilet inn i i den jordiske verden og får dermed allerede en viss selvstendighet. Denne prosessen skjer ikke over natten men varer inntil utgangen av den første syvårsperioden med tannfelling. Men det finnes mennesker, sier Steiner, der disse plastisk-arkitektoniske kreftene virker videre gjennom hele livet - nemlig bildehuggere og arkitekter.

Den øvre jeg-strømmen arbeider seg fra utsiden og innsiden og virker mer og mer gjennom hele mennesket, speiler det jordiske inn og tilfører nedbrytningskrefter. Barnet blir stadig mer og mer jordisk og dermed også mer våkent og bevisst. Sjelen opplever dermed verden fullstendig utenfra, fullstendig egosentrisk, følsomt mottagelig, oppdager verden fra omkretsen i de sentripetale hovedkreftene. Og hva gjør det lille barnet med alle disse sentripetalt virkende innflytelsene? Det bearbeider dem gjennom etterligning - en

genial reaksjon. Etterligningen blir ikke hengende i hovedkreftene, men kommer inn i området til viljen, inn i kroppen gjennom empati, følelse og gjennom handling. De ytre inntrykkene hentes inn i jeget aktivitet i kroppen og blir på denne måten bearbeidet og forvandlet til ferdigheter.

I det niende/tiende året skjer det ennå en internalisering<sup>(4)</sup> av jeg-strømmen. Akkurat som den øvre og den nedre jeg-strømmen møtes i hovedmennesket i det tredje året, møtes de i det rytmiske mennesket på det såkalte niårs-trinnet. Har vi i det tredje året jeg-bevissthetens inntog, så har vi nå følelses inntog, en inderliggjørelse av jeg-opplevelsen. Barnet får mere indre liv, føler seg adskilt fra verden og alene med opplevelsene sine. De siste trådene til himmel klippes over, de siste dørene til himmelen lukker seg, og jeget trer inn i sitt eget indre. Vi forstår da hvorfor barna i denne alderen føler seg spesielt ensomme, men også føler angst og tenker mye på døden - er redd for at far eller mor eller søsken skal dø. Man kan oppsummere det som frykt for tap.

Den øvre jegstrømmen virker ikke lenger kun utenfra, via sansene utenfra, men dykker som øvre jeg-strøm inn i kroppsligheten i det rytmiske mennesket område og møter her den nedre strømmen i kretsløpsmenneskets rytmiske prosess. Blir den øvre strømmen oppdaget av de sentripetale kreftene på den riktige måten avgir den sine sentrifugale krefter. Derfra oppstår det et indre rom. Og dermed kan følelsene bli enda mer inderlige. Så er grunnlaget lagt for at astrallegemet ved pubertetens begynnelse kan fødes – settes fri.

Nå forstår vi også hva som skjer i det enogtyvende året der det snakkes om jegets fødsel. I det tredje året lærer barnet å si «jeg». I den andre syvårsperioden snakker vi, eller snakker Rudolf Steiner, om jegets påkobling i niårsalderen. Men i det enogtyvende året snakker han og jegets fødsel. Hva er det som skjer her? Nå er den øvre jeg-strømmen så inderliggjort at den kan møte den nedre jeg-strømmen i stoffskifte-området. Jeget kan overta det fulle ansvaret for seg selv og i frihet innenfra, fra sin egen indre verden, virke ut i verden. Prosessen er riktignok først avsluttet med bevissthets-sjelens utvikling fra det 35. til det 42. året. Men med jegets fødsel i det enogtyvende året er det legemlige grunnlaget til stede for at mennesket gjennom utviklingen av fornemmelses-sjel, fornufts-sjel og bevissthets-sjel kan utvikle seg til frihet.

Beskrivelsen av jeg-strømmene, det vil si det usynlige menneskets virksomhet i oss, slik som Steiner gir den i det nevnte foredraget, gjelder fullt ut først for det voksne mennesket, eller i det minste først fra det tredje året. Men virkningen fra den øvre jeg-strømmen begynner allerede med det første øyeblikket i livet og dermed også den nedre strømmens innvirkning. For under arbeidet med dette temaet viser det seg nemlig et grunnprinsipp: Den ene strømmen virker aldri uten den andre. Den øvre jeg-strømmen kan kun virke inn dersom den nedre jeg-strømmen kommer den tilstrekkelig i møte, og motsatt. Sentrum og periferi - det er den polariteten der jeget inkarnerer og beveger seg.



## Patologi

### Ensidigheter i samarbeidet mellom øvre og nedre jeg-strøm

Frem til nå er det beskrevet hvordan øvre og nedre jeg-strøm virker hver for seg, hvordan de virker sammen, og hvordan de møtes i det rytmiske mennesket og hvordan de sammen skaper et indre rom. I vårt foredrag snakker Rudolf Steiner deretter om at jeg-strømmene kan virke enten for sterkt eller for svakt.

Den øvre jeg-strømmen kan virke for sterkt på den måten at det er for mye fra omverdenen som virker inn på oss: Gjennom ernæring, gjennom sansepåvirkningene eller følelsesmessig press utenfra - det er alltid fordi det er for mye omverdenen til at det kan internaliseres i ens egen kroppslighet. Den nedre strømmen kan heller ikke ved normal virksomhet oppløse og forvandle nok av det som kommer utenfra. Det er alltid fordi det er for mye omverdenen til at det kan internaliseres i ens egen kroppslighet. Da dannes fremmedlegemer: avleiringer av noe mineralsk eller også av noe åndelig. Slike fremmedlegemer er nyresten, gallesten - i det hele tatt stendannelser. Eller de såkalte knokkelutvekstene (osteofytter) - som slitasjegikt i knær, hofter eller ryggrad på grunn av feil belastning på leddene. Også ødem (hovne bein) og vannansamlinger, er slike fremmedlegemer, og også lungeemfysem - "for store lunger" - eller luft i magen. På det sjelelige området er det tvangstanker eller tvangshandlinger - tvang i forskjellige former som oppstår som følge av en alt for sterk innvirkning fra den øvre strømmen. At den øvre strømmen virker for sterkt betyr at den virker ensidig utenfra, sentripetalt, og kan derfor ikke absorberes/tas opp av den nedre strømmen, at den virker ensidig nedbrytende, mineraliserende, stivnende. Skiftet mellom formdannelse og oppløsning er i uorden.

Men den øvre strømmen kan også være for svak, fordi den nedre strømmen er for svak og den møter for lite. Dette skal vi nå rette vår oppmerksomhet til slik at vi kan forstå at den ene strømmen ikke kan virke uten den andre. Ved å stimulere den øvre strømmen ved hjelp av sansepåvirkninger, ernæring og åndedrett kan vi stimulere en nedre strøm som er for svak. For eksempel med kompresser, massasjer og Kneipp-behandlinger (vannbehandling).

I foredraget om det usynlige mennesket blir den «bleke, tynn bønnestengelen» beskrevet - som vokser for hurtig fordi den øvre og den nedre strømmen er for svak, og eter-legemet blir dermed bortprioritert. Denne slags «bleke, tynne bønnestengel» er for det meste kronisk trette og trege, siden de har kroppen hengende omkring seg som en byrde og ikke med sitt åndelig-sjelelige vesen kan gjennomtrengre den innenfra ved hjelp av det rytmiske mennesket og stoffskifte-mennesket. Dette eksempelet viser at vi aldri kan gripe direkte inn ved den nedre strømmen. Steiner indikerer at som terapi for den bleke tynne hjelper det ikke å forsterke den nedre strømmen, men å «belaste» den øvre strømmen. Til dette formålet skal vi skaffe oss jern for å gi den øvre strømmen vekt. Som et metall fra en

av de øverste planetene virker jern alltid ovenfra. Strengt talt virker ethvert legemiddel, ja enhver terapeutisk handling, ovenfra. For det er alltid en gave utenfra som kommer inn ved hjelp av den øvre strømmen. Men nå er det jo ikke slik at vi kan gi alle mennesker jern for å styrke den øvre strømmen slik at den når tilstrekkelig ned. Det finnes mennesker som har det slik at den øvre strømmen ikke når langt nok ned, men samtidig virker for sterkt i sine sentripetale krefter. Da kan det skje, og det gjør det alltid, at vi med tilskudd av jern forsterker den øvre strømmens ensidighet - at mennesket blir voldelig i sine sjelelige ytringer og i sine bevegelser, blir opphisset, utålmodig og hensynsløs, fordi det blir for trangt. Dette kan utløse aggresjon, men også angst. Da kan man ha større hell med å bruke et kobber-preparat, som vi kan forberede det nedre mennesket, slik at kroppen kan ta opp jernet bedre. Kobber skaper indre rom, gjør varm og rund - alt sammen kvaliteter som motsvarer den nedre strømmen og motsvarer virkningen av den øvre strømmen i den nedre. Ved hjelp av kobberet kan vi letter vise den øvre strømmen veien ned til det nedre mennesket og dermed føre det inn i den nedre strømmen, som ved hjelp av kobberet da kan møte den øvre strømmen på en bedre måte.

Nå skal vi se nærmere på de grunnleggende konstitusjonstypene som Rudolf Steiner har beskrevet i enkelte foredrag. I det første medisinske kurset fra 1920 snakker han om hysteri og nevrasteni <sup>(5)</sup>. Her snakker han, i flere forelesninger, rett og slett om det øvre mennesket og det nedre mennesket, eller bare om oppe og nede.

Hysterisk kaller han konstitusjonen der de metabolske prosessene (stoffskefteprosessene) dominerer, og nevrastenien for en konstitusjon med overveiende nervesensoriske prosesser. Ved hysteri dominerer sentrifugalprosessene, ved nevrasteni de sentripetale prosessene.

Hva skjer når sentripetalkreftene dominerer? Nevrastenikeren kan bare se på og oppleve seg selv utenfra. Kroppen hans føles fremmedgjort og opplever den som noe ytre som han ikke føler og ikke opplever, altså ikke kjenner. Dette utløser angst og usikkerhet. Han blir hypokonder, fantasi-livet er det dominerende og stemmer ikke lenger med fakta om det virkelige kroppslivet.

Og hvordan fører en overvegt av stoffskeftekrefter, sentrifugale krefter, til hysteri? Det forstår vi best dersom vi ser på «Det helsepedagogiske kurset» (GA 317). I det 4. foredraget beskrives denne situasjonen nøyaktig: Riktignok kommer det åndelig-sjelelige inn i kroppen, men finner ingen støtte i den, siden organ-veggene er for gjennomtrengelige. Sentripetalkreftene i den øvre strømmen faller så og si gjennom organveggene som gjennom en sil og blir av de dominerende stoffskeftekreftene tatt med i deres sentrifugale retning, uten at de klarer å beholde sin egenkraft. Organene er for gjennomtrengelige fordi de avlukkene, avgrensede hovedkreftene er for svake.

Polariteten til hysteri blir ikke beskrevet som nevrasteni i det helsepedagogiske kurset, men som epilepsi. Hos epileptikeren kommer den øvre strømmen tilstrekkelig inn, men

blir ikke sluppet igjennom organ-veggene. Med andre ord; Den øvre strømmen kommer inn i kroppen men forblir åndelig-sjelelig-strøm utenfra, den kan ikke dykke inn i kroppsligheten og blir dermed ikke tatt opp av den nedre strømmen. Sett på denne måten er et anfall på den ene siden en konsekvens av den indre spenningen, men på den andre siden er det også kroppens geniale forsøk på å komme seg ut av oppstyret. For krampeanfall er ikke bare muskelkramper generelt, men tonisk-kloniske kramper <sup>(6)</sup>. Kroppen ristes, beveges, og det oppstår bevisstløshet. Bevisstløsheten betyr at den øvre strømmen så og si kastes ut. Ved en annen form for epilepsi, petit mal, er det annerledes. Da kommer det absenser (kortvarig bevissthetstap), som betyr at den øvre strømmen frigjøres direkte.

Videre i det helsepedagogiskel kurset finner vi beskrivelsen av maniske og «tilbakestående» (tysk: schwachsinnig) utviklingshemmede barn. Utifra beskrivelsen av de to typene kan vi også tyde forholdet mellom jeg-strømmene. Det maniske barnet rykker og er motorisk urolig siden enhver mental bevegelse virker direkte inne i kroppen. Den øvre strømmen virker ensidig, men kraftfullt utenfra, slik at den åndelige sjelen så og si sitter fast i kroppen på vei inn og ikke kan tas opp i kroppen som indre rom. Derfor blir hver sjelelige bevegelse, hver astral-bevegelse, også til kroppslig bevegelse, men en bevegelse som ikke er styrt av jeget. Dersom vi billedliggjør dette med en vase, er det lettere å forstå hvordan den øvre strømmen sitter fast i kroppen; Det er noe som sitter fast i vassen - i vaseveggen. Det tilsvarer den øvre strømmen som «sitter for dypt i kroppen». Men derved er det for lite inne i kroppen - i vassen - som vaseinnhold er det for lite tilstede. Men rykningene til den maniske kommer ikke fra den øvre strømmen. Trangen til bevegelse som får uttrykk gjennom rykningene, oppstår gjennom den nedre strømmen. Men den maniske får rykninger også når han er rolig og ikke sjelelig aktiv. Dette foregår vanligvis parallellt med en hurtig puls. Det er et uttrykk for dominerende stoffskiftekrefter - ensidig sentrifugalt aktive krefter. Derfor oppstår den ukontrollerte bevegelsen. Billedlig kan vi forestille oss hvordan de nedre sentrifugale kreftene overlates til seg selv, når den øvre sentripetale strømmen skyller for raskt inn i det fysiske (vaseveggen) og altså sitter fast i nervesanepolen, før den kan møte den nedre strømmen.

Og hvordan er det med den «tilbakestående»? Mens den øvre strømmen hos den maniske «sitter fast» i nerveområdet og virker for sterkt inn i det fysiske legemet, er den for svak hos den utviklingshemmede. Den virker for svakt, også utenfra.

Nå skal vi se på et annet helsepedagogisk symbolbilde, autismen. Autisten overrasker ved sitt nærvær igjen og igjen - selv om man ofte spør seg selv, hvor han egentlig er. Han kan ikke si jeg og kan for det meste heller ikke snakke. Typisk for autisten er tvangshandlinger, fikseringer og tics. Under her hører også selvskader til - å bite eller klemme seg selv, slå seg selv i hodet osv. Også raserianfall hører til her. Som oftes begynner sykdommen å manifestere seg i to-treårsalderen. Dette er et tidspunkt da jeget begynner å speile seg inn i det indre - når den øvre jeg-strømmen i hodet møter den nedre jeg-strømmen. Det er også den tiden da språkorganismen utvikler seg.

Språkutviklingen begynner som regel normalt også hos autisten - og begynner deretter å gå tilbake fra dette tidspunktet, da jeget skulle fødes i det tredje året (se kapittelet: Jeg-strømmenes samarbeide i løpet av livet»). Observerer vi autisten med vår metode, kan vi oppleve hvor sterkt de sentripetale kreftene dominerer og i hodet møter den nedre strømmen for svakt. Den øvre strømmen kan ikke speile deg kraftig nok inn i det indre, og det oppstår et indre rom som er for lite. Dermed har ikke autisten mulighet til, eller kommer til å ha mulighet til, å føle. Desto mer fornemmer han seg selv utenfra. Han merker ikke seg selv i kroppen - selvfølelsen som er bundet til kroppen mangler; til gjengjeld er den sjelelige fornemmelsen sterkere. Derfor finner vi alltid denne dramatikken hos autisten og derfor også raserianfallene. Ingen merker hvor sterkt han lider under de ytre påvirkningene og alt det han opplever. Ved å bite, slå og klype seg for å få selvfølelse, oppnår han i det minste et øyeblikk opplevelsen av å være til i følelses-sansen sin, selv om det ikke er en varig følelse men hele tiden må fornyes. Autisten finner derfor ikke noe holdepunkt i kroppen sin, inget indre rom der han kan sikre sjelelivet sitt. Men det som gir ham et holdepunkt er gjentakelsene og den ytre strukturen i hverdagen hans. Derfor oppstår det panikk når det som er fast plutselig endres på. Også autisten *når* man lettes gjennom berøringssansen - i likhet med de fleste andre som har behov for helsepedagogisk pleie. Man vil kunne nå ham dersom man rører ham samtidig som man snakker til ham, og samtidig også står ved siden av ham og ikke foran ham. Det beste er en berøring over en større flate; han vil som regel ikke ense berøring av kun et lite område, eller det vil gjøre ham irritert.

