

Holistisch genezen - inzicht in herstel



Podcast

Noor Roelofs, september 2025

Versie 20251009

<https://open.spotify.com/show/5kTAwsjf1dZIZ7KE5sd8UO>

- 1. Inleiding 1
- 2. Geschiedenis vd geneeskunde 5
- 3. Mensbeeld 12
- 4. Husemann 19
- 5. Genezen met het gelijkende 29
- 6. Genezingsprocessen 36
- Bronvermelding 45
- Dankwoord 46

1. Inleiding

Ik ben Noor Roelofs. Ik ben klassiek homeopaat in Nijmegen. Welkom bij mijn podcast. Ik merk dat er veel beweegt in de wereld van de geneeskunde. Steeds meer mensen zijn ontevreden met wat de reguliere geneeskunde biedt. Het is onmisbaar bij bijvoorbeeld een gebroken been, maar de behandeling van chronische ziekten zoals bijvoorbeeld een auto-immuunprobleem, bevredigt veel minder. Alsof z gezegd de hardware wél goed kan worden behandeld, maar de software, de fysiologie, alleen maar kan worden gemanaged. Genezen lukt vaak niet. Mensen krijgen medicatie om de symptomen te onderdrukken, komen niet meer van deze medicijnen af en worstelen met de bijwerkingen. Het aantal chronisch zieken neemt toe, en premie van de ziektekostenverzekering stijgt. Wat is hier gaande? Hoe zou het beter kunnen? Veel mensen zoeken naar een geneeskunde die niet focust op één orgaan of op één klacht, maar die de mens in zijn geheel ziet. Veel mensen verlangen ernaar om holistisch benadert te worden. En dan komen ze bij de alternatieve geneeswijzen terecht. Het is bijna een toverwoord geworden in deze sector: holistisch. Als je gaat vragen wat dit dan precies zou moeten betekenen, holistisch genezen, dan krijg je meestal als antwoord: het neemt de psyche van de mens mee. Want de psyche is op een of andere manier verbonden met ons lichaam. Deze twee blijken in constante interactie met elkaar.

Hier een paar voorbeelden van wat we hiervan merken in de praktijk. We weten dat stress hoofdpijn kan veroorzaken. Of pijnlijke spierknopen in de schouders. Hoe zit het met een maagzweer? Het is voor veel patiënten duidelijk dat dit stressgerelateerd is. Een arts vindt een bacterie en zegt dan: er is een medische oorzaak, de stress is alleen de trigger. Iemand die holistisch behandeld, zegt: het zit andersom. De stress verzwakt de maag en daardoor kreeg de bacterie de kans, de zweer te veroorzaken. Niet alleen de fysieke zweer moet behandeld worden, je moet ook kijken naar: waar komt die stress vandaan? De zweer is eigenlijk geen vijand meer die bestreden moet worden. Het is een grote behulpzame pijl die erop wijst dat er iets dwars zit in iemands leven, er is iets in de dynamiek met zijn omgeving die hem tegenhoudt om te zijn wie hij wil zijn, tegenhoudt om te doen wat hij eigenlijk wil doen. Hiermee aan de slag gaan, is vaak moeilijker dan het nemen van een antibiotica-kuur. Het vereist de wil om waar nodig te veranderen. Het vereist persoonlijke groei. Dit is ook een mooi proces. Het goede nieuws is hier: ziekte is zinvol.

En hoe zit het als ze geen ziekteverwekker vinden bij een ontsteking? Regulier heet het dan een auto-immuun reactie. Je kan medicatie nemen die de ontsteking afremt. Maar iemand die holistisch behandeld zegt nog steeds: Waar komt die ontstekingsreactie

vandaan? Een homeopaat vraagt altijd: sinds wanneer heb je die klacht? Wat waren toen je omstandigheden? Als je dat vraagt, komen de verhalen. Vaak hebben mensen iets heel ingrijpends meegemaakt, waarna de fysieke ellende opspeelde. Als je die oorzaak vindt en meeneemt in de behandeling, blijken de auto-immuun klachten wel degelijk te genezen te zijn.

In deze podcast wil ik het hier over hebben. Hoe zit dit? Wat is bijvoorbeeld de invloed van de psyche op het lichaam? Hoe gaat dit in zijn werk? Om het onderwerp van verschillende kanten te bekijken, ga ik het hebben over het volgende:

Eerst een korte geschiedenis van de westerse geneeskunde waarin we reizen van de vroegere natuurgeneeswijzen, naar de ontdekking van de homeopathie, naar de ontwikkeling van de moderne reguliere geneeskunde.

Daarna vertel ik over ons mensbeeld. Wat is het verschil in hoe er naar de mens gekeken wordt door de wetenschap van nu, en hoe we vroeger naar onszelf keken? We zouden bestaan uit lichaam, ziel en geest, veel mensen hebben dit wel eens gehoord. Waar komt dit vandaan en wat betekent het? Ik ga van het ene uiterste naar het andere uiterste. Van wetenschappers die niet alleen ziel en geest maar ook het bestaan van bewustzijn ontkennen, naar antroposofen die hier wél in geloven en zelfs tot in detail beschrijven hoe ziel, geest en bewustzijn actief betrokken zijn bij het vormgeven en onderhouden van het fysieke lichaam.

Ik blijf hierbij in de westerse wereld en leg uit wat hierover in de Bijbel staat, maar ook wat deze begrippen tegenwoordig voor de moderne westerse mens nog betekenen naar aanleiding van de science fiction film 'Blade runner 2049'.

In de volgende aflevering lees ik stukken voor uit het voorwoord en de inleiding van het boek 'Het mensbeeld als basis van de geneeskunst', geschreven door onder andere Friedrich Husemann. Omdat het goed onder woorden brengt wat de noodzaak is van het onderwerp, en in welke context je het zien kan.

Daarna ga ik in op de details van genezen met de hulp van homeopathie. Hoewel ik denk dat er meerdere manieren zijn om holistisch te genezen, zal ik uitleggen hoe een klassiek homeopaat dit doet, omdat dit mijn vakgebied is. Hoe werkt homeopathie? Wat zijn de basisprincipes? Hoe is het holistisch denken methodisch verwerkt in een homeopathische behandeling?

Vervolgens: als je holistisch gaat genezen, ontdek je dat je in processen moet denken. Het zit niet zo: de patiënt komt met hoofdpijn, je schrijft paracetamol voor, de patiënt heeft geen hoofdpijn zolang de paracetamol werkt, klaar! Nee, als je holistisch geneest, komen er genezingsreacties op gang. Ik zal uitleggen hoe koorts werkt, wat het nut is van acute ziekten en van huidklachten. En wat je ziet gebeuren als iemand verbetert op constitutioneel niveau: hoe symptomen zich verplaatsten en wat er gebeurt met klachten die iemand in het verleden had. Hoe de psyche bij dit alles betrokken is, over de processen op mentaal niveau die tegelijkertijd gaande zijn. Ik heb het hier over persoonlijke groei en zingeving.

Tegen die tijd zal er een hoop duidelijk zijn geworden, en zullen er vragen zijn ontstaan die je eigen zoektocht verder zullen helpen. Als je verder de diepte in wilt, kan ik je het boek aanraden 'De zonen van Hippokrates,' geschreven door Ronald van Vierzen.

Ik ga het dus nadrukkelijk hebben over holistisch genezen. Sommige mensen zijn de medicatie van de reguliere gezondheidszorg moe en zoeken hiervoor een natuurlijke vervanging in het alternatieve circuit in de vorm van kruiden, supplementen en extracten. Hoewel je dit een hoop bijwerkingen kan schelen, wil dit niet automatisch zeggen dat je holistisch bezig bent. Je werkt niet holistisch als je een probleem op zichzelf staand probeert te bestrijden met het 'juiste stofje'. Hoewel deze werkwijze zeker zijn plaats verdient. Iemand die geen vitamine C binnen krijgt, wordt ziek en zal vitamine C nodig hebben om te genezen. Breder gezien: als je ongezond eet en ongezond leeft, gaat het moeilijk worden om gezond te worden. Klachten die ontstaan door een ongezonde manier van leven, vragen eigenlijk niet om medicatie maar om een verandering van levensstijl. Je hebt medicijnen nodig als je gezond leeft, en tóch ziek bent. Maar je kijkt hier pas *holistisch* naar als je uitzoomt en de klacht bekijkt in de complete context van de omstandigheden van de patiënt, de andere fysieke klachten die er zijn, en de psychische ondergrond van het geheel.

Problemen oplossen met het een of andere stofje is gebruikelijk binnen het materiële denken van deze tijd. Tegenwoordig is alles volledig gemarineerd in materialistisch denken. Daarmee bedoel ik niet dat iedereen alleen maar aan geld denkt. Ik bedoel dat in deze samenleving alleen wat we kunnen zien en wat we kunnen meten, er echt toe doet. We begrijpen de materie meer dan ooit tevoren. We hebben de materie meer onder controle dan ooit tevoren. De wetenschap heeft ongelooflijke successen geoogst. Maar achter die materie lijkt een complete wereld verscholen te liggen. We duikelen telkens, bewust of onbewust, over de rand van het nuchtere wereldbeeld. En waar zijn

we dan? En wat moeten we daar? Dit moet de juiste plaats zien te krijgen naast het materialisme. *Want het is beide realiteit.*

Ik hou van homeopathie, onder andere, omdat het letterlijk niet materieel is. Er zit geen enkele molecuul van de grondstof meer in het homeopatisch geneesmiddel. Het lijkt alleen maar water te zijn. En toch werkt het! Navolgbaar en trefzeker. Dit is nogal een uitdaging voor de moderne mens. Het is een van de grootst mogelijke confrontaties met de natuurwetenschappen, met ons moderne denken, met ons moderne wereldbeeld, met ons moderne ménsbeeld. Dat maakt het zo interessant. Dat maakt, dat er zo ontzettend veel te leren valt voor ons. Zónder weg te gooien wat de natuurwetenschappen ons aan kennis hebben gebracht! We moeten deze kennis alleen dringend in een hele andere richting uitbreiden. Ze zeggen: 'Ik ben ziek want ik heb een bacteriële infectie'. De oorzaak van de ziekte leggen ze zo helemaal bij de bacterie. We noemen bacteriën zelfs pathogenen, dat is het Griekse woord voor ziekteverwekkers. Maar we denken weinig na over waarom die bacterie juist nu, deze specifieke klachten bij iemand veroorzaakt, terwijl een huisgenoot helemaal nergens last van heeft.

Wij groeiden op met het idee dat de oorzaak van ziekte grotendeels buiten ons ligt, en dat de wetenschap hier wel raad mee weet. We hebben geleerd onderscheid te maken tussen lichamelijke en psychische aandoeningen. We hebben geleerd, we worden zelfs *gedwongen*, om blind te vertrouwen op de medische expertise van artsen, op antibiotica en op injecties. Deze podcast is voor degenen bij wie dit vertrouwen wankelt.

Disclaimers:

- *Voor het gemak gebruik ik in deze podcast overal het voornaamwoord 'hij'. Dat mag je zelf naar behoefte anders invullen.*
- *De voorbeelden die ik geef, zijn gegeneraliseerde voorbeelden uit de praktijk die bij veel patiënten voorkomen. Het is dus nooit zo dat ik verwijs naar één specifieke patiënt.*
- *Deze podcast is geen vervanging voor een gekwalificeerde professionele zorgverlener.*
- *Als je reguliere medicatie wil afbouwen, moet je dat altijd doen in overleg met de arts die het voorgeschreven heeft.*

2. Geschiedenis vd geneeskunde

Een goed moment om de geschiedenis van de geneeskunde binnen te stappen is een warme zomeravond in het oude Griekenland, wanneer de arts Hippocrates uitlegt aan zijn leerlingen dat je op symptomen moet letten die je met je zintuigen kan waarnemen. Dat lijkt voor ons voor de hand liggend, maar in die tijd was het revolutionair. De oude Grieken stonden anders in de wereld dan wij. Als je toendertijd ziek werd, ging je naar een tempel en daar sliep je in de heilige slaapzaal. In een droom verscheen Asklepios, een Griekse god die je genas of die je een aanwijzing gaf voor een behandeling. De oude Grieken leefden in een wereld waar ze ook heel anders omgingen met wat ze voelden. Bijvoorbeeld, als wij er tegenwoordig voor kiezen om naar het zuiden op vakantie te gaan, dan gaan we voor een warme, zonnige vakantie. Voor een oude Griek was deze warme zonnige associatie bij de zuidelijke windrichting, meer dan een gevoel alleen. Hij zag het als een soort invloed van het Zuiden. En daar koppelde hij een belangrijk wezen aan. Zo is de natuurgod Notos de god van de zuidenwind. De Griekse mythen en sagen over de goden zijn op deze manier bekeken, gedramatiseerde natuurprocessen. Ze vertellen in verhalen over het krachtenspel van de natuur en van het leven. Dit is nog steeds het geval bij de natuurvölker die er nu nog zijn. Maar vanaf de vierde eeuw voor Christus begint dit wereldbeeld voor de Grieken te veranderen. Onder invloed van onder andere de filosofen Socrates, Plato en Aristoteles, zien we dat er steeds minder namen van goden worden genoemd en dat ze overstappen op zakelijke begrippen zoals het noorden, het zuiden, warm, koud, vochtig of droog.

Voor de geneeskunde nam Hippokrates als eerste observaties en zakelijke begrippen als uitgangspunt. Hij maakte zo de geneeskunde los van de mythologie. Hiermee zette hij de eerste stap in de richting van de moderne geneeskunde. Deze stap zag er als volgt uit: hij zag de oorzaak van ziekte in een verstoring van de balans tussen vier lichaamssappen, slijm, bloed, gele gal en zwarte gal. In plaats van dat je misschien wel ziek was omdat je de goden beledigd had. Volgens Hippocrates bestond het lichaam uit de vier elementen aarde, water, lucht en vuur. De arts Galenus verbond deze later met de vier temperamenten, flegmatisch, sanguinisch, cholerisch en melancholisch.

Dit natuurgeneeskundig systeem, dat zich baseerde op de elementen en lichaamssappen, leidde in Europa de medische wetenschap nog tot lang na de middeleeuwen. Beverwijck schrijft in de zeventiende eeuw in zijn populaire boekje 'Schat der gezondheid,': 'Volgens onze leermeester Hippocrates bestaat het lichaam uit de volgende vier elementen: aarde, water, lucht en vuur. Deze vier zijn weliswaar van

verschillende en zelfs tegenstrijdige aard, maar de onderlinge twist brengt hen tot een goed samenspel, zoals de verschillende instrumenten in de muziek.'

Een onbalans in het samenspel behandelde een arts met onder andere diëten en kruiden. Een veel gebruikt, belangrijk naslagwerk met kennis over geneeskrachtige kruiden uit de middeleeuwen, was de *materia medica* van Dioscorides. Een verassend aantal zaken van wat in deze *materia medica* staat, blijkt later te kloppen volgens de moderne farmacologie. Het was grotendeels gebaseerd op oude volkskennis, die de mensen hadden nog uit de tijd waarin ze nog gevoelsmatig makkelijk verbinding maakten met de natuur. Of ze riepen extatische toestanden op om met behulp van helderziendheid tot geneeskundige inzichten te komen, zoals je nu nog bij natuurvolkten kunt zien. Kloosters maakten ook wel gebruik van het werk van Hildegard von Bingen, een non uit de elfde eeuw die de geneeskrachtige werking van kruiden beschreef aan de hand van visioenen. Ook moderne, westerse natuurgenezers zeggen soms vergelijkbaar te werken. Zo beschrijft bijvoorbeeld Barbara Theiss in het boek: 'gezonder leven met geneeskrachtige kruiden: 'Door vasten word ik steeds zeer sensibel en een beetje helderziend; het brengt de hemel steeds weer een stukje dichterbij. Dit keer had ik een helder visioen over hoe mensen zich werkelijk met kruiden kunnen genezen.'

