

Stoffwechsel Blut / Wasser

Zu diesem Thema würde ich gerne aus der **Sicht der Geisteswissenschaften** Stellung nehmen.

Bereits in den **hippokratischen Krankenjournalen** wurde über die **Säftelehre** berichtet.

Die Säftelehre, ausgehend von der **griechischen Elementenlehre (Empedokles 490-430 v. Chr.)** spricht von 4 Säften, die sich **in den Blutgefäßen** befinden würden. Dies seien das **Blut** selbst, die **schwarze Galle**, die **gelbe Galle** und der **Schleim**.

Diese **Humoralpathologie** finden wir in den unterschiedlichsten Kulturen auch später wieder.

In Europa hielt sie sich bis in die Mitte des 19.Jh.. Ihre Hauptaussage: Die Ursache aller Krankheiten sei zurückzuführen auf eine fehlerhafte Zusammensetzung der Körpersäfte, v.a. des Blutes.

Die 4 Säfte:

Blut, Gelbe Galle, Schwarze Galle, Schleim

Die 4 Elemente:

Luft, Feuer, Erde, Wasser

Letztendlich geht es bei der Gesunderhaltung, nach Maßgaben der Humoralpathologie, um die **Ausgewogenheit der Säfte**, die sogenannte **Eukrasie**.

Folgerichtig gibt es bei der **Dyskrasie, also der Unausgewogenheit**, eine **Störung** innerhalb dieser **Säfte**, bzw. der Elemente.

Wie eingangs bereits erwähnt, lesen wir schon im „**Corpus Hippokratium**“, im „Die Natur des Menschen“, die dem Schüler und Schwiegersohn „**Polybos**“ des griechischen Arztes „**Hippokrates von Kòs**“ (**460-375 v. Chr.**), zugeschrieben wird, über die Säftelehre.

Der Arzt und Anatom „**Galenus von Pergamon**“, in der antiken, griechischen Stadt Pergamon, nahe der Westküste Kleinasiens (heutige Türkei) im Jahre 129 n.Chr. geboren und 216 n. Chr. in Rom gestorben, **führte die Temperamentenlehre und die Säftelehre zusammen**, d.h. er ordnete jedem der 4 Säfte ein Temperament an die Seite.

Bemerkenswert erscheint mir in diesem Zusammenhang, dass **Galenus** ausgerechnet in diesem Landstreifen geboren wurde, der für die Geistesgeschichte unseres Abendlandes von unschätzbare großer Bedeutung in ganz vielen Bereichen war.

Wir erinnern uns: das „**alte Ionien**“ gilt als **Ursprung des abendländischen Wissens** aus der griechischen Nation.

Auffällig ist zudem, dass **Galenus** in der „**ewigen Stadt**“ **Rom** gestorben ist. Rom stand als Sitz des Papstes im Zentrum der Geschichte und ist seit **1871 die Hauptstadt von Italien**. Diesem Italien, das im **Risorgimento** (ital.: Wiedergeburt/Wiederentstehung) wieder vereinigt wurde und u.a. auch heute noch **Sitz des Malteser- Ritterordens** ist. Der Malteserorden steht in der Kontinuität zu den ursprünglichen Hospital und Johanniter Orden, also Orden, die sich sehr für die Gesundheit und das Wohl der Menschheit eingesetzt haben.

Bereits der **volle Namen des Ritterordens**, in Bezug zur Medizin ist sehr interessant. Der volle deutsche Namen lautet „ **Souveräner Ritter- und Hospitalorden vom Hl. Johannes von Jerusalem, von Rhodos und Malta**“.

Aus **naturphilosophischer Sicht** können wir die **Elementenlehre** auch bei der Begriffsbildung von einerseits „**Seele**“ und andererseits „**Psyche**“ nachweisen. Ich darf an dieser Stelle zur Anregung u.V. auf Empedokles und **die Elemente Sonne –Wasser und Himmel – Erde** verweisen.

Weiterhin spricht man innerhalb des **Enneagramm** (griech.:ennea = neun; gramma = Punkt, Buchstabe) ebenfalls von den „**Übergangselementen**“ Feuer und Wasser. Sie sind die Orientierungspunkte für das Enneagramm. Feuer ist unten angeordnet, Wasser oben. Die Luft steht links und die Erde rechts. Damit stehen im Enneagramm die linke und die rechte Seite für die männlichen (Luft) und die weiblichen (Erde) Charaktere.

C.G Jung unterscheidet, ohne sich auf das Enneagramm zu beziehen, ebenfalls „**Animus**“ und „**Anima**“.

„**Heraklit**“ so nimmt man an, hat den Begriff „**Übergangselement**“ zum ersten Mal **geprägt**. „Heraklit von Ephesos“ (535 – 475 v. Chr.) war ein (ebenfalls) griechischer, vorsokratischer Philosoph aus dem **ionischen Ephesos**.