Tvangshandlinger er uttrykk for at den øvre strømmen er for sterk. I likhet med fremmedlegemene er det noe sjelelig som ikke kan oppløses tilstrekkelig - absorberes. Siden det er en ustanselig speiling utenfra i hjernens område, kommer forestillingene igjen og igjen, slik at autisten lever som i et bur med tankene og opplevelsene sine. For fornemmelsene kommer jo også utenfra og blir først til følelser når de blir inderliggjort, oppdaget i den nedre strømmen. Denne ensidige speilingen utover forklarer at han er nærværende og våken i opplevelsen av omverdenen, samtidig som han er fraværende og likegyldig utad.

Vi vil også se på fenomenet smerte ved eksempelet med menstruasjonssmertene. Vi lærer hos Steiner at smerte oppstår ved at astrallegemet virker for sterkt inn i det fysiske. Men et annet sted forklarer han at det ved menstruasjonssmertene er en astral-legemlig svakhet i underlivet. Nok en gang klager man over Steiners selvmotsigende utsagn. Med kjennskap til jeg-strømmene kan vi gjenkjenne mange av disse såkalte motsigelsene. Dersom astrallegemet virker for sterkt ovenfra, altså utenfra, oppstår det smerte. Kommer den nedre strømmen den for svakt i møte, eller det er en forhindring i underlivsorganene, kan ikke den øvre strømmen komme tilstrekkelig langt nok inn og kan ikke inkarnere tilstrekkelig i det nedre mennesket, i underlivet - astrallegemet har en svakhet i underlivet. Dermed virker astrallegemet via den øvre strømmen for sterkt utenfra.

Et annet sykdomsbilde, som blir mer forståelig ved hjelp av foredraget vårt, er diabetes. Diabetikeren kan ikke lenger forvandle sukker og karbohydrater generelt til eget kroppsstoff og skiller dem ut i urinen. Arteriosklerose (åreforkalkning) og skade på de perifere nervene er også en del av sykdomsbildet. Skaden oppstår som følge av uregelmessig blodtilførsel, gjennom opphopning av sukker (fruktose, sorbitol) og endringer i eggehvitestrukturene. Her skal vi ikke gå nærmere inn på hva som skjer ved sykdommen. For å forstå diabetes er det tilstrekkelig å bare gå til sykdomsbildets utseendet for å stille en viktig vesensledd-diagnose. Dette kan vi forstå lettere gjennom Rudolf Steiners angivelser. I det første medisinske kurset (GA 312, 15. foredrag) sier Rudolf Steiner at det ved diabetes er snakk om et svakt jeg, en «svak jeg-organisasjon» som ikke egner seg for å klare hele prosessen som skal til for å kunne utføre dannelsen av sukker. Videre sier han; «Jeget er egentlig svakt...»; «Men jeget er ikke i stand til å gå dypere inn i organismen...».

På den andre siden snakker han i *Physiologisch-Therapeutisches*» (GA 314, 9.10.1921) i forbindelse med diabetes om en «overdreven jeg-virksomhet i selve det organiske», og om at jeget enker seg for langt ned i det organiske. Hvordan skal vi forstå dette? Vi er nødt til å lese det Steiner sier helt nøyaktig. Stedet med det for svake jeget, som det blir snakket om i GA 312, er at jeget ikke er i stand til å sørge for at organismen blir gjennomorganisert med sukker, og at det ikke er egnet til å kunne klare hele prosessen som skal til for å kunne gjennomføre omdannelsen til sukker. Fordi jeget er svakt, nøyer det seg med å være mere aktiv i organismens periferi og utvikle en sterk intellektualisme ved hjelp av hjernen.

På den andre siden snakkes det i foredraget fra 9.10.1921 om en overdreven jeg-virksomhet i det organiske, om det bevisste åndelig-sjelelige, om den åndelige sjelen gjennomsyret av jeget, som virker for kraftig og derfor fører til unormale utskillellesprosesser. Det er en nøyaktig beskrivelse av det den øvre strømmen gjør når den virker ensidig. Hvis den øvre jeg-strømmen virker for sterk, får vi avleiringer - den skiller ut. I dette tilfellet betyr avleiringer en opphopning av fruktsukker og sorbitol i nerveskjedene, noe som får dem til å heve. Ved forhøyet blodsukker kunne man også snakket om avleiringer av sukker i blodet. Utskillelse vil i dette tilfellet si glukosuri - utskillelse av sukker i urinen. Det er den overdrevne jeg-virksomheten i det organiske (GA 314). Den øvre strømmen virker slik sett for sterkt på sukkerstoffskiftet, dykker for lite innenfra, virker for lite i det indre og virker ikke sammen med den nedre strømmen. Det er jeg-svakheten, det svake jeget, som ikke kan klare disse prosessene som skulle skje med sukkeret. Sukkeret kan ikke omdannes til varme, til jeg-gjennomtrengt substans, fordi den øvre jeg-strømmen er for lite aktiv i det indre og virker for sterkt utenfra, sentripetalt. Dette er også nøkkelen til en forståelse av senvirkningene av diabetes: Med sanseforstyrrelsene kommer jeget for lite innenfra og ut i periferien. Åreforkalkning er et bilde på for sterke nedbrytningsprosesser med avleiringer og tap av vitalitet som resultat.

Ikke ved alle sykdommer vil man, som ved diabetes, kunne forklare sykdomsbildet eller Rudolf Steiners angivelser 100% ved hjelp av de to jetstrømmene. Men eksempelet skal være en oppfordring til i det minste å prøve på det eller i hvert fall stille de relevante spørsmålene.

## Tekstsarbeid

Belysningen av teksten i foredraget fra 11.februar 1923 «Det usynlige mennesket i oss». «Den patologien som ligger til grunn for terapien» (GA 221).

Man må gå ut fra et leseren allerede har lest det såkalte «Kasseforedrag» fra 11.februar 1923 - eller har gjort et forsøk på det. Det hører jo til et av de vanskeligste forståelige og, på flere steder, mest motsigelsesfylte foredragene. Mange legger det derfor ofte raskt vekk. På grunn av et mangeårig seminararbeid med denne teksten skal det nå forsøkes å formidle noe som kan være til hjelp for det selvstendige arbeidet med teksten. Men det skal sies at selv etter 25 års arbeide med teksten har det ennå ikke lyktes å kartlegge alle vanskelige steder. Det påfølgende arbeidet er altså et uttrykk for det nåværende forståelsesnivå hos den som skriver dette.

Mye er allerede blitt behandlet i de første kapitlene, enten som sammendrag eller som forklarende redegjørelser. Leseren vil finne gjentakelser av noe som er sakt, men her vil vi gå teksten nøyere i sømmene for å belyse de vanskeligste områdene.

I avsnitt 1 snakker Rudolf Steiner om to vesner ved mennesket som vi må skille mellom; det synlige mennesket som står foran oss; Det synlige mennesket slik det står foran oss; og handle inn i det; "den førjordiske organisasjonen", også kalt "den åndelige organisasjonen». Senere kaller han den åndelige organisasjonen for «det usynlige mennesket» (avsnitt 2) og for «det overfysiske mennesket» (avsnitt 5). I 1. avsnitt kaller han den til og med for «fysisk organisasjon», som blir forberedt åndelig i det før-jordiske livet. Dette er viktig, og det må vi være oppmerksomme på: Når det snakkes om «fysisk organisasjon», må vi alltid tenke på alle de fire organisasjonene. «Den fysiske organisasjonene» er alltid gjennomtrengt av jeg-organisasjonen, astral-organisasjonen og eter-organisasjonen. Den skal alltid oppfattes som en fire-leddet organisasjon. Under embryonaltiden er denne åndelige prenatale organisasjonen inkarnert i embryonalhinnene. Vi skal legge merke til setningen «...stat den så og si blir sendt hit ned som en åndelige organisasjon» og finner sitt fysiske uttrykk i fosterhinnene, «før mennesket selv kommer inn i den jordiske tilværelsen med jeget sitt». Nå erkjenner vi at denne fire-leddede åndelige organisasjonen ikke er det vi kaller vårt «sande vesen». «Mennesket selv...med

sitt jeg» - også det er noe annet. Mennesket selv virker, som vi skal få se, ut fra jeg-strømmene fra det prenatalt mennesket, ut fra «den åndelige organisasjonen», inn i vårt jordiske menneske. Når vi nå leser: «at menneskets fysiske organisasjon blir blir åndelig forberedt...» vet vi at dermed forstås det usynlige menneskets fire vesens-ledd.

I slutten av 1. avsnitt snakker Steiner om «menneskets kropp-sjel-ånds-virksomhet», som er noe annet og av en annen art enn den før-jordiske organisasjonen. Om ikke før, så merker vi nå, at det med det usynlige mennesket ikke bare menes de usynlige vesens-leddene (det synlige menneskets eter-legeme, astral-legeme og jeg-organisasjon). Det synlige mennesket, slik det står foran oss som «menneskets kropp-sjel-ånds-virksomhet», har fysisk legeme, eter-legeme, astral-legeme og jeg. Jeg-vesenet kan leve i det, siden det før-jordiske, åndelige organisasjonen, det usynlige mennesket i det, virker hele livet igjennom. Det synlige mennesket danner bro til det jordiske for det usynlige mennesket, igjennom hvordan vårt egentlige vesen vil oppfylle sin karma på jorden.

I avsnitt 2 får vi vite mer nøyaktig hvordan det usynlige mennesket virker i det synlige mennesket: I de kreftene som bevirker vekst, ernæring, reproduksjon og bevegelse, dvs. i stoffskiftet-lemme-mennesket (avsnitt 4). Den fysiske organisasjonen, slik som vi har lært den å kjenne som fire-leddet organisasjon, finner vi hos fosteret i fosterhinnene og hos det fødte mennesket i «ernærings- og gjenoppbygningsprosessene». Mer nøyaktig: i stoffskifte-lemme-mennesket er det usynlige menneskets fysiske organisasjon forent med det synlige menneskets fysiske organisasjon. «Den ene bor i den andre» (3.avsnitt). Dersom vi ser godt etter på tegningen med de små «kassene», er det det synlige menneskets fysiske organisasjon som «bor» inne i det usynlige menneskets fysiske organisasjon.

Når vi snakker om at den fysiske organisasjonen hos det usynlige mennesket er fire-leddet i stoffskiftetmennesket, må vi samtidig tenke oss at det går en strøm fra jeg-organisasjonen til astral- og eter-organisasjonen og den fysiske organisasjonen, en strøm som virker i oppbygningsprosessene i det synlige menneskets fysiske organisasjon. Denne strømmen virker nedenfra og opp (avsnitt 6).

I avsnitt 7 og 8 skal vi være oppmerksom på den presise formuleringer: «langs med nervebanene» strømmer jeg-organisasjonen. Altså ikke «i», men «langs med» nervebanene og «langs» nervebanene. Det åndelige virker direkte inn i det synlige mennesket. Men der ånden virker direkte inn i materien, er det snakk om ødeleggelsesprosesser, «en fin dødsprosess». Men det betyr ikke at materien blir ødelagt slik at den oppløses, men at vitaliteten dør og blir ødelagt. Men det er det samme som utskillelse, dvs. dannelsen av synlig materie.

Med den nedre strømmen virker ikke jeget direkte inn i det fysiske. Jegets krefter blir først besjelet i astral-organisasjonen, «eterisert» i eter-organisasjonen og går deretter igjennom det usynlige menneskets fysiske organisasjon. Denne jeg-strømmen går ikke «langs med»

men «jeget strømmer i blodet», nedenfra og opp, og som vi har fått vite i avsnitt 13, innenfra og ut. Den øvre, nedbrytende strømmen, er altså alltid en rent åndelig-sjelelig strøm, og den nedre, oppbyggende strømmen, er alltid en «legemlig» strøm, aktiv i kroppen og i det kroppslige.

I avsnitt 10 leser vi til vår overraskelse at det er noe som er enda mer vitalt enn eterlegemet. Etter at Rudolf Steiner tidligere (avsnitt 9) har snakket om en svekket nedbrytelsesprosess, fordi jeget (det åndelige) ikke virker direkte inn i det fysiske, men først går gjennom den astrale organisasjonen, snakker han nå om en svekket gjenoppbyggelsesprosess. Denne fjerde strømmen virker også nedenfra akkurat som den første. Men den virker ikke så kraftig oppbyggende som den første strømmen, fordi den ikke strømmer frem til det usynlige menneskets fysiske organisasjon, men kun til eierorganisasjonen hvor den virker i krettsløpsmennesket. Det er altså det prenatale menneskets fysiske organisasjon som forberedes i fiksstjernesfæren, som er det mest tenkelige vitale i oss. Nå følger de avgjørende setningene i avsnitt 13 som kan gi oss det grunnlaget som gjør at vi konkret kan øve oss, grunnlaget som gjør at vi i praksis kan bruke det vi får vite om det usynlige mennesket, til å stille en diagnose og for at vi kan kunne utføre en terapi: «Hos mennesket går blodprosessen egentlig alltid mot periferien - sentrifugalt. Nerveprosessen som egentlig er en nedbrytningsprosess går alltid sentripetalt, mot menneskets indre». Dette kommer vi nærmere inn på i kapittelet «Anvendt menneskekunnskap».

Om den første setningen i avsnitt 15 kunne man ha skrevet en hel avhandling. «Ved det ånderlige sin direkte inngripen av omveien gjennom jeget...». En meditasjonssetning. Her kan vi få en anelse om hvor vi skal søke etter opprinnelsen til jeg-strømmene. Jegets hemmelighet ligger i denne setningen. La oss nok en gang se på skissene, spesielt på tavletegningen der alle de fire strømmene er vist. «...av omveien gjennom jeget» kunne kanskje også høres slik ut «...av omveien gjennom jeg-organisasjonen». Et eller annet sted kommer jo jeg-strømmen i det usynlige menneskets jeg-organisasjon fra. Vi tar det bokstavelig - det kommer til å følge oss i det videre arbeidet: «Ved det åndelige sin direkte inngripen av omveien gjennom jeget...»

Nå kommer det noen eksempler på hvordan sykdommer kan oppstå når den øvre og den nedre strømmen ikke virker ordentlig sammen. Når den øvre strømmen virker utenfra, virker det åndelig-sjelelige direkte inn i det fysiske og fører da alltid noe med fra omverdenen. «Fremmeddannelser» kaller Rudolf Steiner dem. Denne øvre strømmen blir møtt av den nedre strømmen med oppløsningskreftene sine. Oppløsningskrefter som, nettopp fordi de virker oppløsende, gir mulighet for en integrering - en forvandling til noe som er kroppens eget.

I eksempelet i avsnitt 15-18 dominerer den øvre strømmen. Den blir ikke møtt av tilstrekkelige mye nedenfra, og derfor oppstår det avleiringer. Steiner snakker ikke om avleiringer men om fremmeddannelser, de er fremmeddannelser fordi de bevarer sin



omkringliggende natur, de kan ikke gjennomtrenges av menneskets egne vesensledd og kan derfor ikke opptas i dens egen organisasjon. «Femmedlegemer som kanskje ikke umiddelbart er synlige som fysiske ansamlinger...». Det første vi tenker på er vel sykdommer med stendannelser som gallesten, nyresten eller arteriosklerose og artrose med dens osteofytter (7). Vi kan også betrakte ødem som fremmeddannelser. Ødem forekommer der det vanlige er «falt ut» av eter-legemet slik at det kun er de rent fysiske eller kjemiske lovene som gjelder. Vannet kan ikke lenger gjennomtrenges tilstrekkelige av eter-legemet, fordi den øvre strømmen medbringer for mye utenfra og ikke kan tas opp tilstrekkelig av den nedre strømmen. Lungeemfysem er på samme måte en fremmeddannelse. Da har luften «falt ut» av astral-legemet og kan ikke innvendig gjennomtrenges tilstrekkelig av astral-legemet. Men også på det sjelelige området finner vi slike «fremmeddannelser», feks tvangstanker, også tvangshandlinger, eller bare det at man har en melodi hengende i øret. Tanker, toner, ord og følelser som finner veien inn i oss utenfra og som vi ikke med en gang kan oppløse og innlemme i oss.

I avsnitt 16 og 17 beskrives helbredelsen av denne type fremmeddannelser. Helbredelsen består i at man understøtter eter-legemet, slik at det kommer til å «arbeide på den riktige måten». Det som kommer inn i organismen som noe fremmed, vil det strømmende blodet «gjennomtrenges med den riktige astrale og eteriske kraften som kan komme opp nedenfra og vil forhindre jeget eller jeget og astral-legemet i å virke isolert».