Verder keken de mensen in vroeger tijden naar hoe een plant eruit zag, om de geneeskrachtige werking te achterhalen. De vorm of kleur van een plant zou verwijzen naar de ziekte of het lichaamsdeel waarvoor het genezend zou zijn. Zo heeft longkruid bladeren met vlekken die op longen lijken. Daarmee kun je het gebruiken om longaandoeningen te genezen.

Ook keken de mensen naar welke planten wilde dieren aten, als zij ziek waren.

Een belangrijke volgende stap richting de moderne geneeskunde kwam via de Arabische wereld. In de Arabische wereld waren tot in de twaalfde eeuw de natuurwetenschappen verder ontwikkeld dan in Europa. De Arabieren vertaalden het werk van Aristoteles over de *natuurwetenschappen* in het Arabisch, en ontwikkelden deze verder. Terwijl de Europeanen toen vooral de *filosofische* werken van Aristoteles bestudeerden. Maar vanaf de 12e eeuw kwamen deze natuurwetenschappelijke teksten in West-Europa terecht, via Spanje en Sicilië, in Latijnse vertaling. Toen maakte men hier pas echt kennis met natuurwetenschap, en werd dit hét fundament van de moderne universitaire wetenschappen.

De Europese wereld van de middeleeuwen verandert geleidelijk. In de zestiende eeuw zien we bijvoorbeeld Paracelsus, een beroemde arts en alchemist die met zijn werk de basis legde voor de moderne farmacologie. De uitspraak: 'er zijn geen giftige stoffen, alleen giftige hoeveelheden' komt bij hem vandaan.

In de zeventiende eeuw zien we onder andere de wetenschapper en alchemist Isaac Newton. Hij legde de fundering voor de klassieke mechanica met onder andere zijn beschrijving van de wet van de zwaartekracht. De mensen kregen in de achttiende eeuw zoveel vertrouwen in de wetenschap, dat het de plaats van geloof in God in ging nemen. Het was de eeuw van de rede, van de zogenaamde Verlichting. Het verstand verving de religie. Charles Darwin kwam met de evolutietheorie en gaf daarmee een alternatief voor het Bijbelse scheppingsverhaal. Nietzsche schreef: "Waar is God? ... Ik zal het jullie zeggen! Wij hebben Hem gedood – jullie en ik! Wij allen zijn zijn moordenaars. Wie zal ons troosten voor de pijn die wij elkaar en de wereld hebben aangedaan? Wat heilig was, hebben wij ontheiligd; wat waar was, hebben wij gedevalueerd; wat alles was, hebben wij uitgewist!"

Terug naar de geneeskunde.

Samuel Hahnemann werd in de eeuw van de rede geboren. Hij werd arts. Maar hij was niet tevreden met de resultaten van de verschillende behandelingen die hij leerde op de universiteit. Ik zal in een andere aflevering ingaan op de details van zijn ontdekking van de homeopathie. Voor nu is het vooral belangrijk om je te realiseren, dat Hahnemann methodisch, systematisch en navolgbaar werkte, en niet volgens de principes uit de Middeleeuwen. Hij nam ook de invloed van de psyche mee in het bestuderen van ziekteprocessen. Naar aanleiding hiervan ontwikkelde Hahnemann de klassieke homeopathie die heel succesvol was en populair werd. Er waren meer dan honderd homeopathische ziekenhuizen in de Verenigde Staten rond het jaar negentienhonderd. Bijvoorbeeld het West Jersey Homeopatic Hospital, met 267 bedden, waar 50 homeopaten werkten. Of het Pittsburgh Homeopatic Hospital met 312 bedden, waar 45 homeopaten werken.

In die tijd nam de petrochemie ook een vlucht. Farmaceutische bedrijven begonnen medicatie te maken op basis van bijvoorbeeld benzeen. Veel van deze medicijnen hadden het vermogen om symptomen te onderdrukken. Ze gaven dus snel en duidelijk effect. Maar ze veroorzaakten ook bijwerkingen. Effect scoren bleek nog lang niet altijd hetzelfde als genezen. Door hun effectiviteit werden ze wel populair. Vaak waren deze medicijnen gepatenteerd, waardoor er een winstgevend verdienmodel ontstond. Kruiden en homeopathische middelen zijn goedkoop en je kunt er eenvoudig zelf aan

komen, ook zonder tussenkomst van een laboratorium of een fabriek. Er kan geen patent op worden aangevraagd, en daarom is het verdienmodel minder winstgevend.

De oliemagnaat Rockefeller en de industrieel Carnegie richtten een fonds op voor de verbetering van de medische scholing. Zij gaven aan Abraham Flexner de opdracht om de kwaliteit van de verschillende opleidingen in kaart te brengen. Flexner, een kind van de Verlichting, ging ervan uit dat alle verschijnselen hun oorsprong vinden in de waarneembare materie. Het lichaam is dan een soort machine, die je kan repareren door een operatie of met de juiste chemische stof. De invloed van de psyche nam hij daarmee niet serieus als ziekteoorzaak, en hij vond de klassieke homeopathie onwetenschappelijk. Scholen die volgens hem onwetenschappelijk werkten, kregen geen financiële hulp. Ook kregen afgestudeerden geen licentie om geneeskunde te beoefenen. Het aantal homeopaten nam hierdoor snel af en dit waaide ook over naar Europa.

Dit versimpelde mensbeeld hielp de geneeskunde aan de ene kant enorm. Hierdoor groeide de kennis over dat deel van de mens wat wel serieus wordt genomen, de materiële kant. Wat we nu weten over de verschillende organen, over cellen, de stofwisseling enzovoort hebben wij te danken aan deze ontwikkeling. Hierdoor zijn al de verschillende specialisaties mogelijk, en kunnen levensreddende operaties steeds eleganter uitgevoerd worden.

Aan de andere kant is de psyche van de mens verwaarloosd en wordt er steeds minder tijd genomen voor een diepgaand gesprek tussen patiënt en huisarts. Diagnoses missen vaker de kern van het probleem. De patiënt wordt ook steeds zieker. Het aantal mensen met een chronische ziekte neemt toe, net als de kosten van de gezondheidszorg. Langzamerhand begint het steeds meer mensen te dagen dat we niet alleen veel gewonnen hebben, maar ook het een en het ander hebben verloren.

De mens blijkt een nieuwsgierig wezen dat graag onderzoekt, telkens wat nieuws ontdekt en daar dan op voortborduurt. We leren van onze omgeving en ook van elkaar en als we terug kijken, de geschiedenis in, zien we dat we hierdoor bepaalde ontwikkelingen doormaken, als samenleving, als mensheid. We zien ontwikkelingen op verschillende vlakken. Om te begrijpen hoe we nu hier beland zijn, in een samenleving met een wereldbeeld dat vooral materiële zaken serieus neemt, is het interessant om kort te kijken naar de ontwikkeling van de filosofie.

Uit de mythen en sagen van de oude Grieken blijkt dat de mensen toen nauwelijks onderscheid maakten tussen het *idee* dat de mensen over iets hadden, en het iets *zelf*. Zo waren de zuidenwind en de god Notos zo ongeveer hetzelfde. Dit had als nadeel, dat ze niet zochten naar de natuurkundige wetmatigheden van die wind. Tenslotte stak het wezen Notos erachter. De natuurwetenschappen werden pas mogelijk toen de mensen dat mythologisch wereldbeeld loslieten. Maar dat ging niet zonder de nodige discussies. De filosoof Socrates probeerde actief de mensen aan het denken te zetten. Dit nam niet iedereen hem in dank af en hij kreeg uiteindelijk de doodstraf voor wat hij zei. Aristoteles en Plato waren beiden voorstanders van rationeel denken, maar ze leken een verschillend perspectief te hebben over hoe dat nou precies zou moeten. Aristoteles zat meer in de hoek van analytisch, systematisch nadenken aan de hand van begrippen. Plato zat meer in de hoek van creatief nadenken aan de hand van voorbeelden. Je zou kunnen zeggen dat er vanuit hier grofweg twee stromingen ontstonden:

Aan de ene kant: het analytisch denken aan de hand van begrippen. Dit bekijkt welke verschillende onderdelen er allemaal te onderscheiden zijn, bekijkt vervolgens of zo'n onderdeel ook weer uit verschillende onderdelen bestaat en gaat zo door, tot op subatomair niveau; alles blijkt telkens toch nog wéér verder uit elkaar gehaald te kunnen worden. Binnen de wetenschap heet dit reductionisme. Het zoomt in. Het neemt de waarneming als bron van informatie.

Aan de andere kant: het beelddenken. Dit werkt min of meer andersom. Het zoekt de eenheid, de essentie, het totaalconcept. Een beeld kan veel verschillende onderdelen onderbrengen binnen één kader. Een beeld zegt meer dan duizend woorden. Er kunnen complexe, dynamische ideeën mee worden uitgelegd. Het zoomt uit. Het neemt het idee als bron van informatie.

Een begripsdenker vindt een beelddenker vaak vaag. Andersom vindt een beelddenker een begripsdenker vaak zielloos of niet afgestemd.

Die stromingen wilden elkaar niet ontmoeten en samengaan in één nieuwe, verbeterde filosofie. Het werden twee verschillende richtingen met een flinke kloof ertussen. De moderne wetenschap gaat te werk met het analytisch, systematisch nadenken aan de hand van begrippen. Het creatief beelddenken kwam overwegend in de hoek van de kunsten en de religie terecht. De twee manieren van denken staan tegenover elkaar en hebben nog altijd moeite om elkaar te omarmen. Dit leidde onder andere tot het misverstand, dat religie per definitie niet rationeel zou zijn. Wie dit misverstand verder wil onderzoeken en niet weet waar hij moet beginnen, raad ik het boek aan 'God's

Undertaker: Has Science Buried God?' van John Lennox of, wel wat lastiger te lezen, 'We who wrestle with God,' van Jordan Peterson.

De wereld van de geest staat tegenwoordig tegenover de wereld van het lichaam. Maar je zou zeggen, laten we ze in samenhang gebruiken: de beelden geven de begrippen hun samenhangende betekenis, en de begrippen nuanceren de beelden. In de praktijk ziet het er als volgt uit: In het westen werd de wetenschap dominant met het analytisch denken aan de hand van begrippen. De universiteiten zijn hiervan de broedplaats. Je mag nog wel creatief zijn en ergens in geloven, maar dat moet je dan wel in je eigen vrije tijd doen en het moderne wetenschappelijke denken geldt als dé standaard voor de waarheid, geldt als zuiverder en is meer waard. Al op de basisscholen krijgen de creatieve vakken nauwelijks aandacht. Ook al wijzen genoeg wetenschappelijke studies op de grote voordelen van bijvoorbeeld muziekonderwijs - het vergroot zelfs het vermogen om abstract te kunnen denken - leren rekenen blijft toch het belangrijkste. Want, een begripsdenker is pas echt gelukkig als hij iets kan berekenen! Dan werk je met zuivere begrippen die zich helemaal houden aan de regels van de logica.

En weer terug naar de geneeskunde. Kort gezegd kwamen de natuurgeneeswijzen in de hoek van de beelddenkers terecht, en de reguliere geneeskunde in de hoek van de begripsdenkers.

Het gebrek aan beelddenken in de gezondheidszorg geeft bij patiënten een verlangen naar holisme. Een arts kan bijvoorbeeld technisch gezien een terminale kanker patiënt tot in den treure blijven behandelen. Maar vaak heeft de patiënt er meer baat bij als de arts uitzoomt en hij niet alleen naar het gezwel kijkt, maar ook naar de patiënt in zijn *omstandigheden*. De patiënt zou misschien een paar maanden langer kunnen leven als de arts doorbehandelt. Dan zou hij wel ernstig lijden onder de bijwerkingen van de behandeling, en veel van zijn laatste uren moeten doorbrengen in een ziekenhuis. Terwijl, als de arts alleen palliatief helpt, de *kwaliteit* van de resterende tijd veel beter is, de patiënt bij geliefden kan zijn, en hij nog iets af kan maken wat anders voor altijd zou blijven liggen.

Er zijn ook gevallen waarbij de ziekte de genezing blijkt van een ander probleem. Zo geef ik als voorbeeld een wonderkind dat van jongs af aan intensief getraind werd als pianist en hierdoor een groot deel van zijn normale, persoonlijke ontwikkeling mis liep. In de puberteit kreeg hij RSI. Inzoomend: de klachten zouden te onderdrukken zijn met pijnstillers zodat hij verder kon met zijn veelbelovende carrière. Of hij kon zijn houding en techniek aanpassen met behulp van fysiotherapie. Uitzoomend: de RSI was een

oplossing voor een onderliggend probleem, hij speelde *teveel* piano en hij *leefde* te weinig! Een arts die het beeld van een gezonde jeugd voor ogen heeft, zou als behandeling het kind met leeftijdsgenoten naar buiten sturen.

Waar staat homeopathie? In de aflevering over homeopathie zal ik uitleggen hoe de klassieke homeopathie methodisch werkt met begrippen én met beelden. Een homeopaat kijkt naar de verschillende symptomen én zoekt het overkoepelende beeld. Het gaat erom hoe alle details passen in het geheel van een mens die in een ziekteproces terecht komt met zijn lichaam én met zijn zielenroerselen, in interactie met zijn omgeving.

Even tussen haakjes: Veel mensen zien homeopathie als een natuurgeneeswijze. Dit klopt ergens niet want homeopathie werkt niet met de vier elementen en temperamenten. Correkter zou zijn om te zeggen dat homeopathie samen met de natuurgeneeswijzen onder de alternatieve geneeswijzen valt. Deze noemen we dan beide alternatief omdat ze met hun beelddenkers, in de praktijk helaas, meestal tegenover de reguliere geneeskunde blijken te staan, waar we de begripsdenkers vinden.

Hier valt nog de nodige winst te behalen. Ze kunnen elkaar juist goed aanvullen.

Maar wat we nu eerst gaan doen is kijken naar de begrippen die nu voorbij kwamen en die gedefinieerd moeten worden. Want het mensbeeld blijkt van bijzonder belang te zijn in de geneeskunde. De moderne geneeskunde blijft vooral staan bij wat er zichtbaar en wat er meetbaar is. Ik heb het gehad over de invloed van de psyche als mogelijke oorzaak van ziekte. Van oudsher hebben we het erover dat de mens bestaat uit een lichaam, een ziel en een geest. Wat verstaan we precies onder deze begrippen, en hoe zien we ze in het geheel?

3. Mensbeeld

Het duidelijkste wat we hebben, is ons fysieke lichaam. We kunnen het zien, voelen, ruiken, horen, proeven, meten. Zoals we zagen in de tweede aflevering, is de moderne geneeskunde de expert van dit lichaam. Zij brengt iedere cel in kaart, legt die onder een microscoop, bestudeert de werking minutieus.

