**Hoe kunnen wij samenleven?**

Door Georg Soldner

*De corona-pandemie stelt ons op de proef als gemeenschap. Ze vereist een wakker zijn en een bezonnenheid, besluitvaardigheid en geduld. Voor de antroposofische geneeskunde betekent deze crisis ook dat we de honderdste verjaardag van deze geneeskunde wereldwijd anders dan gepland zullen vieren. En dat ze zich ten dienste wil stellen van de gezamenlijke overwinning van deze uitdaging zonder voorgaande.*

Op het wereldwijde veld van de medische afdeling van het Goetheanum werd al vroeg begonnen aan het ontwikkelen van een internationaal concept voor preventie en therapie. We hebben ons daarbij gebaseerd op jarenlange ervaring in de behandeling van virale infecties en longontstekingen. Ondertussen is er een levendige uitwisseling met eerste ervaringsberichten en aanvullende voorstellen voor uitwendige behandelingen, medicijnen en ook voor heileuritmische oefeningen voor de preventieve versterking van de afweer. Een netwerk van antroposofische ziekenhuizen is ontstaan, waarvan enkele met intensive care-afdeling, en een eerste aanzet tot wetenschappelijke documentatie van de therapie. Daarbij gaat het om alle stadia van de ziekte, van de ambulante en stationaire verzorging tot aan de beademing van de patiënt. Terwijl integratieve behandelingsconcepten ontwikkeld worden, moeten juist ook de artsen en verzorgenden leren wat moeilijk voor hen is: wanneer ze zelf besmettelijk en ziek zijn geworden, zich voldoende lang terugtrekken. Voorzichtigheid, zorgvuldigheid, geduld en offerbereidheid vormen een signatuur die vereist is zowel in het omgaan met als in het doormaken van de ziekte. In de centra van de crisis, in Noord-Italië, in Spanje, in de Elzas werken de reddingsdiensten en zorgverleners tot voorbij de grenzen van hun vermogens – en zetten daarbij hun leven in.

Het is duidelijk geworden dat communicatie, het in taal omzetten van deze situatie, voor velen van wezenlijke betekenis is. Dat een kort artikel in ons weekblad heel snel meer dan 100.000 keer werd gedeeld en in meerdere talen vertaald, getuigt van de behoefte om woorden te stellen tegenover deze ervaring van het onbekende. Intussen zijn al meerdere bijdragen verschenen die zich verder verdiepen in deze crisis en er juiste begrippen voor trachten te vinden. In wat volgt worden nog enkele aspecten toegevoegd, die ons nog opmerkzamer kunnen maken voor kwaliteiten die we nu moeten leren waarnemen, waarover we moeten leren nadenken en die we in de toekomst wellicht nieuw moeten vormgeven.

**Waar alles begon**

Wuhan is één van de grootste steden van China aan de samenvloeiing van de Yangtze en de Han- rivier.  Dat de Chinezen zichzelf als een Han-volk aanduiden, gaat terug op de naam van deze rivier die zich over meer dan 1500 kilometer uitstrekt. De stad is samengegroeid uit meerdere steden, die door deze rivier gescheiden waren. In het stadsgebied bevinden zich nog steeds verschillende meren. Het klimaat van deze “stad der rivieren” is vochtig en in de zomer subtropisch warm. Zowel het klimaat als de luchtvervuiling zijn vergelijkbaar met de Po-vlakte van Noord-Italië. Economisch ligt het zwaartepunt bij de metaalbewerking (inlandse ertsen en kool) en staalindustrie. Met hulp van Duitse vakmensen uit de partnerstad Duisburg werd een koudwals-systeem in gebruik genomen. Intussen is er ook een spoorverbinding voor regelmatige containertransporten tussen Duisburg en Wuhan. Wuhan is de grootste binnenhaven van China en nog bereikbaar voor zeeschepen. De haven van Duisburg geldt als de grootste inlandse haven in de wereld, in elk geval de grootste van Europa. Wuhan ligt bijna exact in het midden tussen de grote regio Peking in het Noorden en kanton Guangzhou, Shenzhen en Hongkong in het Zuiden, en tussen Shanghai in het Oosten en Chongqing in het Westen van het reusachtige rijk. In al deze richtingen lopen doorgaande snelwegen, die elkaar hier treffen. Deze uitgesproken “mercuriale” plek is het uitgangspunt van een wereldwijde pandemie en doet ons de vraag stellen hoe we globalisering vormgeven.

