

for the study of the biographical mirroring. It allows the simultaneous visualization of the biographical mirroring of: 0–21 / 21–42 / 42–63 / 63–84 / 31½ / 28 (new version) ages.

It can be helpful to professionals who work with human health and development (medical doctors, psychotherapists, counselors, etc.).

## 23 | Sophia Association of Anthroposophical Education

Author: *PhD. Psy. Adelina Rennó.*

*São Paulo, Brazil*

### Abstract

Introduction of Sophia Association of Anthroposophical Education, a non profit organisation. The aims of Sophia Association are to organize anthroposophical programs in Colleges and Universities

# Rezensionen

## Buchbesprechungen

### Markus Sommer: Grippe und Erkältungskrankheiten natürlich heilen

2. Aufl. Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben, 2009. 191 Seiten, 15,90 € ISBN 3772550460

In dem Buch wird ein weiter Bogen geschlagen rund um die Grippe-Erkrankung. Es beginnt mit allgemeinen Überlegungen zu fieberhaften Erkrankungen einschließlich der salutogenetischen Aspekte. Dann wird allgemein über die Grippe gesprochen, ihre historische Entwicklung, Fragen der Epidemiologie, der Ansteckung (einschließlich psychologischer Aspekte), ihre Beziehung zu kosmischen Ereignissen, über neue Erreger und Epidemien. Auch auf die aktuelle Schweinegrippe wird fundiert Bezug genommen. Dann folgt ein großer Teil zur Behandlung mit äußerlichen Anwendungen und mit Medikamenten, sowohl allgemein als auch bezogen auf einzelne Organsymptome. Ausführlich wird das Für und Wider der Schutzimpfungen besprochen. Die gegenwärtig in der Schulmedizin zur Verfügung stehenden antiviralen Medikamente werden differenziert besprochen und bewertet. Nach einem abschließenden Kapitel zur Prophylaxe folgt ein Adress- und Medikamentenverzeichnis.

Das Buch ist auf geniale Weise so geschrieben, dass man es auf (mindestens) vier Ebenen mit Gewinn lesen kann:

1. Zunächst richtet es sich in Stil und Aufmachung an den interessierten Laien. In flüssiger, ruhiger, dennoch oft humorvoller Sprache wird eine Fülle von interessanten Fakten so dargestellt, dass sie allgemeinver-

ständig sind. Vor allem aber freut man sich als potentieller Patient oder Betreuer über die Fülle der sehr konkreten Beschreibungen von äußeren Anwendungen (mit Anwendungsfotos, auf denen man den Autor zu sehen vermeint), Hinweisen zu Art, Zeitpunkt, Menge von Arzneigaben, über die schönen, oft ganz knapp gefassten Formulierungen zu einzelnen Heilpflanzen, die dem Leser deren Wesen erschließen und über die Hinweise zu differenzialtherapeutischen Aspekten und klaren Handlungsanleitungen bezüglich Komplikationsmöglichkeiten und darüber, wann die Selbstmedikation ein Ende haben muss. Man merkt mit großer Befriedigung, dass hier jemand schreibt, der sich auch in der praktischen Handhabung des Empfohlenen selbst gut auskennt.

2. Das Buch kann aber durchaus auch als ein Fachbuch gesehen werden. Jeder praktisch tätige Kollege wird von diesem Erfahrungsschatz profitieren und kann noch viel Neues lernen. Die breite Palette der therapeutischen Möglichkeiten ist beeindruckend und anregend. Auch kann es eine hervorragende Grundlage für die Gespräche mit Patienten zur Impfrage abgeben. Für den mit Anthroposophischer Medizin noch nicht so Vertrauten enthält es ganz knappe, hilfreiche Hinweise zur Unterscheidung von der Homöopathie, zum Wirkprinzip und zur Potenzwahl.

3. Durch eine Fülle von Hinweisen, teils nur ganz knapp, teils ausführlich dargelegt, wird die Grippe in einen weiten Zusammenhang hineingestellt. Das gibt nun demjenigen, der sich mit ihrem Wesen tiefer befassen möchte, viele wertvolle Anregungen und erschließt neue Zusammenhänge und Perspektiven. Wer wäre nicht begeistert zu hören, dass die Grippe-

wellen direkt mit dem Rhythmus der Sonnenflecken korrelieren und dass wiederum das Meteoreisen eine tiefe innere Beziehung zu Sonne und Erdengold aufweist. Das alles wird nicht nur gedanklich gut nachvollziehbar und einsichtig berichtet, sondern durch eine Fülle von Studiendaten belegt. Hier wird an einem Beispiel – dieser so weltbewegenden Krankheit – der Gang durch der Natur Examen durch- und vorgeführt. Und zu der Natur gehört nicht nur eine gediegene goetheanistische Anschauung, sondern auch die differenzierte Kenntnis der heutigen Naturwissenschaft und ihrer Studienergebnisse.

