

## Johanniskraut (*Hypericum perforatum* L.) als lebendige Imagination der Depression

Torsten Arncken

### Summary

The connection between the appearance of *Hypericum perforatum* and the clinical picture of depression is discussed. Through the method of presentation this paper attempts to enable recognition in a living imaginative way of the connections which extend beyond object-consciousness. *H. perforatum* shows a qualitative displacement with respect to the plant archetype: pigments and oil are deposited in the leaves. These substances normally occur in the flowers (colouration) or the seeds (oil). In relation to the human being, this deposition is an image of the penetration of substances of the ego and will organisations into the feeling life. This corresponds to the pattern of depression described in the literature. *H. perforatum* also shows a very reduced leaf metamorphosis. In the present context this is a picture of the situation in which the patient is no longer able to respond to sense impressions and becomes fixed. This is a symptom of depression.

Johanniskraut (*Hypericum perforatum* L.) ist eine mächtige psychotrope Heilpflanze: Klinische Studien zeigen, dass der Heilerfolg von Johanniskraut bei leichten und mittleren Depressionen demjenigen synthetischer Medikamente entspricht (Faust 2000).

Bei Johanniskraut bestehen heute sehr präzise Vorstellungen über die molekulare Wechselwirkung zwischen Antidepressivum und Vorgängen im Nervensystem. Für einen anthroposophischen Ansatz ist es als Erweiterung zu den molekularen Modellvorstellungen wichtig, eine innere Anschauung des Zusammenhanges zwischen dem depressiven Menschen und der Heilpflanze Johanniskraut zu entwickeln. In dieser Arbeit wird versucht, von der Heilpflanze ausgehend ein solches bildhaftes Verständnis zu entwickeln.

Zwischen der Substanz einer Pflanze und ihrer Gestalt besteht ein unmittelbarer Bezug. Aufgrund dieser Einheit von Form und Substanz ist mit dem Bild der Pflanze zugleich ein Hinweis auf die Wirksamkeit auf den Menschen verbunden. Grundsätzlich geht es darum, die Heilwirkung für den Menschen an der qualitativ erfassten Entwicklung der Pflanzengestalt und der daraus erkennbaren Gebärde ablesen zu lernen. Diesem Bestreben liegt die Auffassung zugrunde, dass jede Pflanzengestalt in ihrer Besonderheit ein Bild für eine besondere Ausrichtung oder Einseitigkeit einer

menschlichen Konstitution ist. Die Pflanze wird als Schriftzeichen für ein bestimmtes Verhältnis des Menschen zur Welt, ein spezifisches Zusammenspiel von Denken, Fühlen und Handeln, aufgefasst.

Der vorliegende Bericht hat das Anliegen, das Bild von Johanniskraut inhaltlich gesättigt herauszuarbeiten, um daran in einem Schritt meditativer Verarbeitung die innere Natur der Pflanze zu erfassen und ihre Heilwirkung auf neue Art zu begreifen.

### *Methodische Vorgehensweise*

Meine Zugangsweise orientiert sich an der von Jochen Bockemühl aufgezeigten Methodik (z.B. Bockemühl 1996). Nach eingehender Beobachtung werden das Wachstum und die Reifung der officinellen Art *Hypericum perforatum* geschildert. Dabei wird versucht, durch die Art der Schilderung deutlich werden zu lassen, dass es um das innerliche Erleben des Einstiegs in die Wachstumsprozesse eines lebendigen Organismus geht. Dies ist nur durch einen aktiven, inneren Bildaufbau zu erfassen, durch den selbstbewussten Nachvollzug der Wachstumsbewegungen. Durch ein solches Nachbilden lernt man im eigenen Innern die bildenden Kräfte kennen und handhaben.

Im weiteren Vorgehen wird *Hypericum perforatum* mit anderen *Hypericum*-Arten verglichen und hierbei im Kontext von Jahreslauf und verschiedenen Standortbedingungen betrachtet. Gestalt- und Umgebungsqualitäten werden aufeinander bezogen. Dabei wird untersucht, inwieweit die Pflanze den allgemeinen Tendenzen der Jahreszeit, des Ortes und der Gattung entspricht oder im Gegensatz zu diesen steht.<sup>1</sup>

Durch Übung im Beobachten der Bildweisen lernt man nicht an einem einzelnen Bild der Pflanze, sondern an der Evidenz des unsichtbaren Verwandlungs panoramas den spezifischen Ausdruck des Wesens, mit dem gearbeitet wird, immer besser kennen. In diesem Ausdruckhaften der beobachteten Pflanze werden Verschiebungen von Qualitäten gegenüber dem Urbild erfahren (z.B. die Verlagerung des Blütenhafens in das Blatthafte).

In einem weiteren Schritt lassen sich diese Verschiebungen auch beim Menschen erkennen, nun aber nicht als Bild, sondern als innere Ausrichtung. Dabei wird der Blick in die eigene Organisation geleitet, und es zeigen sich die spezifischen Verhältnisse, die der Mensch zur Welt einnehmen kann, als Wahrnehmung der eigenen inneren Organe. Jedes Organ ermöglicht einen anderen Zusammenhang zur geistig-seelischen Seite der Welt, und in einer Art Umkehrung erhalten wir aus der geistigen Betrachtung der Außenwelt Erkenntnisse über den Menschen selber.

### *Beobachtungen*

#### *Pflanzenentwicklung von Johanniskraut*

Die Samen vom Johanniskraut sind sehr klein, vergleichbar etwa mit denen von Mohn. Hat man viele davon auf der Hand, könnte man meinen, es handle sich um

<sup>1</sup> Beispiel eines bildhaften Gegensatzes von Pflanze und Umgebung: In einer trockenen Landschaft sind dürre, dornige Pflanzen den vertrocknenden Umgebungseinflüssen entsprechend gestaltet. Das saftige Fleisch von Kakteen stellt dagegen qualitativ einen inneren Widerspruch gegen trockene äußere Bedingungen dar.