Man skulle kunne tro at helbredelse ganske enkelt betø å stimulere den nedre strømmen og sende den nettopp dit hvor eter-legemet skal ledes frem til, men leser man nøyaktig, betyr det å styrke den nedre strømmen slik at den opptar den øvre strømmen som virker for kraftig utenfra og «isolerer» i seg. Riktignok virker den nedre strømmen alene i kroppen, stoffskiftet og i blodsirkulasjonen, men kan likevel ikke ta opp vesensleddene, fordi den har en sentrifugal effekt, altså oppløsende. Men den kan åpne det indre rommet for den øvre strømmen og lamme den nedbrytende virksomhet som skaper fremmedlegemer - dette kan den ved å ta opp den øvre strømmen i den sentrifugale retningen sin. For teksten sier: «...det andre systemet, det som strømmer langs med blodbanene, ... vil gjennomtrenges det som er i organismen, med den riktige astrale og eteriske kraften som kan komme opp nedenfra, og vil forhindre jeget eller astrallegemet og jeget i å virke isolert» (avsnitt 16). Og videre i avsnitt 17 « ... at jegets aktivitet ikke griper inn på den riktige måten ut fra eter-legemet.» På den riktige måten ville det altså bety at den øvre strømmen dykker inn i den nedre strømmen og på denne måten med den, sentrifugalt og ut fra eter-legemet, gjennomtrenger stoffene eller kroppen. Hvordan man terapeutisk kan oppnå dette vil vi ikke komme inn på her mens vi arbeider med denne teksten.

I avsnitt 18 beskrives den andre muligheten for at den øvre og den nedre strømmen ikke griper riktig inn i hverandre. Da er ikke den øvre strømmen for sterk men for svak. Den er riktignok ikke for svak fordi den nedre strømmen er for sterk, men tvert imot for svak og derfor møter den den øvre strømmen for lite. Her er det greit å stoppe opp å forstå klart

og tydelig at hverken den øvre eller den nedre strømmen aldri kan være aktiv alene. Dersom for eksempel den øvre strømmen går ut, for eksempel under søvn eller i tilfeller av bevisstløshet, da er også den nedre strømmen ute, i den åndelige verden. Dette kan man lese om i den viktige setningen i avsnitt 19 «Natt-organisasjonen hos det mennesket som ligger i sin seng - ikke det usynlige mennesket som er uten for kroppen».

I avsnitt 19 skal vi legge merke til setningen om vekstkraftene som dominerer når den øvre strømmen er for svak og virker for lite inn. Her forveksler man for det meste den oppbyggende strømmen med vekstkraftene. Den nedre strømmen, den oppbyggende strømmen, er for svak, griper for lite inn i blodprosessen og møter den øvre strømmen svak, som dermed ikke klarer å dykke tilstrekkelig inn i det kroppslige. Dermed blir eter-legemet overlatt til seg selv, slik at det i overenstemmelse med sine oppdriftskrefter virker for kraftig oppover. Med hensyn til tvilere, dersom det skulle være noen, skal den etterfølgende setningen også siteres. Spørsmålet er om konstitusjonen, der mennesket allerede som barn er bleke, «fortsetter å være tynne eller til og med raskt skyter i været på grunn av de dominerende vekstkraftene...». Her «...skal vi arbeide på å svekke en for kraftig aktivitet som befinner seg i eter-legemet... (slik)...at de (vekst)kraftene som virker hypertrofisk og overdrevent i eter-legemet, bringes tilbake til dets rette nivå...».

Nå kommer det vanskelige spørsmålet om natt-organisasjonen. Om natten blir det fysisk-eteriske liggende i sengen, og det åndelige-sjelelige forlater kroppen. Steiner sier det riktig nok omvendt: Den fysisk-eteriske organisasjonen vegrer seg for å oppdage det åndelige-sjelelige om natten. «Om natten» betyr her «under søvn». Det er denne tilstanden ,der det fysisk-eteriske er forlatt av det åndelig-sjelelige, han kaller natt-organisasjonen. Og den lever nemlig også på visse plan eller områder i oss når vi er våkne. Også i våken tilstand går vi rundt med deler i oss som sover. Disse kaller han natt-organisasjon. Hos de lange bleke bønnestengelen som vi snakket om tidligere er denne natt-organisasjonen for sterk og dag-organisasjonen for svak - tilsvarende den litt for angripende øvre strømmen, og den nedre strømmen som går for svakt gjennom det kroppslige, det fysisk-eteriske. I avsnitt 20 - der et snakkes om ernærings-middlenes motsatte prosess, vil jeg nok en gang spørre, hva det motsatte av en appelsin kan være. En fremmed prosess kan aldri absorberes. Den må først bearbeides slik at den kan tas opp av den menneskelige organisasjonen. «Å bli forvandlet til sin motsetning» betyr her: å ikke lengre være omverden, ikke lenger være ytre natur, men som sådan være fullstendig nedbrutt - være «gjennom-eterisert», «gjennom-astralisert» og «gjennom-jeget» av den menneskelige organisasjonen.

I «Det andre medisinske kurs» snakker Steiner også om at et stoff blir utsatt for «polare prosesser». Også her dreier det seg om polariteten natur-mennesket. Et minerals eller en plantes polare prosess er prosessen der mennesket opptar dette stoffet i seg. Så fører eksempelet med splinten. Det beskrives hvordan den menneskelige organismen reagerer forskjellig på et fremmedlegeme. Avsnitt 21 kan vel forstås uten problemer. Men, vi skal være spesielt oppmerksomme på at der nerve-aktiviteten dominerer, skjer det en

separasjon. Det er altså den øvre strømmen som separerer og skiller ut. Og vi skal legge merke til, hva det vil si, at den oppbyggende kraften i det flytende blodet har endret plass. Et par linjer lengre ned står det at den nedre strømmen dermed kun kan gjennomtrengte eter-legemet, men ikke det fysiske legemet. Eter-legemet skal gripes av den øvre strømmen, av astral-legemet, uten å bli gjennomtrengt av det fysiske legemet. Dersom nå splinten er forholdsvis tett på overflaten (avsnitt 23-25), er det primært nerveaktiviteten som er den overveiende. Den «pirrer blodaktiviteten» slik at det ikke kommer fram noe eksudat (betennelsesvæske), ingen separasjon eller utskillelse, men derimot oppløsning, og det dannes betennelse. Vi har lært, at nerveaktiviteten virker sentripetalt og blodaktiviteten sentrifugalt. Og nå står det her i avsnitt 23 at betennelsen «på grunn av støtet som under den destruktive aktiviteten går gjennom nervebanene, også (presses) mot periferien, mot kroppens periferi, og splinten kommer ut med betennelse ...". En av de tilsynelatende «steinerske selvmotsigelser». Men slik er det naturligvis ikke. På grunn av det trykket som er innenfra, som oppstår som følge av de sentripetale kreftene, kommer det som Steiner her kaller støtet mot periferien og ut av kroppen.

Med dette er tekstarbeidet kommet til slutten. Foredraget fører enda videre, men for oss handler det jo ikke om et referat av teksten, men å gjøre oss oppmerksomme på alle de ulike fallgruvene og såkalte motsigelsen som finnes. Og dersom man har klart å følge med til nå, vil de kommende eksemplene og undersøkelsene i avsnitt 28 og ut ikke skape nye problemer.

## **Vesensleddenes integrering sett i et menneskekunnskapsperspektiv**

Frem til nå har vi omtalt de tre jeg-fødsler i det tredje, niende og det tolvte året. Både skriftlig og muntlig har Rudolf Steiner utrettelig forklart hvordan jeg og astral-legemet arbeider sammen med det fysiske legemet og eter-legemet. I noen tilfeller beskrives denne integreringen av vesensleddene i løpet av livet enda mer spesifikt.

Som vi i eksempelet med det usynlige mennesket, kan ikke oversanslige kraftsystem inkarnere direkte. Gjen og igjen finner vi disse broene, der det fysiske grunnlaget på den ene siden forberedes slik at det har kvaliteter i seg som det åndelige også har (feks bevegelse og vitalitet), og på den andre siden at det åndelige motsvarer det fysiske gjennom sine kvaliteter (feks det usynlige menneskets fysiske organisasjon). Vesensleddenes åndelighet må svekkes så mye, at de kan forbinde seg med det fysiske legemet. Og det fysiske legemets substans skal gjennomtrenges innenfra slik at det ytre eller det frie åndelig-sjelelige kan tas opp idet. Uten disse kompliserte «avbalanseringene» ville vi enten ikke kunne bli jordnære - «*levedyktige*» i kroppen vår - eller rett og slett ikke kunne bo i den.

Her finnes det fire forelesninger der disse avbalanserings-trinnene beskrives nøyaktig. I foredraget fra 16.september 1920 i «*Meditativt ervervet menneskekunnskap*» (GA 314a) beskrives den første virkningen av denne individualiteten. I «*Physiologisch-Therapeutisches*» (GA314, 27. og 28.oktober 1922) går Steiner mer presis inn på hvordan vesensleddene blir en del av kroppen i den første syvårsperioden. Videre opplever vi detaljert i det såkalte «*løsrivelsesforedrag*» i «*Zeitgeschichtliche Betrachtungen*» (GA 174, 14.januar 1917) hvordan jeg og astral-legemene via nervesystemet når inn i det nedre mennesket. Endelig beskriver foredraget om det usynlige mennesket i oss (11.februar 1923) spesielt, om hvordan det åndelig-sjelelige virker inn i dagliglivet. De fire foredragene tar riktignok sikte på den første syvårsperioden, mens noe angår mer de senere stadiene. Men vi må forestille oss at disse forskjellige prosessene allikevel foregår samtidig. De utspiller seg alle sammen samtidig, men har ikke samme betydning i alle livsaldre.

La oss altså prøve å lage et slags resymé av disse fire foredragene som er nevnt. Når det den første kontakten det åndelig-sjelelige har med mennesket som er kommet til verden, opplever vi fra «*Meditativt tilegnet menneskekunnskap*», at det allerede fra fødselen av sendes «utstrålinger» fra hodet som går gjennom hele kroppen «til periferien». Disse utstrålingene kaller Steiner «...*krefter som er spesielt virksomme i de årene der etterligningene spiller en svært viktig rolle*». Han kaller dem for sjele-aktivitet og senere også for plastisk-arkitektoniske krefter. «*Det er hovedsaklig krefter som den åndelige verden har plantet i barnet, og som barnesjelen har levd i før unnfangelsen, i den åndelige verden*».

Direkte fra den åndelige verden, fra det prenatalt mennesket trer denne sjelelige aktiviteten, denne utstrålingen fra hodet, ut fra hjernen og inn i kroppsligheten og stråler gjennom hele kroppen, ovenfra og ned til stoffskiftet, og med stoffskiftet innenfra og utetter til periferien, til huden. Disse kreftene kalles i det 5.foredraget i «*Okkult fysiologi*» (GA 128) for formkrefter. De stråler ut fra det nedre mennesket og oppover. «*Det er sjelelig aktivitet, selv om den går ut fra det fysiske legemet*».

Vi må altså ikke betrakte den som det usynlige menneskets øvre strøm, som jo kommer inn utenfra via sansene. Strålingene går inn i hjernen innenfra, stråler ut fra hodet ovenfra og ned. Og disse to indre kraftvirkningene - ovenfra og ned og nedenfra og opp - støter sammen. Steiner snakker om kampen som utspiller seg i organismen mellom de to ulike typer krefter, og som finner sin avslutning i tannfellingen.

Ved avslutningen av den første syvårsperioden trer disse «*sjelekraftene som fra før var virksomme i organismen*» inn i en ny funksjon som sinds-krefter, som intellektuelle krefter. Hos noen mennesker går alle disse kreftene over til intellektuelle krefter, og hos andre bevares disse indre strålekraftene. De siste finner vi hos billedhuggere og arkitekter som skulpturelle krefter.

Vi ser altså, at et utviklingstrinn, en prosess kan avsluttes og noe nytt kan komme til, der den første prosessen samtidig kan gå videre. Allerede samtidig med fødselen skjer dette vekselspillet mellom det usynlige menneskets øvre og nedre strøm, men har enda ikke den betydningen som det får imellom den andre og den fjerde syvårsperioden. Ved de første sahnsepåvirkningene ved fødselen - lys, kulde, berøring, støy og tale - blir den øvre jeg-strømmen tilkalt. Samtidig stråler de sentrifugale kreftene innenfra og ut. Men møte mellom de to jeg-strømmene skjer først gradvis og trinnvis på ulike plan.

Hvordan kommer barnet ut av denne tilstanden, der det blir gjennomstrålet sentripetalt og sentrifugalt og ikke har noe å stille opp mot det? Hvordan blir vesensleddene integrert, og hvordan oppstår i det hele tatt kroppens eget indre? Denne prosessen finner vi meget utførlig beskrevet i foredragene om nyrestråling fra 27./28.oktober i «*Physiologisch-Therapeutisches*». Vi hører hvordan det eteriske blir fanget inn ved hjelp av hjerte-lungesystemets aktivitet. Og ved å absorbere oksygen blir den eteriske organisasjonen integrert i det fysiske.

Om astrallegemet uttaler Steiner seg enda tydeligere: Selv om astralkroppen lever i den luftformede organismen, trenger den et «*direkte inngangspunkt*» for å kunne leve der. Og det er «*nyreblæresystemet*». Det stråler den astrale organisasjonen inn i den menneskelige organisme, nedenfra og opp, innenfra og ut, «*til periferien*», til nervesystemet. Fra nervesystemet møter hovedkreftene denne nyrestrålingen - hovedkreftene som ovenfra avrunder og avgrenser og kaster astraliteten tilbake. Også her dreier det seg om de indre hovedkreftene som tidligere beskrevet. Og først da kan den tilbakekastede astraliteten integreres i kroppen. Teksten lyder slik; «*...at i menneskets første livsavsnitt frem til tannfelling avstumpes (dvs. avrundes) disse utstrålingene fra lever- og nyresystemet av nerve-sansesystemet, og at denne avstumpingen er det vesentlige...men utstrålingene har ingen betydning...først det at de kastes tilbake og inn i organismen, fremstår som det virkende prinsipp*». Det er først under returen (tilbakekastningen) at nyren og blæren fremstår som et fysisk organ som følge av nitrogenets virkning.

En lignende prosess finner også sted for jeg-organisasjonen på nivå med varme-organismens. Her er det lever-gallesystemet som fører næringen inn i jeg-organisasjonen som, i varme-organismen, stråler gjennom hele mennesket. Også disse radialt utstrømmende kreftene blir kastet tilbake av hovedkreftene, slik at lever-gallesystemet ved hjelp av hydrogen blir formet helt inn i den fysiske organdannelsen, og jeg-organisasjonen ut fra varmeorganismen også gjennomtrenger luftorganismen og vannorganismen inn i den fysiske organisasjonen.

I det såkalte frigjøringsforedraget får vi en beskrivelse av hvordan astral-organisasjonen og jeg-organisasjonen blir speilet inn. Her angis plexus solaris som jegets sentrale inngangspunkt - nærmere bestemt dette tilbakekastede jeget - for det primære inngangspunkt i varmeorganismen var jo lever-gallesystemet. I frigjøringsforedraget skiller Steiner mellom jeg-tanke og det virkelige jeg, som også kalles aktivt jeg. «Det virkelige

jeget griper som formbar kraft via plexus solaris inn i hele menneskets organisasjon». Det virkelige jeget, er det jeget som nettopp ikke er speilet utenfra som den øvre jegstrømmen i kasseforedraget. Det virkelige jeget, også kalt det aktive jeget, virker inn via levergallestrålingen og gjennom hele organismen, kastes tilbake av de plastiske kreftene i nervesystemet, altså av de indre hovedkreftene, og går via ganglionsystemet inn i det nedre mennesket. I den forbindelsen tenger Steiner plexus sacralis<sup>(8)</sup> som inngangssted. Men akkurat det samme gjelder sikkert for plexus solaris. Men man kan også se på det ut fra det usynlige menneskets jegstrømmer. Da er tanke-jeget bevisstheten som blir til ved hjelp av refleksjonen av den øvre strømmen utenfra. Det aktive jeget viser seg når den øvre strømmen kommer inn og i det indre, det vil si i det rytmiske mennesket, møter den nedre strømmen og via plexus sacralis blir sentrifugalt aktiv i blodmennesket sammen med den nedre strømmen.

Noe tilsvarende gjelder for astrallegemet. Dens inngangspunkt for integreringen i det kroppslige er primært i ryggmargen, men sekundært også i ganglionssystemet (det autonome nervesystemet<sup>(9)</sup>). Eter-legemet har sitt inngangssted til den fysiske organisasjonen i hjernen, men også i ryggmargen og i det autonome nervesystemet. Det reflekteres ikke utenfra, men dykker umiddelbart inn i det kroppslige via hodet. Slik beskrives det i frigjøringsforedraget. Hvis vi leser nøyaktig i forelesningene om nyrestråling («*Physiologisch-Theranautisches*», 27. oktober 1922), kan vi se at jeget og astrallegemet blir kastet tilbake av hovedkreftene. Derved forblir de i hovedområdet som frie åndelig-sjelelige krefter og gjør oss i stand til å ha en bevissthet.

