

# Immunsystem und Persönlichkeit – Entstehung aus dem Du

---

 [dasgoetheanum.com/immunsystem-und-personlichkeit---entstehung-aus-dem-du](https://dasgoetheanum.com/immunsystem-und-personlichkeit---entstehung-aus-dem-du)

Georg Soldner

20. Januar 2022

Wenn wir ein Neugeborenes anschauen, erleben wir eine Begegnung mit einer Persönlichkeit. Doch die Persönlichkeit ist keine isolierte Persönlichkeit. Wie auch der Philosoph Hegel betonte, entwickeln wir uns nicht allein, sondern vieles, das uns prägt, hat mit unserer Gemeinschaft, mit unserem Schicksal zu tun. Von Anfang an wächst die Persönlichkeit in einer Konstellation von anderen Persönlichkeiten und ganz unterschiedlichen Verhältnissen auf. Weniger bekannt ist, dass die Persönlichkeitsentwicklung mit der Entwicklung des Immunsystems intim zusammenhängt. Beide beginnen nicht erst mit unserer Geburt. Um sie zu verstehen, müssen wir noch weiter zurückblicken: in die Schwangerschaftszeit.

---

Die Schwangerschaft ist eine Zeit, in der wir unsere Leiblichkeit aus- oder einbilden. Dabei sind wir nicht allein, sondern als Ungeborene nehmen wir jede Freude, die Stimme, den Gesang der Mutter ebenso in uns auf wie jede Angst, jeden Stress der Mutter, der ein gewisses Maß übersteigt. Wenn wir ein Ungeborenes anschauen, dann sehen wir einen Leib im Werden. Er schwimmt im Fruchtwasser mit seinen ganz kleinen Gliedmaßen. Wir sehen seine Verbindung zum mütterlichen Leib und die äußeren Hüllen, die das Kind umgeben. Die äußerste Hülle, das Chorion, differenziert sich in ein Organ, das mit der Mutter ganz intim verwächst: die Plazenta. Sie ist das wichtigste Organ des Ungeborenen. Von ihr aus beginnt das Kind, seinen Leib aufzubauen, der zu Beginn seiner Entwicklung fast ganz Kopf ist, und entfaltet sein mächtiges Nervensystem. Die Plazenta aber hat kein Nervensystem, keine Knochen, das ganze Blut des Ungeborenen strömt in einer Minute durch sie hindurch – und doch lenkt sie in entscheidender Weise die Aufbauprozesse im Embryo. Ihre überragende Funktion ist die Wärmeregulation des Ungeborenen. Diese ist die wichtigste Regulation des Lebendigen überhaupt. Die Wärme des Ungeborenen, das ein halbes Grad wärmer gehalten wird als die Körpertemperatur der Mutter, wird von der Plazenta reguliert. Die Plazenta fungiert wie ein peripheres Herz und ist das «periphere Zentralorgan» dieses Ungeborenen wie die Sonne für alles Leben der Erde. Die Plazenta ist sogar ohne Embryo lebensfähig; sie ist unmittelbar mit der Mutter verwachsen. Erst nach der Geburt übernimmt unser Gehirn die eigene Wärmeregulation. Was hat das mit dem Immunsystem zu tun? Wir wissen, dass bei 39 Grad Fieber unser Immunsystem optimal leistungsfähig, dass seine Leistung wärmeabhängig ist. Selbst Tiere, deren Wärme von der Umwelt abhängt, suchen bei Infektionen wärmere Orte auf und erhöhen dadurch ihre Überlebenschancen.

Die Plazenta ist ein Organ, das das Kind natürlich abschirmt, aber zugleich intensiv mit der Mutter verbindet. Die Plazenta ist ein Grenzorgan des Kindes zur Mutter, sie bildet einen Schutz, durch den das Kind nicht alles mitmacht, was die Mutter erlebt, aber der Schutz kann bei starkem Stress auch überwältigt werden.