Doch zurück zu den „griechischen Lehren“ und deren näheren Definitionen und Ordnungen:

Die Qualitäten der 4 Säfte

Dem **Blut** wird „**heiß**“ und „**nass**“ geordnet.

Der **gelben Galle** „**heiß**“ und „**trocken**“

Der **schwarzen Galle** „**kalt**“ und „**trocken**“.

Dem **Schleim** „**kalt**“ und „**nass**“.

Säfte – Elemente – Temperamente – Geschlecht - Farbe

Saft: Blut

Element: Luft

Temperament: Sanguiniker

Geschlecht: männlich

Farbe: Rot

Saft: gelbe Galle

Element: Feuer

Temperament: Choleriker

Geschlecht: Übergangselement

Farbe: Gelb

Saft: schwarze Galle

Element: Erde

Temperament: Melancholiker

Geschlecht: weiblich

Farbe: Schwarz

Saft: Schleim

Element: Wasser

Temperament: Phlegmatiker

Geschlecht: Übergangselement

Farbe: Weiß

Temperamentenlehre (Galenus)

Blut („Sanguis“), **Sanguiniker** („sanguinisch“), heiter, Aktivität

Gelbe Galle („Cholé“), **Choleriker** („cholertisch“), erregbar, reizbar

Schwarze Galle („Melas Cholé“), **Melancholiker** („melancholisch“), nachdenklich, traurig

Schleim („Phlegma“), **Phlegmatiker** („melancholisch“), schwerfällig, Passivität

An dieser Stelle möchte ich kurz an **Empedokles** erinnern, der die Ansicht vertrat, **alle Dinge** seien **vergänglich** (im Unterschied zu Anderen, die manche Dinge als vergänglich, die anderen Dinge als unvergänglich definieren), **außer den Elementen**. Er meinte damit die Elemente **Sonne, Wasser, Himmel und Erde**.

Thales von Milet (vorsokratischer, griechischer Philosoph, 624 v. Chr.) meinte sogar das **Wasser als Urgrund allen Seins** zu erkennen.

Anaximenes (vorsokratischer, griechischer Philosoph 585 v. Chr.) sah demgegenüber die **Luft als Urgrund der Dinge**. Ob er sich wohl irrt?

Wenn nun Thales von Milet vom „Wasser als dem Urgrund allen Seins“, und er meint damit „**Archè**“, spricht, sollte man in Betracht ziehen, dass der menschliche, erwachsene Körper aus ca. 63% Wasser besteht. Demzufolge kann der Mensch sehr lange ohne Essen auskommen, jedoch nicht ohne zu trinken. Der Mensch hat einen täglichen Wasserbedarf von ungefähr 2-3 Litern, je nach seiner Größe. Bekommt er diese Menge nicht, kommt es zu einem Nierenversagen und somit zu einer Vergiftung des Körpers.

Dabei sollte uns jedoch trotzdem bewusst sein, dass mit **Archè das SEIN** und nicht das IST gemeint ist. **Das IST** (=der Körper und die Psyche auch im Sinne von „personal history“), ist jedoch dem SEIN (auch im Sinne von Seele) implizit.

Das **Element Wasser** „lebt“ von der IN-SICH Bewegung, das **Element Luft** „lebt“ von der Bewegung. Dies an dieser Stelle lediglich als einen der vielen Gedankenanstöße, die man sicherlich, wie **Anaximenes und Thales** es getan haben mögen, u.U. sogar kontrovers weiter disputieren könnte.

Nach der Säftelehre des **Hippokrates** schwanken die Körpersäfte, je nach **Jahreszeit**.

Im **Winter** nehme der Schleim durch die Kälte zu,
im **Frühjahr** sei zwar der Schleim noch da, jedoch nehme das Blut wegen dem Regen und der zunehmend wärmeren Tage zu,
im **Sommer** sei das Blut sehr stark, dabei nehme jedoch die Galle durch die Hitze zu,
im **Herbst** dann sei die Galle immer noch sehr stark, das Blut würde jedoch abnehmen;
d.h. die Galle sei im Sommer und im Herbst sehr stark.

Aristoteles und Galen vertraten hinsichtlich der Medizin eine sog. **monotheistische Weltansicht**, da sie davon ausgingen, dass die Natur vollkommen sei und dass es lediglich durch ein **Ungleichgewicht** der Elemente und ihrer Wirkung auf den Körper zu einer **Dyskrasie** komme. **Arzneimittel, Diätetik und chirurgischer Maßnahmen** bedürfe es, um zu der gewünschten **Eukrasie** zu kommen. Diese Meinung hielt sich übrigens bis ins 19. Jh., in welchem auf dieser Grundlage zum Beispiel noch „zur Ader gelassen“ wurde. Im Mittelalter übertrieb man es sogar teilweise so sehr mit dem **Aderlass**, dass manch gut gemeinte Behandlung letal endete.