Wuhan kent ook *wet markets*(\*), waar wilde dieren verhandeld worden – niet altijd legaal – van krokodillen tot vleermuizen. Op die markt, die het vertrekpunt zou zijn geweest, waren meer dan honderd verschillende wilde diersoorten. Een markt, waar de dieren onderling veel te dicht bij elkaar komen (o.a. vleermuis en schubdier, waarvan de betekenis voor het SARS-Cov-2-virus bevestigd is) en te dicht in contact komen met de mens. Veel dichterbij dan dat ooit in de natuur het geval zou zijn. In verband met het overspringen van virussen van dieren op de mens en de epidemische verspreiding van een virus,  weze gezegd dat bijvoorbeeld het mazelenvirus in de Oudheid van veroorzaker van de runderpest tot veroorzaker van de mazelen is gemuteerd. Dit als resultaat van het nauwe samenleven van mens en rund, maar ook door een expansieve, nieuwe vorm van globalisering in de tijd van het grote Perzische Rijk en Alexander de Grote. Omdat mazelen zo besmettelijk zijn dat ze zich door immunisering van de besmette mensen snel ‘doodlopen”, hadden ze ook grote steden nodig, om zich ondanks snelle immunisering levend te houden en nieuwe, gezonde mensen te besmetten.

In de administratieve zone van Wuhan leven elf miljoen mensen. Het opeen-pakken van mensen zowel als de nabijheid van mens en dier, alsook de vernietiging van de natuurlijke habitat van dieren, begunstigden de mutaties van virussen. Dat geldt ook voor het lijden van de dieren zelf, die nu dikwijls in kooien op industriële schaal gekweekt worden. Een lijden dat het dier, in tegenstelling tot de mens, niet in een innerlijke ontwikkeling kan omzetten, maar alleen kan ondergaan. Enkele jaren terug is in Wuhan ook een onderzoekslaboratorium opgericht voor onderzoek op bijzonder gevaarlijke ziekteveroorzakers zoals het ebola-virus.

**Beschadigde wezensdelen**

Op 21 maart 1920 hield Rudolf Steiner de eerste voordracht ter grondvesting van de antroposofische geneeskunde. Aan het slot daarvan wees hij erop dat de ‘normaliteit van de ziekte’ eerst  als natuurproces onderzocht moet worden. Men moest zich de vraag stellen of deze kon begrepen worden uit ‘een bepaalde wereld, die met de onze verbonden is en die alleen als door onrechtmatige gaten zich in onze wereld invoegt’, en of men zo kan komen tot een beter inzicht in ziekteverschijnselen. De vraag naar een aan onze wereld grenzende wereld en onze relatie tot haar, stelt zich hier enerzijds met betrekking tot de dierenwereld en anderzijds tot de wereld van het levende. Vanuit wetenschappelijk oogpunt zijn virussen niet iets levends. Ze stammen van levende organismen, met een sterke relatie tot die structuren die de genetische informatie voor de eiwitvorming van de cel dragen. Na het verlaten van hun “moedercel” zijn ze dode “grensgangers” van het levende. Hun bijzonderheid is dat ze op andere organismen kunnen overgaan, hen kunnen “besmetten” en dat ze zich op deze manier kunnen vermeerderen. Daar kunnen ze heel waarschijnlijk ook nuttige eigenschappen hebben, bijvoorbeeld de talloze virussen in onze darmflora. Of heel schadelijke, wanneer ze met hun wezensvreemde informatie uit andere levenssamenhangen, bijvoorbeeld uit de vleermuis, in het menselijk organisme kunnen doordringen en daar een zelfvervreemding kunnen bewerkstelligen in de getroffen weefsels, waarop het organisme antwoordt met een ontsteking.