De moderne wetenschap vindt begrippen als ziel, geest, bewustzijn, en ik, lastig. Als je een lichaam opensnijdt, kom je ze niet tegen en ook wordt niet duidelijk of hier organen voor aanwezig zijn. Veel wetenschappers zien het lichaam als niet meer dan een verzameling van dat wat je wél kan zien, de cellen. En cellen zijn complexe biomechaniekjes. Als we die doorgronden, kunnen we alle ziekten genezen. Misschien kunnen we dan zelfs onsterfelijk worden. Zolang we de mechaniek aan de praat houden, zouden we tenslotte niet hoeven te sterven.

De moderne geneeskunde ziet de hersenen als het grote regelcentrum van het lichaam, als de computer die alles bestuurt. Bewustzijn zou niets anders zijn dan complexe hersenactiviteit. Daarom ben je tegenwoordig pas dood, als er geen meetbare activiteit meer in de hersenen plaatsvindt. Vroeger was je dood wanneer je hart en ademhaling stilvielen. Door medische en technologische ontwikkelingen zoals beademing en intensive care bleken mensen kunstmatig in leven gehouden te kunnen worden. De definitie van dood is toen verschoven naar het stilvallen van de hersenen. Dat zou het meetbare bewijs zijn, dat het bewustzijn ook weg is.

Wat wij bewustzijn noemen, zou dus voortkomen uit complexe hersenprocessen. Veel wetenschappers verbinden bewustzijn niet aan een 'ik' dat alles bekijkt, coördineert, en wat mogelijkheid heeft tot zelfreflectie. Het zijn de hersenprocessen die de verhalen maken over wat we denken, willen en voelen. We zeggen bijvoorbeeld ook: 'De computer denkt dat je een fout hebt gemaakt, daarom geeft hij een waarschuwing.' De computer heeft in werkelijkheid niets gedacht. We zeggen het alleen zo, omdat we dan de reactie van de computer beter kunnen uitleggen. We schrijven dus bedoelingen toe aan onszelf, aan anderen of andere dingen, zonder dat deze bedoelingen er echt zijn. Deze bedachte verhaaltjes helpen ons om verder te komen dan onbewust gedrag. Onbewust gedrag bestaat uit reflexen en instincten. Maar zodra je in je hoofd verhalen kan construeren, kun je gaan plannen en afwegingen maken. Daarmee word je slimmer, socialer en beter in vooruit zien. Deze verhaaltjes zijn dus niet meer dan fysiologische processen die dienen als overlevingsinstrument. In deze zienswijze is wat wij bewustzijn noemen een product van de evolutie en van hersenprocessen, en zo heb je geen natuurwetenschappelijk onverklaarbaar 'ik' meer nodig.

Hier zien we duidelijk een materialistisch mensbeeld.

Het woordenboek Van Dale definieert de volgende begrippen als volgt:

- Bewustzijn is het vermogen tot besef, tot weten en erkennen van het bestaan van zichzelf en van de dingen.
- Ik is de zelfstandige persoonlijkheid. Synoniem voor ik is individualiteit.
- Ziel is het niet-stoffelijke, althans stoffelijk niet te bepalen beginsel, op grond waarvan de mens leeft. In psychologische zin meer als het vermogen om gewaar te worden en te begeren, de zetel of bron van de gedachten, van het gevoel en de wil, het onbewust, het niet logisch te beredeneren gevoels- en driftleven.
- Geest is datgene wat in de mens denkt, voelt en wil als een onstoffelijke zelfstandigheid beschouwd, tegenover het stoffelijke lichaam.
- Holisme vindt zijn oorsprong in het Griekse woord holos, wat geheel betekent. Het is een biologisch- filosofische theorie die de levensverschijnselen bepaald acht door de totaliteit van het levende, die meer is dan de som van de onderdelen.

De uitspraak dat we bestaan uit lichaam, ziel en geest komt onder andere uit het Christendom. Zie bijvoorbeeld de tekst in het Nieuwe Testament: "...moge uw geest, ziel en lichaam onberispelijk bewaard worden tot de komst van onze Heer Jezus Christus." 1 Thessalonicenzen 5:23. Het Nieuwe Testament is oorspronkelijk in het Grieks geschreven.

- In het Grieks wordt het woord soma gebruikt voor het fysieke, levende lichaam. In het Nederlands medisch taalgebruik wordt het woord somatisch gebruikt als synoniem voor lichamelijk.
- Het woord voor ziel is in het Grieks psyche en ook dat gebruiken we in het Nederlands. Psychische klachten zijn dus eigenlijk synoniem voor zielsklachten. Als expert van de ziel geldt tegenwoordig de psycholoog. Soms wordt het woord ziel gebruikt als synoniem voor levend wezen, bijvoorbeeld 'het gezin telde, inclusief de hond, vijf levende zielen'.
- Geest is [pnoéma] pneúma in het Grieks en kan ook wind of adem betekenen. In het Nederlands gebruiken we het woord medisch bij bijvoorbeeld longontsteking: pneumonie. Pneumatisch kan verder betekenen dat iets, bijvoorbeeld een stuk gereedschap, werkt met behulp van luchtdruk. De expert van de menselijke geest zou de geestelijke kunnen zijn, die wel of niet in een bepaalde richting religieus georiënteerd is, al naar gelang iemands geloofsovertuiging.

De meeste christenen zien het onderscheid tussen geest en ziel als volgt: je geest is datgene wat een relatie heeft met God, het is het hoogste deel van de mens.

De ziel is datgene waarmee je denkt en voelt, het is je innerlijke, persoonlijke leven.

We zien een vergelijkbare driedelige structuur terug in veel tradities: bijvoorbeeld de Griekse, Joodse, Egyptische, boeddhistische, hindoeïstische en daoïstische tradities spreken allemaal van een materieel, een psychisch/emotioneel en een spiritueel/transcendent deel van de mens.

Het lichaam kan sterven, maar de ziel en de geest niet. Ziel en geest worden gescheiden van het lichaam wanneer je sterft. De Bijbel beschrijft dat de dood niet het einde is, maar een overgangssituatie. Een van de bekendste Bijbelteksten is Johannes 3 vers 16: 'Want God houdt zoveel van de mensen, dat Hij zijn enige zoon aan hen heeft gegeven. Iedereen die in Hem gelooft, zal niet verloren gaan, maar zal het eeuwige leven hebben.' Er is veel geschreven over deze bijbeltekst, die misschien wel de kern van het Christendom vormt.

Veel mensen gaan ervan uit dat je eenvoudig weg verdwijnt, als je dood gaat. Dit verdwijnen is zichtbaar in het uit elkaar vallen van het fysieke lichaam. Wanneer je uitgaat van de aanname dat er behalve materie niets anders is, lijkt dit de enige logische conclusie. Een probleem is, dat het een aanname is.

Een ander probleem is, dat er veel geverifieerde verslagen zijn van mensen die vertellen hoe zij, bijvoorbeeld na een ernstig ongeluk, merkten dat zij los kwamen van hun lichaam. Zij kunnen gedetailleerde, correcte beschrijvingen geven van wat zij buiten op straat hoorden en zagen, terwijl hun dood gewaande lichamen nog op de operatietafel lagen. Vooral sinds het ontwikkelen van reanimatietechnieken in de jaren zeventig, vertellen mensen die zogezegd bijna-dood waren, over hoe het is als ons niet materiële deel, het materiële lichaam verlaat.

Het ene uiterste is dus een zuiver materialistisch mensbeeld dat de definitie van bewustzijn herschrijft. Het zenuwstelsel draagt dit bewustzijn. Aan de andere kant zien we een mensbeeld waarin het hele lichaam de drager is van de ziel en de geest. Een voorbeeld hiervan vinden we in de antroposofie. Antroposofen werken met een mensbeeld dat uitgaat van het christelijke, het is alleen gedetailleerder. Ik zal hier een sterk verkorte beschrijving geven.

Ten eerste zijn er de grondstoffen waar alles uit bestaat. Dit is het eerste rijk, het rijk van de levenloze stoffen, van materie, van mineralen. De exacte wetenschappen zijn heel

geschikt om dit rijk te bestuderen. Levenloze stoffen gedragen zich voorspelbaar volgens wetmatigheden die in wiskundige formules kunnen worden beschreven. Bijvoorbeeld de manier waarop planeten bewegen, de wet van de zwaartekracht, de chemische eigenschappen van grondstoffen: het is de basis van de moderne technologie die onze maatschappij vorm geeft.

Lastiger wordt het voor de exacte wetenschappen om om te gaan met iets wat leeft. Dan speelt er iets mee wat complexer blijkt. Hoe complexer het levende organisme, hoe minder voorspelbaar het is. Dit begint in het tweede rijk, het rijk van de planten. Grondstoffen gaan zich hier anders gedragen, ze worden opgebouwd tot organismes met bepaalde onderdelen zoals wortels, stengels, bladeren en bloemen, die verschillende functies hebben. Antroposofen zeggen dat het leven een kracht is. Ze noemen het een levenskracht die de mogelijkheid heeft om levenloze materie in een bepaalde vorm te organiseren, zodat het een organisme wordt, een drager van leven. Een antroposoof zegt: de materiële grondstoffen van de plant noemen we het fysieke lichaam. En dan gebruikt hij het woord lichaam in de betekenis van een samenhangend geheel. Het geheel van levenskrachten dat van het fysieke lichaam een organisme maakt, noemt hij het levenskrachtenlichaam. Dit levenskrachtenlichaam kent het bouwplan van de plant. Het bouwt de plant op vanaf het moment van ontkiemen, aan de hand van de informatie die in het bouwplan beschreven staat. Dit plan is informatie zoals een woord informatie bevat. Het werkt volgens een bepaalde logica. In het Grieks is Logos het woord voor zowel Woord als voor Logica. Logos is dan ook de herkomst van het leven. Zoals staat beschreven in de Bijbelboeken Genesis en het evangelie van Johannes, is Logos van goddelijke oorsprong. In de antroposofie is het leven niet het toevallige gevolg van de evolutie.

Antroposofen kijken goed naar hoe planten omgaan met de levenloze materie en ze beschrijven vanuit daar gedetailleerd, hoe de levenskrachten werken. De levenskrachten werken anders dan de natuurkundige krachten. Ze bouwen bijvoorbeeld op, ze werken tegen de zwaartekracht in.

Er is nog meer wat leeft dan planten alleen. Het derde rijk is het rijk van de dieren. Dieren bewegen veel meer dan planten. Ze blijven niet op dezelfde plaats, maar verplaatsen zich met een bepaald doel. Bijvoorbeeld omdat ze willen eten, zich willen voortplanten, of een warmere plek zoeken. Instinctmatig voelen ze zich ergens door aangetrokken, of gaan ze juist ergens van weg. Dit systeem van aangetrokken en afgestoten worden ligt in de wereld van de ziel. Een dier heeft een fysiek lichaam en een levenskrachtenlichaam, dat het fysieke lichaam opbouwt, laat functioneren en verzorgt. Net als bij een plant. Maar het geheel van de krachten van de ziel heeft ook zijn aandeel.

Dit geheel van krachten, dit zielelichaam, gebruikt de bouwstoffen én de levenskrachten zo, dat het fysieke lichaam er helemaal anders uitziet dan van een plant. Dat het spieren heeft, organen, zintuigen, zenuwen. Dat het zich bewegen kan. Ook de werking van de krachten van de ziel, is goed bekeken en wordt gedetailleerd beschreven door antroposofen.

De mens, in het vierde rijk, heeft daarbij een geest. Deze hangt nauw samen met het 'ik' en met zelfbewustzijn. Het is mogelijk jezelf te zien als een 'ik'. De voedingsbodem hiervoor ligt in ieder mens. Het is een overstijgend principe dat de grondstoffen, de levenskrachten en de zielekrachten zo organiseert, dat er weer een compleet ander levensvoertuig ontstaat dan hoe een plant eruit ziet, of hoe een dier eruit ziet. Bijvoorbeeld: de mens heeft een uitgebreide taal, met veel woorden, die gesproken kunnen worden, waarmee ook abstracte ideeën kunnen worden gecommuniceerd. Vanuit deze voedingsbodem kan je je bewust worden van de wil die in je eigen ik besloten ligt en die vrij te gebruiken valt. Het ik kan vervolgens een levendig geestelijk leven ontwikkelen. Deze voedingsbodem, vanuit waar dit allemaal ontstaat, noemen de antroposofen de ik-organisatie, omdat het de grondstoffen, de levenskrachten en de zielekrachten zo organiseert dat er een menselijk lichaam ontstaat als voertuig voor deze mogelijkheden, voor deze vrije wil, die zich kan blijven ontwikkelen. Ook de werking van deze ik-organisatie is goed bekeken en gedetailleerd beschreven.

We zien in dit mensbeeld dat leven, ziel en geest, aan de hand van Logos gemaakt zijn. Dat ze daadwerkelijk wezenlijk aanwezig zijn in onze lichamen, en dat ze onze fysieke lichamen bouwen en onderhouden volgens een plan. Het zijn krachten die volgens specifieke wetmatigheden werken. Deze wetmatigheden zijn niet dezelfde als de wetmatigheden van de exacte wetenschappen, ze kunnen er rechtstreeks tegenin gaan. Ze bouwen bijvoorbeeld op, werken tegen de zwaartekracht in. Een ander voorbeeld: substanties kunnen een andere werking krijgen als ze in een fysiek lichaam terecht komen, waar de levenskracht heerst. Als je bijvoorbeeld kalinitraat (een ingrediënt van buskruid) inslikt, kun je last krijgen van allerlei etterende ontstekingen. Maar als je het op een wond smeert, werkt het een ontsmettend. Soldaten in de eerste wereldoorlog waren hier goed van op de hoogte.

Wanneer een plant, een dier of een mens ziek wordt, stuurt het levenskrachtenlichaam de materie van het fysieke lichaam niet meer goed aan. Soms zie je dit op fysiek niveau niet makkelijk, bijvoorbeeld bij hoofdpijn. Soms wel, in het geval van bijvoorbeeld kanker groeit het fysieke lichaam op een ongezonde manier en ontstaat er een gezwel. Aangezien de materie van het fysieke lichaam onder controle staat van het

levenskrachtenlichaam, heeft het vaak niet zoveel zin om alleen mechanisch het fysieke lichaam te corrigeren. Zo zien we dat na het wegsnijden van een gezwel, dit later toch weer terug kan komen. Het levenskrachtenlichaam werd namelijk niet gecorrigeerd, en dat blijft het fysieke lichaam dan toch verkeerd aansturen. De levenskracht repareert niet meer goed volgens de logica van het bouwplan. Soms kan het wel zijn nut hebben om het gezwel weg te snijden, omdat er dan zo meer tijd wordt gewonnen waarin het levenskrachtenlichaam weer op het juiste spoor kan worden gebracht.

