De ene hooggevoeligheid is de andere niet:

levende samenhangen in de menselijke constitutie

Voordracht door Zoltán Schermann gehouden op zaterdagmorgen 30 november 2019

**lnleiding**

Ik zou u een vraag willen stellen: wie van u knipt de etiketjes met de wasvoorschriften en de merkjes uit de kraag van de kleding?

Het begrip hooggevoeligheid of hooggevoelig persoon is in 1996 geïntroduceerd door Elaine Aron. Zij geeft daar een definitie aan die ik even wil voorlezen: "Een hoogsensitief persoon heeft een aangeboren temperament met de strategie om infor­matie zorgvuldig te verwerken alvorens te handelen. Dat resulteert in een besef van subtiele verschillen en in snel overprikkeld raken," Zij presenteert daarbij een lijst met 23 tekens of symptomen die in die richting wijzen. Het uit de kleding knippen van etiketjes is niet een symptoom uit haar lijst, maar het zou er zomaar in kunnen staan. Het is uitdrukkelijk niet mijn bedoeling om de visie van Elaine Aron te bespre­ken. Waar het mij vooral om gaat is onder uw aandacht te brengen dat het gebruike­lijk is om een diagnose te stellen vanuit een lijst met klachten en verschijnselen. Hoe meer verschijnselen of klachten je uit de lijst hebt, hoe zekerder de diagnose is. De diagnose wordt gesteld aan de hand van lijstjes.

Ik hen van mening dat hoogsensitiviteit een beschrijvende term is en geen diagnose. Hetzelfde rijtje klachten kan vanuit de constitutie bekeken allerlei achtergronden hebben. De symptomen alleen maken niet de diagnose. Er zijn hoogsensitieve mensen die heel goed functioneren. En er zijn ook hoogsensitieve mensen die eigenlijk alleen maar aan de zijlijn kunnen staan. Waar ligt het verschil?

**Methode van de hart-auscultatie**

In de loop van mijn verhaal wil ik een aantal concrete voorbeelden proberen te beschrijven. Misschien stel ik uw aandacht daar een beetje mee op de proef. Bij deze beschrijvingen wil ik uitgaan van mijn waarnemingen van de wezensdelenconstella­ie. Op welke manier stel ik die diagnose? Dat doe ik aan de hand van de zogenaamde hartauscultatie, het luisteren naar de harttonen. Deze methode is ontwikkeld door de Zwitserse antroposofische arts Kaspar Appenzeller (1927­-1999 ). Wat is deze methode concreet, in een paar woorden? Ik luister met de stethoscoop naar de harttonen op

diverse plekken op de borstkas. Waar het bij deze methode om gaat, is het gegeven dat het hart een waarnemingsorgaan is. Het hart is altijd, voortdurend, dag en nacht, verbonden met de hele mens. In het hart komt alles wat zich in de mens afspeelt samen. Dit is een voortdurende bezigheid van het hart. Alles wat het hart waarneemt, kun je terughoren aan kwaliteiten van de harttonen. De hele mens wordt samengevat in het werken van het hart. Door met een ander oor naar de harttonen te luisteren, ontstaat er een gedifferentieerd beeld van de wezensdelen en van het werken van de organen. Op dit moment kan ik hier niet dieper op in gaan, dat zou te ver voeren, maar ik wilde het wel noemen. De diagnose die ik stel, komt voort uit reële waarne­mingen. De behandeling stoelt op het wezensdelenbeeld.

Ik wil er nog één ding aan toevoegen. Alles wat Kaspar Appenzeller heeft ontwikkeld, is gebaseerd op wat Rudolf Steiner gebracht heeft. Je kunt alles wat hij heeft uitgewerkt letterlijk bij Steiner terugvinden. Het is mij, door het beoefenen van deze methode, ook heel duidelijk geworden, dat je alles wat Steiner beschrijft niet letterlijk genoeg kunt opvatten. Hij spreekt geen beeldtaal, hij bedoelt wat hij zegt concreet. Alleen is dat niet gemakkelijk om te verwoorden.