Zur Diätetik:

Aus dem Mittelalter ist bis heute noch einiges zu diesem Thema überliefert. Auch die mittelalterliche Diätetik hielt sich weitgehendst noch an das Wissen der antiken Humoralpathologie. So sollte z.B. der Phlegmatiker seinen Fisch, der als kalt und nass galt, eher stark im Ofen backen und würzen so dass er als trocken und heiß zu verzehren sei. Schwein galt als heiß und feucht und so sollte der Sanguiniker sein Schwein am offenen Feuer gut garen.

Der Choleriker sollte aufpassen, dass er sein Fleisch nicht so stark würze und das Essen nicht so heiß esse, also auch mehr Fisch esse, den er aber ebenfalls nicht so stark erhitzen und wenig würzen sollte. Hier können wir gut sehen, dass die gesunde Esskultur im Mittelalter mehr Wert auf die Zubereitung der Speisen legte, als auf deren Geschmack.

Eine **ausgewogenen Kost** erkannte man damals daran, dass sie als **warm und feucht** einzustufen, also nicht zu heiß, nicht zu trocken, nicht zu nass und nicht zu gewürzt war.

Schon damals gab es eine Tendenz zum Vegetarismus; zumindest wurde bei Erkrankung ein ausgleichendes Essen empfohlen, das bis heute noch als „Blanc manger“ („Mandelsulz“) bekannt ist. Auch in der **Fastenzeit**, da fleischlos, war es eine beliebte Speise. **Blanc manger** hatte nur „weiße Zutaten“, Mandelmilch und Gelatine. Heute isst man Blanc manger hauptsächlich als Süßspeise. Den Überlieferungen zufolge wurde sie im Mittelalter aber auch **herb** zubereitet.

Ich erinnere mich, in einem alten Buch gelesen zu haben, dass das mittelalterliche Blanc manger aus folgenden Zutaten bestand: Milch mit zerstoßenen Mandeln, Schmalz, Reismehl, Zucker und Hühnerbrüste. Dies alles wurde püriert, bis es eine Paste ergab. Die Zutat „Hühnerbrüste“ mag angesichts der gewollten Fleischlosigkeit irritieren. Aber die zum Binden erforderliche Gelatine ist nun mal aus tierischem Eiweiß, doch man sah zumindest das Tier nicht und deswegen war diese Speise doch gut für die Fastenzeit. Denken wir nur an die im Schwabenland so hochverehrten Maultaschen, die Bratwurstbrät enthalten und hier gerne an Freitagen gegessen werden.

Die Elementenlehre und ihre versuchten Erweiterungen

Wie wir wissen, spricht man im **asiatischen Bereich** meist von der **5 Elementenlehre**. Der **Buddhismus** kennt dabei „Erde, Wasser, Luft, Feuer und Leere“.

Manche versuchen nun der ursprünglich griechischen „Vier-Elementen Lehre“ unbedingt auch ein fünftes Element oder zumindest die Quintessenz aus den vier Elementen zu zuordnen, nämlich den **Äther**.

Meiner Auffassung nach, sollten wir jedoch nicht Lehren mit unterschiedlichen historischen und kulturellen Herkünften mischen.

Zwar kannten die alten Griechen natürlich auch den Äther. Die (Vier-) Elementenlehre, die Temperamentenlehre sowie die „**Lehre der vier Säfte**“ stehen aber in einem anderen Kontext.

Von der Lehre der Viersäfte zum „Metabolischen Syndrom“ der Neuzeit

Hier möchte ich als Erstes „Theophrastus Bombastus von Hohenheim“(1493-1541), genannt **Paracelsus** bemühen.

„Der Alchemist im Bauche...

trennet das Feine vom Groben,

sowie sich das Ätherische vom Stofflichen bei der Destillation trennt.

...der Sitz des Alchemisten ist im Bauche, der sein Instrument ist, worin er kocht und arbeitet.

...solange die inneren Organe, z.B. die Leber Entgiftungsfunktionen ausführen, kann der Mensch im Ens Veneni nicht erkranken.

...aber wehe, wenn dem nicht so ist!

Die 5 Entien nach Paracelsus

Ens bedeutet... das Wesen, die Idee, das Sein von Etwas

Paracelsus: „nicht der entartete Saft ist der Ursprung der Krankheit **sondern** die Ursache der Krankheit, die zur Krankheit führt.