Im letzten Drittel der Schwangerschaft entwickelt die Plazenta ein Mikrobiom, ein bakterielles Leben. So wird das Kind immunologisch bereits auf das Leben außerhalb der Mutter vorbereitet. Denn das Immunsystem des Menschen reift in der Begegnung mit der mikrobiellen Welt. Noch vor Jahrzehnten stellten sich Medizinerinnen und Mediziner den Körper steril vor. Heute wissen wir, dass das nicht so ist. Wir tragen in der Lunge, auf der Haut, im Darm usw. Bakterien. Und seit 2014 ist bekannt, dass auch in der Plazenta eine bakterielle Flora entsteht. Überraschenderweise ähnelt dieses Mikrobiom der Plazenta nicht der Scheidenflora, sondern der Flora der mütterlichen Mundhöhle. Ein guter Zahnstatus und gesunde Ernährung können so indirekt auch die Plazenta beeinflussen.

## **Plazenta als leibgewordene Peripherie**

---

Die Plazenta ist relevant, sowohl in Bezug auf die Entwicklung unseres Immunsystems als auch auf die Persönlichkeitsentwicklung. Aber was ist denn die Persönlichkeit? Was ist das ›Ich‹, von dem wir so gerne reden? Rudolf Steiner sagt dazu: «Das Ich ist etwas Wesenhaftes.» Es geht um ein ›Wesen‹, etwas, das in der Naturwissenschaft gegenwärtig so nicht vorkommt. Außerdem gab Rudolf Steiner den Hinweis: «Das Zentralorgan des Ich in der Schwangerschaft ist die Plazenta.» Die Plazenta ist der Sitz des Ich in der Schwangerschaft, und zwar in einer Vollständigkeit, wie wir sie nach der Geburt in uns nicht mehr haben.

Wir sind als Individualität nie leiblich so anwesend wie in dieser Lebensphase, in der wir den ganzen Leib, der später zum Spiegel unserer selbst wird, aufbauen – auch wenn dies eine unbewusste Präsenz ist. Die Plazenta bildet den Ausgangspunkt unserer individuellen Leibesentwicklung und andererseits ein ganz mit dem mütterlichen Organismus verwachsenes ›Ich-Organ‹, das zum Ausgangspunkt unserer Immun- und unserer Persönlichkeitsentwicklung wird. Es ist die Wärme, die zentral ist für alle leibschaffenden Vorgänge. Da, wo die Wärme reguliert, wo Wärmeverhältnisse in unserem Leib gestaltet werden, dort ist unser Ich leibschaffend anwesend, tätig. Dort, wo wir uns erkälten, dort, wo wir nicht sind, wo wir unseren Organismus nicht mehr spüren, weil er so ausgekühlt ist, kann sich Fremdes einnisten, den Leib entfremden. Rudolf Steiner fand für die individuell leibschaffende Tätigkeit, die Ich-Tätigkeit, ganz am Ende seines Lebens den Begriff ›Ich-Organisation‹. Sie ist gebunden an die leibliche Wärmeregulation. Und ein besonders hoher Ausdruck von ihr ist das Immunsystem. Damit sind wir sehr konkret bei dem, was wir individuelle Persönlichkeit nennen.

Doch unsere Wärme-Organisation und noch vieles mehr von unserer leiblichen Organisation ist bei der Geburt noch gar nicht allein lebensfähig. Als Menschen bedürfen wir der Möglichkeit des Einwohnens in einen Menschen, der sich uns verbindet, der Rückhalt und Zuwendung gibt und den ich dadurch auch ein Stück weit verändere. Das Ich kann im Leib zunächst nur anwesend sein durch das Du. Das ist es, was uns die frühkindliche Entwicklung in der Schwangerschaft, aber auch noch nach der Geburt besonders eindrücklich zeigt. Dieses Geheimnis des Ich ist ein Geheimnis von Zentrum und Peripherie. Alles, was in der Plazenta und damit in der Peripherie des Leibes als Funktionen enthalten war, entwickelt sich zu getrennten Organen mit unterschiedlichen Funktionen im Kindesleib. In der Plazenta war alles vereint, ungetrennt, wie in einer

Sonne. Im neuen Leib werden es getrennte Organe, entsteht die Erdenreife. Die Plazenta, dieser «reine» Sitz des Ich, wird nie die Erde betreten. Zuletzt löst das Kind – unter natürlichen Umständen – durch die Plazenta seine Geburt aus. Diese Initiation der Geburt leitet gleichzeitig das Sterben der Plazenta ein.