We ervaren in deze van dieren uitgaande pandemie “als door gaten” een ziekmakend ineenweven van de bezielde wereld van het dier met die van de mens, maar ook van de wereld van het levende met die van het niet-levende, omdat virussen grensgangers tussen beide zijn. Rudolf Steiner heeft vooral voor de eerste wereldoorlog duidelijk gewezen op de relatie tussen het lijden van de dieren en epidemische ziektes. De zogenaamde Spaanse griep van 1918 tot 1920 eiste in twee golven wereldwijd 25 tot 30 miljoen doden. De letaliteit lag rond 1,5 tot 3%, maximum 6%, zoals nu ook bij Covid-19. De wereldoorlog bespoedigde de pandemie door verhoogde mobiliteit. Toen stierven de meeste mensen op de (soldaten)leeftijd van 20 tot 40 jaar. De veroorzaker stamde af van de vogelpest, een ziekte bij dieren die in 1878 voor de eerste keer in Italië werd waargenomen en zich van daaruit verspreidde over de oceaan. Enkele varianten van de vogelpest-virussen zijn in enkele gevallen op mensen overgedragen en op zoogdieren als luipaarden en huiskatten. De oorsprong van de mutatie van het virus, die de veroorzaker van de Spaanse griep creëerde, lag in de USA, die vanaf 1917 aan de wereldoorlog deelnamen. De met de oorlog gepaard gaande hogere mobiliteit bevorderde de wereldwijde verspreiding. De Amerikaanse landbouw had zich al in moderne zin ontwikkeld. Wanneer je de Wikipedia-bijdrage over de Spaanse griep bekijkt, stoot je onmiddellijk op beelden van politieagenten met ademmaskers uit 1918. Een beeld dat van vandaag zou kunnen zijn, tot aan het model van de uniformen toe. De globalisering, het nauwe contact met het dier komen we ook hier tegen.

Zonder twijfel hebben we te maken  met een vorm van massaal, “door gaten inwerkend” epidemisch ziek-zijn. Deze tijd van geforceerde maatschappelijke veranderingen, van globalisering, gaat gepaard met de verspreiding van zich voortdurend veranderende virussen.

Ten gronde stelt zich de vraag: hoe is een zo gezond mogelijk, geordend, verbonden samenleven van mens en dier op een zowel plantaardig ademende als tot in het minerale reikende aarde mogelijk? Een reductionistisch begrip van natuur en wereld blijkt voor het levende ontoereikend en vernietigend te zijn. Juist in de wereld van bacteriën en virussen beleven we de globale eenheid en wisselwerking van het levende: het gedrag van elke mens op deze aarde kan de levensrealiteit van alles en iedereen veranderen. Wie aan dieren massaal antibiotica geeft, die eigenlijk voor zware menselijke ziektes bedoeld zijn, kweekt multiresistente bacteriën, die in korte tijd op alle delen van de aarde opduiken. Wie gezonde grenzen en leefruimtes doorzeeft, begunstigt het verkeerde op elkaar inwerken van levenssferen, die we naar hun eigen aard moeten begrijpen en behandelen: mens en dier, het levende en het niet-levende.

**Hoe leven we samen? Ademhaling en ademnood**

Dat is de kernvraag in deze crisis. Het gaat evenzeer om *afstand* als om *relatie*. En om datgene wat zo onzichtbaar wordt uitgewisseld en dat toch zo relevant voor alle vormen van leven is. Om het waarachtig realiseren van onze verbondenheid in *één*sfeer van het levende. Daartoe daagt deze crisis ons uit: tot de vastberadenheid van het individu, tot zowel het afstand houden als tot de noodzakelijke toewending, tot de geëngageerde bijdrage voor onze medemensen en voor alle met ons levenden daar waar wij verantwoordelijkheid dragen. We kunnen spreken van een “ijzeren houding” die we nodig hebben, maar tegelijk van een ademend-beweeglijke houding. Deze crisis is als een groot stilstaan bij dit alles, na jaren van steeds meer ademloos wordende en voor het leven van de aarde vernietigende dynamiek. Het gaat om een nieuwe kwaliteit van de adem in het sociale. Wat heeft dat met het ijzer te maken?

Wuhan is een centrum van de staalindustrie. Ongeveer de helft van de wereldproductie (1691 miljoen ton), 832 miljoen ton staal, werd in China geproduceerd. De lucht boven de stad draagt daarvan de gevolgen. De huidige angst onze medemens uitademt komt overeen met de belasting die de bewoners van steden zoals Wuhan, maar ook veel andere gebieden met smog, zoals de Italiaanse Po-vlakte, door de lucht ervaren, smog die door industrie en verkeer wordt uitgestoten. Een uitstoot die ook de longen van de bewoners en hun immuunsysteem verzwakt.