Het - soms verkeerd - werkend levenskrachtenlichaam, wordt bij mens of dier beïnvloed door het zielelichaam. En zo zien we dat veel oorzaken van fysieke ziekte liggen in bijvoorbeeld het toegeven aan impulsen, zoals ongezond eten of roken. Of er is sprake van chronische stress of trauma, waardoor de samenwerking tussen het zielelichaam en het levenskrachtenlichaam verstoord raakt, wat dan tot fysieke problemen leidt. Bij de mens heeft het ik hier een sturende functie. Het moet de driften van de ziel, die bijvoorbeeld graag wil roken, beheersen of corrigeren. Of het moet de situatie die stress oplevert, aanpassen. Of het moet achteraf de confrontatie met het trauma aangaan, ookal staat dat tegen. Enzovoort. Het is binnen het kader van dit mensbeeld niet zo eenvoudig, dat je álle ziekten zou kunnen genezen door je problemen vanuit de psyche aan te pakken, bijvoorbeeld door gesprekken met een psycholoog. Veel interactie tussen lichaam, ziel en geest gebeurt namelijk buiten ons bewustzijn om en we hebben lang niet op al onze lichaamsfuncties grip met ons verstand. Hoe we op een andere manier wel grip op ze kunnen krijgen, zal ik verder behandelen in de aflevering over genezingsprocessen en hoe je geneest met het gelijke.

Duidelijk is: zodra er plek is in het mensbeeld voor een niet-materiële kant, voor een geestelijke kant, ben je actief betrokken bij je gezondheid. Je laat het zo min mogelijk over aan een corrigerende operatie, of aan bijsturende medicatie. Je legt je genezing niet langer volledig in de handen van een wetenschap, die alleen de wetmatigheden van de levenloze materie doorgrondt; je erkent ook de wetmatigheden van de levenskracht. Want als je dat doet, komt de klacht niet meer terug. Dan ben je in zijn geheel vooruit gegaan, op persoonlijk vlak én op fysiek vlak. Dit is holistisch genezen.

Zoals gezegd, staan de begrippen zoals geest, ziel, bewustzijn, ik, onder druk door de moderne wetenschap. Maar we zijn deze begrippen niet vergeten. Verhalen en films spelen er volop mee. Technologische ontwikkelingen wakkeren dit alleen maar aan. Nu we te maken hebben met kunstmatige intelligentie, en de gevolgen van het gebruik ervan, vragen we ons opnieuw af, wat is wat precies?

De film Blade Runner 2049 is een prachtig staaltje van het in beelden vangen van de worsteling met deze begrippen.

We volgen de zoektocht van een kunstmatig mens naar de oorsprong van zijn herinneringen. Hij is gemaakt door een bedrijf. Mensen noemen hem een 'replicant'. Replicants moeten slavenwerk uitvoeren, bijvoorbeeld gevaarlijk werk op ruimtekolonies, sekswerk of productiewerk. Dit slavenwerk zou moreel acceptabel zijn omdat replicants geen echte mensen zijn. Want ze hebben geen vrije wil, ze zijn niet geboren, en ze kunnen zichzelf niet voortplanten.

Ze hebben dus ook geen jeugd. Wél krijgen ze jeugdherinneringen ingeplant omdat dit ze menselijker maakt, en daarmee makkelijker in de omgang. Maar: het hebben van herinneringen blijkt een goede voedingsbodem voor het krijgen van zowel emoties als zelfbewustzijn. En wanneer déze zich ontwikkelen bij een replicant, beseft hij ook, dat hij een slaaf is. Er wordt dus vaak gecontroleerd of een replicant emoties krijgt. Zijn baas doet dit met behulp van een poëtische tekst, die de replicant moet opzeggen en waar hij op moet antwoorden. Als hij de woorden niet goed uitspreekt, loopt hij kans dat zijn baas hem vernietigt. Er is dus geen meetapparaat wat kan achterhalen of een machine in een mens verandert. Er is ook geen operatie of een scan waarmee je de menselijkheid kan zien. Het is het gesproken woord in de vorm van poëzie die de moeilijk duidbare, verborgen processen wél naar de oppervlakte brengt. Hier vangt een gedicht de kern van menselijkheid, het beschrijft diep menselijke ervaringen. De replicant moet het gevoelloos voordragen:

'Hoe is het om de hand vast te houden, van iemand waar je van houdt? Hoe is het om je kind in je armen te dragen? Droom je ervan, verbonden te zijn? Binnenin cellen, verbonden. And blood-blac k nothingness began to spin... A system of cells interlinked within cells interlinked within cells interlinked within one stem... And dreadfully distinct against the dark, a tall white fountain played.'

Dit stuk van het gedicht is een citaat uit het boek Pale Fire van de romanschrijver Vladimir Nabokov, waar de hoofdpersoon een bijna-dood ervaring beschrijft.

Wie ben jij? Ben je uniek of ben je een replica? Ben jij geboren uit liefde, of ben je het gevolg van natuurkundige wetmatigheden? Heb je een vrije wil, of volg je je programmering? Ben je een held, of ben je niemand? Wat is echt, en wat niet? Het zijn de vragen waar de hoofdpersoon uit Bladerunner 2049 mee worstelt. Maar het zijn ook de vragen van de moderne mens, die worstelt met een materialistisch mensbeeld en een geestelijk mensbeeld.

4. Husemann

In deze aflevering lees ik stukken voor uit het boek 'Het mensbeeld als basis van de geneeskunst', geschreven door Friedrich Husemann, Otto Wolff, en met bijdragen van nog anderen. Dit boek gaat uit van het antroposofisch vierledig mensbeeld, zoals ik kort in aflevering drie beschreef. Het probeert een gedetailleerde beschrijving te geven van hoe de ziel ons lichaam beïnvloedt. Voor mensen met weinig medische achtergrond, is het meeste van het boek moeilijk te volgen. Ik heb mij hier beperkt tot de pagina's die toch ook voor leken heel interessant zijn. De eerste druk is uit 1940 en de laatste druk, die ik hier gebruik, uit 1991. Het boek is dus aan de ene kant gedateerd, houd dit in je achterhoofd. Aan de andere kant, het meeste is nog steeds actueel, het legt de vinger op de zere plek. En in ieder geval nodigt het uit, om meer onderzoek te doen naar dit verwaarloosde onderwerp.

Ik begin met een deel van het voorwoord bij de tweede druk. Daarna volgen stukken uit de inleiding.

Bij de tweede druk

De medische situatie is behoorlijk veranderd sinds de publicatie van de eerste druk, in die zin dat de tendensen die toen al aanwezig waren duidelijker zijn geworden. Aan de ene kant is er een therapeutisch optimisme, vooral veroorzaakt door de ontdekking van antibiotica. Het lijkt nu alleen nog maar een kwestie van tijd en het aantal laboratoria, om effectieve remedies voor alle ziekten te vinden. Genezen wordt steeds meer een jacht op ziekteverwekkers. Maar het wordt ook steeds meer verplaatst van het menselijke domein van de arts naar de technische werking van het laboratorium. En het publiek trekt steeds meer de conclusie dat het de dokter ziet als een soort "medisch ingenieur". Net zoals het publiek voor geld een radio of auto van de ingenieur kan krijgen, is de dokter verplicht om een geneesmiddel te leveren. Want ziekte heeft eigenlijk niets met de mens te maken - het is slechts het vervelende en eigenlijk niet meer verantwoorde gevolg van onze onvolmaakte "gezondheidstechnologie". - Dit gaat zo ver dat er plattelandartsen zijn die zich haasten om elke zieke in het ziekenhuis op te laten nemen als ze een onvermijdelijke dood voorzien, omdat ze het zich "niet kunnen veroorloven" de zieke thuis te laten sterven. Volgens het publiek dat in technologie gelooft, is het niet nodig om te sterven - tenminste niet "nu" - als alle noodzakelijke apparatuur en de nieuwste medicijnen beschikbaar zijn. - Vanuit zo'n denkrichting is er geen begrip te verwachten voor een poging als deze.

Een andere belangrijke trend in de moderne geneeskunde is de zogenaamde 'psychosomatische geneeskunde'. Veel ziekten die tot voor kort gezien werden als puur lichamelijk of materieel, worden bij deze geneeskunde afgeleid uit de effecten van de ziel op het lichaam, en vinden vanuit deze inzichten ook de weg naar genezing. Psychosomatische geneeskunde bewijst dus eigenlijk de juistheid van een standpunt dat Rudolf Steiner als basisprincipe ontwikkelde voor de artsen die hem om cursussen vroegen: dat de oorsprong van lichamelijke ziekten in de ziel ligt. Terwijl men bij zogenaamde "geestesziekten" op zoek moet gaan naar de lichamelijke oorzaken. In dit opzicht kon men hopen op een zekere interesse van de psychosomatische geneeskunde in een geesteswetenschappelijke uitbreiding van de geneeskunst. In ieder geval zal de psychosomatische geneeskunde, als zij haar eigen ervaringen echt wil begrijpen, er niet omheen kunnen haar begripsvorming op een vergelijkbare manier voort te zetten als hier is geprobeerd.

Maar tot nu toe heeft de antroposofie van deze kant niet veel belangstelling gekregen. Toch zien sommige auteurs het als volkomen verenigbaar met hun wetenschappelijke denken wanneer ze terugvallen op oude yogamethoden of op andere manieren ingrijpen in de bovenzinnelijke natuur van de mens. En dit terwijl het denken vanuit de natuurwetenschap absoluut geen mogelijkheid biedt om deze methoden en de waargenomen verschijnselen te begrijpen!

Vandaag de dag lijkt het misschien een risico om een boek als dit te publiceren, meer dan tien jaar geleden. Als de auteur en zijn vrienden toch besloten dit te doen, dan was dat in de wetenschap dat juist de huidige successen in de geneeskunde laten zien welke gevaren de menselijke ontwikkeling bedreigen als het medisch denken en handelen niet georiënteerd kan worden op het mensbeeld. De artsen waren zich tot in de tijd van de Hippocratische geneeskunde min of meer duidelijk bewust van het mensbeeld. Vandaag de dag zullen we het op compleet nieuwe manieren moeten herwinnen als we willen voorkomen dat de natuurwetenschap een nog grotere catastrofe voor de mens wordt dan ze nu al is.

De auteur voelt waarschijnlijk het sterkst hoe weinig de huidige poging dit doel bereikt; juist daarom hoopt hij op de ondersteunende belangstelling van vrienden, maar zal hij ook dankbaar zijn voor objectieve kritiek.

Inleiding

De arts heeft te maken met de mens. Maar hij kan zijn interesse niet beperken tot de mens als hij hem wil helpen; hij is afhankelijk van het gebruik van de genezende krachten van de dierlijke, plantaardige en minerale wereld. De arts moet dus streven naar kennis van de natuur, en het kan vanaf het begin gezegd worden dat er geen grens

is aan dit streven zolang hij niet de *hele* natuur heeft doorzien.

Aan de andere kant is het duidelijk dat we niet kunnen wachten om als arts op te treden totdat we dit doel hebben bereikt. En hierin ligt eigenlijk het probleem van de medische professie: we moeten ingrijpen in contexten die we slechts in zeer beperkte mate begrijpen.

Dezelfde moeilijkheid bestaat met betrekking tot de ziel. De arts moet zeker eerst het lichaam van de patiënt onderzoeken en in orde brengen, maar hij voelt zich verplicht om ook rekening te houden met de ziel en de geest van de patiënt. Als hij dit niet doet, zullen zijn inspanningen snel ineffectief blijken. Want het lichaam op zich, zonder de verbinding met de ziel en geest, is helemaal niet te begrijpen; alleen door deze krijgt het lichaam het karakter van een *betekenisvolle werkelijkheid*.

En toch: de zieke kan zijn toestand niet als zinvol ervaren. Het is goed mogelijk dat de arts hem erop moet wijzen dat de lichamelijke aandoening haar oorzaak heeft in de ziel; hij moet psychotherapie beoefenen. Door dit te doen grijpt hij echter in op een gebied dat hij niet volledig kan begrijpen. Als hij blijvend succes wil boeken, moet hij de patiënt de geest- zielsrealiteit en haar onverbiddelijke wetten doen inzien zonder de hulp van illusies. - Het onmetelijke veld van een wetenschap van de geest opent zich voor de arts en hij bevindt zich vaak in situaties waarin inzicht hierin dringend noodzakelijk moet lijken.

Welke innerlijke moeilijkheden ondervindt de arts bijvoorbeeld wanneer hij bij een patiënt een ongeneeslijke ziekte vaststelt en de patiënt eist dat hij hem de "volledige waarheid" vertelt. Onder bepaalde omstandigheden kan één enkel woord genoeg zijn om de patiënt tot wanhoop te drijven óf om hem voorlopig te misleiden over de ernst van de situatie en hem zo nog een tijdje aan het werk te houden. Dit kan gerechtvaardigd lijken, bijvoorbeeld als het om een belangrijke baan gaat - maar betekent het niet dat belangrijkere beslissingen worden gemist? Het lot van de patiënt lijkt rechtstreeks in de handen van de arts te worden gelegd en de verantwoordelijkheid die de arts in elk geval op zich neemt, is enorm.

Aan twee kanten, aan de kant van de kennis van de natuur en de kennis van de geest, wordt de arts dus geconfronteerd met een bijna onrealiseerbare eis. Tot de komst van de natuurwetenschap kon deze moeilijkheid zich niet voordoen voor de arts; hij had het gevoel dat zijn kennis en handelingen zo geïntegreerd waren in de natuur en de geestelijke wereld dat hij zijn medische activiteit beschouwde als een gerechtvaardigde en natuurlijke voortzetting van natuurlijke processen: *Medicus curat, natura sanat* (de dokter behandelt, de natuur geneest). Toen hij over aarde, water, lucht en vuur sprak, bedoelde hij niet alleen externe natuurkrachten, maar deze termen omvatten ook de mens zelf. Maar we moeten in gedachten houden dat de mensen van deze vroegere tijd

uiterlijke verschijning en concept niet los van elkaar beleefden; de beelden van de uiterlijke wereld waren tegelijkertijd openbaringen van de geest.

Zelfs vandaag de dag zijn er nog een groot aantal artsen die nog steeds het beslissende, daadwerkelijk nuttige aspect van hun medisch denken en handelen als "kunst" ervaren, waarvoor ze geen rationele termen kunnen geven, hoewel ze de wetenschappelijke instrumenten van de moderne geneeskunde tot hun beschikking hebben. In veel gevallen kan men waarnemen dat deze - meestal uitstekende - beoefenaars in hun hele wezen overblijfselen vertonen van de oude nabijheid tot de natuur, die zich uiten in meer instinctieve vermogens of in een neiging tot beeldend denken of kunst. Dit kan ook van toepassing zijn op veel vertegenwoordigers van de "natuurgeneeskunde".

Dit geldt echter niet voor de meerderheid van de huidige artsen. Dit komt omdat de ontwikkeling van de natuurwetenschappen de arts heeft losgemaakt van deze naïeve relatie met de natuur. En deze onthechting is zo ver gegaan dat er twijfel is ontstaan over de mogelijkheid van alle therapieën. Maar omdat de arts *moet* handelen, is het begrijpelijk dat hij nu probeert de methoden van de natuurwetenschap op zijn vakgebied toe te passen; hij wil zich laten leiden door de resultaten van wetenschappelijke experimenten, vooral statistiek, en ervaringen aan het bed.

Maar het experiment vindt plaats onder willekeurig bepaalde omstandigheden en is te abstract vergeleken met de gecompliceerde omstandigheden waaronder hij moet werken aan het bed van de patiënt - onze leerboeken over farmacologie bewijzen dit bijvoorbeeld. Ervaring aan het bed daarentegen moet gebaseerd zijn op de symptomen. In een enkel geval heeft een bepaald middel geholpen; de conclusie ligt voor de hand - en die wordt dagelijks getrokken - dat het ook zal helpen in andere gevallen met vergelijkbare symptomen.

