



Arbeitskultur  
Zukunft

## Bewusstsein und Immunsystem

Teil 1: Die Arbeitsweise des Immunsystems



Erich Decker  
Am Keltenlager 81  
55126 Mainz  
erich@decker-net.de  
[www.arbeitskultur-zukunft.de](http://www.arbeitskultur-zukunft.de)

| Inhaltsverzeichnis  | Seite |
|---|-------|
| Teil 1: Die Arbeitsweise des Immunsystems                                     | 3     |
| Hinweise zu den Quellen   | 3     |
| Ausgangspunkt ist immer ein wahrer Gedanke                                    | 3     |
| Einflüsse auf Bewusstsein und Immunsystem                                     | 4     |
| Die Arbeit des Immunsystems als Abwehr-, Integrations- und Entwicklungssystem | 5     |
| Das Immunsystem als Abwehrsystem  | 6     |
| Das Immunsystem als Integrationssystem  | 6     |
| Das Immunsystem als Entwicklungssystem  | 7     |
| Zusammenfassende Ergebnisse   | 7     |
| Ein anregender Gedanke für eigene Überlegungen                                | 7     |

## Hinweis:

Bitte nehmen Sie die Inhalte nicht als Wahrheitsgedanken auf, sondern als anregende Darstellungen zu eigenen Überlegungen, um sich selbst ein eigenes, individuelles Urteil zu den Inhalten zu erarbeiten. Auch ist nicht auszuschließen, dass sich ungeachtet unserer bisherigen Arbeit und den errungen Erkenntnissen, kleine Fehler in der Ausarbeitung befinden.

## Teil 1: Die Arbeitsweise des Immunsystems

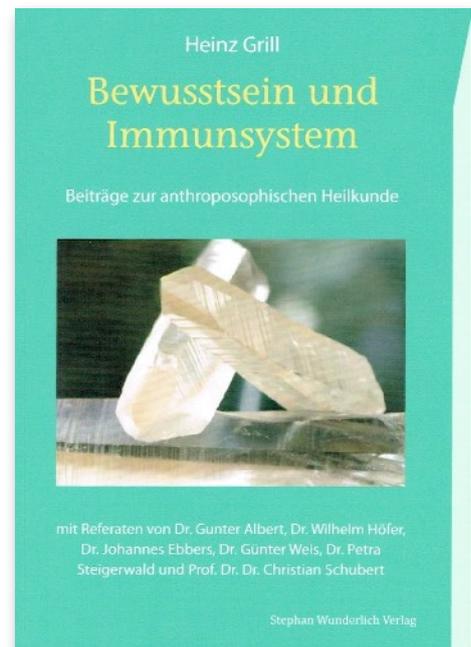
Guten Tag, liebe Freunde und Interessierte, wir freuen uns sehr, dass Sie sich für diese Video-Serie "Bewusstsein und Immunsystem" entschieden haben. Wir legen dar, welche Möglichkeiten der Einzelne hat, um bewusst auf sein Immunsystem Einfluss nehmen zu können. Wir wollen erreichen, dass der Einzelne wieder zu einer gesunden Integrität zurück findet – und dies sowohl auf der Fachebene, als auch im Umgang mit seinen Mitmenschen und in Bezug auf die Entwicklung eines gesunden Wertebewusstseins. Im ersten Teil unserer Video-Serie setzen wir uns mit der Arbeitsweise des Immunsystems auseinander.

### Hinweise zu den Quellen

Die Video-Serie baut im Wesentlichen auf dem Buch von Heinz Grill "Bewusstsein und Immunsystem" auf, das in 2021 erschienen ist. In dem Buch sind die Ergebnisse einer Tagung von Ärzten, Therapeuten und Heilpraktikern zusammengefasst. Die gewählten Zitate stammen überwiegend von Heinz Grill; es sind auch einige Textstellen von anderen Geistforschern darin enthalten.

Noch ein paar Worte zu dem Autor Heinz Grill: Er ist Geistforscher, Autor für spirituelle Schriften, Dozent für anthroposophische Heilkunde und Alpinist. Er schult Interessierte an der spirituellen Hochschule in Naone (Nord-Italien). Sein Ziel ist, die Potenziale der Menschen weiter zu fördern, damit sie sich in gesunder Weise entwickeln können.

Wir wollen zwei Gedanken von ihm an den Anfang stellen, deren Inhalte in den folgenden Videos weiter vertiefend in die Darstellung gelangen.



### Ausgangspunkt ist immer ein wahrer Gedanke

#### Der erste Gedanke ist:

***“Sowohl der Körper als auch das Bewusstsein wollen sich immer durch die Entwicklung neu verwandeln. Das Eingreifen des Immunsystems muss diese Prozesse durch geeignete Integration des Neuen und Eliminierung des zu sehr eigen gewordenen Alten leisten.”***

Hier wird im Wesentlichen der Entwicklungsprozess angesprochen.