## Rückschau beginnt im Darm

---

Für die Entwicklung des Immunsystems ist Wesensbeziehung ganz entscheidend. Wenn wir das Kind künstlich von der Mutter trennen, zu einem Zeitpunkt, den es nicht gewählt hat, hat das viele Jahre lang Folgen für das Immunsystem. Das Immunsystem wird sich nicht so gut entwickeln. Die Unterschiede sind heute breit bekannt aus den Untersuchungen von Kindern, die durch einen geplanten Kaiserschnitt geboren wurden. Allgemein gilt, dass eine gute Du-Beziehung des Kindes zu seinen Eltern, seinen Mitmenschen die Entwicklung des Immunsystems fördert und sich menschliche Vernachlässigung besonders «toxisch» und Stress steigernd auswirken kann.

Das Immunsystem ist ein Verdauungssystem und es kommt aus der Verdauung. Es ist ein System, durch das wir an jedem Ort unseres Organismus Fremdes verdauen können und nicht nur im Darm. Zwei Drittel dieses Immunsystems bleiben immer mit dem Darm verbunden. Der Darm ist der primäre Ort, wo wir etwas von der Welt verinnerlichen, abbauen, verwandeln und in uns neu aufbauen. Dabei ist bekannt, dass das mikrobielle Leben in unserem Darm eine entscheidende Bedeutung für unser Immunsystem hat.

Rudolf Steiner hat 1920, als ihn kaum jemand verstehen konnte, in medizinischen Vorträgen darauf hingewiesen, dass wir im Darm das mikrobielle Leben in uns verinnerlichen, dass wir diesem etwas an Kraft entziehen und dass unsere gedankliche Präsenz der Persönlichkeit von dem mikrobiellen Leben in unserem Darm abhängt. Das Gehirn sei die Rückseite unseres Darms. Die Ärzte damals fanden seine Vorträge völlig unverständlich. Doch mit dem heutigen Stand der Medizin wird dies verständlicher.

Die normale Architektur des Gehirns, gerade die Blut-Hirn-Schranke, bildet sich aus in Abhängigkeit von unserer Darmflora und den Substanzen – kurzkettigen Fettsäuren –, die wir von dieser Flora in uns aufnehmen. Die Darmflora ist in gesunder Weise ursprünglich ein Geschenk der stillenden Mutter. Die Milch trägt über 100 Bakterienarten in den Darm. Steril ist eben gar nichts, was man früher für steril hielt. In der Auseinandersetzung mit diesem mikrobiellen Leben lernt das Immunsystem auch eine seiner wichtigsten Fähigkeiten: Entzündungen zu beenden, zu begrenzen. An vielen Erkrankungen leiden oder sterben wir nicht durch die mangelnde Aktivität des Immunsystems, sondern durch die nicht endende oder überschießende Aktivität des Immunsystems, so wie bei allen chronischen Entzündungen und Autoimmunerkrankungen. Hier entgleist unser Immunsystem, weil es sich nicht wieder begrenzt. Diese Regulationsfähigkeit erwirbt der Mensch in den ersten Lebensjahren in der Auseinandersetzung mit der eigenen Darmflora, vor allem im oberen Teil des Dickdarms.

Das höhere Ich weiss, dass es sich der Welt verdankt. Die Frage nach dem Du ist die Frage der Dankbarkeit. Das höhere Ich ist reines Weltinteresse und Weltoffenheit.