**Voorbeelden**

Aan de hand van voorbeelden wil ik vier verschillende wezensdelenconstellaties beschrijven. Deze voorbeelden gaan over reële mensen, over reële situaties. Ik heb het alleen zodanig veranderd of aangepast, dat de persoon zich er niet in kan herkennen. Voor ik met het eerste voorbeeld begin, wil ik een aantal menskundige uitgangspun­ten benoemen. Rudolf Steiner beschrijft bij diverse gelegenheden het verband tussen orgaanwerkingen en zielenprocessen. Je zou kunnen zeggen: orgaanwerkingen kleu­ren de ziel en zielenkwesties beroeren en beïnvloeden de organen. Rudolf Steiner zegt dat heel letterlijk: "Zielenproblemen moet je benaderen vanuit de organen en ziekten moet je benaderen vanuit de ziel:' Niet in de zin van: je bent ziek geworden, omdat je dat en dat fout gedaan hebt. Dat is een oordeel. Waar het in dit verband om gaat, is dat het astraallichaam de ziekmaker is. Een storing in het orgaanwerken uit zich in deze zin in de ziel, maar ook lichamelijk. Met een storing in het orgaanwerken, die ik nu bedoel, gaat het niet om ziekten in strikte zin. Een ziek orgaan geeft bepaalde medische symptomen, terwijl een balansstoring van een orgaan heel andere lichame­lijke symptomen geeft. Het orgaanwerken toont zich dus in de ziel en in lichamelijke verschijnselen.

Ik wil het nog een keer anders formuleren. Het bewustzijn dat we hier op dit moment hebben, zoals u hier in de zaal zit, is het dagbewustzijn dat we ontlenen

aan het verbonden zijn met ons lichaam. Wanneer je slaapt, ben je ergens anders. Je hebt daar ook een bewustzijn. Alleen, als je wakker wordt, heb je daar geen herinnering aan. Je dagbewustzijn ontstaat op het moment dat je je lichaam binnentrekt. Dat betekent dus ook dat het bewustzijn dat we hier hebben, steunt op de lichame­lijkheid. Het wordt niet door de lichamelijkheid veroorzaakt, maar het steunt erop. Het lichaam is bewustzijnsinstrument. Dit houdt ook in dat de gestemdheid van het instrument van invloed is op de "muziek" die eruit komt. Als je organen niet goed gestemd zijn wordt de muziek dissonant. Ik zou als beeld durven zeggen: je kunt nog zo'n goede muzikant zijn, maar met een ontstemd instrument is het toch moeilijk om goede muziek te maken. In die situatie moet je je instrument stemmen in plaats van nog harder te proberen goede muziek te maken.

Het tweede punt wat ik wil noemen gaat over het verteren van de voeding. Het verteren van de dagelijkse voeding die je opeet, is eigenlijk maar de eerste stap van een heel proces. De materiële voeding die je opeet, proef je, kauw je, het wordt opge­lost in maagzuur, de alvleesklier speelt daar een rol bij, de gal speelt er een rol bij en de darmen spelen er een rol bij enzovoort. In wezen wordt de voeding helemaal afgebroken. De voeding wordt gedood, zou je kunnen zeggen. [afbeelding1 links] Als de voeding geheel verteerd is, gedood is, van zijn eigenheid is ontdaan, dan kan het opgenomen worden. Als het opgenomen wordt via de darm in de lymfe, en in de bloedstroom terecht komt, gebeurt er eigenlijk al iets mee wat zich aan de biochemie onttrekt. Het gebeurt voorbij de biochemie. Wat er gebeurt is dat de voeding levend wordt. De voeding krijgt letterlijk leven. De voeding ondergaat een dimensiesprong en wordt in het leven opgenomen. De voeding wordt geëtheriseerd. Het etheriseren van de voeding, het levend maken en het laten deelnemen, gebeurt onder invloed van het hart en de longen. Die spelen in het verborgene een essentiële rol in het



Afbeelding 1

levend maken van de voeding. Deze geëtheriseerde voeding wordt in een volgende stap verder opgewerkt. Het wordt opnieuw getransformeerd. Het ondergaat weer een dimensiesprong. De voeding wordt geastraliseerd. De voeding wordt in het astraalli­chaam opgenomen, wordt naar het astraallichaam opgewerkt. Dit astraliseren van de geëtheriseerde voeding is een belangrijke taak van de nieren. Je zou kunnen zeggen dat de geëtheriseerde voeding die geastraliseerd is, vanuit de nieren uitstraalt. Rudolf Steiner noemde dit de nierstraling. De nierstraling is iets wat te maken heeft met het astraliseren van de voeding.