Ved hjelp av disse foredragene kan vi altså på en god måte følge den trinnvise integreringen av det åndelig-sjelelige i mennesket.

## Anvendt menneskekunnskap

Når de øvre og nedre strømmene fungerer riktig sammen, er vi friske. Når jobber de egentlig sammen? Når møtet er riktig, blir sentrifugalkreftene som kommer nedenfra kastet tilbake og avgrenset, avrundet av sentripetalkreftene som kommer ovenfra – slik oppstår det indre rom. At de kastes tilbake innover er mulig når den øvre strømmen dykker inn i det indre av kroppen og virker sentrifugalt sammen med den nedre strømmen. At de to strømmene fungerer riktig sammen er da mulig når den øvre strømmen ikke virker utenfra, men integreres raskt nok og kan inkluderes i sentrifugalkreftene til den nedre strømmen.

Men de to strømmen kan også virke for sterkt eller for svakt. Dersom den nedre strømmen er for svak, kan ikke den øvre møte den tilstrekkelig. Er den øvre strømmen for sterk, kan ikke den nedre utligne dens virkninger tilstrekkelig. De to strømmene kan gå forbi hverandre, slik at hver av dem virker på sin måte - sentrifugalt eller sentripetalt. Da kommer det indre rommet til å mangle. Den nedre strømmen kan oppløse for kraftig, eller den øvre strømmen kan sitte for dypt i kroppen. Da blir ikke møtet mellom de to strømmene tilstrekkelig. Nå skal vi beskrive en øvelse der vi henter den for sterkt virkende øvre strømmen inn i kroppen og dermed kan etablere det manglende indre rommet. Det lar seg best gjøre via de nedre sansene, ettersom de allerede er aktive inne i kroppen. Hvis vi for eksempel benytter oss av følesansen, henter vi den øvre jeg-strømmen inn i oss. Med hver ny sansepåvirkning kommer jeget nemlig inn i oss på nytt. Hvis vi nå berører kroppsveggen vår innenfra og ut, altså sentrifugalt innenfra, og kjenner på det, så skaper vi også en kvalitet som tilsvarer den nedre strømmen. I nervesystemet hersker ubevegelighet; dermed kan hjernen bli et speil. I blodmennesket er det bevegelse, aktivitet, og her virker den nedre strømmen inn. Berører vi altså sentrifugalt, beveger frem og tilbake, skaper vi kvaliteter som tillater den nedre strømmen å komme til. Og hvis vi ikke berører lineært eller radialt, er dette en kvalitet som tilsvarer det eteriske legemet, og som dermed kan strømme inn i det fysiske med den nedre strømmen. Ved første øyekast kan det virke litt banalt, men dersom man øver seg på den måten, kan man oppleve at det indre rommet oppstår ved slike indre sentrifugale, avrundede, utadvoksende bevegelser, og at det spres varme i det. Det trenger bare være en fot eller en hånd - eller også hele mennesket. Hvis du samtidig lykkes med å føle hele mennesket overalt innenfra, vil du føle deg rund, fordi den eteriske kroppen ved hjelp av den nedre strømmen fyller den fysiske kroppen fullstendig innenfra. Rundheten til de russiske tredukkene tilsvarer beskrivelsen av den eteriske kroppen, som fullstendig fyller den fysiske kroppen. Derfor kalles denne øvelsen også matrioschka-øvelsen.

Under øvelsen vil det vise seg at man ikke kommer til å merke kroppsveggen over alt. Vi kommer ikke tilstrekkelig langt ut i periferien, fordi våre avgrensede hovedkrefter ikke kan integreres tilstrekkelig. Dette ser man for eksempel spesielt tydelig hos nevrastenikeren<sup>(5)</sup>, der de sentripetale kreftene virker for ensidig utenfra. Men det er også tilfellet hos hysterikeren, der de sentrifugale kreftene dominerer, selv om den øvre strømmen kommer

inn. Her er det åndelig-sjelelige riktignok inne i kroppen, men strømmer ut gjennom kroppens grenser; hos nevrasten derimot holder det åndelig-sjelelige seg mer utenfor – virker på kroppen utenfra. For begge konstitusjonene vil denne berøringsøvelsen være et hjelpemiddel for å få frem det indre rom, når man lykkes med å kjenne kroppsveggen fra innsiden ved hjelp av denne avrundede og utadvoksende berøringsbevegelsen. Det at bevegelsene gjentas er også en kvalitet som stemmer overens med det eteriske og den oppbyggende strømmen. Ved gjentakende avrundende berøring vil det derfor med tiden lykkes å merke den manglende kroppsgrensen og bruke den innenfra som støtte.

Dersom øvelsen lykkes, vil vi på den ene siden oppleve en fullstendig ny kroppsfølelse. Man kunne kalle den «reel» eller «følelse av å være til». På den andre siden kommer vi dermed også til en opplevelse av jeget vårt som jeg-følelse (selvfølelse), som det aktive jeg, som jeget-i-meg. Forblir vi værende i denne ekspansjonsaktiviteten og igjen og igjen på nytt går ut fra midten og åpner vårt indre rom, kan vi av opplevelsen av jeget-i-meg komme frem til opplevelsen av Paulusordet: «Ikke jeg, men Kristus i meg». Ved en riktig sammensmelting av de to jegstrømmene i oss kommer vi nemlig via jeg-følelsen og det aktive jeget ved hjelp av denne sentrifugale, åpnende bevegelsen via vårt usynlige menneske innenfor rekkevidden, til det Steiner kaller det sanne jeg.

Ved denne følelsen fremover kan jeget virkelig få fotfeste rett inn i den fysiske kroppen. Rudolf Steiner skriver om de nære sansene: «I dem opplever egoet sin oppfyllelse» («*Anthroposophie, ein Fragment*», GA45). Der er derfor viktig at vi ikke nøyer oss med å bevege kun innvendig, men virkelig føler oss frem, helt til vi fysisk fornemmer noe. Da kan jeget så å si finne støtte i kroppen. Derfra kan man liksom bryte grensene for den fysiske kroppen, det vil si: utvide dem. Det Steiner i eurytmien kaller «å overvinne det fysiske legemet». Det betyr ikke at man ikke lenger har bruk for det, skal forsømme det osv, men at man så mye som mulig med jeg-strømmene og eter-legemet gjennomtrenger det, at det kan bli tatt opp i eter-legemets lovmessighet.

Når vi inkluderer biøvelsene, som er beskrevet i "*Anweisungen für eine esoterische Schulung*" (GA 245, s. 15 ff. og 105 ff.; "*Biøvelsene*", Audonicons forlag), oppdager vi at Steiner med disse øvelsene rett og slett gir oss en veiledning til en slik utfylling og overvinnelse av det fysiske legemet. Bare beskrivelsen av følelses- og bevegelsessanseopplevelsene er her enda mer nyansert og leder videre. Biøvelsene viser seg å være grunnøvelser med tanke på en kroppsfri tenkning som ikke er bundet til hjernen. Det er grunnøvelser for i å kunne meditere mens man åndsnærværende er til stede i kroppen. Men også grunnøvelser i å klare hverdagen. I tillegg hjelper «*matrioschka-øvelsen*» oss til å være tilstede i hverdagen i en slik grad at vi føler vi har bedre kontroll, blir sett og tatt på alvor av omgivelsene. På den måten kan vi bruke alle kreftene våre uten å bli for fort slitne.

Vi følger altså beskrivelsene av biøvelsene. De begynner med det jeg vil alle den eksoteriske<sup>(10)</sup> delen siden den også er beskrevet i publiserte skrifter. Den etterfølges av



en del jeg vil kalle den esoteriske. Denne andre delen har en dypt inngripende virkning på vår «ånd-sjel-kroppsvirksomhet» fordi det usynlige mennesket egentlig virker inn med kreftene sine som følge av forholdsreglene som er beskrevet. Med den tredje og fjerde øvelsen kan vi nå frem til fantasi (imanasjon), ja kanskje helt til inspirasjon. Mer om dette senere, i beskrivelsen av observasjonsøvelser.

I denne første øvelsen skal vi under konsentrasjon rette oppmerksomheten mot en tanke eller en gjenstand, «lytte» til den følelsen som oppstår i oss gjennom tanke-konsentrasjonen, for deretter å sende denne følelsen av fasthet og sikkerhet inn i kroppen. I den esoteriske timen i München den 6.juni 1907 (GA 245 s. 105 ff) sier Steiner at denne følelsen hovedsakelig opptrer i den forreste delen av hodet. «*Derfra heller man den inn i hjernen og ryggmargen*». Det sies altså ikke *stråle* eller *lede*, men *helle* eller *heller inn*. Det vil si: basert på konsentrasjonen der vi overveiende følger sentripetal-kreftene, ledes følelsen tenkende inn i det tredimensjonale, og fyller kroppen innenfra og ut. Dermed aktiveres spesielt følesans og berøringssans. Gjennom følelsen og berøringen knyttes tankens fasthet under konsentrasjonsarbeidet til kroppsfølelse: «... *at man tenker på hodet sitt og på midten av ryggen (hjerne og ryggmarg), som om man ville helle den omtalte følelsen (fasthet og sikkerhet) inn i denne delen av kroppen*». I beskrivelsen fra den 6.juni 1907 (side 106) hører vi ennå mer nøyaktig om prosessen: «...*og den opptrer hovedsakelig i den forreste delen av hodet. Har man oppdaget den der, heller man den i tankene inn i hjernen og inn i ryggmargen*».

I den andre øvelsen, igangsetting av handlinger, må man være oppmerksom på en følelse av "*indre aktivitetstrang*" og "helle denne følelsen inn i kroppen, akkurat som om man lot den flyte fra hodet og ned over hjertet». Ned over hjertet kan også bety «(å) la flyte til hjertet». Man skal legge merke til at vi her nok lar følelsen strømme til hjertet, men nettopp i brystkassen. Denne øvelsen er spesielt egnet til å forberede oss på hjertetenkningen. Men den vil også hjelpe oss til å komme fra forestillings-viljen, eller viljesforestillingen, til hengivenhets-viljen, til å la viljen råde. Det vil føre til at vi forbinder og identifiserer oss desto sterkere med våre vilje-impulser, men uten å påtvinge dem noen. For det er jo noe vi fyller oss med. Det betyr at vårt jeg er sentrifugalt aktivt, rettet mot sympatikreftene, som skaper indre rom, skaper rom og plass.

I den tredje øvelsen, mindfulness-øvelsen (sindslikevekstsøvelsen), har vi akkurat det som tidligere ble beskrevet som matrioschka-øvelsen. Følelsen av indre ro som vokser frem ved øvelsen i mental balanse, skal vi helle inn i kroppen på en slik måte at går ut fra hjertet og derfra ut i hender og føtter og til slutt lar den stråle inn i hodet (siden 106): «*Denne følelsen lar man strømme gjennom hele kroppen...*».

Nå er kroppen vår fylt til randen med strømmer av tanker, følelsesladde tankestrømmer. Det vil si, at den øvre strømmen er bevisst aktiv i den nedre strømmen og sammen med den fyller kroppen innenfra og ut til kanten.

Nå følger det et noe vanskeligere steg i den fjerde øvelsen – positivitetsøvelsen. Også her finner vi først den eksoteriske aktiviteten: å oppsøke det positive i enhver sak og enhver hendelse. For eksempel ved å spørre: *«Hvordan har det seg, at dette er eller gjør slik?»* Dermed vil vår iakttagelses-horisont bli utvidet, og vi vil lære å skjelne mellom iakttagelse og vår egen-fornemmelse. Steiner beskriver hvordan det dermed oppstår en ny følelse av gjennomtrengelighet, og sjelen vår åpner seg så mye at vi blir i stand til å iakttå mer subtile fenomener. Også denne følelsen skal vi lede inn i hjertet - eller fylle hjertet vårt med den. Derfra skal man la den strømme inn i øynene og fra øynene ut i rommet omkring oss.

I den andre gjennomgangen av biøvelsene står det: *«Da får du følelsen av å utvide deg utover din egen hud... Kjenner du denne følelsen, må du la den stråle ut gjennom øynene, ørene og hele huden, spesielt gjennom øynene»*. Dette ligner på det vi pleide å kalle utvidelse: *«at man vider seg ut, over sin egen hud»*. Dette er en forsterket integrering av den øvre strømmen. Jeget speiler seg ikke lengre i det fysiske legemet, men i eterlegemet. Denne prosessen blir også beskrevet i foredragsrekken *«Okkult fysiologi»* (GA 128, 2.foredrag). På grunn av denne håndteringen av den øvre strømmen slippes ikke nerveaktiviteten ut i blodet og forsvinner ikke i kroppen. Det vil i følge forelesningen i *«Okkult fysiologi»* si: *«Nerveaktiviteten blir ikke innskrevet i blodtavlen, men kastes av eterlegemet tilbake i seg selv»* (2.foredrag). Denne esoteriske delen av den fjerde øvelsen lykkes best dersom man går ut fra den tredje og under utvidelsen, mens man lar det strømme ut, beholder fullføringen fra den tredje øvelsen. Det skal her på forhånd være sakt at akkurat det sammen gjelder for det som skjer i eurytmien.

Dermed er vi midt i den femte øvelsen, øvelsen i åpenhet eller fordomsfrihet. Gjennom denne øvelsen oppstår det en fin følelse i «omkretsrommet» som oppleves i den fjerde øvelsen - «en fin vibrering». Denne følelsen skal vi la strømme gjennom alle fem sanser, og spesielt også gjennom huden (varmesansen). På dette stadiet bør vi imidlertid ikke rette oppmerksomheten mot inntrykk fra de lavere sansene (sans for berøring, smak og lukt), siden man ikke kan skille godt nok mellom de gode påvirkningene og de dårlige. Den femte øvelsen er den desidert vanskeligste og vil, når den lykkes, føre langt utover fantasien. Ifølge beskrivelsen skulle det være en forberedelse i det kroppslige på intuisjonen. Primært er det imidlertid, som alle øvelsene beskrevet her, en hjelp til å koble de mentale evnene vi praktiserer med det kroppslige. Vi oppnår dermed en genuin åndelig tilstedeværelse samt muligheten til å la det forme våre handlinger.

En annen lidelse som kan få mye hjelp av den anvendte menneskekunnskap er angst. Angsten er alltid et symptom på at eterlegemet delvis har løsnet seg i plexus solaris-området. Det kan forekomme anfall av angst og panikk når den øvre og den nedre strømmen går fra hverandre. Ved et hvert tilfelle av angst og også ved panikkanfall kan pasienten med den beskrevne metode integrere sin øvre jeg-strøm i den nedre strømmen ved å trykke bekkenmuskulaturen kraftig fra hverandre og på denne måten forankre jeget i kroppen. Det er spesielt effektivt dersom pasienten ved korsbenet begynner å trykke

halebenet og korsbenet bakover og derfra utvider hele bekkenet. Da sitter han til slutt i setepartiet sitt som i en skål som bærer ham og holder ham oppe. Dette forankrer også den eteriske kroppen bedre, noe som løser opp angsten. Pasienten får sikkerhet og mister angsten for angsten. Ved regelmessig trening kan den forsvinner helt. Panikkanfall oppstår riktignok fortsatt den første tiden, men de kan kontrolleres bedre ved hjelp av trening. Med målrettet øving slutter de gradvis å dukke opp i de situasjonene som ellers utløser panikk. Det samme gjelder flyangst, klaustrofobi og agorafobi.

Det skal nå demonstreres en annen mulighet for hjelp fra den anvendte menneskekunnskap. I foredragsrekken «Mysterieformer» (GA 232) forteller Rudolf Steiner i det andre foredraget, hvordan man i tåke kan komme til å observere ahrimanske ånder. En måte man – «blant andre øvelser» – kan nå fantasien på, er at man «belaster viljen sin». Det vil si at man finner spesifikke organer i kroppen, spesielt muskler, ved å konsentrere seg om musklene og dermed fremkalle en slags indre muskelfølelse, muskelfornemmelse.