Wir haben einen Magen-Darm-Trakt, in dem es vom Mund an erst mal nur vorwärts geht. Dann geht es durch den Dünndarm, in dem sortiert wird, was wir verwerten können aus unserer Nahrung. Doch nur höhere Tiere entwickeln eine weitere Stufe der Verdauung, den Dickdarm, in dem unsere Bakterienflora, unser Mikrobiom, sich entwickelt. Hier wird der Nahrungsbrei rhythmisch vor- und zurückgeschoben. Im Dickdarm stauen wir die Substanz, die wir nicht weiter verdauen können und trotzdem noch in uns behalten. Der stärkste Antrieb zur Ausbildung des menschlichen Gehirns kommt aus diesem Dickdarm. Was passiert da? Wir machen organisch eine Rückschau auf das, was wir aus der Welt in uns aufgenommen haben.

Dabei geben wir anderem Leben Raum, dem mikrobiellen Leben in uns. Es hängt sehr von unserer Ernährung ab, wie diese die Darmflora ernährt, wie dieses fremde Leben in uns sich entwickeln und Substanzen bilden kann, die die Entwicklung des Gehirns wie des Immunsystems entscheidend fördern. Im Dickdarm entsteht also im Irdischen eine substanzielle Basis der bewussten Persönlichkeitsentwicklung. Doch auch für unser Immunsystem, ein im Unbewussten außerordentlich lernfähiges, umweltoffenes System, sind Verdauung und Darmflora von prägender Bedeutung. Innerhalb der ersten drei Lebensjahre stabilisiert sich die jeweils individuelle Komposition unserer Darmflora – jedes Antibiotikum in dieser Zeit hat besonders nachhaltige Folgen auf diesen Prozess, der therapeutisch ausgeglichen werden sollte.

Siehe auch

Die tiefgreifende Bedeutung des Schlafes für Gehirn und Immunsystem zeigt, wie unser Lebensrhythmus diese Organe und damit die Möglichkeit unserer leiblichen Ich-Präsenz beeinflusst. So hat es auch eine organische Wirkung, ob wir eine bewusste tägliche Rückschau machen oder nicht. Die Rückschau ist dazu da, das bewusst <zu verdauen>, was wir erlebt haben, damit wir es der Nacht übergeben können. Es ist ein Übergangsmoment, um sich aus dem Tagesgeschäft zu lösen, auf es zurückzuschauen, ohne es bewusst zu beurteilen. Das Urteil kommt in der Nacht von anderen Wesen, die dazu berufen sind und uns zugleich die Kraft geben, etwas Positives daraus zu machen.

## **Gesundheit und Ich – eine kreative Performance**

---

Interessant ist, dass unser Ich sich immer in der Tätigkeit, in seiner <Performance> offenbart. Dabei ist es von der Pflege anderer abhängig, die erst den sozialen Rahmen schafft, um Krankheitsprozesse zu durchleben und damit die innere, leibschaffende, erhaltende, verwandelnde Tätigkeit zu steigern. Das, was wir Krankheit nennen, ist ein innerer Abbau und Neuaufbau. In der Krankheit finden die bedeutendsten Reifungsvorgänge des Immunsystems statt. Ohne akute Krankheiten durchzumachen, kann unser Immunsystem sich nicht entwickeln. Solche Krankheiten sind für das Immunsystem eine Übung – sofern es nicht überfordert ist und die Medizin versuchen

muss, durch von außen kommende Eingriffe die Möglichkeit des Gesundens wiederherzustellen. Krankheitsprozesse können aber auch wesentliche seelische Reifungsprozesse auslösen, wenn sie gut begleitet werden.

Wenn über Immunsystem und Persönlichkeitsentwicklung geredet wird, können wir uns fragen, was Gesundheit eigentlich ist. In der Definition der niederländischen Kollegin Machteld Huber ist es die Fähigkeit, sich selbst zu lenken und sich anzupassen. Gesundheit nicht als Abwesenheit von Krankheit, nicht als Wohlbefinden, sondern als «kreative Performance» – und das ist das Charakteristikum des Ich. Das Ich ist als Wesen etwas Performatives. Jürgen Habermas betont in seinem letzten großen Werk «Auch eine Geschichte der Philosophie» diese performative Dimension des Du und damit des Ich. Gesundheit ist die Frage: Wie weit kann sich diese Persönlichkeit, dieses Ich leiblich-körperlich, leiblich-vital, leiblich-seelisch, leiblich-geistig in diesem Leben orientieren, anpassen, gestalten und aus sich selbst heraus entwickeln? Es geht um Bewegung aus sich selbst heraus.