Hier zie je als het ware de geëtheriseerde voeding stuwen [afbeelding1 rechts, groen], hier springt het om en straalt het uit [afbeelding1 rechts, violet].

**Eerste voorbeeld**

Het eerste voorbeeld gaat over een 47­jarige vrouw. Zij heeft al heel lang klachten, vooral buikklachten en moeheid. Ze heeft als regel buikpijn na het eten. Ze heeft al van alles geprobeerd via verschillende vormen van geneeskunde, maar de klachten komen steeds terug. Allerlei testen en onderzoeken, zowel regulier als alternatief, bie­ den geen enkele verklaring voor haar klachten. Alles is "goed': Ze heeft ook allerlei diëten uitgeprobeerd, zonder duidelijk resultaat. Het is ook zo, dat het met de buik de ene dag heel goed kan gaan en de volgende dag kan het weer helemaal mis zijn.

Deze vrouw is zeer creatief. Ze heeft een uitgesproken gevoel voor kunst en muziek. In haar werk kan ze die creativiteit heel goed uitleven. Ze heeft wel al twee keer een burn-out gehad. En ze is daarna nooit meer helemaal de oude geworden. Deze mevrouw is ook zeer sensibel voor onrust. Ze kan eigenlijk alleen maar wer­ken als ze alleen is. Drukte en veel geluiden leiden haar zeer af. Ze heeft ook een erg gevoelige huid, veel jeuk en drukplekken en als kind heeft ze eczeem gehad. Haar lichaamsbouw is zeer slank, met een spits gelaat. Ze heeft in haar manier van doen de neiging heel verstandelijk te reageren, maar het heeft ook een angstige ondertoon. Ze woont alleen, ze heeft haar rust nodig. Voortdurend iemand om haar heen zou ze niet kunnen verdragen.

Het wezensdelen beeld bij de hartauscultatie toont vooral een uitgesproken balans­ storing van het niersysteem. Met name de nierstraling is buitengewoon zwak. De ove­rige organen tonen geen bijzonderheden en de verankering van haar astraallichaam en ik­-organisatie aan het fysiek­-etherische is goed. Op dit laatste kom ik nog terug bij de volgende voorbeelden.

Wat kunnen we aan dit beeld opmerken? Dit voorbeeld gaat over de situatie waarbij

er sprake is van een disbalans van het niersysteem. Dit gaat dus niet over een orgaan­ ziekte. Zoals ik al zei, een orgaanziekte geeft bepaalde medische klachten. Een disba­lans in het orgaan toont zich niet in medische klachten maar in andere verschijnselen. Het orgaanbeeld toont zich in een patroon van lichamelijke tekens en tekens in de ziel. In lichamelijke zin kun je diverse verschijnselen opmerken aan deze balanssto­ring. Er is vaak sprake van een overgevoelige huid. Dat leidt dan tot eczeem, prik­kelgevoeligheid, en een snel geïrriteerde huid. Rugklachten aan de onderrug hebben ook vaak iets met de nieren te maken. Wat je er ook vaak bij kan opmerken is dat die mens een overdreven goed gehoor heeft. Die hoort alles, ook wat misschien niet zo nodig is om te horen.

Aan de andere kant, wat ook opvalt, is dat er vaak moeilijkheden zijn met het

verteren van de voeding. Bij deze vrouw is dat duidelijk ook het geval. Zoals ik al beschreef, wordt de voeding eerst verteerd, dan levend gemaakt, geëtheriseerd, en dan geastraliseerd. In de situatie van dit voorbeeld, zie je dat het astraliseren van de voeding niet goed tot stand komt. Er is sprake van een soort stuwing. En deze stag­ natie, deze stremming leidt ertoe, dat je als het ware een beetje vergiftigd wordt door gewone normale voeding. Dit is niet een allergische reactie. De oorzaak ligt ook niet bij specifieke voedingsmiddelen. Het gaat er meer om dat de gesteldheid de voeding niet goed kan verwerken. De voeding kan niet helemaal "eigen gemaakt" worden. Daarom vind je ook niets, wanneer je allergietesten gaat doen. Een dieet maakt hier ook niet echt een verschil. Natuurlijk verwerk je bepaalde soorten voeding gemak­kelijker en andere moeilijker, maar het punt zit daar niet. Deze constellatie vindt zijn oorsprong vaak in de eerste zevenjaarsfase.