Aan de ene kant is het resultaat van het experiment (gecontroleerde klinische studie) te abstract, in die zin dat het individu wordt genivelleerd door de statistieken of slechts één parameter (bijv. verlaging van de bloeddruk; vrij zijn van pijn; verlenging van het leven bij kanker) of slechts één geneesmiddel als maatstaf wordt genomen. Aan de andere kant zijn ervaringen aan het bed vaak te specifiek, d.w.z. de individuele reactie kan niet echt worden geanalyseerd, omdat het bijna onmogelijk is om alle omstandigheden in het ziekteproces te overzien. Daarom zijn beide verklaringen beperkt in hun waarde, maar ze kunnen elkaar wel aanvullen. De overwaardering van gecontroleerde studies met statistische analyse is een uitdrukking van de heersende wetenschappelijke manier van denken in de geneeskunde. Individuele medische ervaring is echter vaak een uitdrukking van empathie voor de specifieke situatie en maakt daarom deel uit van de kunst, die de wetenschap als onderdeel van de geneeskunde, overstijgt.

Er was al een duidelijke verandering merkbaar in de klinische benadering, zelfs vóór de introductie van moderne, uiterst doeltreffende geneesmiddelen zoals antibiotica, psychotrope geneesmiddelen en cortisonen, en de problemen die pas later ontstonden door het gebruik ervan. In toenemende mate is het onmiskenbaar geworden dat er een vraag is naar een "holistische geneeskunde", een "biologische geneeswijze", natuurlijke geneeswijzen, de integratie van homeopathie, acupunctuur, en vele andere inspanningen. Ze zijn een uitdrukking van de duidelijke crisis in de geneeskunde. En de poging om die te overwinnen.

Er is dus een keerpunt bereikt in de geneeskunde - tenminste in Europa. "Biologische geneeskunde" probeert ziekten te begrijpen in de context van de hele biologische persoonlijkheid en probeert behandelingsmogelijkheden te vinden die gebaseerd zijn op de verbinding tussen het lichaam en de omringende natuur. Bij elke "puur biologische" benadering blijft alleen de vraag bestaan hoe de menselijke geest en ziel interageren met de biologie.

Zelfs vandaag de dag is de studie van de geneeskunde nog steeds gebaseerd op de natuurwetenschappen en begint met natuurkunde, scheikunde en anatomie, oftewel de dode wereld. Kan dit 'fundament' een begrip bieden van het leven, laat staan van de ziel en geest? Als snel wordt de hoeveelheid materiaal zo omvangrijk dat het voor een enkel persoon nauwelijks te beheersen is en het nodig is om het bijvoorbeeld op een handboekachtige manier te beschrijven: verschillende auteurs moeten het materiaal onder elkaar verdelen.

Als de arts ook nog een gespecialiseerde opleiding heeft, bestaat er een reëel gevaar dat hij het geheel uit het oog verliest. Dit wil natuurlijk niets zeggen tegen specialisatie. Geen enkele verstandige arts zal bijvoorbeeld willen afzien van de diagnostische verfijningen die tegenwoordig mogelijk zijn.

Dit is in het kort de huidige situatie van de geneeskunde: De hoeveelheid kennis is zo groot dat een individu er niet mee om kan gaan - en het blijft elke dag groeien. Ondanks deze kennis is het echter nog steeds zo dat we vaak over de meest eenvoudige processen niets weten. In het bijzonder is het niet meer mogelijk om de verborgen betekenis van een symptoom of een ziekte te herkennen in de vaak overweldigende overvloed aan individuele details; dit komt meestal pas naar voren vanuit een allesomvattend inzicht. Kortom: we hebben te veel kennis in details, maar zien te weinig van het geheel. Deze stand van zaken kan niet worden opgelost door meer nieuwe details toe te voegen, maar is een probleem van inzicht. Alleen een visie op de mens als geheel kan een tegenwicht bieden aan de fragmentatie en beheersing van de hoeveelheid kennis.

Zeker, een vaak gevonden "Studium Generale", een oriëntatie in de filosofie, de

intellectuele geschiedenis van de mensheid, artistieke inspanningen, en nog veel meer, zijn een serieuze poging om eenzijdigheid te overwinnen. In veel gevallen zal deze zoektocht echter niet tot bevredigende resultaten leiden omdat men niet kan besluiten om zonder voorbehoud de consequentie te erkennen die voortvloeit uit het dilemma *dat geneeskunde van nature geen zuivere natuurwetenschap kan zijn, en nooit handen en voeten zal krijgen zonder exacte geesteswetenschap.*

De chemicus, bijvoorbeeld, heeft exacte ideeën over wat er gebeurt met een zout dat hij oplost in water. - Maar wat weet de praktische arts over de processen die in een mens plaatsvinden wanneer hij een glas water drinkt? Dit is een gebeurtenis met een enorme complexiteit voor het organisme. - Maar wat gebeurt er in het organisme wanneer we een medicijn innemen? Er vinden oneindig complexe processen plaats, waarvan we in het beste geval alleen het uiteindelijke effect kunnen vatten, terwijl misschien zeer belangrijke tussenstadia aan onze kennis ontsnappen.

In de natuurkunde en scheikunde zien we terecht modellen van wetenschappelijk onderzoek. Maar botanie en zoölogie, biologie in het algemeen en nog meer geneeskunde zijn genoodzaakt om de wetenschappelijke methoden uit te breiden tot een "holistische kijk", zoals eerst bewust werd gedaan door *Goethe* en later door *Driesch* en vele anderen. De praktische geneeskunde echter, ook al werd ze theoretisch verondersteld natuurwetenschap te zijn, ging altijd te werk volgens holistische gezichtspunten en intuïtieve methoden, die ze overnam als een erfenis uit het verleden (volksgeneeskunde, traditionele geneeskunde zoals cupping, acupunctuur), d.w.z. ze leende onbewust van het oude geestelijke inzicht.

Het feit dat deze overschrijding van de grenzen van de natuurwetenschap nog niet algemeen als zodanig wordt erkend, is een gevolg van het feit dat er nog steeds een wijdverbreid gebrek is aan filosofische inmenging met wetenschappelijke methoden. Zo zou erkend moeten worden dat alleen al de vraag naar het leven, de grenzen van de klassieke natuurwetenschap overschrijdt. Zelfs de natuurwetenschap, die verondersteld wordt empirisch te zijn, maakt niet alleen gebruik van zintuiglijke waarneming, maar ook van het *denken* en dus van een element dat van nature ontoegankelijk is voor zintuiglijke waarneming, en daarom "bovenzinnelijk" van aard is.

Een werkelijk holistische kijk moet echter nog een stap verder gaan: het beschouwt het bovenzinnelijke als wezenlijk aanwezig in de organische natuur. In die zin gaat het verder dan het domein van de "fysica" en betreedt het het domein van de "metafysica".

Dit geldt in veel sterkere mate voor de geneeskunde. Omdat haar object de mens is, die niet alleen een biologisch maar ook een ziels- en geesteswezen is, moet ze ook "psychologie" en "geesteswetenschap" omvatten. De wetten van de natuurwetenschap moeten in geen geval op deze gebieden worden toegepast, want ze

hebben hun eigen wetten, net zoals het leven zijn eigen wetten heeft. Als alleen wetenschappelijk denken wordt toegepast op het leven, de ziel of de geest, berooft deze moderne Procrusteaanse methode hen van hun werkelijke inhoud; het leven, de ziel, de geest en het ik blijven dan slechts vage begrippen. Dit is ook niet mogelijk met deze procedures van directe overdracht van het fysieke in het geestelijke; het resultaat is slechts een materialistisch spiritualisme.

Rudolf Steiner hechtte er veel belang aan dat de mens zich methodisch zou trainen in de natuurwetenschap en haar heldere manier van denken en dat alleen de *methode*, maar *niet de inhoud*, zou moeten worden toegepast op de gebieden van leven, ziel en geest.

De mens is in de eerste plaats een geestelijk wezen en daarom moet alles in de geneeskunde uiteindelijk gericht zijn op deze innerlijke kern van het wezen, het ik van de mens. De verdere ontwikkeling van de geneeskunde werd in wezen bepaald door dit gebrek aan kennis van het ik. Het is de enige verklaring voor de enorme impact van de psychoanalytische benadering. Tegenover de sombere eenzijdigheid van het materialisme had dit een enorm stimulerend effect op het medisch denken, maar *Freud* zelf bleef een slaaf van het materialisme door de ziel min of meer te vereenzelvigen met het instinctieve. - De *individuele psychologie* overwon de primitiviteit van *Freuds* benadering en erkende de individuele gestalte en de betekenis van de ziel. Het was echter *C.G. Jung* die de methode tot een geestelijk historisch niveau verhief, zonder echter door te dringen tot werkelijke erkenning van het ik.

Niettemin werd het belang van de ziel voor de ontwikkeling van ziekten opnieuw onder de aandacht van de arts gebracht en kon men niet om de vraag heen: hoe beïnvloedt de ziel het lichaam?

In het bijzonder moet nu al worden opgemerkt dat de relatie tussen lichaam, ziel en geest geen kwestie is van min of meer onafhankelijke 'lagen', maar dat de beslissende factor hun onderlinge vervlechting is, die, zoals we zullen zien, nauwkeurig te bestuderen is.

Een obstakel om tot een goed begrip van deze interactie en doordringing te komen is het huidige tijdsgebonden denken, volgens welke praktisch alle impulsen geacht worden uit de hersenen voort te komen: de hersenen als een commando- en controlecentrum. De ontwikkeling van de computer, die de indruk wekt dat hij "denkt" als een brein, heeft ook bijgedragen aan deze manier van denken - een groteske miskenning van zowel het denken als van de functie van de hersenen. In werkelijkheid isoleert de computer één enkel combinatievermogen, één van de vaardigheden van de hersenen, en brengt het tot een perfectie die dit ene menselijke vermogen ver overstijgt

- het probleem van elke specialisatie die uiteindelijk abstract wordt als het geïsoleerd gebeurt. Het feit dat echt denken iets heel anders is dan combineren zal ons verderop nog bezighouden.

De mens is een *geheel van lichaam, ziel en geest*. Het is voor ons vandaag de dag niet mogelijk om dit direct te herkennen. In vroegere tijden werd dit besef ons als een onmiddellijk bewustzijnsfeit gegeven in het mythologische beeld, dat zowel materiële als geestelijke betekenis had.

En - het beeld is de enige adequate uitdrukking van heelheid, omdat het individuele delen samenvoegt tot een levendig geheel. De poging van het wetenschappelijke tijdperk van de geneeskunde om tot een beeld van de mens te komen op basis van de onderzochte details moest mislukken, omdat het plan van het geheel uit ons zicht verdween door de blik te richten op de microscopisch kleine stukjes van het mozaïek. Of anders gezegd: omdat de wetenschap het beeldvormende gevoel voor heelheid was kwijtgeraakt, richtte ze zich op het microscopische.

Een typisch voorbeeld hiervan is de studie van cellen. De ontdekking van de cel en de erkenning van het belang ervan was zeker een mijlpaal in de kennis van levende wezens en de zin "*Omnis cellula e cellula*" (elke cel komt voort uit een cel), was de ontdekking van een zeer belangrijke biologische wet. Dit maakt het begrijpelijk dat de cel te veel geïsoleerd werd bekeken, min of meer als de heerser van het organisme, met de conclusie dat het organisme ziek wordt omdat de cel ziek wordt. Dit laat duidelijk het verlies zien van heelheid, eigenlijk van het organisme, ten gunste van de details. Het zou echter niet alleen oneerlijk en arrogant zijn om deze opvattingen en resultaten laatdunkend te beoordelen. Integendeel, ze waren noodzakelijk voor de ontwikkeling van de mensheid, omdat de details anders niet bekend zouden zijn geworden. Het is alleen tijd om de details weer in samenhang te bekijken zodat we niet verloren gaan in incoherentie. Met andere woorden, tijd om het geheel te erkennen.

Het streven naar een nieuw *mensbeeld* komt duidelijk tot uitdrukking in de soms zeer uiteenlopende hervormingspogingen van de moderne geneeskunde. En uiteindelijk zullen alle hervormingsinspanningen, hoe goedbedoeld ook, eindigen in een empirisme dat wordt uitgebreid met traditie en natuurgeneeskunde, als het niet mogelijk is om studenten een beeld van het menselijk wezen bij te brengen dat *conceptueel duidelijk* is en hen dus in staat stelt om de rijkdom van het huidige wetenschappelijke materiaal eraan te relateren, en het zo te begrijpen, en therapeutisch bruikbaar te maken.

Om dit mogelijk te maken, mag de beeldvormende kwaliteit niet bereikt worden ten koste van de exactheid; het zou dan ontaarden in pure analogie en symbolisatie. Het is daarom noodzakelijk dat de weg van de natuurwetenschap naar de nieuwe

beeldvorming wordt bewandeld met dezelfde exactheid die we verschuldigd zijn aan de natuurwetenschap.

Ten eerste is het nodig om het denken zelf te activeren. We denken allemaal veel te gewoontjes, gebaseerd op de wereld van de waarneming. Ons denken is eerder statisch en associatief dan actief en dynamisch.

Naast de activering van het denken zal het ook nodig zijn om het vermogen om waar te nemen, dat wil zeggen de zintuiglijke activiteit, nieuw leven in te blazen. De huidige beschaving doet het tegenovergestelde: ze stompt de zintuigen steeds meer af door ze te overladen met zintuiglijke prikkels (grote luidsprekers, straatlawaaai, de snelheid van voertuigen, vliegtuigen, neonlichten, enz.) Vooral het vermogen om *kwaliteiten* waar te nemen is al grotendeels afgestompt. Op medisch gebied is er vaak op gewezen dat, als gevolg van de mechanisering van de diagnose, de arts van vandaag niet meer goed leert percussieren, ausculteren en palperen, dat het "oog van de dokter" zich niet meer ontwikkelt - precies dat intuïtieve moment van medische diagnose dat kenmerkend is voor de ervaren arts -; hij vertrouwt meer op de "harde" laboratoriumresultaten dan op zijn persoonlijke ervaring. Training in zintuiglijke waarneming is daarom dringend nodig.

Misschien lijken de problemen van de geneeskunde nu nog groter dan aan het begin van onze beschouwingen. Maar dit kan niet vermeden worden. Want het feit dat geneeskunde zo'n moeilijke wetenschap is, hangt samen met het feit dat in de mens *alle* koninkrijken van de natuur verenigd zijn tot een nieuwe eenheid. Elk koninkrijk van de natuur vereist echter een speciale methode van kennisverwerving: de methode van de huidige natuurwetenschap is aangepast aan het *anorganische, minerale rijk*. Ze is geschikt voor de levenloze wereld, scheikunde, natuurkunde en hun hoogste ontwikkeling in technologie.

Het *biologische* gebied vereist holistische overwegingen en de toepassing van het concept van metamorfose. De meeste onderzoekers erkennen tegenwoordig dat het leven meer is dan fysica en chemie, maar op biologisch gebied blijven ze doen alsof deze problemen kunnen worden opgelost met behulp van chemie of fysica. In werkelijkheid zijn de brandende problemen van de leefomgeving op aarde (stervende bossen, milieuvervuiling, etc.) echter juist ontstaan omdat de autonomie van het leven niet is gerespecteerd. De autonomie van het leven als *superordinaat* wordt zelden gerealiseerd.