Paracelsus teilt die 5 Entien in zwei Gruppen

Erste Gruppe:

Ens Astrale.....Umweltfaktoren, ...“Gestirne“ und deren Einfluss

Ens Veneni.....Giftstoffe,...Ernährungsstoffe der Ausscheidungsorgane

Ens Naturale.....Konstitution, Diathese, Disposition, Autoaggression

Zweite Gruppe:

Ens Spirituale.....“Geister, die unseren Leib krank machen“, Psychosomatik, Psychologie

Ens Dei.....über das Wirken Gottes, Schicksal, Karma

Paracelsus wendet sich hiermit deutlich gegen die „Vier-Säfte-Lehre“, lediglich das „Ens Veneni“ ist noch Zeuge derselben.

Schließt nun wirklich Paracelsus mit den griechischen Lehren, die sich bis in die Mitte des 19. Jh. hielten ab?

Ich denke nicht! Denn die Vier-Säfte- Lehre ist lediglich ein Teil der Lehren der alten Griechen, die jedoch in der Folgezeit, z. Bsp. dem Mittelalter, in der Medizin nicht mehr wirklich verstanden wurden. Oder doch? Vielleicht wurde sie einfach nur getrennt von der Philosophie, der Psychologie und anderen Bereichen, die nach Auffassung der Griechen untrennbar zusammen gehörten, betrachtet und damit Ihrer „ganzheitlichen“ Wirkung beraubt?

Man sollte nicht trennen was von Anfang an zusammen gehört.

Wie wir gehört haben, haben die „alten Griechen“ nicht getrennt sondern zusammen geführt (Galen).

In der heutigen Zeit verfügen wir über soviel Wissen und es ist Zeit dieses wieder miteinander zu verbinden, zu mischen. Bei diesem Vorgang muss jedoch unbedingt auf den Kontext geachtet werden, indem das Wissen steht oder generiert wurde.

Die Definition **der WHO des „metabolischen Syndroms“**, welches uns im 3. Jahrtausend einzuholen droht, zeigt uns, dass wir schon viel zu lange in der Medizin unser Hauptaugenmerk auf Trennung (Spezialisierung) anstatt auf Mischung (im richtigen Kontext) gelegt haben.

Diabetes als die Erkrankung des 3. Jahrtausend ist nur ein Beispiel für die Auswirkungen der Spezialisierungen.

Zur Erinnerung in diesem Kontext, darf ich als **Stichwort Prof. Dr. Gleditsch (Uni Wien)** anführen, der uns im Rahmen seiner Funktionskreis Listungen in der ganzheitlichen Medizin wohl bekannt ist. **Diabetes** gehört unzweifelhaft in dieser Nomenklatur zum „Ma/Mi/Pa“ – **Funktionskreis**. Dieser Funktionskreis wird dem männlichen Prinzip geordnet und hat nicht nur mit Tatkraft zu tun sondern auch mit **Entscheidungsfähigkeit**. Hier könnte man **Goethe** mit seinem „Faust“ zitieren – „**der Alchemist, der im Magen sitzt und das Gute nicht vom Bösen trennen kann**“. Wir aber sehen den Diabetes lediglich unter dem Aspekt der heutigen Ernährung. **Seele (Philosophie), Psyche (Psychologie) und Körper (Humoralpathologie, Hormone, u.s.w.)** sollten **nicht getrennt** werden sondern mit Hilfe unserer Bildung **wieder „gemischt“**, d.h. verbunden betrachtet werden.

Dabei bin ich der Meinung - und ich schließe mich damit den Humoralpathologen an - dass der Homo sapiens alle Ressourcen zur Erhaltung bzw. Gewinnung einer gesunden Seele und Psyche sowie eines gesunden Körpers in sich vertreten hat.

Die Medizin unserer Zeit sollte, eine solche sein, die sich durch ein breites Wissen und eine Umsetzung dieses Wissens sowie durch eine **gesunde und überschauende Mischung** auszeichnet.

„Werde wer Du bist“ (Nitzsche)

Ich möchte an dieser Stelle „Nitzsche“, dt. Philosoph (1844-1900) in aller Hochachtung widersprechen.

„Werde **nicht** wer Du bist!“

sondern

„**Werde wie Du Dich bewegst!**“

Identität beinhaltet keine Starre. Die **Identität** ist nichts Festes sondern eine **Mischung**.

„**Erkenne bewegt Deine sich verändernde Mischung.**“

Die Identität, das ICH, ist eine Mischung mit dem Weiteren, dem Sichtbaren (Körper) und dem Unsichtbaren (Seele, Psyche).

Unsere heutige Zeit ist jedoch leider grundsätzlich erst einmal **mischungsfeindlich**.

Man fragt den Anderen:

Wo kommst Du her? Was machst Du? Wo lebst Du? Und, und, und....

So meinen wir zu erkennen was seine Identität ist. Wir definieren sie und somit definiert sie uns.

Aber Achtung: Wir sollten **nicht (Ver-) Mischung** mit (Ver-) **Schmelzung** verwechseln.

Susan Fischer,
Med. Leitung des Zentrums der interaktiven Medizin