Terzijde: deze stuwing kan ook leiden tot hartklachten. Als je er vanuit gaat dat de etherisering plaatsvindt vanuit het hart, dan kun je je voorstellen dat als het bij de nie­ren stuwt, het dan terugwerkt op het hart. Het hart wordt onder druk gezet. Er ont­staan hartklachten [afbeelding1 rechts pijl omlaag]. Er is met het hart niets mis, maar er toont zich iets aan het hart. Een tekort aan nierstraling kan aan de andere kant ook resulteren in oogklachten [afbeelding1 rechtspijl omhoog]. Dat zie je in de regel niet bij kinderen, maar vooral op volwassen leeftijd. Ieder orgaan heeft de nierstraling nodig, maar het hart en de ogen tonen vaak verschijnselen bij een tekort daaraan.

Inde ziel toont zo'n balansstoring van het niersysteem zich in de vorm van angst. Het gaat dan in de regel niet om een duidelijke angst, zoals bijvoorbeeld fobische angst voor honden of voor liften. Het is eigenlijk een angst die meer te maken heeft met je veilig of onveilig voelen. Het is een angst die ervoor zorgt dat je je heel erg opent naar

de omgeving. Je bent eigenlijk voortdurend de omgeving aan het scannen. Je wordt

'overalert’. Er ontstaat een overmatige alertheid op de omgeving. En deze 'overalertheid' op de omgeving leidt er dan toe dat je voortdurend alles waarneemt, alles komt binnen.

Ik wil het nog een keer samenvatten. In dit voorbeeld is er sprake van een zwakte van de nierstraling. Dit toont zich in beginsel in klachten van de huid en in het niet goed kunnen verwerken van de voeding, omdat het astraliseren niet goed tot stand komt. En het toont zich in een angstige ondertoon in het gevoel die iets met je onveilig voe­ len te maken heeft. Daardoor ontstaat er een overgevoeligheid op de omgeving door een voortdurende alertheid.

**Tweede voorbeeld**

Het gaat om een 46­jarige vrouw. Zij heeft sedert jaren hardnekkige klachten. Een belangrijke klacht is buikpijn vooral in de bovenbuik en ook regelmatig hartkloppingen. Zij is uitvoerig medisch onderzocht bij verschillende specialisten. Alles is goed. Heel opvallend is dat bij haar de buikpijn toeneemt tijdens het eten. En wat ze ook opmerkt is dat het eigenlijk al bij de eerste hap is. Dus op het moment dat ze iets in de mond neemt, treedt meteen buikpijn op. Wat ook opvalt is dat ze veel pijnklach­ten heeft in de spieren en de pezen, vooral van de schoudergordel. Dat is zodanig dat zelfs een zachte aanraking al pijn geeft. Stevig beetpakken verdraagt ze eigenlijk beter dan zacht aanraken. Ze was als kind al overgevoelig. Als baby was ze klein en mager, ze had een gevoelige huid en eczeem. Slapen gaat niet goed, ze wordt 's nachts vaak wakker. Ze moet erg uitkijken met naar films kijken. Als ze 's avonds naar een film kijkt die niet goed valt, dan is ze zomaar de hele nacht bezig met het verwerken van de beelden. Als laatste punt valt het erg op dat ze gevoelig is voor wind en tocht, vooral aan nek en schouders.

Het bij de auscultatie waargenomen wezensdelenbeeld heeft als opvallend ken­ merk een balansstoring in het gebied van de longen. Er is sprake van een ademstoring. Het astraallichaam heeft zich niet ten volle verbonden met de longen. Het beeld toont daarnaast een zekere zwakte van de nieren, maar dat zit meer op de achter­ grond. Het accent ligt op de longen.