In het rijk van de ziel moet het begrip *leven* worden aangepast. Op dit gebied wordt er iets wezenlijk nieuws toegevoegd aan het biologische.

Bovenal onttrekt *het ik* zich, zoals we gezien hebben, aan natuurwetenschappelijke observatie. Om het te begrijpen, moet de waarnemer het op zijn eigen

gebied zoeken, dat wil zeggen, hij moet “geesteswetenschap” ontwikkelen.

We moeten eerst de mens in zijn verschillende lagen herkennen en de verbinding tussen hen en de ons omringende natuur zoeken. Alleen het centreren van de verschillende lagen op het *ik* levert het *mensbeeld* op dat we nodig hebben als we een genezingswetenschap willen ontwikkelen die werkelijk overeenkomt met de essentie van de mens: een beeld van de mens dat in zichzelf gestructureerd is, dat hem toont in zijn levende relatie tot de natuurlijke koninkrijken, tot mineralen, planten en dieren; een beeld dat niet dogmatisch vastligt, maar beweeglijk en levend is zoals de natuur zelf; dat het individu niet kan aannemen door mededelingen, maar dat hij voor zichzelf moet creëren door herhaalde oefening.

En omdat het geestelijke wezen van de mens, zijn ik, in het centrum staat van dit beeld dat geweven is uit de rijken van de natuur, is geneeskunde in principe alleen mogelijk als het zich verheft tot het niveau van geesteswetenschap.

- Tot zover de inleiding van ‘Het mensbeeld als basis van de geneeskunst’ -

Ik werk aan een vertaling in het Nederlands van alle drie de delen.

5. Genezen met het gelijke

Samuel Hahnemann werd geboren in 1755 in Duitsland. Hij werd arts. De medische wetenschap gebruikte in die tijd methoden uit de middeleeuwen. Zo dachten de mensen dat ziekten het gevolg waren van een disbalans van de lichaamsvochten. Ik heb het hier kort over gehad in de aflevering over de geschiedenis van de geneeskunst. Als de arts vond dat de ziekte bijvoorbeeld het gevolg was van teveel bloed, maakte hij een wond en liet bloed weglopen. Dit noemden ze aderlaten. Artsen pasten het veel toe in de middeleeuwen maar het kon tot infecties leiden omdat ze niet schoon werkten. En als het te vaak werd toegepast, raakten patiënten uitgeput en konden bloedarmoede krijgen. Hahnemann vond de methoden die hij geleerd had, te willekeurig. Bovendien waren de resultaten slecht. Hij voelde zich bezwaard om ze in de praktijk te brengen. Hij ging toen boeken vertalen, want hij was goed thuis in zeven talen. Daarnaast verdiepte hij zich in scheikunde.

Hij bleef interesse houden voor geneeskunde. Aan de hand van boeken die hij vertaalde, en ook door experimenten die hij op zichzelf uitvoerde, kwam hij tot de conclusie dat er een verband was tussen twee dingen. Aan de ene kant kunnen ziekteverschijnselen genezen worden door een bepaalde stof. Aan de andere kant *veroorzaakt* die stof bij een gezond persoon, diezelfde ziekteverschijnselen als waarvoor het als medicijn wordt ingezet. Hij vermoedde hier een wetmatigheid waar hij als arts op had zitten wachten. De geneeskrachtige werking van stoffen kon zo systematisch onderzocht worden: door ze uit te proberen op gezonde mensen. Er hoefde niet meer willekeurig gewerkt te worden!

Hij probeerde vervolgens de werking van een groot aantal stoffen uit, op zichzelf, familieleden en vrienden. Hij gebruikte mineralen, plantaardige, dierlijke en scheikundig geproduceerde stoffen. Hij lette daarbij zowel op fysieke als op psychische reacties en noteerde deze minitueus. Dit was het begin van zijn *Materia Medica*. Vervolgens behandelde hij zieke mensen met een van deze stoffen; wanneer hij zag dat de patiënt symptomen had die vergelijkbaar waren met een van de beschrijvingen uit zijn *Materia Medica*, wist hij welk middel voor te schrijven. Om te voorkomen dat de patiënt teveel van de, soms giftige, stof binnenkreeg, verdunde hij met veel water. Door te schudden zorgde hij dat de stof goed vermengd werd met het water. Hij experimenteerde hier systematisch en veel mee. Hij verdunde de stof steeds verder, terwijl hij tussendoor schudde. Hij merkte dat de geneeskracht hierdoor toenam, en het aantal bijwerkingen afnam. Er waren nog geen microscopen ontwikkeld waarmee je kon zien hoeveel van de stof ondertussen nog aanwezig was. Als je dertig keer één op honderd verdunt, is er

geen enkele molecuul van de grondstof meer aanwezig. Toch werkt het geneesmiddel nog. Dit is vanuit het materialistisch denken onbegrijpelijk. Materialisme gaat uit van de aanname, dat alle verschijnselen te verklaren zijn vanuit de waarneembare materie. Positieve resultaten die de homeopathie boekt, worden vanuit deze aanname eenvoudig weg maar afgeschoven op het placebo-effect.

Hahnemann had geen apparatuur waarmee hij moleculen kon tellen. Toch zag hij wel degelijk dat hij niet meer materieel werkte, en niet meer inwerkte op het fysieke lichaam. Hij zag dat hij aan de slag was met de levenskracht van de mens. Vanuit de natuurgeneeswijzen volgens Galenus, toen gebruikelijk, was er een spiritus vitalis benoemd. Deze zou in het hart geproduceerd worden met onder andere ingeademde lucht. De spiritus vitalis zou zorgen voor warmte, energie en circulatie in het lichaam. Hier verwees Hahnemann niet naar, wanneer hij schreef over de levenskracht. Hij noemde het Dynamis, wat het Griekse woord is voor kracht. Samuel Hahnemann definieerde de dynamis als volgt, en het woord 'spiritueel' wordt hier gebruikt in de betekenis van 'niet-materieel': 'Als de mens gezond is, heerst de spirituele levenskracht (autocratie), die als Dynamis het stoffelijk lichaam (het organisme) onbeperkt leven doet. Ze houdt al zijn delen in een bewonderenswaardige harmonische, levende werking, die zich uit in voelen en handelen. Zó, dat de met verstand toegeruste geest zich vrij kan bedienen van dit levende, gezonde werktuig, voor de hogere bedoelingen van ons bestaan.'

In aflevering drie heb ik het over een materialistisch en een geestelijk mensbeeld. Je ziet dat het mensbeeld wat Hahnemann beschrijft het beste aansluit bij een geestelijk mensbeeld.

Homeopaat en schrijver Paul Albers formuleert de dynamis als volgt: 'De Dynamis kan je globaal gezien zien als een verfijnd en ruimtelijk aanwezig fysiologisch systeem, dat alle opgenomen materie van een organisme voortdurend uit de wetten van de dode materie bevrijdt, en in een nieuwe hogere (dominante) ordening binnen het leven houdt.'

Dat klinkt misschien complex, maar het is geen hogere wiskunde. Iedereen weet, dat als je dood bent, je lichaam *uit* elkaar valt. De redenatie is eenvoudig dat de levenskracht dus iets moet zijn wat de boel *bij* elkaar houdt.

Het is dit zo goed mogelijk bij elkaar houden, wat je aan wil spreken, wanneer er genezing nodig is.

Hahnemann gebruikt het voorbeeld van een magneet die op afstand invloed uit kan oefenen zonder materiële tussenkomst. De magneet creëert een veld dat in principe onzichtbaar is. Aan de hand van ijzervijzel kun je *wel* zien dat er toch iets met een bepaalde systematiek gaande is. Dankzij materie, in dit geval ijzervijzel, krijgen we zicht op de werking van het onzichtbare krachtenveld. De wetenschap weet nu veel over magnetisme ziet het ondertussen als een materiële kracht.

De werking van de onzichtbare *levenskracht* wordt ook zichtbaar in materie, in dit geval niet in ijzervijzel maar in organismen. Net zoals de vorm waarin het ijzervijzel gaat liggen iets zegt over de magnetische kracht, zegt de vorm waarin een organisme groeit, iets over de levenskracht. Dat de wetenschap nog te weinig weet om dit te verklaren, net zoals bij de eenvoudigere magnetische kracht, wil niet automatisch zeggen dat het onzin is. De wetenschap is tenslotte altijd in ontwikkeling en in de toekomst liggen nog nieuwe, verbazende inzichten te wachten. Maar misschien liggen deze inzichten nog *lang* te wachten. Afhankelijk van wanneer wetenschappers moedig en nederig genoeg worden, om hun eigen vooroordelen onder ogen te zien.

De systematiek van de dynamis kun je goed observeren en proefondervindelijk is de klassieke homeopathie hierop gebaseerd. In aflevering zes zal ik het hebben over hoe de dynamis werkt; met symptomen die kunnen veranderen, en die verschillende kwalitatieve eigenschappen hebben.

Zoals gezegd, je geneest met het gelijkende. Iemand die bijvoorbeeld slecht slaapt, krijgt een homeopatische verdunning van een stof die er normaal gesproken *voor zorgt* dat je slecht slaapt. Zo kan koffie worden voorgeschreven in een homeopathische verdunning.

Veel voedselvergiftigingen met diaree, braken, onrust en kouwelijkheid, kunnen worden behandeld met homeopatische verdunning van arsenicum. Arsenicum, gegeven aan een *gezond* persoon, *veroorzaakt* diaree, braken, onrust, en kouwelijkheid.

De giftige plant wolfskers (belladonna), veroorzaakt bij inname typische glanzende ogen met vergrootte pupillen, een gevoel van brandende hitte, maar de patiënt heeft geen dorst. Als een patiënt met bijvoorbeeld hoge koorts heeft, glanzende ogen met vergrootte pupillen, een gevoel van brandende hitte, maar geen dorst, kun je hem *helpen* met een homeopatische verdunning van de wolfskers.

Bij het onderzoeken van de verschillende symptomen die een substantie veroorzaakt, is de lijst met klachten vaak erg lang. Zeker als je echt goed op gaan letten wat er allemaal

gebeurt, en je dit bekijkt bij een grote groep gezonde personen. Wie een eerste blik in een homeopatische materia medica werpt, ziet vaak door de bomen het bos niet meer. Proefondervindelijk merkten homeopaten dat je het meest trefzeker voorschrijft, wanneer je rekening houdt met specifieke groepen van klachten. Ten eerste wil je weten wat er aan de hand is, bijvoorbeeld een middenoorontsteking. Ten twee waardoor de klacht erger of juist beter wordt, bijvoorbeeld het wordt 's nachts erger. Ten derde hoe de klacht voelt, bijvoorbeeld een bonzende, hamerende pijn. Ten vierde waar de klacht zit, bijvoorbeeld in het *rechter* oor. Ten vijfde of er nog iets anders aan de hand is, iets wat er schijnbaar niets mee te maken heeft. Bijvoorbeeld dat de patiënt nu niks drinken wil terwijl hij normaal gesproken een gezonde dorst heeft.

Al deze details geven samen het complete beeld van een belladonna vergiftiging en kan de homeopatische verdunning van belladonna, de heftige oorpijn binnen enkele minuten grotendeels doen verdwijnen. Een homeopaat noemt dit het *volledig symptoom*. Hij heeft te weinig aan de reguliere diagnose, otitis media. Er zijn namelijk 88 mogelijke homeopathische middelen die bij een middenoorontsteking in aanmerking komen. Welke precies, hangt af van de symptomen in deze verschillende groepen van klachten: wat, hoe, wanneer, waar, en waarom. Het volledig symptoom vindt zijn oorsprong in de tien categoriën van Aristoteles, waarin hij een raamwerk aanbiedt om alles wat bestaat en alles wat we erover kunnen zeggen, in fundamentele klassen onder te brengen. Omdat het een omvattende systematiek is, is het uitermate geschikt als hulpmiddel om holistisch te werken.

Vandaar dat een homeopaat veel vragen stelt. Soms snapt een patiënt niet wat al die vragen met zijn klacht te maken hebben. Er zijn nog meer mogelijke aanwijzingen. Wat was aanleiding van de oorontsteking? Bijvoorbeeld een verandering in het weer, ruziënde ouders of een zwemles. Heeft de patiënt een ander humeur tijdens de oorontsteking? Bijvoorbeeld bijzonder geïrriteerd, boos of juist huilerig en hangerig. Ook een terugkerende droom kan een aanwijzing zijn. Het is dus voor de patiënt, en bij kinderen voor de ouders van de patiënt, van belang om goed te letten op alle details en omstandigheden. Alle vragen staan in dienst van een geïndividualiseerd, holistisch ziektebeeld.

Een belangrijk verschil met de reguliere gezondheidszorg is het kleinere belang van de diagnose. Wie naar een huisarts gaat, hoopt erop dat er een naam gegeven wordt aan zijn ziekte. Aan de ziektenaam is de behandeling gekoppeld. Een homeopaat heeft meer nodig dan de diagnose alleen. Hoe ziet de ziekte eruit bij *deze* patiënt? Onderling zijn er namelijk grote verschillen. Daarom heeft het geen zin om je homeopaat te vragen

of hij iets voor jouw middenoorontsteking heeft. Je moet hem vertellen of hij iets heeft voor je rechtszijdige middenoorontsteking, die een bonzende pijn veroorzaakt, vooral 's nachts, je hebt het sinds je je boos bent om een ruzie, en, hoe gek het ook klinkt, je hebt sindsdien duidelijk minder dorst dan normaal.

Ik beschreef hier als voorbeeld een acute situatie die veel bij kinderen voorkomt. In het geval van chronische ziekten is de lijst met vragen langer en is de psychische toestand van de patiënt, belangrijker.

Wat gebeurt er nu wanneer je zo'n homeopatische verdunning neemt?

Ik leg eerst uit wat er gebeurt als je de stof neemt, zónder dat hij homeopatisch verdund is. Bijvoorbeeld koffie. Er gebeuren hier na elkaar twee dingen. Eerst word je wakker, alert en opgewekt. Maar je lichaam gaat vervolgens aan de slag met deze stand van zaken. Je lichaam wil de onnatuurlijke staat, die koffie heeft veroorzaakt, repareren. Het zet daarom de tegenaanval in. Iedere actie blijkt een tegengestelde reactie te hebben. Je wordt sloom, afwezig, of mat. Dit is de bijwerking van koffie. Wil je er weer wakker en alert van worden, dan moet je het nog eens drinken. Veel mensen zijn op deze manier verslaafd geraakt aan koffie. Als ze ermee stoppen, krijgen ze ontwenningssverschijnselen.

De meeste medicatie heeft bijwerkingen. Dit zijn de tegenreacties van het lichaam op de stof. Daarom moet de medicatie vaak worden genomen. Het lichaam zet telkens de tegenaanval in. Maar deze overstem je dan weer door de nieuwe inname. Je lost niets duurzaam op. Je stapelt alleen bijwerkingen op het oorspronkelijke probleem. Op een gegeven moment is de levenskracht het beu, en gaat een andere uitlaatklep zoeken. Dan lijkt de ziekte overwonnen. Maar in werkelijkheid heeft de ziekte zich verplaatst, vaak naar een ernstiger niveau. Ik zal hier meer over vertellen in de aflevering over genezingsreacties.