Men det viktigste er at vi samtidig med denne indre muskelfornemmelsen retter oppmerksomheten vår utover mot iakttagelsesobjektet - altså nok en gan går innenfra og ut. Gjennom muskelfornemmelsen dykker vi inn i kroppens indre med den øvre strømmen, men fortsetter å være bevisst og lar den ikke forsvinne i kroppens bevisstløshet, i blodets strøm. Vi holder den helt bevisst i den sentrifugale retningen og styrer den med oppmerksomheten vår innenfra og utover. Med utgangspunkt i muskelfornemmelsen, i vilje-området, retter vi oppmerksomheten mot gjenstanden. Man kan også si at vi utvider oss, akkurat som det ble beskrevet under biøvelsene. Dette muliggjør speiling av det eteriske. Med vår jeg-gjennomtrengte eterlegeme møter vi det eteriske omkring oss. Her betyr «møter» at vi lever i det vesenet som observeres - og dette vesenet i oss. Vår eterkropp, vårt *jeg* i den eteriske kroppen, gjør de bevegelsene som den eteriske kroppen til det observerte objektet gjør, og opplever derved det imaginative bildet av vesenet. Under dette må vi passe på å holde oss helt våkne, samtidig som vi har det fysiske fenomenet, med vårt eksempel tåken, i bakhodet.

Der vi med vanlig sanseobservasjon ser på tåken utenfra og ved hjelp av forestillingskreftene avslutter observasjonen med et ferdig konsept, «skuer» vi når vi forestiller oss (imaginerer), med hele mennesket og mest med følesansen og innenfra og ut, når vi nærmer oss bevegelse og form når vi opplever tåken innenfra. Det vil si at vi forhindrer forestillingskreftenes sentripetale avslutning og forblir i den bevisste vilje-aktiviteten - i de sentrifugale kreftene. Dette kaller Rudolf Steiner «bevisst» eller «ut fra seg selv å belaste viljen». I det åttende foredraget av «*Grensen der Naturerkenntnis*» (GA 322) snakker Steiner på en lignende måte. Her beskriver han også hvordan vi gjennom følesansen kan komme til imaginasjon.

Med kjennskap til det usynlige menneskets jeg-strømmer har vi det nødvendige grunnlaget av menneskekunnskap for å kunne forstå disse prosessene. Dersom vi ser «normalt», det vil si utenfra, på et observasjonsobjekt, dominerer den øvre, den

sentripetale strømmen. Det åndelig-sjelelige virker utenfra og forblir utenfor. Det gir oss kun det døde speilbildet av gjenstanden, også selv om den fireleddede nedre strømmen kommer den øvre strømmen i møte i sanse-observasjonene. Det er i det hele tatt måten en åndelig opplevelse oppstår gjennom en sansepåvirkning.

Hvis vi søker imaginasjonen (fantasien), det som bare kan observeres fantasifullt (imaginært), kan vi via følelsessansen (føle- og bevegelsessansen) la den øvre strømmen, den åndelig-sjelelige, dykke ned i den nedre strømmen - uten å miste bevisstheten. Dermed kan det åndelig-sjelelige våkne opp i det eteriske. Den vender ikke mot det døde speilbildet, men det eteriske fenomenet. Denne øvelsen fungerer best med vann som er i bevegelse – ved en bekk eller ved havet, når det beveges av vinden. Hvis du ser på planter på denne måten, kan du lykkes med å oppleve vekstens bevegelser, de eteriske vekst-strømningene.

Å øver seg på planter er kanskje enda nærmere det Steiner også beskriver i det andre foredraget i «Mysterieformer». Han lærer oss hvordan vi med imaginasjoner oversanselig kan iaktta de luciferiske åndene i det flytende lyset over skyene på en ettermiddags-himmel. Det er et trinn høyere enn det vi nettopp har hørt om. Mennesket går med sin tenkning langt utover seg selv når det prøver "...å la den normale tenkningen følge skyene i deres forandring av former og farger, når den tillater tankene sine, i stedet for å ha skarpe konturer, å metamorfoser seg, forvandle seg, og når tankene i seg selv blir like brede og smale som skyenes former, når det følges med dem, og når de tar form og farger etter skyene.» Betrakter vi plantene på denne måten kan vi også oppleve de eteriske strømningene i bildet som fysisk viser seg for oss.

Den velvillige leseren har sikkert oppdaget at vi her på tankeplanet gjør det samme som ved påvisning av muskelfornemmelsen på viljeplanet. Men det er jo egentlig også en føleprosess. Når Steiner snakker om å gjøre det mulig for tankene å ikke ha skarpe omriss, betyr det også her å holde tankeaktiviteten så levende at det ikke kommer til en speiling. Tankene skal holdes innenfor de sentrifugale kreftene på en slik måte at det ikke oppstår en speiling og at de ikke stivner i en form. Da kan de holde seg i bevegelse, behøver ikke stivne og kan metamorfosere og forvandle seg. Det er menneskets egne tankekrefter som følger iakttagelses-gjenstandens former og bevegelser, gjennomtrenger den stive forme og dens bilde og lever i de kreftene som har ført til denne våkne, imaginative iakttagelsen.

En helt enkel og elementær øvelse som forberedelse til den imaginative iakttagelsen kan man gjøre med den sten og en plante. Først ser man på stenen og lar den virke på seg. Samtidig som man er oppmerksom på hva man føler - for eksempel hvor man mest merker seg selv i kroppen. Deretter ser man på samme vanlige måte på en plante. Det beste er en plante med mange blader. Etter at man har betraktet den raskt, kjenner vi etter igjen hvilken følelse som oppstår i oss. Kanskje merker man allerede første gang en forskjell - eller kanskje ikke. Nå gjør vi det som Steiner kaller sjelelig muskeltrening. Vi

skifter et par ganger fra sten til plante og tilbake igjen til stenen. For alle vil øyeblikket komme da vi opplever de sammentrekkende, sentripetalt virkende, kreftene til steinen og de ekspanderende, sentrifugalt virkende, kreftene til planten, i seg selv og i steinen og planten.

Med dette instrumentet kan vi deretter også undersøke andre gjenstander for å få vite om det er sentrifugale og utvidelse krefter, eller sammentrekkende, sentripetale krefter som dominerer. På den måten kan man skille mellom kunstige blomster og frukter og ekte, eller undersøke om et tre allerede har vissent eller ikke. Innenfor vesensledds-diagnosen kan vi dermed også nærme oss spørsmålet om hvordan eterlegemet utfyller kroppen på forskjellige steder. Og vi kan undersøke hvordan øvre og nedre jeg-strøm virker i kroppen.

Det har vært forsøkt å påvise at kjennskapet til det usynlige mennesket og dets jeg-strømmer kan være en «håndgripelig» hjelp for oss på et helt konkret og praktisk nivå - men også på læringsveien. Derav overskriften «Anvendt menneskekunnskap».

**Eurytmi og helseeurytmi  
sett ut fra foredraget om det usynlige mennesket i oss**

Har man kjennskap til det usynlige menneskets jeg-strømmer, kan man også undersøke eurytmien ut fra vesensleddenes aspekt. Dersom man vil ha et overordnet aspekt av menneskelig kunnskap, må man også komme inn på sammenhengen mellom planetene og dyrekretsen med vokaler og konsonanter og med den menneskelige organismen. Men siden det da ville ha sprengt rammene for dette arbeidet vil det ikke bli behandlet her.

Men når det gjelder vesensleddene og jeg-aktiviteten i det eurytmiske, kan man erkjenne detaljene ved eurytmien. Med støtte i tidligere beskrivelser kan vi si: bevegelses-ansatsen ligger alltid i det indre. Bevegelsen er tredimensjonal og går alltid innenfra og ut. Også i noen terapiretninger som rytmisk massasje, eufoni, Feldenkrais og Middendorf kan vi finne en ansats i det indre, innenfra og ut. Middendorf fører også til en tredimensjonal opplevelse av kroppen. Rekken er sikkert lenger.

I eurytmien er det dessuten denne fult bevisste bevegelsen innenfra og ut. Vi åpner vårt indre rom og utvider det i rommet omkring oss slik at lyden vår kan fanges opp av den kosmiske lyden - og omvendt. Kroppen vår gjør de kosmiske lydkreftene synlig. Det samme gjelder for tone-eurytmien.

Det blir mulig fordi den eurytmiske bevegelses-ansatsen fører den øvre jeg-strømmen direkte innenfra og ut. Slik ender det ikke med en speiling, men med en synliggjørelse. Noe åndelig kommer til syne ved at vi gjennom den tilsvarende bevegelsen frembringer dets kvaliteter og ved hjelp av den nedre strømmen og det usynlige mennesket er forbundet med den åndelige verden. Gjennom det usynlige mennesket lever vi også i våken tilstand i den åndelige verden. Vi vet bare ingenting om det når vi lever ensidig i de sentripetale kreftene, i de speilende tankene.

For helseeurytmien gjelder det samme som for eurytmi, men vi går mindre inn i omkretsen av den indre bevegelsen, men jobber mer «kroppsnært». Kroppsnært betyr imidlertid å gjennom-eurytmisere kroppen, altså også bevegelsen innenfra og ut, innenfra og ut til kroppens grense eller også utover den. Dermed forstår vi hvorfor vi kan virke smertelindrende med helseeurytmien. Som vi har sett, oppstår smerte ved at astrallegemet virker for kraftig utenfra og direkte inn i det fysiske. De sentripetale kreftene til den øvre strømmen er de dominerende. Hvis vi nå med en lyd, en helseeurytmisk bevegelse på dette stedet, jobber oss innenfra og gjennom det smertefulle stedet, blir den øvre strømmen engasjert innenfra, og de sentripetale kreftene, smerten, løses opp.

Nå forstår vi også hvorfor helseeurytmien kan være så effektiv ved lammelser. Ved lammelser sitter jeget for dypt i kroppen. Integrering og frigjørelse er ikke lenger mulig. Den øvre strømmen er for sterk og virker utenfra og inn - i hvert fall ved spastisk lammelse. Hvis vi nå innvendig beveger lyder *for* og *med* den lammede, gjør vi det mulig for den øvre jeg-strømmen å frigjøre seg igjen og tilpasse seg på riktig måte, slik at jeg-organisasjonen via det indre igjen får frihet til å bevege seg.

Nå følger enda noen eksempler som viser at vi også i «*Heileurythmiekurs*» (GA 315) finner beskrivelser der kjennskapet til det usynlige mennesket kan være en hjelp for oss.

På siste side av det tredje foredraget snakker Rudolf Steiner om nødvendigheten av å bringe bilder inn i språket: «...*det ordet som oppleves Uden bildekarakter, er egentlig en indre årsak til sykdom*». På grunn av den abstrakte innlæringen av språket hender det at «*det rytmiske systemet blir urytmisk og at kreftene i stoffskiftet sier nei*». Ved den «*abstrakte innlæringen av språket*» forblir den øvre strømmen for sterk på området til nerve-sansesystemet. Betingelsene for at språket kan virke via det rytmiske mennesket og inn i stoffskiftet, er ikke tilstede. Betingelsene for at den nedre jeg-strømmen er tilstrekkelig sterk nok til å kunne møte det som gjennom språket skjer ovenfra og ned, er ikke tilstede.

I det femte foredraget kan vi også se de sjelelige øvelsene ja-nei og sympati-antipati under dette synspunktet. Steiner sier at ja-nei-øvelsen er "*den eurytmiske fikseringen av dømmekraften*". Den gis som behandling for "kortpustethet". Men i praksis fungerer den også ved astma. Øvelsen karakteriseres ved at tanken har fått vinger og har begynt å bevege seg. «*Så det er en tanke som rir på bevegelsen*». Og dermed oppnår man: «...*ved omvei gjennom den eteriske kroppen*» en effekt på kortpustetheten. Men hva betyr «*tanken rir på bevegelsen*» og «*ved omvei gjennom den eteriske kroppen*»? Tanken oppstår primært som følge av aktiviteten til den øvre strømmen. På grunn av den øvre strømmens speiling i nervesystemet er vi våkne. Dersom vi med denne våkenheten utfører ja-nei-bevegelsen, fører vi den øvre jeg-strømmen ned i benene. Bevegelsen skal utføres flere ganger og relativt hurtig. For hver gang vil det lykkes mer og mer å sette den øvre strømmen direkte sentrifugalt inn i benet og utføre bevegelsen direkte innenfra. Dermed blir til en viss grad den speilende bevisstheten i hodet dempet, mens bevisstheten i bena blir mer våken. Den øvre strømmen virker via den nedre strømmen «*ved omveien gjennom den eteriske kroppen (eterlegemet)*». Dermed presses den ikke lenger på toppen, men skaper indre rom nedenfra slik at pustene blir friere. Tanken opptas i lemmene, det vi si i vilje-området. Innsnevrede, sammentrekkende sentripetalt virkende krefter føres inn i det nedre mennesket og forvandles til sentrifugale, romskapende krefter.

Ved øvelsen sympati-antipati forsterkes denne opptaksprosessen ytterligere. Rudolf Steiner kaller den et viljesamtykke. Vi går altså ikke ut fra tanken, men fra viljen. Øvelsen utføres langsomt. Ved denne bevegelsen faller man så og si i søvn, og dermed oppstår det imaginative bilder av søvnen. «*Jeget er altså sterkere enn ellers i relasjon til kroppen*». Den øvre strømmen dukker som følge av denne bevegelsen enda mer inn i den nedre strømmen og overgir seg helt til den nedre strømmens sentrifugale krefter. Det er også sentrifugale krefter, altså de utvidende, de omskapende, som fører vår ånds-sjel inn i søvnen. Men nå gjør vi den samme bevegelsen i våken tilstand. Dermed forsterker vi jeget i det nedre mennesket - og ut fra det nedre mennesket. Dermed virker øvelsen

stimulerende på kretsløp og fordøyelse. «Totalfordøyelse» sier Steiner. Virkningen ligger kun i tarmområdet, i tarmkanalen, men også i området utenfor tarmveggen.

Slik kan man også vurdere mange andre øvelser med tanke på samspillet mellom de to jeg-strømmene. De nevnte eksemplene skal tjene som inspirasjon til det.

## **Avsluttende kommentarer**

Disse studiebidragene hevder ikke å være fullstendige. De vil kunne suppleres med utallige steder fra Rudolf Steiners foredrag og skriftlige arbeider. Man kunne også vurdert noen flere sykdomsbilder fra dette synspunktet. Hensikten med disse fremstillingene har vært at de skal kunne brukes som studiemateriell.



## «Det usynlige mennesket i oss.

### Patologien som ligger til grunn for terapien»

*Dornach, 11.februar 1923*

#### 1

Slik mennesket står foran oss, kan man faktisk tydelig skille to vesener. Dere husker nok at jeg i forskjellige sammenhenger den siste tiden har sagt at menneskets fysiske organisasjon blir åndelig forberedt i det førjordiske livet, og at det så å si sendes ned hit som en åndelig organisasjon før mennesket selv kommer inn i den jordiske tilværelsen med sitt *jeg*. Denne åndelige organisasjonen fortsetter i hovedsak også å fungere gjennom det fysiske livet på jorden; den har bare ingenting i ytre synlig uttrykk. Det som er synlig på utsiden blir i hovedsak frastøtt ved fødselen, fordi dette er hinnene som den menneskelige kimen er innhyllet i i løpet av fosterperioden: chorion og amnion samt allantois, alt det som dermed blir avvist som fysisk organisasjon når mennesket, etter å ha kommet ut av livmoren, oppnår en fri fysisk tilværelse. Men så lenge mennesket lever fortsetter denne førjordiske organisasjonen å være aktiv. Dens natur er bare noe annet enn menneskets kropp-sjel-ånd-aktivitet under det fysiske livet på jorden. Og det vil jeg gjerne si noe om i dag.