Rudolf Steiner spreekt in de heilpedagogische cursus over het aarderijp worden rond het veertiende jaar. De lichamelijkheid wordt elke zeven jaar volledig vernieuwd. En als dat voor de tweede keer is gebeurd, wordt de opgroeiende mens aar­derijp. Niet alleen maar geslachtsrijp. De geslachtsrijpheid is een onderdeel van het aarderijp worden. Bij het aarderijp worden, hoort ook ademrijpheid. De ademrijp­heid heeft te maken met het gaandeweg belichamen, je zou ook kunnen zeggen met het inademen van het astraallichaam. In de tweede zevenjaarsfase is het een van de natuurlijke gangen in de kinderlijke ontwikkeling dat het astraallichaam belichaamd wordt in de adem, in de longen. Als het belichamen van het astraallichaam in de lon­gen niet volledig plaatsvindt, blijft een deel van het astraallichaam buiten.

Gewoonlijk heeft het astraallichaam dezelfde contouren als het fysieke lichaam. Het astraallichaam wordt als het ware door de lichaamsmaterie afgeschermd. Als het astraallichaam deels buiten het lichaam blijft, dan is dat gedeelte onbeschermd. Dat onbeschermde gedeelte ligt in de regel over de schouders. Dat zit ongeveer zo [afbeelding 2 oranje]. Het astraallichaam zit niet vanbinnen, het ligt erop. Als dit de situatie is, dan kan er een uitwisseling plaatsvinden tussen het astraallichaam en de omgeving, maar buiten de zintuigen om. Er is eigenlijk sprake van twee vormen van bewustzijn. De ene vorm van bewustzijn bedient zich van de zintuigen en de tweede vorm van bewustzijn bedient zich van het open gedeelte van het astraallichaam. Deze openheid, dit onbeschermd zijn, geeft een voortdurende uitwisseling met de omgeving, met de natuur, met de medemensen. Maar ook met alle prik­kels en indrukken en ook bijvoorbeeld wind en tocht.

Ook bij deze situatie kan er sprake zijn van een verteringszwakte. Zoals eerder besproken moet de voeding geëtheriseerd worden. Het etheriseren gebeurt via het hart. Het hart ethe­riseert. De longen, de adem, dragen ertoe bij dat de geëtheriseerde voeding geschikt wordt om in de lichamelijk­heid opgenomen te worden. Het hart etheriseert en de longen verdelen het over het lichaam. Wanneer deze acti­viteit van de longen niet goed gebeurt, leidt dit ook weer tot het niet goed kunnen hebben van voedingsmid­delen, zonder dat er sprake is van een echte allergie.

Afbeelding 2

Het etheriseren komt eigenlijk onmiddellijk op gang. Meteen bij het proeven begint het etheriseren al en daarom kunnen klachten die daaraan gerelateerd zijn onmiddellijk optreden.

De gevoeligheid voor pijn behoeft nog een andere uitleg. Als het astraallichaam zich goed verbonden heeft met de longen, komt het naar binnen via de longen en verdeelt zich van daaruit in de lichamelijkheid. Bij een ademstoring in de hier beschreven zin, gebeurt dat onvoldoende. In de normale situatie is het beeld zo [afbeelding3 blauw]. Als het astraallichaam niet helemaal verankerd is in de longen, dan zit er een stuk hier aan de buitenkant [afbeelding3 oranje]. Het astraallichaam pakt het lichaam dan rechtstreeks van buitenaf in plaats van dat het van binnen vult. Dit kan zich uiten in een overgevoeligheid van de huid en de spieren.

Dan nog de hartkloppingen. Dat heeft in deze situatie niet met haar nieren te maken, maar met het gegeven dat de hartslag tot stand komt in de ontmoeting tussen de bloedstroom en de adem. De bloedstroom en de adem reiken elkaar de hand. Als er sprake is van een ademstoring heeft dat direct zijn weerslag op het hart, zonder dat het hart fysiek iets hoeft te mankeren.