Een homeopatisch geneesmiddel bevat geen enkele molecuul meer van de grondstof. Daarmee zet je dus niet zo makkelijk de eerste reactie van het lichaam in gang. Opmerkelijk genoeg zie je de tweede reactie van het lichaam wel. Een homeopatische verdunning van koffie *maakt dus slaperig*. De tegengestelde reactie begint, zonder dat per se eerst de primaire chemische vergiftiging in het lichaam optreedt. Met die tegengestelde reactie, wordt de ziekte uitgedoofd.

Het lijkt erop dat er min of meer iets vergelijkbaars gaande is als bij Active Noise Cancelling, wat koptelefoons gebruiken. Microfoons meten het omgevingsgeluid en de

koptelefoon produceert een omgekeerde geluidsgolf, waardoor het omgevingsgeluid uitdooft. Hoe preciezer de omgekeerde geluidsgolf, hoe beter het omgevingsgeluid verdwijnt voor wie de koptelefoon draagt. Dit geldt ook voor homeopathie. Hoe preciezer de klachten van de patiënt overeenkomen met de klachten die de oorspronkelijke stof veroorzaakt, des te beter zijn de resultaten van de homeopatische behandeling.

Het is dus van belang dat de patiënt zijn klachten precies en volledig aan zijn homeopaat vertelt! Dat kan heel lastig zijn. Vooral als je klachten hebt, die je al zo lang hebt, dat ze niet meer opvallen. Je bent gewoon vergeten hoe het was toen ze er nog niet waren. Vaak komt een homeopaat er nog wel uit met de klachten die je wél helder voor de geest hebt. En tijdens de behandeling, verdwijnen dan ook de klachten waar je al mee had leren leven. Ik hoor het nog al eens in mijn praktijk, 'oh ja, dat was ik je vergeten te vertellen, dat ik ook last had van jeuk in mijn oren. Dat had ik al zo lang. Maar het is nu verdwenen.'

Het holisch aspect zit hem bij homeopathie dus hierin, dat behalve de fysieke klachten ook het volgende meegenomen wordt: wat is je psychische toestand? Hoe is het met je ziel? Wordt je boos, verdrietig, agressief, passief van de situatie waar je in zit? Hoe ga je daarmee om? Trek je je terug? Wil je getroost worden? Probeer je het ergens mee te compenseren?

Het complete plaatje van fysieke klachten én psychische klachten leidt tot het passende geneesmiddelbeeld.

Het maakt niet uit of je vooral psychische of fysieke klachten hebt. Het maakt niet uit welke klachten je hebt. Als de homeopaat het geneesmiddelbeeld helder herkent, kan hij je behandelen.

Lastig wordt het, als het totaal plaatje niet herkenbaar is. Dan kan je homeopaat een collaga om een second opinion vragen. Of er wordt een middel gegeven, dat proefondervindelijk er bekend om staat dat het in veel gevallen het beeld opklaart. Alsof je de aanslag van de lens weghaalt waarna je wél ziet wat er aan de hand is.

Soms zien we een helder geneesmiddelbeeld, maar gebeurt er toch niets. Dan kan er een blokkade in de weg zitten. Hahnemann onderzocht dat bepaalde ziektes enorme verstoringen kunnen veroorzaken die erfelijk kunnen worden doorgegeven. Vooral kanker, syfilis, tuberculose en gonorroe zijn hier berucht om. Vaak weten mensen niet of grootvader syfilis heeft gehad. Daar wordt meestal niet openlijk over gepraat. Een

homeopaat moet dus het pakket leren herkennen, het pakket van fysieke en psychische klachten die bij geërfde verstoringen zichtbaar zijn. Hahnemann noemde zo'n erfelijke belasting een miasma, wat Grieks is voor verontreiniging. Als iemand niet goed reageert op een homeopathische behandeling, zal eerst deze verontreiniging moeten worden schoongemaakt. Daar zijn ook specifieke homeopathische middelen voor, de zogenaamde nosodes. Deze kunnen vaak terugkerende hardnekkige acute klachten wegnemen, of klachten überhaupt behandelbaar maken.

Een andere moeilijkheid is, wanneer je veel reguliere onderdrukkende medicatie gebruikt of hebt gebruikt. Zoals corticosteroïden of psychofarmaca. Hoe langer je de wetten van de levenskracht overtradt, hoe lastiger je alles weer op het juiste spoor krijgt.

Onmogelijk wordt het, als je klachten zich al ver in het fysieke lichaam hebben vastgezet. Zoals bij kanker of bij diabetes. Bij ernstige fysieke schade kan homeopathie net zo min een geamputeerd been laten terug groeien, als dat ze een verwoest orgaan opnieuw kan laten ontstaan. Wat dan wél nog kan, is ondersteuning bieden en de klachten verlichten, afhankelijk van de situatie.

Is er homeopatisch grip te krijgen op het probleem, dan komen er genezingsreacties op gang. Dan zien we de *levenskracht* aan het werk. Volgens de wetten en het bouwplan van het leven. Het is een dynamisch gebeuren! Het beïnvloedt zowel je psyche als je fysieke lichaam ten goede. Hierover gaat de volgende aflevering.

6. Genezingsprocessen

Als iemand ziek is en niet spontaan beter wordt, dan probeert het lichaam zelf een probleem op te lossen, maar sloeg het een weg in die niet handig is. Bij een holistische behandeling zet je het lichaam weer op het juiste spoor. Vervolgens wacht je af. Je kijkt hoe ver iemand nu zelf komt. Je ziet dan dat het lichaam, zogezegd, gaat renoveren. Aan de hand van de bouwplannen van het leven, waar ik het in aflevering drie en vijf over had.

Bij jonge kinderen is er vaak nog niet zo veel loos. Als je als klassiek homeopaat een goed gekozen middel aan een kind geeft, is het kind vaak óf direct weer beter, óf het krijgt een acute ziekte. Vaak met koorts. Tijdens koorts word je duf en slaperig. Je kan niet meer zo goed nadenken. Dat komt doordat het lichaam daar geen energie meer in stopt. Het stopt al zijn energie in herstel. De temperatuur gaat omhoog, dat heeft als voordeel dat bacteriën en virussen zich niet goed meer kunnen vermenigvuldigen. De hartslag gaat omhoog en de hele stofwisseling gaat sneller. Bouwstoffen kunnen sneller worden aangevoerd en wat moet worden weggegooid, is sneller weg. Eten heeft dan niet zo'n hoge prioriteit. Dat hoeft dan ook even niet zo nodig, of in ieder geval niet zo veel. Afvalproducten die niet direct afgevoerd kunnen worden, worden afgebroken. De lever heeft het druk genoeg met het verwerken van al het afval. Blijf wel veel drinken. Anders droog je uit. Je hebt het ook nodig om de afvalstoffen goed weg te kunnen 'spoelen', en als hulpmiddel om te re-vitaliseren. Het lichaam weet in veruit de meeste gevallen precies wat nu een behulpzame lichaamstemperatuur is. Je hoeft dus niet bang te zijn dat je zo warm gaat worden, dat dit schadelijk is. Een paar dagen koorts is heel gezond. Er kunnen efficiënt achterstallige klussen worden uitgevoerd. Alleen als het te lang duurt, kun je uitgeput raken en heb je hulp nodig om de renovatie in betere banen te leiden.

Homeopathie is heel geschikt om acute ziektes te begeleiden. Vaak zien we dat iemand die koorts heeft en zich daarbij heel beroerd voelt, na een homeopatisch middel in slaap valt. De koorts blijft. Maar iemand voelt zich toch stukken beter, de pijn wordt minder en het lukt beter, om in de diepe rust van de slaap te zakken waarin het herstel plaatsvindt. De klachten verminderen dus snel, terwijl de genezende functie van de ziekte behouden blijft.

Als de renovatie klaar is, past je fysieke lichaam je beter dan daarvoor. Als het goed gebeurt, is het een vooruitgang, kun je er beter in leven en kun je er productiever worden.

Kinderen groeien nog. Ze werken hard aan een lichaam waar ze nog zo lang mogelijk, zo goed mogelijk mee vooruit willen. Bij hen helpt koorts om sterk te worden. Misschien kun je bij hen beter van een verbouwing spreken, dan van een renovatie. Ze zijn namelijk niet per se slijtage of beschadigingen aan het repareren. Ze zijn erfelijke belasting aan het opruimen. De bacterie of het virus die je dan vindt, als je met de ogen van de reguliere geneeskunde kijkt, is niet de eigenlijke oorzaak voor de ziekte die kinderen dan doormaken. Kinderen nemen deze zogenaamde ziekteverwekkers eerder als excuus om een mooie, acute ziekte te produceren, met koorts, zodat ze weg kunnen werken wat ze erfelijk wel mee hebben gekregen, maar wat niet bij hen past als individu. Daarom zijn kinderziektes belangrijk. Omdat kinderen er sterke individuen van worden. Ze trainen er ook hun immuunsysteem mee. Als er ingebroken wordt, moet je tenslotte kijken hoe je het huis wél goed afsluit. Hier levert het lichaam maatwerk. Een ziekte waar het kind niet gevoelig voor is, slaat het kind over. Waar het wel gevoelig voor is, krijgt het kind wel, en het doormaken van de ziekte maakt het kind sterker. Als je onderzoekt wat de voor- en nadelen van kindervaccinaties zijn, kun je dit in de achterhoofd meenemen.

Volwassenen kunnen trouwens ook koorts krijgen na het innemen van een homeopatisch middel. Maar omdat er bij volwassenen vaak meer achterstallig onderhoud is, ligt het hier iets complexer. Vaak hebben patiënten ooit in het verleden een acute ziekte niet goed doorgemaakt. Er was bijvoorbeeld te weinig rust en tijd voor de renovatie. Misschien is het hele proces toen onderdrukt door koortswerende middelen zoals bijvoorbeeld paracetamol. Misschien werd een ontsteking gestopt door één enkel radartje in de ontstekingsprocedure eruit te halen. Dat gebeurt bijvoorbeeld door antibiotica, antihistaminen, of prednison. Die zijn heel slim ontworpen om zo het hele mechanisme van de acute ziekte te saboteren. En dat kan een leven redden. Maar het kan ook een belangrijke renovatie stopleggen. Tijdens een holistische behandeling pak je zo'n stopgelegde renovatie vaak weer op. Iemand krijgt dus een acute ziekte uit het verleden terug. Je krijgt opnieuw de kans, de broodnodige opknapbeurt af te maken. Vaak zie je daarna, dat je van bepaalde chronische problematiek af bent. Acute ziekte blijkt de genezing voor chronische ziekten.

Soms vinden mensen tijdens zo'n renovatie in een hoekje, weggestopt, een schoenendoos of zelfs een verhuisdoos waar oud zeer in zit. Je hebt dan de kans om ook dat op te ruimen. Soms worden mensen fysiek niet ziek, maar komt alleen dat oude zeer boven. Als je dan de tijd neemt om bijvoorbeeld even goed te huilen, of om het door te spreken met iemand, of om het van je af te schrijven, dan is het opgeruimd. Oud

zeer en oude trauma's lossen zich op doordat je ze opnieuw bewust wordt, waarna ze écht verdwijnen. Alsof je oude boeken bij het oud papier zet. Je bent er wel even mee bezig want je neemt ze allemaal weer even in de hand. Daarna gaan ze mee met de vuilnismen. En mét hen, ook al het stof en het ongedierte dat erin was gaan wonen.

In de slaap kan het een en ander verwerkt worden door middel van dromen. We zien dan ook dat tijdens een homeopatische behandeling patiënten plotseling gaan dromen over wat hun dwars zit. Soms is het heel duidelijk. Soms is het in vreemde, symbolische beelden. Het huis is daarna opgeruimd. Er is plek voor nieuwe dingen.

Homeopathie speelt op deze manier een belangrijke rol in traumaverwerking. Soms hebben patiënten al heel wat doorgesproken met een psycholoog. Dan weet iemand precies wat er zo dwars zit. Maar gesprekken zijn niet altijd voldoende. Het kan vóórkomen dat de verwerking niet verder komt dan het hoofd. Het fysieke lichaam heeft ook een geheugen. Dat merken we bijvoorbeeld aan het spiergeheugen. Iets wat je lang geleden geleerd hebt om te doen, verleert je hoofd eerder dan je spieren. Zo speelde ik laatst een computerspelletje wat ik als kind goed had leren spelen. Zolang ik er niet bij nadacht, kon ik het nog steeds even goed. Mijn vingers vlogen over de Gameboy. En ik speelde Marioland uit, zonder af te raken. Terwijl ik in geen dertig jaar die Gameboy aangeraakt had. Zo kan je lichaam zich van alles herinneren, op verschillende vlakken, waar het hoofd alleen, niet zoveel controle over heeft. Bij een degelijke renovatie kan je opruimen wat met praten niet lukte.

Renovaties kunnen ingrijpend zijn. Hoe meer er onderhanden moet worden genomen, hoe meer processen erbij komen kijken. De levenskracht pakt dat zelf logisch aan. Om de vitale organen te beschermen, wordt rommel zo goed mogelijk daarvan weg gehouden. Als iets in eerste instantie niet helemaal kan worden opgeruimd, wordt het eerst verplaatst. Bij de vitale organen vandaan. Zo zien we dat klachten kunnen gaan verschuiven, van boven naar beneden. Zo kan bijvoorbeeld iemand die klachten heeft in de darmen, klachten krijgen in zijn benen. Klachten kunnen ook anders worden verplaatst, ze kunnen naar de oppervlakte worden gewerkt. Iemand die last had van zijn longen, krijgt dan bijvoorbeeld huiduitslag. De arts Constatine Hering beschreef deze werkwijze van het lichaam in de Wetten van Hering.

Mensen hebben een ontzettende hekel aan huiduitslag omdat je het zo ziet. Een homeopaat is er juist blij mee. Het bevestigt, dat het de goede kant uitgaat. Dat je constitutioneel vooruit gaat. Smeer die huiduitslag niet weg met bijvoorbeeld hormoonzalf! Dan saboteer je je renovatie weer. Het lichaam gebruikt de huid als het

zijn afval niet kwijt kan via de normale wegen van zweten, menstruatie, ontlasting en urine. Het kan heel hinderlijk zijn. Maar het is onschadelijk.

Laat de levenskracht zijn gang gaan. Je doet er goed aan om de weg en het tempo van het lichaam te volgen. Het lichaam probeert namelijk onder alle omstandigheden een bepaald evenwicht te bewaren zodat je wel nog functioneren kan en dat er niet op een andere plek in het lichaam iets instort. Dat is een uitdaging als er flink gerenoveerd wordt. Hoe groter de klus, hoe meer geduld er nodig is om alles veilig op zijn pootjes terecht te laten komen. Het lichaam zoekt altijd de best mogelijke symptomen om in evenwicht te blijven. De levenskracht werkt volgens wetten en logica waar je niet zomaar ongestraft aan kan morrelen. Als je één symptoom gaat onderdrukken, kan je een op dat moment belangrijke uitlaatklep blokkeren. Dat veroorzaakt dan weer ergens anders klachten.

Afvalstoffen kwijtraken, kan hinderlijk zijn, kan soms zelfs hele vervelende klachten opleveren. De Duitse arts Reckeweg heeft een overzicht gemaakt van de verschillende processen die je ziet bij een lichaam dat rommel afvoert. Hij onderscheidt zes fasen. Wanneer een fase niet goed kan worden doorgemaakt, kan je overgaan in een volgende, meer ernstige fase.