Wir wissen, wie leicht sich das menschliche Ego in sich selbst einkapseln will. Es denkt, es stellt sich vor, es plant, erwartet vieles nach selbst entworfenen Modellen. Das höhere Ich, wie es Rudolf Steiner schildert, ist weltoffen, weltverwachsen. Es weiß, dass es sich der Welt verdankt. Die Frage nach dem Du ist die Frage der Dankbarkeit. Das selbstbezogene Ich erfährt sich als zentrisch, im Extremfall als egozentrisch. Das höhere Ich ist reines Weltinteresse und Weltoffenheit. Es ist das soziale, das Du-fähige Ich. Wolfgang Schad hat auf die Parallele dieses Ich-Verständnisses zum Organ der Plazenta hingewiesen. An ihr können wir sehr viel lernen darüber, wie sich das Ich fruchtbar in die Welt stellen kann.

Wir finden in der Embryonalentwicklung einerseits die Ausbildung biologischer Innenräume in dem Ungeborenen vor, andererseits die periphere Zuwendung durch die universellen embryonalen Hüllorgane: Eihaut, Nabelschnur und insbesondere die Plazenta, die ebenfalls aus kindlichem Gewebe besteht. So stellt sich die menschliche Organisation vor der Geburt in intensiver Zuwendung wie im Aufbau des eigenen leiblichen Selbst dar. Sie bildet darin eine vollständigere Leiblichkeit für beide Gesten des Menschlichen, als wir sie offenbar nach der Geburt in uns finden. Im Embryo können wir physisch sehen, was wir nicht physisch, sondern geistig nach der Geburt werden können. Und wir können unseren Begriff von Gesundheit überdenken. Wir sind nicht dadurch gesünder, dass wir versuchen, unsere private Gesundheit zu retten. Wer seine private Gesundheit zu retten versucht, wird sie verlieren – und wer seine Gesundheit für die Gesundheit des anderen hingibt, wird sie behalten. Unsere Persönlichkeit und unser Immunsystem entwickeln sich am gesündesten durch einen gesunden Weltbezug.

Aus dieser Betrachtungsart kann sich eine Naturwissenschaft entwickeln, wie sie bereits Goethe zu initiieren versuchte, eine Naturwissenschaft, die das menschliche Ich in seiner dialogisch-leiblichen Beziehung zur Welt mit seinem ganzen Erleben zugrunde legt und dabei den Forschenden selbst mit seinem ganzen Erleben einschließt. Eine solche Naturwissenschaft öffnet selbst die Brücke zum Moralischen, wie dies Goethe in seiner Farbenlehre versucht hat. Schließlich können wir von daher auch einen wesentlichen Aspekt des religiösen Lebens verstehen. Religio bedeutet Rückbindung, und der Embryo

ist in einzigartiger Weise leiblich rückgebunden an ein ‹höheres Leben›. Wir könnten Religion auch als Langzeitwissen und -können definieren, das Lebendige zu pflegen. Das Leben können wir nicht machen, sondern wir verdanken uns dem Leben. Religion als eine frei aus uns entspringende Praxis der dankbaren Rückbeziehung auf die Quelle unseres Lebens in seiner ganzen leiblich-seelisch-geistigen Fülle kann unser Ich in einzigartiger Weise mit dem Ursprung unseres Lebens in seiner leiblichen, seelischen und geistigen Dimension verbinden. Wenn wir Hegel, Schelling und Hölderlin in ihren besten Gedanken erinnern, so können wir die Dreiheit von Kunst, Wissenschaft und Religion in uns als Pflege des Seelischen, Geistigen und Lebendigen erleben und praktizieren.