Ik vat het samen. Het gaat om een vrouw die een hooggevoeligheid heeft die te maken heeft met haar longen. In haar tweede zevenjaarsfase is de ademrijpheid, het beli­chamen van het astraallichaam, in het longgebied niet goed tot stand gekomen. Het astraallichaam blijft deels buiten het lichaam en is daar­ door onbeschermd en overgevoe­lig. Het verwerken van de voeding wordt gehinderd, waardoor er ver­teringsklachten zijn. Door het te weinig vanbinnen, maar het teveel van buiten werken van het astraal­ lichaam ontstaat er een overgevoe­ligheid voor pijn.



Afbeelding 3

Verbinding van de hogere wezensdelen met het fysiek-etherische Voor ik overga naar het derde voorbeeld, wil ik nog iets meer zeggen over wat ik bij het eerste voorbeeld al heb genoemd, namelijk de verbinding van de hogere wezens­ delen met het fysiek­etherische. Willen de hogere wezensdelen werkzaam kunnen zijn in de lichamelijkheid, dan dienen die wezensdelen op verschillende punten con­tact te maken. Ze moeten de lichamelijkheid als het ware pakken. Een immaterieel, geestelijk iets kan niet in de fysieke werkelijkheid werken, als het de lichamelijkheid niet pakt. Zoals ik al beschreef, heeft die verbinding met de organen te maken, maar bijvoorbeeld ook met de hormoonklieren en het bloed. Maar een belangrijke andere brug voor het astraallichaam is het zenuwstelsel. Het astraallichaam hecht zich aan de zenuwen van de rug. Het astraallichaam verankert zich in de onderrug [afbeelding 2 violet]. Deze hechting, deze belichaming van het astraallichaam in het zenuwstelsel gebeurt in de derde zevenjaarsfase. Als dit in onvoldoende mate tot stand komt dan blijft opnieuw het astraallichaam gedeeltelijk buiten het lichaam. Het lijkt een beetje op de voorgaande situaties, maar het heeft toch een ander karakter. Op zich leidt deze situatie natuurlijk ook tot een onbeschermdheid en tot een openheid naar de omge­ving. Maar mensen die dat hebben, hebben vaak ook helderziende belevingen. Het kan aanleiding zijn tot een bepaalde vorm van helderziendheid of imaginatieve beel­den. Punt is daarbij dat deze waarnemingen zeer reëel zijn en waar, maar deze mens heeft daar geen controle over. Het overkomt die mens, er is geen sturing over. Als dit in zeer extreme mate plaatsvindt, kan het ook aanleiding zijn tot meer psychiatrisch getinte verschijnselen. Dis is dus op bepaalde punten anders dan in het longbeeld.

**Derde voorbeeld**

Het gaat om een 52­jarigevrouw. Zij heeft een aantal klachten, lichamelijk en zielsmatig. Lichamelijk is er sprake van een behoorlijke hooikoorts. Zij heeft veel pijnklach­ten in de spieren, meer vanbinnen dan van buiten. Die klachten zijn beoordeeld als fibromyalgie. Ze kan vaak niet stoppen met het eten van suikerhoudende producten. Slapen gaat niet goed, ze slaapt heel licht en wordt van het minste wakker. Ze kan ook niet tegen wifi­straling. Het modem moet zeker uit, anders komt ervan slapen niets terecht. De draadloze telefoon is allang het huis uit en ze heeft ook last van de tele­foon van de buren. Die vinden dat onzin. Haar stemming is wisselend, maar toch wel vaak aan de sombere, pessimistische kant. Zij kan zich herinneren dat ze vanaf haar dertiende jaar regelmatig een soort gevoel van vervreemding had. Alsof zij de wereld alleen als toeschouwer kon benaderen. Soms ook zelfs als door een omgekeerde ver­rekijker, waarbij het beeld ver weg en klein lijkt. Zij krijgt haar leven niet geordend.

Het lukt allemaal niet zo goed. Ze kan haar werk niet behouden. Zij meldt zich steeds weer ziek. Zij is regelmatig helemaal in de bonen, zoals zij dat zelf noemt. Maar er zijn ook periodes dat het heel goed gaat. Ze wordt door de buitenwereld op verschillende manieren beoordeeld. De een zegt: "Je hebt een heel groot probleem" en de ander zegt: "Eigenlijk kan je alles best wel:” Wat haar ook wel overkomt is dat ze, als ze rustig op de bank zit, ineens naast zich een kabouterachtig wezen ziet en daar kan ze dan behoorlijk van schrikken.