#### 2

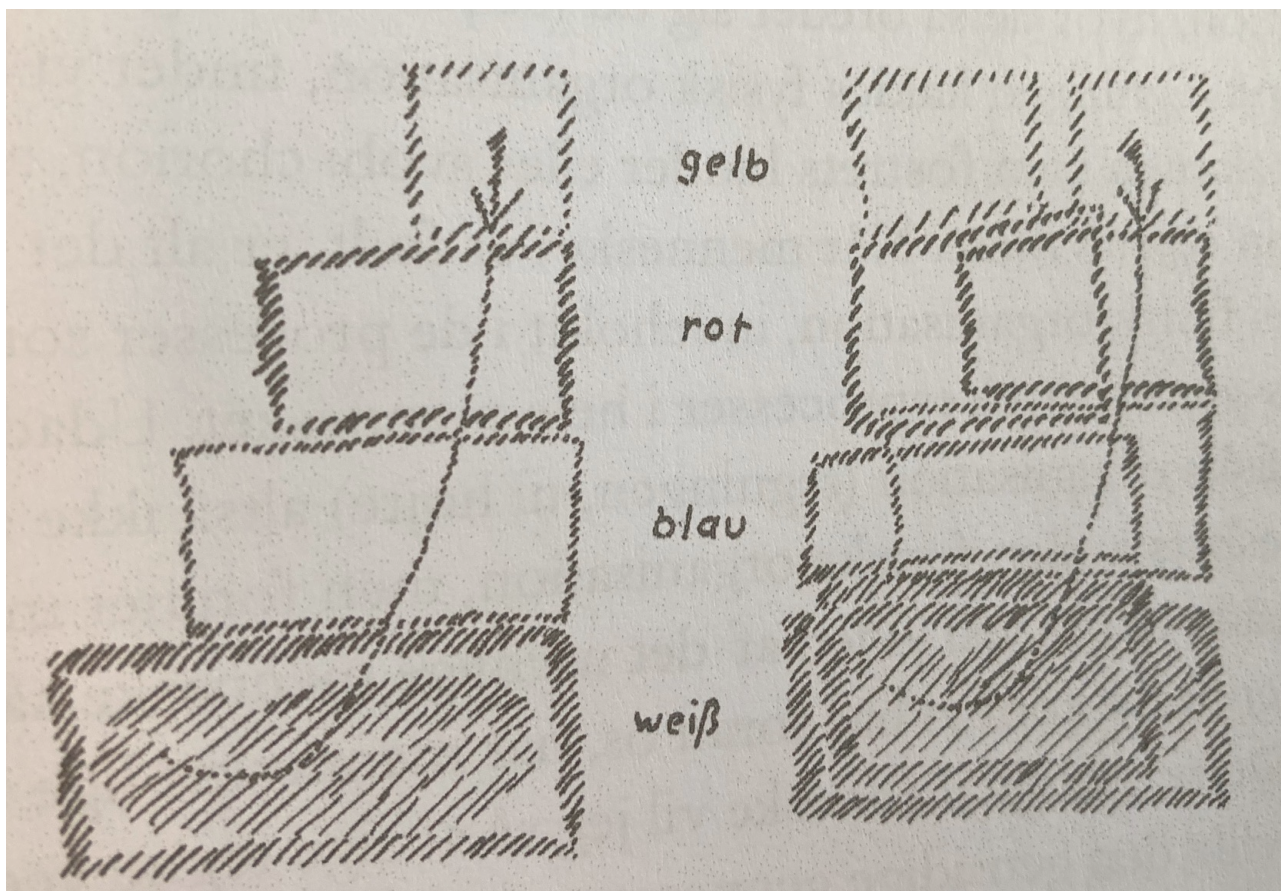
Vi har altså på en måte et usynlig menneske inne i oss; det finnes i våre vekstkrefter samt i de skjulte kreftene som sørger for ernæringen, og det finnes i alt det som egentlig ikke er omfattet av menneskets bevisste aktivitet. Men også i denne ubevisste aktiviteten, helt inn i vekstaktiviteten, ja i den daglige gjenoppbyggelsen av kreftene gjennom ernæringen, inngår dets virksomhet. Og denne virksomheten er nettopp ettervirkninger av den førjordiske tilværelsen, sin i den jordiske tilværelsen blir til et kraftlegeme som virker i oss, men som egentlig ikke kommer til noen bevisst åpenbaring. Dette usynlige mennesket som vi alle har i oss, som bor i vår vekst-, i våre ernæringskrefter, som også bor i reproduksjonskreftene - dette usynlige mennesket vil jeg nå prøve å beskrive.

#### 3

Vi kan gjøre det skjematisk og si: Også i dette usynlige mennesket finnes *jeget*, den astrale organisasjon, den eteriske organisasjon, altså formkraft-legemet, og den fysiske organisasjon. Naturligvis, når mennesket er født, sitter denne fysiske organisasjonen inne i den andre fysiske organisasjonen, men når vi går videre i dagens betraktning, vil du være i stand til å forstå det usynlige menneskets inngripen i den fysiske organisasjonen.

## 4

Når jeg tegner det skjematisk må jeg tegne det slik:



I dette usynlige mennesket har vi først jeg-organisasjonen (gul), så har vi den astrale organisasjonen (rød), deretter den eteriske organisasjonen (blå) og så den fysiske organisasjonen (hvit). Denne fysiske organisasjonen, som kommer i betraktning for det usynlige mennesket, griper kun inn i prosessene for næring og vekst i alt det som fra det nedre mennesket, som vi ofte har beskrevet, fra stoffskifte-lemme-mennesket, gjør seg gjeldende i den menneskelige organisasjonen. Alle strømninger, alle kraftvirkninger i dette usynlige mennesket foregår på den måten at de utgår fra jeg-organisasjonen, går så inn i den astrale, i den eteriske og i den fysiske organisasjonen, der de så brer seg ut (se pila på tegningen). Det som kalles fysisk organisasjon på tegningen, finner vi hos menneskekimen som fosterets hinner eller svøp; chorian, allantois og amnion og så videre. Når mennesket er født, er alt det som her kalles fysisk organisasjon, inneholdt i de prosessene som er ernærings-gjenopprettelsesprosesser i hele mennesket. Utad er denne fysiske organisasjonen (tegning til høyre) altså ikke skilt fra menneskets andre fysiske organisasjon, men forenet med den.

## 5

Når mennesket nettopp er født har vi på en måte både det usynlige mennesket og det synlige mennesket foran oss. Det synlige mennesket vil seg så og si tegne ved siden av det usynlige mennesket. Slik ville det fysiske og det overfysiske menneskets gjensidige gjennomtrengning vært i livet på jorden, men nå er det imidlertid i livet på jorden slik at denne strømmen hele tiden går via denne strømmen (se pil): fra jeg til astrallegeme, til eterlegeme og til fysisk legeme. I det fødte menneske flyter denne strømmen i lemme-stoffskifte-organisasjonen, i alt som er bevegelseskrefter, og at det er de indre bevegelseskreftene som frakter de absorberte næringsstoffene fra hele organismen opp til hjernen.

## 6

På den annen side er det også en umiddelbar intervensjon (innblanding), en krafteffekt som fra jeget nå går direkte inn i hele mennesket (se tegning). Vi har altså en aktivitets-intervensjon, på en måte en flyt som fra jeget nå går direkte inn i nerve-sanseorganisasjonen - den går altså ikke først gjennom astrallegemet og eterlegemet, men griper direkte inn i menneskets fysiske kropp. Denne innblandingen er selvfølgelig kun sterkest ved hodet der de fleste fleste sanseorganene er samlet. Men egentlig skulle jeg tegnet strømningene slik at den for eksempel via hudsansen bredte seg ut over hele mennesket, akkurat som jeg også skulle ha tegnet en strømning for opptaket av næringsmidler gjennom munnen. Men skjematisk sett er tegningen helt riktig, slik som jeg nå har laget den. I menneskets hode har vi altså en organisasjon som strømmer nedenfra og opp, som utgår fra jeget, men som har vært gjennom det astrale, det eteriske, det fysiske og deretter strømmer opp til jeget.

– Vi har en annen strømning som går direkte inn i det fysiske og renner nedover.

## 7

Når vi undersøker den menneskelige organismen nærmere, kommer vi til konklusjonen at denne umiddelbare strømmen, som fra jeget går direkte inn i det fysiske og forgrener seg i kroppen, går langs nervebanene (se tegning 1, gult). Dette vil altså si at når de menneskelige nervene sprer seg ut i organismen, er den ytre synlige nervetråden, det ytre synlige tegnet på spredningen av strømmen som går direkte fra jeget og ut i hele organismen, - som fra jeget går direkte inn i den fysiske organisasjonen. Langs nervebanene strømmer først og fremst jeg-organisasjonen. Den er i hovedsak ødeleggende for organismen, for her kommer ånden direkte inn i den fysiske materie. Og over alt der ånden kommer direkte inn i den fysiske materie, skjer det en ødeleggelses-prosess; derfor strømmer den langs nervebanene, med utgangspunkt i sansene, en fin døds-prosess i den menneskelige organismen.

## 8

Strømmen som først i det usynlige mennesket går mot astrallegemet, eterlegemet og det fysiske legeme, kan vi følge i mennesket dersom vi følger blodbanene inn til sansene (se tegning 1, rødt), så dersom vi undersøker mennesket slik som det står over for oss, kan vi si: i blodet strømmer jeget. - Men jeget strømmer slik at det først har besjelet sine krefter gjennom den astrale organisasjonen, gjennom den eteriske og den fysiske organisasjonen. Når jeg først har inkludert den astrale og den eteriske organisasjonen, strømmer den i blodet nedenfra og opp gjennom den fysiske organisasjonen. Med andre ord, hele det usynlige mennesket strømmer i blodprosessen som noe oppbyggende, som en vekstprosess, som den prosessen som stadig reproducerer mennesket ved å bearbeide næringen. Denne strømmen går i mennesket nedenfra og opp, for å si det skjematisk, går deretter ut i sansene, altså også inn i huden, og kommer den strømmen i møte som fra jeget griper direkte inn i den fysiske organisasjonen. Forholdet er i virkeligheten selvfølgelig ganske så mye mer komplisert. I virkeligheten skal vi også ta hensyn til åndedrettsprosessen.

## 9

Med åndedrettsprosessen er det slik at jeget nok strømmer så langt som inn til astrallegemet, men deretter direkte inn i lungene ved hjelp av luften. I grunnlaget for åndedrettsprosessen ligger det altså også noe av det oversanselige mennesket, men ikke på en slik måte at jeget som i nervesanseprosessen griper direkte inn i den fysiske organisasjonen, men i stedet fyller jeget kontinuerlig med astralkreftene, griper oksygen og først da - nå ikke som ren jeg-organisasjon men som jeg-astralorganisasjon - griper direkte inn i organismen ved hjelp av åndedrettsprosessen (se tegning 1, 3.pil). Egentlig kan man altså si at: åndedrettsprosessen er en svekket ødeleggelsesprosess, en svekket dødsprosess. Den egentlige dødsprosessen er nerve-sanseprosessen - åndedrettsprosessen er en svekket ødeleggelsesprosess.

## 10

Ovenfor dette er prosessen der jeget også forsterkes ytterligere ved at dets strøm går frem til den eteriske kroppen og først da blir absorbert (se tegning 1, 4.pil). Denne prosessen som jo i all hovedsak er oversanselig, slik at den nettopp ikke kan registreres av den alminnelige fysiologien, virker stadig merkbart utad i pulsslaget. Det er en gjenoppbyggelsesprosess som ikke er så kraftig som den gjenoppbyggende stoffskifteprosessen, men en svekket gjenoppbyggelsesprosess. Og den møtes så med åndedrettsprosessen.

## 11

Åndedretts-prosessen er til en viss grad en ødeleggelses-prosess. Dersom vi tok opp mer luft ville livet vårt vært mye kortere. Livet vårt forlenges i samme grad som dannelsen av karbondioksid gjennom blodet motsvarer opptaket av oksygen i åndedretts-prosessen.

## 12

Slik virker alt sammen inne i organismen og egentlig kan man bare forstå det som foregår i organismen ved hjelp av det oversanselige mennesket; det som var synlig utad, forsvant jo sammen med fosterhinnene og virker i det fødte mennesket egentlig bare gjennom usynlige krefter - som vi imidlertid kan sette presise navn på når vi går ut fra den antroposofiske menneskelige erkjennelsen.

## 13

Ser vi for eksempel med antroposofisk menneskeerkjennelse på øyet, da har vi blodprosessen som når den ankommer øyet, springer ut i fine forgreininger (se tegning 2, rødt) og som deretter gripes av nerveprosessen (gul), som går i den andre retningen. Har mennesket går blodprosessen egentlig alltid mot periferien - sentrifugalt. Nerveprosessen som egentlig er en nedbrytningsprosess går alltid sentripetale, mot menneskets indre. Og alle prosessene som foregår i mennesket, er metamorfoser av disse to prosessene.

## 14

Når prosessen som utspiller seg mellom puls og åndedrett er i orden, er det en riktig forbindelse mellom det nedre mennesket og det øvre mennesket, og da bør grunnmennesket være frisk, i hvert fall innvendig, med mindre det rammes av ytre skader. Det oppstår omfattende ødeleggende prosesser i organismen kun dersom nedbrytningen dominerer. Mennesket er sykt fordi det samler seg noe fremmed i organismen, noe som ikke er bearbeidet på riktig måte, noe som inneholder for mye av de nedbrytende kreftene, som inneholder for mye av det som er relatert til jordens ytre fysiske natur i menneskets omgivelser.

## 15

Ved det åndeliges direkte inngripen ved omvei gjennom jeget fremprovoseres alle prosesser av sykkelig natur, som er fremmede formasjoner i organismen som kanskje ikke umiddelbart er synlige som fysiske ansamlinger, fremmede dannelser som for eksempel kan forekomme i det flytende, ja til og med i det luftformige mennesket, men som er fremmede dannelser. De utvikler seg, og de møtes da ikke nedenfra av noen helbredende prosess som den som går langs blodbanen, slik at disse fremmede formasjonene som først har en tendens til å danne svulstlignende ansamlinger i kroppen for så å smuldre internt - slik at de ikke kan oppløses. Dersom de blir møtt av bloddannelsesprosessen på den riktige måten, da kan de oppløses, og sa inngår de i kroppens almene livsprosess. Men dersom det oppstår et opprør ved at de sprer seg i en for kraftig nedbrytningsprosess ovenfra og ned, da går det over i det ene eller det andre organet. Det dannes fremmedlegemer, som først har karakter av eksudater<sup>(11)</sup> eller svulster, men som så har en tendens til å forløpe på samme måte som de ytre prosessene i den jordiske naturen og smuldre opp. Og da er det nødvendig å være klar over at mennesket faktisk ikke absorberer nok av det oversanselige mennesket langs veien som jeg egentlig har tegnet her ved siden av det fysiske mennesket.

## 16

I utgangspunktet kan man ikke umiddelbart snakke om helbredelse med menneskelig kunst, for saken er: I det øyeblikket det utvikles for mye sentripetal aktivitet i nervesanseorganisasjonen, og mennesket dermed blir stoppet for mye av det som skjer i miljøet, inn i seg selv, slik at disse svulstlignende formasjonene, som altså senere smuldrer, oppstår et eller annet sted - i det øyeblikket gjør det andre systemet, det som går langs blodbanene, opprør og vil få til en helbredelse; den vil trenge inn i det som er i organismen, med den rette astrale og eteriske kraften som kan komme opp nedenfra, og hindre jeget eller astrallegemet sammen med jeget i å virke isolert. Et slikt revolusjonært prinsipp i den menneskelige organismen skal den som helbreder imøtegå, og helbredelsen består nettopp i at man ved hjelp av ytre midler understøtter det som allerede finnes i organismen av opprinnelig helbredende kraft.

## 17

Når det for eksempel dukker opp en svulstlignende dannelse, da er dette et symptom på at jegets aktivitet ikke griper inn på den riktige måten ut fra eterlegemet. Den er tilstede, men når ofte ikke frem til svulsten. For å hjelpe den frem må man så å si støtte den eteriske kroppen slik at den kan komme i arbeid.

For når eterlegemet begynner å arbeide på riktig måte, etter at det først har blitt gjennomtrengt av jeget og astrallegemet og deretter begynner å arbeide – altså når det kan nå frem til det som kommer ovenfra og ikke har absorbert eteraktiviteten, men på det meste jeg- og astral-aktiviteten, og man altså kan sende den eteriske aktiviteten imot jeg- og astral-aktiviteten som griper forgiftende inn i organismen - da understøtter man helbredelsesprosessen som uttrykker hva den menneskelige organisasjonen selv ønsker. Man trenger egentlig bare å vite med hvilke midler den eteriske organisasjonen i et slikt tilfelle - når den er skikkelig gjennomsyret av astral- og jeg-organisasjon - bør gripe inn i kroppen. Man trenger så å si bare å komme den eteriske organisasjonen til unnsetning med midlene. Man skal altså vite hvilke midler som i et slikt tilfelle gjør dem eteriske organisasjonen sterk, så den kan sette sin oppbyggende kraft opp mot den for sterke og nedbrytende kraften. Hva som er patologien bak terapien er uforståelig hvis man ikke søker tilflukt til det usynlige mennesket.