4. Indem man diesen Prozess mit- und nachvollzieht, lernt man exemplarisch und vorbildlich die methodische Vorgehensweise der Anthroposophie kennen: Aus dem Studium vieler, vieler Fakten (im Sinne Einsteins Transspiration statt Inspiration) verdichtet sich ein lebendiges Bild, das wesenhaft werdend die Grundlage für therapeutische Ideen gibt, die dann wiederum mit Heilermut und Liebe zum Detail in Handlungen umgesetzt werden können.

Gerade derjenige, der mit einer gewissen Skepsis dieser Medizinrichtung gegenübersteht, wird dankbar erleben, dass der Autor selbstverständlich mit Signifikanzen, NNT und Metaanalysen vertraut ist, was wiederum ein Vertrauen zu denjenigen Schilderungen schafft, die sich dem Neuling nicht auf den ersten Blick erschließen. Wie gründlich und sorgfältig die Recherche zu dem Buch war wird deutlich, wenn man erfährt, dass der Autor an einem Punkt, wo er Zweifel an den öffentlich zugänglichen Informationen hegte, direkt mit Studienautoren in den USA korrespondierte.

So ist dieses Buch neben dem so lehrreichen Inhalt auch ein muster-gültiges Methodenbeispiel für Anthroposophische Medizin. Man kann ihm, welches neben dem eindrucksvollen Inhalt mit einem ansprechenden Layout, humorvollen Karikaturen und schönen Fotos auch das Auge bedient, nur die größtmögliche Verbreitung wünschen sowohl bei Kollegen als auch ihren PatientInnen. Und da es gegenüber der Erstauflage vom Volumen (auf fast das Doppelte) und

von der Aufmachung kräftig zugelegt hat, ist es auch für Besitzer der Erstauflage interessant.

Dr. Markus Karutz  
Lothringer Straße 40  
D-50677 Köln

### **Martin Ingbert Heigl: Artemis – Eurythmie, Sprachgestaltung und Philosophie der Freiheit.**

Mit einem Geleitwort von Margarethe Solstad  
*ARTEMIS – Eurythmie, Sprachgestaltung und Philosophie der Freiheit*  
Zu beziehen unter: [www.widar.de](http://www.widar.de)  
[Martin-Ingbert.Heigl@gmx.de](mailto:Martin-Ingbert.Heigl@gmx.de)  
24,80 € (kostenfreier Versand in Deutschland). ISBN 3772550460

In diesem Buch fasst der als Sprachgestalter und Heileurythmist im Therapeutikum Ulm tätige Autor drei unabhängig voneinander verfasste Studien zusammen: Sprache und Kunst – Eurythmie, Sprachgestaltung und Philosophie der Freiheit – Ephesos und Patmos.

Man merkt dem Werk an, dass es in einem längeren meditativen Umgang mit der Thematik entstanden ist und in mehreren Teilschritten entstand. Dabei bemerkt der Autor selbst, wie er das, was er zunächst mehr gedanklich-innerlich über das Wesen von Sprache (und der „sichtbaren Sprache“ Eurythmie) erfasst hat, dann im Äußeren in Patmos, Ephesos und ihrer Beziehung zu Artemis fand. So wird schon hier ein Grundmotiv angeschlagen, das das ganze Buch durchzieht: Das tätige Von- innen- Erschaffen und das wahrnehmende Von- außen- Empfangen verschmelzen zu einer Einheit.

Der Stil der ersten beiden Studien ist nicht leicht eingängig. In meditativer Gedankenarbeit kreist der Autor um sein Thema und fordert den Leser dazu auf, innerlich aktiv mitdenkend mitschöpferisch zu werden.

So ist man unvermerkt mitten darinnen in dem, was der Autor sich als Ziel gesetzt hat: in einer Zeit, wo der unreflektierte, nachahmende Vollzug des von Steiner Gegebenen zunehmend nicht mehr trägt, aus eigener innerer Aktivität einen Weg zu finden

zu den schaffenden, bildenden Kräften, die in den neuen Künsten wirksam sind. Hierbei gilt es, vollbewusst einen Weg der Mitte zu gehen zwischen dem Erstarren in Konventionen und einer willkürlich-subjektiven Neuinterpretation der gegebenen Anregungen, wie sie heute hier und da zu beobachten sind. In eigenständiger Gedankenbildung, die sich gern durch Steiners Angaben anregen lässt, wird hier ein ernstzunehmender, geglätteter Versuch vorgelegt.