Het wezensdelenbeeld toont geen duidelijke orgaanstoringen. Het meest opvallend in het beeld was de onstabiele verbinding van het astraallichaam met het zenuwstelsel. Het beeld toont vooral het gegeven dat het astraallichaam hier [tekening2 violet] loskomt. Het schiet omhoog.

Wat toont dit beeld? Eigenlijk kun je alleen met en in een fysiek lichaam deelnemen aan de materiële wereld. Als het astraallichaam te weinig verankerd is in het zenuw­ stelsel kun je eigenlijk niet goed deelnemen. Daarmee samenhangend krijgen ideeën, impulsen en strevingen moeilijk vorm. Aan de andere kant is er ook sprake van een uitgesproken gevoeligheid, vaak ook voor fysische invloeden zoals straling. Maar ook hooikoorts is een veelvoorkomend verschijnsel daarbij.

Voor de duidelijkheid: hooikoorts kan ook allerlei andere oorzaken hebben, dus dit is niet de enige oorzaak. Dit geldt ook voor psychiatrische verschijnselen. De symptomen maken niet de diagnose.

Als het astraallichaam te ver loskomt, te veel stijgt, dan kan de gesteldheid bepaalde correctiemaatregelen toepassen om erger te voorkomen. Het stijgende astraallichaam moet als het ware ballast krijgen. Het moet meer zwaarte krijgen. Een van de din­gen die zwaarte geven is depressie. De zwaarte van de depressie, van de somberheid, van het in jezelf keren, geeft ballast aan het astraallichaam; het astraallichaam wordt omlaag getrokken. Een andere vorm van compensatie is pijn. Pijn trekt het astraal­ lichaam dichterbij. In wezen is pijn ook het zich vastgrijpen van het astraallichaam.

Ik denk dat wanneer iemand zichzelf opzettelijk pijn doet ­automutilatie­ dit ook het effect heeft dat het astraallichaam dichterbij komt. Je zou dan kunnen denken dat voor die persoon op dat moment de pijn van de automutilatie nodig is om zichzelf niet helemaal te verliezen.

Suiker heeft in dit verband ook een interessante plaats. Want suiker trekt de

Ik­-organisatie meer naar binnen. Zolang de suiker niet is uitgewerkt, geeft dat een prettiger en beter lichaamsgevoel. Terwijl alcohol, drugs en wiet juist een omgekeerd effect hebben. Die drijven de wezensdelen uit elkaar. Zodoende zijn dit soort spullen voor mensen die zo in elkaar zitten uit den boze. Sommige jongeren kunnen al na één joint voor maanden psychotisch zijn.

Samenvattend: het gaat om een vrouw bij wie het astraallichaam in de derde zeven­ jaarsfase te weinig is verankerd in het zenuwstelsel in de rug. Dit geeft aanleiding tot haar klachten van hypergevoeligheid voor de omgeving, hypergevoeligheid voor fysische factoren en voor allergenen. En het draagt er in hoge mate aan bij dat de persoon haar leven niet op de rit krijgt en niet goed kan deelnemen aan de wereld om haar heen.

**Het vierde voorbeeld**

Het gaat om een meisje van vijftien jaar. Ze zit op de middelbare school. Ze is vaak erg moe en koud. Ze heeft last van duizeligheid en ze ziet bleek. Er is een uitgebreid bloedonderzoek gedaan: er komt geen verklaring uit voort, alles is goed. Ze verzuimt veel van school. Een hele week school kan ze eigenlijk niet goed aan. Ook zij is zeer open en erg sensitief voor geluiden en geuren. De structuur van de voeding, het mondgevoel van het eten luistert zeer nauw, waardoor ze een niet al te beste eter is. Het lijkt er ook op dat ze emoties moeilijk kan verteren. Haar moeder zegt: "Vanaf haar geboorte heeft ze er al veel moeite mee gehad om op de aarde te zijn:' Moeheid is een rode draad in haar leven vanaf dat ze naar school gegaan is. Slapen is ook altijd een probleem. Ze kan moeilijk inslapen en ze slaapt erg licht. En ze heeft het snel koud. Ze is ook naar de kinderpsycholoog geweest, ze heeft de diagnose ADD gekre­gen. Ze gebruikt ook wel Ritalin, maar het helpt helemaal niets.