We ademen met ijzer, uiterst fijn verdeeld ijzer, 500 milligram in elke liter van ons bloed, waarin twee derde van het ijzer in ons lichaam, vier tot vijf gram, actief is. We nemen dit ijzer met een koper-enzym in ons lichaam op. Als natuursubstantie giftig, schakelen we het met het transporteiwit transferrine  in het levende in. Transferrine kleurt daarbij roodachtig en versterkt al onze lichaamsafweer, die op verschillende manieren afhankelijk is van ijzer. Heel fijne ijzer-zwavel complexen maken ons innerlijk ademen mogelijk, ons leven. Bezielde beweging wordt mogelijk via het myoglobine, waar nu het ijzer verder “potentieert” en  tussen vier stikstofatomen geplaatst wordt zo wordt gebonden dat het zuurstof kan binden en afgeven. Tenslotte heffen we het op de hoogste trap in het rode bloed. De jonge voorlopers van onze rode bloedcellen die zich gemakkelijk delen, stoten hun celkern uit, gaan door een stadium van dreigende celdood en nemen daarbij een ijzerkern op, waarin nu telkens vier zulke ijzer-stikstof-complexen (“globine”), in een vierledige “tetrameer” onderling verbonden zijn tot een gedifferentieerd complex dat kan ademen, waarmee we uit de lucht de zuurstof opnemen. Deze “rijpe” erythrocyten zijn buitengewoon stabiel, maken de ademhaling mogelijk en vormen ook de basis voor het warmte-dragend orgaan bloed. Het ijzer is nu bijzonder fijn verdeeld en vertoont eigenschappen die in de zuiver minerale buitenwereld niet mogelijk zijn, waar ijzer aan de lucht gewoon roest. Onze eigen fysiologie berust echter op “fijnste verdunningen” van het ijzer. “De meditatie van metaalprocessen kan voor artsen een toegang tot de etherische wereld worden”, schrijft Broder von Laue, aan wie de auteur ook voor dit artikel veel dankt. “Etherische wereld”, dat is de wereld van het levende, waartoe ook de hier beschreven fysiologische processen behoren.

De aarde is de meest ijzerrijke planeet van ons zonnestelsel. De kern van de aarde bestaat waarschijnlijk uit half vloeibaar ijzer, waarvan het magnetisme onze aardoppervlakte beschut tegen te sterke zonnestraling en daarmee het leven op aarde mogelijk maakt. Ook draagt de kern van onze stromende rode bloedlichaampjes fijnst verdeeld, “gepotentieerd” ijzer. Als basis van onze ademhaling, ons leven, is ijzer ook van wezenlijke betekenis voor onze mogelijkheid tot begrenzing, ons immuunsysteem. Wanneer we willen leren hoe we ons tegelijkertijd met de wereld kunnen verbinden en afgrenzen, hoe we ons in haar kunnen handhaven, dan kunnen we dat door het ijzer in ons beter te proberen te begrijpen, zoals Rudolf Steiner dat aan de artsen aanraadde in zijn eerste medische cursus.

Nu moeten we een heel ander bewustzijn voor ijzer ontwikkelen, het niet alleen als een industriële grondstof zien, maar een bewustzijn ontwikkelen voor het levend georganiseerd ijzer in zijn elementaire betekenis voor ons leven, onze ademhaling, ons bewustzijn en ons handelen. De in ons stromende warmte, de kracht om  moedig, geestelijke besluitvaardig en offer-bereid te zijn, ontspringen wezenlijk uit de fysiologische “potentiëring” van dit metaal. In de antroposofische geneeskunst worden minder of meer gepotentieerd ijzer, meteoorijzer, ijzermineralen zoals natuurlijk ijzerfosfaat (vivaniet) en farmaceutisch bewerkte ijzercomplexen ingezet ter versterking van de lichaamswarmte en immuunafweer, maar ook bij angst- en paniekstoornissen en bij behandeling van longontstekingen.

De zwaar zieke Covid-19 patiënten dreigen te sterven aan ademnood en zuurstoftekort. Ademtekort, ademnood, gevaarlijke pollutie van de ademlucht echter tonen zich ook als een duidelijk symptoom van de grote ecologische crisis van onze planeet. Voor de aarde bestaat geen ziekenhuisbed of beademingstoestel. Het ontwikkelen van een verantwoord ademend samenleven, met terughouding en bereidheid tot hulpverlening, wereldwijd, wereldomvattend, in elke levensgemeenschap, dàt is de wezenlijk signatuur die deze pandemie ons toont.

*“En wie de hele omvang van het ademen werkelijk begrijpt, die kent vertrekkend van de mens de helende krachten.”* Rudolf Steiner, 13 oktober 1923.

Verschenen in Anthroposophie Weltweit  7/5/2020 – Vertaling: Vera Van Ighem

(\*)  Markten waar levende en geslachte dieren verkocht worden in China: 街市.