## 18

Men det kan også være slik at mennesket, idet det fødes, ikke griper riktig inn i den fysiske organisasjonen med sitt jeg og sin astralitet, altså med sin åndelig-sjelelige organisasjon, at den åndelig-sjelelige organisasjonene ikke støter kraftig nok inn i den fysiske organisasjonen. Da vil hele mennesket hele tiden ha en overvekt av det som er tilstede som vekstkrefter nedenfra og oppover, men som ikke får tilstrekkelig vekt ved å bli innlemmet i den fysiske organisasjonen. Mennesket kan være født på en slik måte at dets fysiske kropp ikke i tilstrekkelig grad blir tatt i besittelse av det usynlige mennesket – det vil si at det usynlige mennesket som jeg har tegnet her, på en måte nekter å gripe skikkelig inn i blodprosessen. Menneskeånden når da ikke frem til blodprosessen, og vi ser konsekvensene av dette ved at slike mennesker allerede fra barndommen av er bleke, fortsetter å være tynne eller til og med skyter raskt i været på grunn av de dominerende vekstkraftene. Så har vi et eksempel på at det åndelig-sjelelige ikke riktig kan komme inn i organismen. Og fordi kroppen vegrer seg for å absorbere det åndelig-sjelelige, skal vi arbeide med å svekke en for kraftig aktivitet som befinner seg i eterlegemet. Når det er slike menneskebarn som er bleke og ranglete som bønnestenger, må vi jobbe for at kreftene som virker hypertrofisk<sup>(12)</sup> og overdrevent i eterlegemet, bringes tilbake til sitt rette nivå, slik at mennesket får vekt (tyngde) i kroppen, og at blodet for eksempel ved å tilføre det nødvendige innholdet av jern, gis en passende vekt slik at eterlegemet arbeider mindre oppover - at dets tendens oppover svekkes.

## 19

En slik tilstand oppdages også ved at det hos en slik person oppstår mer av det som jeg kan kalle nattprosesser i forhold til dagprosessene. For man kan si at om natten vegrer den fysisk-eteriske organisasjonen seg jo hos alle normale mennesker ved å absorbere det åndelig-sjelelige. Nattorganisasjonen til den som ligger i sengen sin – ikke det usynlige mennesket som er utenfor kroppen – den nattorganisasjonen er for sterk hos de som går med en slags medfødt tæring<sup>(13)</sup>, akkurat som det jeg nettopp har beskrevet.

Man må da hjelpe dagorganisasjonen, det vil si å gi den en viss tyngde ved å faktisk understøtte nedbrytningsprosessene. Når man fremmer nedbrytningsprosessene, også inni det som ser ut som først blir hardt og deretter smuldrer opp – det skal selvsagt bare være i svært beskjeden grad, når det gjelder helbredelse – da tvinger du eterlegemet overveldende kraft tilbake, og man holder tæringsmomentet i sjakk.

## 20

Ut fra erkjennelsen av hele mennesket blir dette eiendommelige samspillet mellom sunnhet og sykdom gjennomsluttig: det er der hele tiden, og det avbalanseres i det vesentlige gjennom det som utspiller seg mellom puls og åndedrett. Og dersom man lærer å erkjenne, med hvilke ytre midler man kan fremme det ene eller det andre, da blir man i stand til å understøtte de natur-helbredelses-prosesser som jo alltid er der, men som ikke alltid kommer frem. For man kan ikke introdusere en fullstendig fremmed prosess i den menneskelige organismen. Det som skjer i den menneskelige organismen er alltid: Innfører man en eller fremmedartet prosess i den, forvandles den straks til sin motsetning innvendig. Når du spiser noe, inneholder næringsmidler visse kjemiske krefter. I det organismen absorberer dem, forvandler den dem straks til det motsatte. Og det skal være mulig. For hvis en matvare (et næringsmiddel) beholder sin ytre natur for lenge etter at den er absorbert, starter den nedbrytningsprosessen, og det forårsaker ytre, destruktive og dødelige nedbrytnings-prosesser hos mennesket.

## 21

Disse prosessene som jeg her har utviklet for dere, ut fra hele mennesket, kan dere følge i detalj. Forestill dere at du får stukket et fremmedlegeme inn i deg ett eller annet sted (se tegning 3, gult) Kroppen din kan reagere på fremmedlegeme på to ulike måter. Vi går ut fra at du ikke kan trekke fremmedlegeme ut, og at det forblir inne i kroppen. Da kan det skje to ting. Rundt fremmedlegemet virker den oppbyggende kraften i det flytende blodet (rødt), det samler seg rundt fremmedlegemet men har kommet bort fra sitt eget sted. Det fører til at nerve-aktiviteten begynner å dominere med en gang. Et slags ekssudat<sup>(13)</sup> skiller ut rundt fremmedlegemet (blått). Fremmedlegemet blir innkapslet. Fordi det skjer,



dannes følgende på stedet hvor fremmedlegemet er: Mens eterlegemet, når det ikke er noe fremmedlegeme, griper inn i det fysiske kroppen på en bestemt måte, vil eterlegemet nå ikke være i stand til å gripe inn i fremmedlegemet; i stedet oppstår det så å si en blære som bare er fylt med det eteriske. Inne i oss har vi en liten del av kroppen som inneholder et fremmedlegeme, og hvor en liten del av den eteriske kroppen ikke er gjennomorganisert av det fysiske. Da er det viktig å gjøre astrallegemet der inne så sterkt at det kan virke på den lille biten av eterlegemet uten hjelp fra den fysiske kroppen. Og med denne innkapslingen har kroppen vår faktisk vendt seg til de destruktive kreftene for å få dem til å isolere disse destruktive kreftene i et stykke kropp og deretter inkorporere det helbredende eterlegemet, som på lignende måte, men da ved hjelp av en riktig behandling, må understøttes av det astrale og av jeget.

## 22

Vi må altså på en måte si at i et tilfelle som dette må det som ligger over det fysiske i mennesket bli så sterkt at det, uten det fysiske, kan arbeide for denne lille delen av menneskets organisasjon. Det skjer alltid, når et fremmedlegeme - for eksempel en splint som kommer inn i kroppen - innkapsler seg under en såkalt helbredelsesprosess. Da er mennesket, hva denne delen av kroppen angår, så å si rykket et stykke opp med hele sin organisasjon. Dens egen organisasjon utgjør selvsagt også noe helt fremmed for seg selv. Det må sees på samme måte.

## 23

Men, når vi får en splint i kroppen, kan det også foregå en helt annen prosess. Når vi nå har fått splinten inn kan det skje at (se tegning 4, gult) nerveaktiviteten begynner å bli sterkere rundt splinten og overstige blodets aktivitet. Da erter nerveaktiviteten der jeget jobber, eller rettere sagt der det astralkropp-forsterkede jeget jobber, så erter denne nerve-sanseaktiviteten, som går gjennom hele kroppen, blodaktiviteten, den forårsaker ikke utskillelse av et ekssudat, men «*hisser opp*» det som skilles ut, og dette fører da til dannelsen av puss (hvitt). Og fordi nervene støter utad (pilene), presses betennelsen på grunn av støtet, som under den nedbrytende aktiviteten går gjennom nervebanene, også mot periferien, mot kroppens periferi, og splinten kommer ut med betennelsen, og alt leges.

## 24

Fra det som skjer under innkapslingen, spesielt dersom splinten sitter for langt inne i organismen til at støtkraften i det nedbrytende systemet (nerve-sansesystemet) kan få den ut, kan dere jo umiddelbart se at da vil det oppbyggende i blodbanene være sterkere og føre til innkapsling.

## 25

Hvis splinten sitter nærmere overflaten, blir nervernes støtkraft (den nedbrytende kraften) sterkere, den hisser opp og stimulerer det som skal bli et ekssudat og vil dermed, mens den brytes ned, bruke nedbrytningsveiene som alltid er der, og som fører ut, og så vil det hele bli betent. Vi kan i grunn altså si: I begynnelsen, akkurat i det det oppstår, i status nascendi<sup>(15)</sup>, har organismen vår egentlig alltid en latent tendens til å bli hard innover (sentripetalt), og igjen oppløses utover (sentrifugalt). Det er bare det at den innadvirkende, svulstdannende kraften og den utadvirkende, betennelsesdannende kraften er i balanse i den normale prosessen i menneskekroppen – de balanserer hverandre. Vi «betegner oss» alltid så kraftig at vi overviner den svulstdannende kraften som går mot nedbrytning. Kun når det ene er sterkere enn det andre, oppstår det enten en virkelig svulstdannelse eller det dannes en virkelig betennelse.

## 26

Nå må du ikke tro at alt i virkeligheten ser så enkelt ut, som man presenterer det – som man jo er nødt til – i en skjematisk beskrivelse. Faktisk er prosessene i virkeligheten tett sammenvevd. Du kan jo se at når betennelseskraftene i mennesket er sterkere, da kommer feber. Det er i hovedsak for sterke og fortrinnsvis oppbyggende prosesser som ligger i blodet. Men det man i feberen ofte utvikler av egen-kraft i mennesket, ville man i hvert fall også kunne behandle en ganske så stor del av et menneske nummer to, dersom man kunne styre kreftene på den riktige måten.

## 27

På den andre siden, der hvor de nedbrytende kreftene virker sterkt, opptrer det egentlig kuldesymptomer, som det ikke er så lett å konstantere som feber-tilfellene. Men begge fenomenene kan også oppstå vekselvis, slik at man i realiteten alltid står overfor noe som virker inn i hverandre og som man bare må skille seg fra hvis man vil gjennomskue hva det er.

## 28

Når man har giftstoffer i naturen, som giften i belladonna<sup>(16)</sup>, oppstår spørsmålet: Hva er de egentlige giftene i forhold til de vanlige stoffene som vi finner i miljøet vårt, og som ikke er giftige fordi vi kan spise dem?

## 29

Når vi spiser maten vår får vi den inn i organismen som i naturen er dannet på lignende måte som vårt usynlige menneske. Vi får noe inn i oss som har gått ut av en åndelig aktivitet (se tegning 5 gult), går inn i en astral aktivitet (rødt), deretter inn i en eterisk (blått) og så går inn i en fysisk aktivitet (hvit). Når en slik aktivitet som i naturen går ovenfra og ned, som på en måte fra omkretsen virker på jorden, en aktivitet som er beslektet med vår indre jeg-aktivitet som er rent åndelig, når altså det jeg her skjematisk har tegnet som gult, strømmer ned, men på veien fra det astrale forvandler seg og så forvandler seg på veien fra det eteriske og går så inn i det fysiske, da absorberer planten vanligvis en slik aktivitet. Nedenfra og opp vokser planten denne aktiviteten i møte og absorberer denne eteriske aktiviteten, som imidlertid allerede ovenfra har astral- og jeg-aktiviteten, dvs. den sjelelige og åndelige aktiviteten riktig i seg.

## 30

Men det kan også gå slik, som det skjer med giften. Giftstoffene har den egenarten at de ikke vender seg mot det eteriske slik som de vanlige grønne stoffene i planten, men går direkte til det astrale, slik at det astrale, som jeg her har tegnet rødt, går inn i stoffet (se tegning 5, det nederste røde i det hvite). Frukten til belladonna blir overmåte begjærlig, og dens begjær tilfredsstilles ikke ved å absorbere det eteriske; frukten derimot absorberer det astrale direkte, før det astrale på vei ned har tatt opp livskreftene i seg gjennom det eteriske. Hele tiden, i stedet for å gå inn i det eteriske, drypper det så å si også noe astralt ned til jorden fra verdensomgivelsene. Og slike få dråper astralt vesen, som ikke har passert gjennom jordens eteriske atmosfære på riktig måte, finnes for eksempel i giften til belladonabæret. Også i for eksempel giften til *Datura stramonium* (torneeplet), i hyoscyamin, giften i bulmeurt etc. har vi eksempler på påvirkning av det kosmisk-astrale i planten.

## 31

Men derved er det som lever i disse plantestoffene, for eksempel det som lever i galdebær, belladonna, selekter med den aktiviteten som fra jeget eller astrallegemet går direkte inn i menneskets nerver og oksygen-kretsløp. Hvis vi tar opp giften fra gallebæret i oss, får vi dermed en betydelig forsterkning av våre nedbrytningsprosesser, de prosessene som ellers fra jeget går direkte inn i den fysiske kroppen. Menneskets jeg er ikke sterk nok til å bære en slik forsterkning. Hvis den motsatte effekten, som går nedenfra og opp i blodbanen, en enkelt gang skulle være for sterk, kan man sende slike nedbrytningsprosesser mot det, og da kan antropinet, gallebærgiften, i en liten dose være et middel mot for sterke vekstprosesser. Men i det øyeblikket det kommer for mye av giften, kan det ikke lenger være snakk om likevekt: da blir for det første vekstprosessen trengt tilbake, og mennesket blir helt omtåket av en åndelig aktivitet som dets *jeg* ennå ikke tåler: det vil det kanskje først kunne i den kommende tilstanden, i Venus- og Vulkantilstanden. Som et resultat oppstår særegne forgiftningsfenomener. For det første svekkes utgangspunktet for aktiviteten som virker i blodet. Da dukker gastrointestinale symptomer opp, som er det første som kommer når man spiser giften i gallebæret. Så blir kreftene kraftig forhindret i å virke nedenfra og oppover på den riktige måten, og da inntreffer den fullstendige bevisstløsheten, og de nedbrytende prosessene begynner å ødelegge mennesket.

## 32

På denne måten kan vi virkelig spore hvordan et stoff virker i den menneskelige organismen, hvis vi på alle måter er klar over hva et stoff vi inntar inneholder av åndelighet – og det beste stedet å undersøke det er jo alltid hos plantene. Det skal nettopp kombineres med en ekte erkjennelse av den ytre naturen. Vi må vite hva som bor i de enkelte plantene, og da ønsker vi også å vite hvordan de enkelte plantene påvirker mennesker, for eksempel i kostholdsforskrifter, og vi vil oppnå resultater, hvis man samtidig introduserer en sosial tilstand som er slik at tingene også virkelig kan implementeres. I dag er man jo, selv om man også vet ett og annet, for det meste i den situasjonen at det ikke kan la seg gjøre fordi vårt sosiale forhold slett ikke er tilpasset erkjennelsene av naturen. Da når man ikke frem til å fort at mennesket virkelig står midt inne i hele universet. Man *når* ikke i større grad frem for å virkelig kunne gjøre rede for noe, så man sier for eksempel: Her har man et menneske, som det er nødvendig at får de eller de plantestoffene eller stoffene i den og den rytmen. Ja, hvis det skal skje i større grad, må vår vitenskapelige medisin bare anta en annen karakter. Man er nødt til å forbinde de ytre strukturer i hele det sosiale livet med det man kan vite om menneskets forskjellige forhold til naturen som omgir det.

### 33

Det er riktig at det i enkelte tilfeller kan gjøres mye. Man kan lage avkok av røtter til et menneske som man vet har en for sterk nedbrytende prosess som går ut fra hodet. Man lager et avkok av bestemte røtter som man vet inneholder stoffer som, nettop fordi man har med en rot å gjøre, på riktig måte har trukket det åndelige, det sjelelige og det eteriske helt inn i det fysiske i rot-dannelsen. Fra stoffene i roten får man dermed noe inn i den menneskelige organismen som, når man aktiverer det i organismen helt ut i den ytterste periferien av blodbanene, helt inn i hodet, man kan få til å motarbeide nervesystemets for kraftige nedbrytningsprosess. Men man må ha en presis ide om hvilke endringer noe gjennomgår som sitter i plantens rot når den for eksempel absorberes gjennom munnen og deretter bearbeides for å gå ut i den ytre periferien av hode-organisasjonen eller helt ut i hud-organisasjonen. I et annet tilfelle må man vite hvordan stoffene man tar fra blomstene på planten virker; de er tross alt noe usikre i forholdet til det eteriske, de absorberer veldig mye astralt, og i en viss henseende går de, om enn svakt, i retning av det giftige; man må vite hvordan man, når man tilsetter disse stoffene til bad og derved bringer dem inn i organismen på en helt annen måte, kan stimulere den for svakt oppbyggende organisasjonen som er i blodbanene, slik at man derved fra den andre siden motvirker det som fra den nedbrytende virkningen nettop virker utad.

### 34

Det er det samme når man ønsker å observere aktiviteten til det du gir som en injeksjon inne i mennesket. Også her er det i hovedsak snakk om en forsterkning av de oppbyggende prosessene, slik at det kommer en riktig likevekt i forhold til de nedbrytende prosessene. Spesielt ved injeksjoner vil man derfor alltid se at de nedbrytende prosessene tvinges til å reagere. Ved injeksjoner har man ikke noen ordentlig virkning, om ikke nedbrytnings-prosessene til å begynne med stritter imot og først gradvis finner inn i oppbygnings-prosessene på den riktige måten. Hvis man altså gir en injeksjon av et eller annet, vil man se at det oppstår små synsforstyrrelser eller øresus, fordi nedbrytnings-prosessene til å begynne med vegrer seg for å komme i den riktige likevekten med de forsterkede oppbygnings-prosessene. Men det er også en garanti for at det skjer et inngrep i prosessene, når slike symptomreaksjoner faktisk oppstår.

