

## PFLANZLICHER UND TIERISCHER BZW. MENSCHLICHER STOFFWECHSEL

*Was ist kennzeichnend für den pflanzlichen Stoffwechsel?*

*Was zeichnet den tierischen und menschlichen Stoffwechsel aus?*

*Wie greifen die beiden Stoffwechselarten sich ergänzend ineinander?*

### ***Ineinandergreifen von Auf- und Abbau bei Pflanze, Tier und Mensch***

Die tierische Natur zeigt das ‚Wesenhafte‘ des Astralischen durch ihre Äußerungsmöglichkeiten in Form von Bewegung, Bewusstsein, verschiedenen Lautäußerungen und vor allem durch die ganze Skala der Gefühle und Empfindungen, angeregt durch die Sinnestätigkeit.

- **Stoffwechsel der Pflanze**

Die Pflanze baut dank ihrer Assimilations-Atmung und den daraus resultierenden anabolen Aufbaustoffwechsel ein Kohlenstoffgerüst auf. Alle pflanzlichen Gestaltungen bis hin zur Stamm- und Rindenbildung von Bäumen, die auch Jahrhunderte alt werden können, entstammen diesem anabolen Stoffaufbaugeschehen.

Hauptbestandteile der Pflanzen sind Zucker, Stärke und Zellulose. Der belebende Sauerstoff, den sie ausatmen, wird von Tier und Mensch aufgenommen.

- **Stoffwechsel von Tier und Mensch**

Tier und Mensch haben ein flüchtiges Kohlenstoffgerüst. Bei ihnen sind Abbau und Aufbau in fortwährender Wechselwirkung im Rhythmus der Ein- und Ausatmung. D.h. Aufbau und Abbau können sich so die Waage halten. Dabei überwiegt in der Nacht der Aufbau, bei Tag der Abbau.

Hauptbestandteil der menschlichen und tierischen Konstitution ist das Eiweiß.<sup>1</sup> Das Kohlendioxid, das Tier und Mensch in Folge der Abbautätigkeit ausatmen, dient der Pflanze wiederum zum Aufbau ihrer Gerüstsubstanz.

### ***Gestörter Rhythmus zwischen Auf- und Abbau***

- Die gegenwärtige **ökologische Krise** zeigt, in welchem Ausmaß der Rhythmus zwischen Aufbau und Abbau im Mensch-Natur-Zusammenhang im Großen gestört werden kann.
- Im Kleinen zeigen sich derartige Störungen durch individuelle **Krankheitsprozesse**.

Das Durchschauen dieser Zusammenhänge kann auch aus dieser Sicht motivieren, das Mögliche zur Gesundung der Krankheitsprozesse im Mensch-Erde-Zusammenhang zu tun.<sup>2</sup>

*Vgl. „Einleitung zu Band 15, Schriften zur Anthroposophischen Medizin, Kritische Edition der Schriften Rudolf Steiners“, frommann-holzboog Verlag, Stuttgart 2025<sup>3</sup>*

---

<sup>1</sup> Im Eiweißaufbau waltet die ätherische Wirksamkeit vor – im Dienst der astralischen Organisation. Im Abbaugeschehen hingegen die astralische Wirksamkeit und die Erscheinungen des Bewusstseins. Mehr dazu wird in Kapitel IX von *Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst*, GA 27 ausgeführt.

<sup>2</sup> Vgl. hierzu Klett (2021); Hurter und Wittich (2020).

<sup>3</sup> In Band 15 der SKA findet sich auch das umfangreiche Literatur- und Referenzverzeichnis. Wer den Inhalt weiter vertiefen möchte, kann sich dort darüber informieren.