In de eerste fase voert het lichaam netjes afvalstoffen af zoals het hoort via nieren, huid, darmen, longen, en bij vrouwen ook via de menstruatie. Dat kan je bijvoorbeeld merken aan een vieze lichaamsgeur, stinkend zweet, zweetvoeten, een verkoudheid, niezen, tranen, puistjes, stinkende adem, braken, diarree, stinkende ontlasting en urine, vaginale afscheiding of klonterig menstruatiebloed.

Wanneer je deze uitscheiding op een of andere manier tegenhoudt, kan je in fase twee terecht komen. Dan krijg je een ontsteking, koorts, abcessen, eczeem of een ander soort huiduitslag.

Wanneer je dit ook op een of andere manier onderdrukt, gaat het lichaam het afval afzetten in minder belangrijke weefsels zoals bindweefsel, spieren, pezen, gewrichten, of vetcellen. Dat merk je niet altijd. Maar je kan ook klachten krijgen zoals galstenen, nierstenen, jichtknobbels, reumatische aandoeningen, oedeem, aderverkalking, stijve spieren en gewrichten, obstipatie, obesitas, orgaanvervetting, poliepen, endometriose of goedaardige tumoren.

In fase vier kan het lichaam de afvalstoffen niet meer onder controle houden en ontstaat er hier of daar stevige schade zoals een maagzweer, vaatproblemen, hartkwalen, leverbeschadiging, ontkalking van botten, angina pectoris, astmatische bronchitis, psoriasis, nierziekten, of de ziekte van Crohn.

In fase vijf ziet de situatie er nog ernstiger uit, omdat de schade zich diep in orgaanstructuren vastzet. Dan krijg je bijvoorbeeld levercirrose, verschrompelde nieren, multiple sclerose, tuberculose, verlammingen, werveldegeneratie, ziekte van parkinson, of orgaanverlamming.

In fase zes zijn de regulerende mechanismen van cellen zo ver aangetast, dat je kwaadaardige tumoren krijgt.

Bij een holistische behandeling, waarbij je op constitutioneel niveau vooruit gaat, zie je dat je klachten krijgt uit een eerdere fase. Je gaat dus van ernstig naar minder ernstig. Van die klachten hoef je niet in paniek te raken. Er is een verschil tussen een ziekte omdat je lichaam aan het vastlopen is, en een ziekte die als genezingsreactie werkt.

Symptoombestrijding kan op korte termijn enorme verlichting geven. Reguliere medicatie richt zich hier voornamelijk op. Op lange termijn, en daarmee dus minder makkelijk zichtbaar, is het heel problematisch. Ook met natuurgeneeskunde, of met homeopathie, kun je symptomen bestrijden zonder dat het lichaam de goede kant op gaat. Het is belangrijk dat je het geheel in het oog houdt, dat je kijkt of de genezing plaatsvindt op de juiste manier, in de juiste volgorde.

Ik krijg nog al eens mensen op consult die helemaal klaar zijn met de reguliere medicatie die ze krijgen, omdat het bijwerkingen geeft en het de problemen niet echt oplost. Dan gaan ze zitten googlen en proberen een natuurlijk alternatief te vinden, voor iedere klacht iets. Zo vinden ze bijvoorbeeld de groenlipmossel voor hun reumatische pijn, bakpoeder voor hun brandend maagzuur, en probiotica voor hun diarree. Alleen voor de duizeligheid kunnen ze niets vinden en dan is de vraag of ik daar middeltje voor heb.

Maar: er zijn minstens vijfhonderd mogelijke homeopatische geneesmiddelen voor duizeligheid. Voor mij is duizeligheid één onderdeel van het totaalbeeld. Ik moet precies weten hoe dit onderdeel er uit ziet, dus ik zal je vragen sinds wanneer je dit hebt en wat je omstandigheden toen waren, waarvan wordt het erger en waarvan beter, hoe het precies voelt, enzovoort. Ik wil dus het volledig symptoom weten, waar ik het in de

vorige aflevering over had. Dat zet ik dan in perspectief naast je andere klachten. Al die details vormen samen het totaalbeeld van een mens die zich staande probeert te houden in een situatie waar vanalles aan de hand is.

Zo kan blijken dat de ernstigste klachten waar je op het moment last van hebt, zijn ontstaan toen je vastliep in een slecht functionerende relatie. Of toen je iemand verloor, van wie je veel hield. Je hebt je toen ontzettend verloren gevoeld. Maar ook wanneer je arbeidsongeschikt raakt door bijvoorbeeld een botbreuk, kan de aanslag op je psyche en lichaam groter zijn dan je verwachtte. En toch, het leven ging door, dus je incasseerde de klap, en hebt zo goed mogelijk je leven weer op de rit gezet. Wel heb je regelmatig last van hoofdpijn sindsdien, of migraine zelfs, en veel pijn als je ongesteld moet worden. Begripsdenkers, zoals ik ze noemde in aflevering twee van deze podcast, gaan hier etiketten op plakken: PMS, depressie, migraine met hersenstamaura. Dan ga je vervolgens kijken of er bij dat etiket een medicijn ontwikkeld is. En of er een oorzaak bij ontdekt is, bijvoorbeeld een hormonale disbalans.

Als homeopaat vraag je je af, waar die hormonale disbalans vandaan komt. Hormonen spelen een belangrijke rol in de aansturen van het fysieke lichaam door de ziel. Dus de vraag is ook, hoe het met je ziel is. In dit voorbeeld is de ziel intens verdrietig. Als je dan een homeopathisch middel voorschrijft dat in zich dit totaalbeeld heeft: klachten door verdriet, én de migraine zoals die zich laat zien, én de pijn voor de menstruatie, zoals die zich laat zien, dan pak je het probleem holistisch aan. Dan zie je ook dat er genezingsreacties op gang komen, zowel op fysiek als op zielsniveau.

Dan is er ook werk aan de winkel voor de patiënt! Er moet nog gehuild worden. Of iemand moet vergeven worden. Vastzittende wrok kan fysiek veel klachten veroorzaken. En daarnaast: je moet het fysieke lichaam in zijn processen helpen waar en wanneer nodig. Door bijvoorbeeld abcessen open te laten snijden, en wonden te verbinden. Met goede fysieke beweging en gezond eten kan je ook veel weer vlot trekken. Voor veel problematiek bestaat geen quick fix of 'middeltje'. Genezen is een proces waar je aan meedoet.

Verzachtende natuurlijke middelen kunnen het proces wel degelijk ondersteunen en makkelijker maken. Als het maar het geheel ondersteund, terwijl je onderweg bent op het pad van constitutionele vooruitgang, en je niet eenvoudigweg alleen zo efficiënt mogelijk de olifant in de kamer probeert te negeren.

Een goed voedingspatroon, voldoende beweging, goed advies wanneer je vastloopt, dit is allemaal nog steeds belangrijk naast een homeopatische behandeling. Een homeopatische behandeling vervangt dit niet.

Als je constitutioneel vooruit gaat, worden na verloop van tijd niet alleen je fysieke klachten minder erg, je krijgt ook meer energie, je gaat je beter in de je vel voelen en je wordt creatiever. Vanuit deze betere positie wordt je weerstand beter, wordt je minder vaak ziek, kun je psychisch klappen beter opvangen, wordt je weerbaarder op ieder vlak, en heb je een minder grote kans op chronische ziekten op latere leeftijd.

Homeopathie veronderstelt dat je persoonlijk wil groeien. Dat je moeite wil doen om én jezelf fysiek goed te verzorgen, én dat je verantwoordelijkheid neemt voor een positieve ontwikkeling van je ziel. Het is dus bij uitstek geschikt voor patiënten die een mensbeeld omarmen waarin zowel lichaam, ziel als geest voorkomen. Je geest, je ziel en je lichaam zijn constant met elkaar in gesprek, er is voortdurende interactie. Veruit de meeste mensen komen niet echt van hun klachten af, als ze alleen het fysieke lichaam, alleen de ziel, of alleen de geest proberen te helpen.

Werk je holistisch, dan zie je mensen genezen. Hahnemann schrijft in het Organon: 'De hoogste en enige roeping van de arts is zieke mensen beter maken, wat men genezen, 'helen' noemt.' En: 'Het hoogste ideaal van genezen is een snel, zachtzinnig en duurzaam herstel van de gezondheid, ofwel opheffing en vernietiging van de ziekte in haar gehele omvang, op de kortste, betrouwbaarste en onschadelijkste wijze, volgens goed begrijpelijke beweegredenen.'

Aan de ene kant klinkt het voor de hand liggend. Aan de andere kant realiseren we ons hoe vaak er niet genezen wordt, maar onderdrukt en gemanaged, met schadelijke gevolgen.

Hoewel je als homeopaat niet altijd helpen kan, kan je vóórk wél helpen. Het tragsiche is dat mensen het als een wonder kunnen ervaren wanneer ze echt geholpen worden. Regulier was er geen antwoord. Als je dan toch met een oplossing komt, terwijl je niet eens een witte jas aan hebt, dan moet je wel een tovenaars zijn... Een homeopaat is geen tovenaars. Hij oefent zijn vak uit. Hij houdt zich bezig met de feiten waarmee de patiënt komt, met diens symptomen. Ik heb een paar meter boeken staan met de opsommingen van de symptomen van de mens in nood. Je zou ze de encyclopediën van het menselijk lijden kunnen noemen. Ondertussen staan die lijsten natuurlijk gelukkig ook op mijn computer in een toegankelijke database met uitgebreide

zoekfunctie. Dat neemt niet weg dat het openslaan van een boek vaak tot de oplossing van de puzzel leidt. Want dat doet een homeopaat: hij lost de puzzel op. Alle losse puzzelstukjes vormen samen een beeld, mits goed gerangschikt. En daarmee het heeft ook iets van kunst; het is de kunst van het genezen. Niet omdat het iets ongrijpbaars, gevoelsmatig of wonderbaarlijks is. Maar omdat het behalve het bekijken van alle afzonderlijke klachten en symptomen, óók vraagt om uitzoomen, om empathie, om beeldvorming. En, in specifiek in deze tijd, om de herontdekking dat er meer is dan materie alleen. Dat we zelfbewuste, geestelijke wezens zijn, met een vrije wil.

Ik sluit af met een opmerking over de vrije wil in het kader van de geneeskunde. Klassieke homeopathie respecteert de vrije wil omdat ze geen enkele functie van het lichaam overneemt, en geen enkel proces dwingend in een specifieke richting stuurt. Als het homeopatisch middel niet goed gekozen is, dan heeft het geen effect! Dan doet het lichaam er niets mee. Het zou vanzelfsprekend moeten zijn, om voor een dergelijke behandeling te kunnen kiezen.

De reguliere geneeskunde dwingt vaak wél. Aan de ene kant met medicatie die zo gedoseerd wordt, dat het lichaam geen andere keus heeft dan erop te reageren. Aan de andere kant worden reguliere behandelingen subtiel opgedrongen doordat de ziektekostenverzekeringen homeopathie nauwelijks vergoeden. Het gebeurt ook minder subtiel. Nog niet zo heel lang geleden zijn we allemaal onder druk gezet om een injectie te nemen die werd ingezet vanuit een puur materialisch mensbeeld. Wie ondanks de druk de injectie toch weigerde, werd niet meer gerespecteerd in de samenleving. Mocht niet zonder meer naar binnen in theater of horeca. Kon zelfs zijn werk verliezen. Wie hier wat van zei, verloor zijn accounts op social media. Kon zelfs ontslagen worden. Wie ondanks alle ellende een andere behandeling aanbood, kreeg de inspectie op zijn dak. Terwijl onze vrije wil gerespecteerd zou moeten worden. Er zou altijd ruimte moeten zijn om nee te zeggen tegen de ene behandeling, en ja tegen de andere. Als we hier niets aan veranderen, werken wij met ons allen mee aan de volgende, misschien nog wel rampzaliger crisis. We kunnen nu wel met grote verontwaardiging ons in beslag laten nemen door wat er in het buitenland gebeurt, maar zolang mensen niet eerst de problemen in *eigen land* aanpakken, zal er nooit iets veranderen. Ik vind het verontrustend hoe weinig aandacht de media in Nederland geven aan de rampzalige gevolgen van het overheidsbeleid tijdens de coronacrisis. In Duitsland bijvoorbeeld, zijn er al meerdere documentaires verschenen over gevallen van ernstige vaccinatieschade. In Nederland zwijgen de mensen. Vrijheid van meningsuiting geldt alleen voor díe uitspraken, die de mainstream factcheckers goedkeuren.

De HBO miniserie 'Chernobyl' onderzoekt hoe de kernramp van 1986 heeft kunnen gebeuren. Het bleek een opeenstapeling van momenten waarop mensen uit angst hun mond hielden. En van kleine en minder kleine, in de context vaak hele begrijpelijke leugens. De conclusie luidt als volgt: "Elke leugen brengt een schuld aan de waarheid met zich mee. Vroeg of laat wordt die betaald. Zo ontploft een reactorkern – door leugens." Laten we de volgende ramp voorkomen met de waarheid.

Noor Roelofs, Beuningen, 22 september 2025

Bronvermelding:

- Syllabus inleiding in de alternatieve geneeswijzen, deel 1:analyse van de rationaliteit. Paul Albers.
- Geschiedenis van de homeopathie in de VS. Daan Alers.
- Wikipedia.
- De schat der gezondheid. Beverwijck.
- <https://homeopathie.nl/beroepsmatig-geinteresseerden/geschiedenis-van-de-homeopathie/>
- God's Undertaker: Has Science Buried God? John Lennox.
- We who wrestle with God. Jordan Peterson.
- Pale Fire. Vladimir Nabokov.
- Bladerunner 2049. Denis Villeneuve.
- Bijbel. Verschillende auteurs.
- Het mensbeeld als basis van de geneeskunde. Tiende druk 1991. Friedrich Husemann, Otto Wolf e.a.. Vertaling door Noor Roelofs.
- Consciousness Explained. Daniël Dennet.
- Van Dale woordenboeken.
- Het organon. 6e editie. Samuel Hahnemann. Vertaling van O.E.A. Goetze.
- De chronische ziekten. Samuel Hahnemann. Vertaling van O.E.A. Goetze.
- Leerboek beroepsopleiding klassieke homeopathie. Paul Albers.
- Achtergronden bij de posologie. Paul Albers.
- Leerboek van de klassieke homeopathie. Gerhard Köhler.
- Samuel Hahnemann. Biografie. Trevor. M. Cook.
- Lesser writings of Samuel Hahnemann. Collected and Translated by R. E. Dudgeon.
- A Contribution to the Judgement Concerning the Characteristic Value of Symptoms. Clemens Franz Maria von Boenninghausen.
- Gezonder leven met geneeskrachtige kruiden. Barbara en Peter Theiss.
- Naturalis Historia XXIV.103. Plinius.
- Materia Medica, Dioscorides.
- Volumen medicinae paramirum. Paracelsus.
- Big Band Theory S3 E10
- De zonen van Hippokrates. Ronald M. van Vierzen.
- <https://artsencollectief.nl/>
- Chernobyl, HBO, aflevering 6.

Dankwoord:

Grote dank aan Paul Albers voor al zijn kennis, wijsheid, het blijven beantwoorden van mijn vragen en voor de talloze keren dat hij mij aanmoedigde.

Grote dank ook aan Mike Roelofs voor alle steun, de muziek bij deze podcast en het schilderij van de waterdruppel.