## 35

Av dette ser dere at det i antroposofien egentlig ikke er et spørsmål om å gi forsamlinger av frelste onkler eller tanter med skjemaer, der de kan lese ut fra at: mennesket består av fysisk kropp, eterlegeme, astrallegeme og jeg; her er det snakk om en dyp seriøs forståelse av mennesket og dets forhold til verden, om å bringe det åndelige inn i alt det materielle. Og at antroposofien kan spore det åndelige i det materielle er noe man må innse dersom antroposofien virkelig vil erobre sin plass i verden. Så lenge man kun jobber for forsamlinger av tanter og onkler i sekteriske kretser, som viderefører sine inndelinger av mennesket, er det bare noe som kommer i konflikt med alle mulige andre sekteriske virksomheter. Men i det øyeblikket man faktisk viser at det man forstår i antroposofien griper inn i all annen viten, og det som jeg sa i går belyser all annen jordisk viten, akkurat som astrologien før i tiden belyste alle hendelsene på jorden - da har man i antroposofien nettopp noe som skal gripe inn i den moderne sivilisasjons-prosessen for å lage plass til en virkelig oppbygging i forhold til de nedbrytende prosessene fra eldre tider, som har grepet inn i den menneskelige sivilisasjons-prosessen.

## 36

Med et slikt alvor skal man forbinde det man kan kalle å bekjenne seg til antroposofien. Den enkelte kan selvsagt ikke alltid bidra på den måten at han for eksempel selv finner ut hvordan belladonna eller klor virker på den menneskelige organismen. Men det dreier seg ikke om hva den enkelte selv finner ut av, men om at det i større grad er en forståelse, en alminnelig utbredt følelses- og fornemmelses-forståelse for at det nettopp er ut fra en antroposofisk verdens- og menneske-erkjennelse at man kan finne det som er fruktbart for mennesket.

## 37

Innenfor Steiner-pedagogikken forlanger man jo heller ikke at hvert eneste menneske skal kunne oppdra barn, eller i hvert fall barn fra og med skolepliktig alder. Men det kreves en generell forståelse for at det er bygd opp en pedagogikk basert på menneske- og verdens-erkjennelse. Det blir helt feil å tro at hvert enkelt menneske skulle kunne vite alt. Men virkningen av et antroposofisk fellesskap burde være at man fra et sunt menneskesinn har en generell forståelse av hva antroposofien nettopp streber etter og søker å realisere, når det gjelder menneskelig frelse og menneskets fremtid.

## Peter Alsted Pedersen

### Etterskrift om legemidler fra planter

Fra avsnitt 28 begynner Steiner - uten overgang - å snakke om planterike, og her kan man spørre seg hvilken sammenheng dette temaet har med foredragets hovedtema, det usynlige menneske. Er dette kanskje terapeutiske anbefalinger som følger av en kontekst man ikke umiddelbart kan se? La oss først lese teksten, men med disse spørsmålene i bevisstheten. Først (avsnitt 28) omtaler Steiner giftstoffene og nevner som eksempel galnebær (belladonna). Også i andre sammenhenger (KG III) nevner Steiner atropin i forbindelse med belladonna. I denne forelesningen stiller han spørsmålet; hva er giftstoffene i forhold til de vanlige stoffene mennesket kan spise.

Som en polaritet til giftstoffene beskriver Steiner i avsnitt 29 næringsmidlene «*som ute i naturen dannes på lignende måte som vårt usynlige menneske*». Veien som kreftene arbeider gjennom er skildret på lignende måte: «*Vi får noe inn i oss som har gått ut av en åndelig aktivitet (se tegning 5, gult), går inn i en astral aktivitet (rødt), så inn i en eterisk aktivitet (blått) og går så inn i en fysisk aktivitet (hvitt)*». (Dette tilsvarer beskrivelsen i avsnitt 4 og 8.) Den åndelige virksomheten blir på veien over det astrale og det eteriske forvandlet to ganger, og den fysiske planten «*opptar denne eteriske aktiviteten, som jo imidlertid i forveien ovenfra har astral- og jeg-aktiviteten, altså den sjelelige og åndelige aktiviteten, riktig i seg*». I andre foredrag blir det samme fenomenet skildret på en slik måte at det astrale bare berører planten utenfra, spesielt i blomstene, eller at planten "er som å være omgitt av det astrale" (GA 327, 8.foredrag).

Men denne prosessen av trinnvis forvandling foregår ikke på denne måten hos alle planter. I avsnitt 30 skildres det at det astrale i visse tilfeller virker direkte på det fysiske, altså utenom det eteriske (frukten opptar derimot det astrale direkte, før det astrale på veien ned har opptatt livskreftene i seg gjennom det eteriske). Dermed oppstår giftige planter. Ut fra andre utsagn av Steiner, også i andre forelesninger, blir det klart at Steiner først og fremst har alkaloidene<sup>(17)</sup>, som alle inneholder nitrogen, i tankene (sml. også GA 327, 3.foredrag: «*Overalt hvor det er nitrogen, forbedrer det seg noe astralt*»). Alle disse plantene som Steiner nevner i dette foredraget (belladonna, galnebær, bulmeurt etc) inneholder alle sammen de såkalte tropa-alkaloider (som feks atropin). Også den giftige planten som prinsipp, og dermed fenomenet at det astrale kan omgå det eteriske, er avbildet på tegning 5, nemlig som «*det nederste røde i det hvite*». Det dreier seg altså egentlig om to tegninger (næringsplanten den øvre røde buen, giftplanten den nedre). La oss sammenligne den siterte beskrivelsen ovenfor i seksjon 30 med seksjon 9 om pusteprosessen: jeget (i seksjon 29 en åndelig aktivitet) strømmer helt inn i astrallegemet, "men så direkte inn i lungene ved hjelp av luften" (tilsvarer ordlyden om at "frukten opptar derimot det astrale direkte" avsnitt 30).

Men det finnes også en tredje slags plante. I avsnitt 33 skildrer Steiner - for en overfladisk betraktning - forskjellen mellom på den ene siden røtter, der næringsmidlene

er som skildret i avsnitt 29, og på den andre siden «Stoffer...., som man tar fra blomstene til planten». I det siste tilfelle dreier det seg om stoffer som er «*noe usikre i forhold til det eteriske, de opptar veldig mye astralt i seg og på mange måter går de, selv om det kan være svakt, i retning av det giftige*».

Hele denne redegjørelsen, inklusivt opplysninger om bruk av stoffer som man utvinner av blomstene som badetilsetning, viser at det dreier seg om duftstoffer. Plantenes karakteristiske duftstoffer kalles eteriske oljer. Karakteriseringen av sitronmelisse (melisse) stemmer helt overens med formuleringen over av det giftaktige: «*Når det gjelder melisse, er opprinnelsen til giften i status nacendi*» (i fødselstilstanden, o.a.) (GA 316, s 209). Interessant not er slike planter en slags mellomting mellom giftplantene der flere brukes som lege-planter, og de plantene som gir oss matvarer. Mange av plantene som inneholder duftstoffer blir brukt både som lege-planter og som krydderurter, altså som ernæringsmidler. Dette gjelder blant annet rosmarin, merian, timian og salvie. Mange av krydderurtenes latinske navn viser direkte at planten blir eller har blitt brukt som lege-plante (*officinalis* som betegnelse for arten). Dermed skildrer Steiner i det minste indirekte mellom tre forskjellige slags planter:

1. Planter som gir oss næringsmidler.
2. Planter som inneholder duftstoffer.
3. Giftige planter.

Denne inndelingen av plantene er absolutt berettiget. Det finnes neppe planter som både inneholder alkaloider (giftstoffer) og nevneverdige mengder av duftstoffer. For å tydeliggjøre disse forskjellene kunne man derfor skape en tredje variant av tegning nr 5, nemlig med kun en tynn stripe blåfarge mellom den røde og den hvite.

Avsnittene 31-33 inneholder også litt informasjon om de såkalte prinsipper for legemidlenes virkning («*Wirkprinzipien*»), informasjon som i første omgang ses i sammenheng med stoffene. Videre gir Steiner anbefalinger vedrørende stoffenes terapeutiske anvendelse:

Stoffer fra røtter (fra planter som leverer næringsmidler, som «*på riktig måte har trukket det åndelige, det sjelelige og det eteriske helt inn i det fysiske i rotdannelsen*»): Imot nervesystemets for sterke nedbrytende prosess (avsnitt 33).

Stoffer fra blomster: Stimulering av den «*for svakt oppbyggende organisasjonen som er i blodbanene*» (avsnitt 33).

Giftige (antopin, allebær): «*forsterkning av våre nedbrytningsprosesseser*», «*...kan antopinet...i små doser være et middel mot de for sterke vekstprosessene*» (avsnitt 31). I avsnittene 18-19 blir det skildret en sykdom som skal behandles ved «*til og med for å støtte nedbrytningsprosessene*» (avsnitt 19).



Vi kan nå gjenkjenne forholdet mellom to plantetyper og det usynlige mennesket tydeligere:

Den fysiske organisasjonen og plantene som gir oss mat er under påvirkning av den normale prosessen, som består i den doble forvandlingen av det åndelige. Den fysiske organisasjonen «*griper kun inn i ernærings- og vekst-prosessene*» (avsnitt 4).

Stoffene fra røttene av de plantene som gir oss næringsmidler virker mot nervesystemets for sterke nedbrytningsprosess (avsnitt 33), det vil si oppbyggende på samme måte. Spørsmålet om hvordan man tilbereder røttene blir også nevnt kort: «*Man kan lage avkok av røtter*»; men det kunne her vært snakk om diettoppskrifter, ikke nødvendigvis et legemiddel.

Ved åndedretts-prosessen, henholdsvis ved de giftige plantene, strømmer det åndelige inn i astrallegemet, henholdsvis det astrale, men deretter direkte inn i det fysiske legemet (lunge, henholdsvis plante). Åndedretts-prosessen er en avsvakket dødsprosess (avsnitt 9), den virker altså nedbrytende, og plantegiftene påvirker på samme måte en «*forsterkning av nedbrytnings-prosessene våre*».

På den andre siden skiller Steiner også mellom tre måter å gi legemidler på: innvortes, utvortes samt injeksjoner, uten at det umiddelbart kan ses noen sammenheng med de nevnte gruppene av stoff:

**Innvortes (røtter):** Mot nervesystemets for sterke nedbrytningsprosessen (avsnitt 33).

**Utvortes (stoffer fra blomster):** Stimulering av en for svak oppbyggende organisasjon i blodbanene (avsnitt 33).

**Injeksjon:** Forsterkning av de oppbyggende prosessene, for å skape en likevekt i forhold til nedbrytnings-prosessene (avsnitt 33).

For fullstendighetens skyld skal det nevnes at jeg antar at ordet "klor" i avsnitt 36 er en skrivefeil. Steiner kan ha sagt "klorofyll" (sammenlign uttrykket "*de vanlige grønne stoffene i planten*") for å karakterisere forskjellen mellom plantene som gir oss mat og de giftige plantene; denne polariteten kan sees å være representert i avsnitt 36 gjennom de to ordene klorofyll og belladonna.

## Litteratur:

*Rudolf Steiner, foredrag ac 25.4.1924, i: Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst. GA 316. Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1980.*

*KG III: «Rudolf Steiner i en samtale med læger og farmaceuter d.11.7.1922, citeret efter H. Krüger, Heilmittelangaben Rudolf Steiners für Ärzte. Herausgegeben von der Medizinischen Sektion der freien Hochschule für Geisteswissenschaft am Goetheanum, Dornach 1969-1979. Siderne Belladonna.*

*Rudolf Steiner, Bidrag til en fornyelse af landbruget på åndsvidenskabeligt grundlag. Antroposofisk Forlag, København 1976. Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft. (GA 327.) Verlag der Rudolf Steiner Nachlassverwaltung, Dornach 1963.*

## Ordforklaringer:

1. Prenatal betyr «forut for fødselen».
2. Alantois: Hos pattedyr inngår alantois i dannelsen av morkaken, og har betydning for ernæringen av fosteret, i tillegg til åndedrets- og stoffutvekslingsfunksjoner. Allantois vokser ut fra fosteret gjennom navlesnoren og blir liggende, på samme måte som plommesekken, mellom den innerste fosterhinnen (amnion) og de ytre fosterhinnene.
3. Atrofi er reduksjon (svinn) av celler eller et organ ved tap av substans eller volum; en reversibel justeringsprosess.
4. Internalisering: Barnet lærer hvordan det skal opptre, og gjør samfunnets verdier, normer, regler og tenkemåter til sine egne.
5. Nevrasteni er en sykkelig tilstand med en uttalt tretthetsfølelse som dominerende symptom. Andre symptomer er hodepine, søvnforstyrrelser, nedsatt konsentrasjonsevne, nervøs irritabilitet, hjertebank, fordøyelsesbesvær osv. Tilstanden kan oppstå etter forbigående overanstrengelse, en alvorlig infeksjon eller en operasjon, men kan også være følge av en langvarig psykisk belastning eller være et anleggsbetinget avvik fra det normale. I mange asiatiske land brukes nevrasteni synonymt med depresjon.
6. Tonisk-kloniske anfall (GTK-anfall) er den mest dramatiske anfallstypen, og den folk flest forbinder med epilepsi. Anfallet starter med en symmetrisk tilstivning i kroppen (tonisk fase) der du mister bevisstheten. Det kan komme en lyd idet luften presses gjennom lukkede stemmebånd. Pustestopp er vanlig, og du kan bli blek eller blå i ansiktet. Etter 10-15 sekunder kommer det kraftige rykninger i hele kroppen (klonisk fase). Noen kan få fråde rundt munnen. Avgang av urin og avføring er ikke uvanlig. De fleste GTK-anfall varer i 1-2 minutter. Rykningene avtar gradvis i frekvens og styrke. Under en EEG-undersøkelse kan vi se at den epileptiske aktiviteten gradvis stopper når anfallet er over. Du gjenvinner gradvis bevisstheten og kan være svært utslått, trett, muskelstøt og noe forvirret i flere timer etterpå.
7. Osteofytt er en sporeformet tagg av benvev som vokser ut fra benhinnen.
8. Plexus sacralis er det samme som sakralnervefletningen, alle de fremre røttene fra spinalnervene L4-5 og S1-3(4).
9. Det autonome nervesystemet er den delen av nervesystemet som styrer aktiviteten i glatt muskulatur, hjertemuskulatur og kjertler, det vil si så godt som alle våre indre organer unntatt de tverrstripete skjelettmusklene.
10. Eksoterisk var en betegnelse opprinnelig brukt om undervisning som ble gitt utenfor skolen for de uinnviede. Begrepet har nå fått betydningen allmennfattelig eller populær. Eksoterisk er det motsatte av esoterisk.
11. Eksudat: betennelsesvæske.
12. Hypertrofi er når et organ eller vev er blitt større enn normalt. Dette skyldes at hver enkelt celle er blitt *større*, mens *antall* celler er uforandret.
13. Tæring: smitsom infeksjonssykdom som viser seg som betennelsesprosesser i forskjellige vev og organer, spesielt lungene. Sykdom som (litt etter litt) får kroppens krefter og helse til å avta. Tæring er en gammel betegnelse for lungetuberkulose (Phthisis pulmonum).

14. Ekssudat er væske og fargeløse blodceller som har sivet ut fra blodårene ved betennelse. Væsken er ofte rik på proteiner og celler. Ett eksempel på ekssudat er puss.
15. «Status nascendi» er den særlig utpregede reaktive tilstanden mange stoffer, spesielt gasser, befinner seg i i det de dannes ved kjemiske reaksjoner.
16. Belladonna er et vanlig brukt navn på *Atropa belladonna*, en høy, flerårig urt av søtvierfamilien. Planten vokser i Mellom- og Sør-Europa og i Nord-Amerika, og den kan også forville seg til Skandinavia. Som hageplante finnes belladonnaurt i deler av Norge. Av plantens bær, blader og rot kan man utvinne de såkalte tropa-alkaloidene: hyoscyamin, skopolamin, belladonin, atropin med flere. Disse har sterke fysiologiske virkninger. Stoffene hemmer det parasympatiske nervesystemet, det vil si at de virker mer eller mindre lammende på glatt muskulatur og kjertler. Planten har fra gammel tid vært brukt som gift- og legeplante. Belladonna-preparater løser opp kramper i mage-tarmkanalen, galleveiene, urinveiene og livmoren, hemmer mage-tarmkanalens bevegelser og reduserer syreproduksjonen i magesekken.
17. Alkaloider er fellesnavn på en stor gruppe nitrogenholdige forbindelser som finnes i naturen, de er ofte baser. Over 30 000 alkaloider er beskrevet, de fleste fra planter, men de finnes også i noen sopper, i mikroorganismer og i dyreriket.