Ze komt op mij over als een rustig en zeer intelligent meisje. Ze kan haar dingen

heel nauwkeurig en precies verwoorden, als ze voelt, dat je geen oordeel hebt. Het contact met haar vind ik zeer goed.

Het wezensdelenbeeld vanuit de auscultatie is in wezen heel goed. Het orgaan­

beeld is gebalanceerd. De verankering van de hogere wezensdelen in de organen en in het zenuwstelsel is prima.

Hoe kunnen we dit beeld duiden? Tekens passend bij ADD hebben vanuit de constitutie bezien vaak te maken met de milt. Het beeld van de milt lijkt mij bij haar ech­ter geheel in orde. In wezen toont het orgaanbeeld geen eenzijdigheden. Met andere woorden: het is het beeld van een hooggevoelige aanleg die niet te maken heeft met een verstoring van het orgaanbeeld of het wezensdelenbeeld. ADD, stoornissen in het autismespectrum en verschijnselen passend bij een hooggevoelige aanleg liggen heel dicht bij elkaar. Dat wordt ook wel in de literatuur bevestigd. Afgaande op het constitutie beeld, lijkt het mij ook wel logisch dat de Ritalin niet helpt. Want vanuit de constitutie bekeken is er geen sprake van ADD hoewel het er wat betreft de verschijn­selen veel op lijkt. Dit meisje moet wat mij betreft dus niet een medische behandeling krijgen, want zij is uitstekend in orde. Ze moet eigenlijk vooral geholpen worden om met haar aanleg om te gaan. Als dat goed wil lukken dan vormt het zich om tot een talent. En de wereld heeft een grote behoefte aan sensibele mensen.

Dit meisje heb ik verwezen naar een coach die goed is met het trainen van vaardig­ heden bij hooggevoelige mensen. Terzijde, er stond onlangs een artikel in het NRC over hooggevoeligheid. Daar stond ook in dat een vrouw langdurig was behandeld voor ADD met Ritalin en dat dat uiteindelijk een foute diagnose bleek te zijn.

**Afsluiting**

Zoals je ziet, de mensen uit deze voorbeelden hebben klachten die erg op elkaar lijken. Eigenlijk moet je achter de verschijnselen kijken om tot de diagnose te komen.

*De bete­kenis van het woord diagnose zegt het eigenlijk al: "er doorheen weten':*

Door de krach­ten die in onze tijd, in de tegenwoordige tijd en in de maatschappij werken, worden er belemmeringen, hindernissen in ons ingeplant. Die hindernissen belemmeren ons om te leren achter de dingen te kijken. We hebben vooral geleerd om te denken in voorstel­lingen. Die voorstellingen zijn noodzakelijkerwijs ontleend aan de materiële werkelijk­heid. Maar de voorstellingen belemmeren zeer effectief de werkelijke beeldvorming.

Imaginatieve beelden beantwoorden op geen enkele wijze aan materiële voorstellingen. Voorstellingen zaaien twijfel ten opzichte van de geestelijke realiteit. De voorstellingen, het materiële denken, leidt tot twijfel. Wij zitten ook vol met vormen van afweer ten opzichte van de geestelijke wereld. We hebben angst ten opzichte van het wakker worden voor esoterie. In dit verband is het, denk ik, hoogstnoodzakelijk om te werken aan onze belemmeringen. Het is ook een esoterische wetmatigheid dat je bepaalde dingen niet in je eentje kunt ontwikkelen. Je hebt de ander ervoor nodig. Wat dat betreft ligt de ontwikkeling naar de toekomst in bepaalde vormen van samenwerking. Ik denk dat zich dan voor de antroposofische geneeskunde perspec­tieven openen waar we nu nog maar een vaag idee van hebben.

Dank voor uw aandacht.