Der Ausgangspunkt für Heigl ist das Wesen des Gespräches als wesentliche Erscheinungsform der Wortkraft. Wie in diesem urbildlich das Schöpferische in einem mittleren zwischen zwei Polen erscheint, so kann das Wesen der Kunst überhaupt und der neuen Künste im Besonderen in solch einem Verbindenden, Vermittelnden gefunden werden. Das geschieht, wenn das, was sonst getrennt in der Welt auftritt, Wahrnehmen und Handeln, bewusst so zur Einheit verschmelzen, dass ein wahrnehmender Wille, ein wollendes Wahrnehmen vom Ich des Menschen aus erübt und erlernt werden. Das wiederum wurde methodisch durch Steiner in der Philosophie der Freiheit zunächst für das Denken, welches sich selbst beobachtet, dargestellt. Die Verwandtschaft zwischen diesem sich selbst beobachtenden Denken, in welchem der Mensch bereits in die Sphäre der ätherischen Wirkenskräfte eintritt, und dem zeitgemäßen Kunstschaffen wird so herausgearbeitet. Das ist dann Grundlage für eine Vielfalt von Gesichtspunkten, die dieses Grundmotiv „verdichten“ und anreichern, Aspekte der Sinneslehre, des eurythmischen Tierkreises, der Physiologie des Kehlkopfes, der Polarität von Kehlkopf und Ohr u. v. m. Dabei geht der Autor bei aller Gedanklichkeit durchaus künstlerisch vor. Die Gedanken werden nicht linear entwickelt, sondern kreisen um ihr Thema und stützen und beleuchten sich gegenseitig und immer wieder muss der Leser selbst nicht ausgeführte Zwischenschritte selbst machen, um im Prozess bleiben zu können.

Hat man die ersten beiden Teil mit einiger innerer Kraftaufwendung erarbeitet, so wird einem im dritten Teil

eine wunderbar anschauliche Studie zur Wesenspolarität von Patmos mit seiner salinischen Qualität und dem sulfurischen Ephesos vorgelegt. Im Zusammenwirken dieser irdischen Wirkensorte des Johannes geben sie die Möglichkeit zur Entstehung von Apokalypse und Johannesevangelium. Dass die Inkarnation der Logoskünde so polare, aufeinander bezogene Orte benötigte, wird einleuchten, wenn man die vorangegangenen Ausführungen über das Wesen des Wortes als eines Merkurialen, eines Mittlers zwischen zwei polaren Phänomenen kennen gelernt hat. So wird aus diesem Aspekt des Logoswirkens ein tief berührender, nicht ausgesprochener, aber im Hintergrund erfahrbare Aspekt von Sprachgestaltung und Eurythmie als zentral christlicher Kunst erfahrbar. Schön herausgearbeitet wird, wie in Ephesos, dem zentralen Mysterium des Wortes, in dreifacher Weise das Wesen des Hervorbringens, schöpferisch Gestaltens und vermittelnd Ins-Gespräch-Bringens erscheint: leiblich-ätherisch als die Urmutter Kybele, seelisch-ätherisch als die Artemis und geistig-seelisch als Maria. Dass dies der Ort war, wo das Mysteriengeschehen zentral im Gespräch zwischen Schüler und Lehrer real entstand, wird zwar nicht erwähnt, ist aber aus dem Dargestellten sofort ersichtlich, ebenso wie der Bezug zur zweiten Strophe der Grundsteinmeditation. Schließlich wird in liebevoller Detailbetrachtung die Gestalt der Artemis in ihrer Beziehung zu den vier Ätherqualitäten und damit zu der Wirkenssphäre, in der die beiden Künste zunächst angesiedelt sind, erfahrbar.

### **Wem kann das Buch ans Herz gelegt werden?**

Zunächst überzeugt es als ein ganz eigenständiger Versuch, Grundlagen für ein Verständnis der Eurythmie und Sprachgestaltung sowie ihrer inneren Beziehung zueinander zu erarbeiten so, dass sie gerade für den Nicht-Künstler nachvollziehbar werden. Es ist damit ein Brückenschlag zwischen einer mehr gedanklichen Welterfassung und einem künstlerischem Drinnenstehen im Leben versucht und an vielen Punkten gelungen. Damit

schafft es ganz allgemein Gesprächsmöglichkeit zwischen Menschen, die verschiedene Zugangsmöglichkeiten zur Welt haben. So kann es jedem empfohlen werden, der sich mit den Grundlagen und Wirkprinzipien der beiden Künste, aber auch einer zeitgemäßen Kunstauffassung überhaupt beschäftigen möchte.

Als Arzt in einem Therapeutikum kann man täglich erleben, wie zentral wichtig es ist eine gemeinsame Sprache zu üben zwischen Ärzten, Eurythmisten und Kunsttherapeuten und dabei wirklich ins Gespräch zu kommen. Dafür kann dieses Buch eine gute Grundlage sein. Aber auch für den Arzt, der sich ein tieferes Verständnis für die von ihm verordneten künstlerischen Therapien bzw. der Heileurythmie erarbeiten möchte, kann dieses Buch hilfreich sein.

*Dr. Markus Karutz  
Lothringer Straße 40  
D-50677 Köln*