#### Der zweite Gedanke:

Dieser bezieht sich auf das, was der Mensch selbst tun kann, um sein Immunsystem über das Bewusstsein deutlich zu stärken, um zu einer gesunden Integrität zu gelangen:

***“Beziehungen zu Menschen, zur Welt, zu Phänomenen, zu Themen, Gedanken und inhaltlichen Dialogen führen zu aufbauenden Kräften im Immunsystem.”***

## Bewusstsein und Immunsystem

Hier erkennen wir bereits einen Lösungsansatz, damit der Mensch wieder zu einer gesunden Integrität zurückfindet, und dabei gleichzeitig auch sein Immunsystem deutlich stabilisieren und stärken kann.

### Einflüsse auf Bewusstsein und Immunsystem

Zunächst stelle ich Ihnen kurz einige Einflüsse auf das Bewusstsein vor, die sehr leicht nachzuvollziehen sind, die aber indirekt auch eine gute, aufbauende, positive – oder eine hemmende Wirkung auf unser Immunsystem haben können.

#### Desinteresse hemmt – Interesse fördert

Wir wissen, dass ein Desinteresse für die unterschiedlichen Aspekte des Lebens die gesunde Entwicklung hemmt, während ein Interesse die Entwicklung des Einzelnen fördert.

#### Bequemlichkeit hemmt – Initiativkraft fördert

Bequemlichkeit beeinträchtigt ebenfalls die Entwicklung, eine gute Initiativkraft wiederum unterstützt die Entwicklung.

#### Planlosigkeit hemmt – Zielorientierung fördert

Auch Planlosigkeit kann die Entwicklung behindern, während eine gesunde Zielorientierung den Menschen in seiner Entwicklung schneller voranbringen kann.

#### Unordnung hemmt – Ordnung fördert

Ordnung fördert dieses Voranschreiten in der Entwicklung, dagegen blockiert die Unordnung diese Entwicklung.

#### Vorgabe hemmt – Freiraum fördert

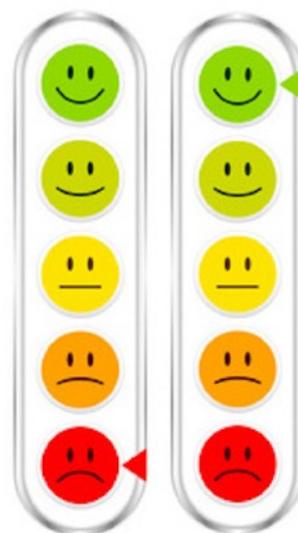
Werden dem Menschen bestimmte Vorgaben gegeben, kann ihn dies mehr oder weniger in seiner Entwicklung einschränken, indessen begünstigt ein genügend großer Freiraum seine Entwicklung in positiver Weise.

#### Oberflächlichkeit schwächt – Bewusstheit stärkt

Ebenso verhält es sich mit der Bewusstheit. Wenn man sehr bewusst, aufmerksam und wachsam an die Dinge herantritt, stärkt dies die Entwicklung, eine Oberflächlichkeit dagegen trägt eher zur Schwächung bei.

#### Kontaktreduktion schwächt – Beziehung stärkt

Nehmen wir wenig oder kaum Kontakt zu anderen Menschen auf, schwächt dies unsere Entwicklung. Ein reges Beziehungsleben zu anderen Menschen wiederum und neue, anregende Gedanken, die in unser Leben hineingeführt werden, können unsere Entwicklung deutlich weiterbringen.



## Bewusstsein und Immunsystem

### Suggestion und Lüge schwächen – Wahrheit stärkt

Suggestionen, Manipulationen oder auch Lügen führen den Menschen auf Wege, die nicht mit der Wahrheit übereinstimmen – und damit besteht die Gefahr, dass er falsche Inhalte in sich aufnimmt, die sich auf seine Entwicklung deutlich negativ auswirken können. Setzt sich der Einzelne dagegen mit wahren Gedanken auseinander, wirken diese stärkend auf seine Entwicklung ein.

### Konsum schwächt – Auseinandersetzung stärkt

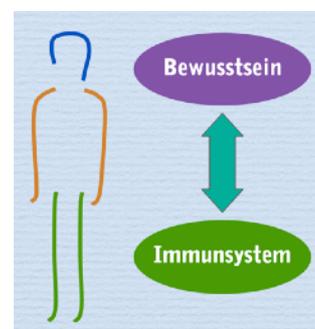
Gleichermaßen verhält es sich mit dem Konsum. Wenn wir all das, was uns im Leben begegnet nur konsumieren, nicht hinterfragen und prüfen, schwächt dies unsere Entwicklung; eine gesunde, konkrete Auseinandersetzung dagegen, kann unsere Entwicklung deutlich voranbringen.

### Einseitigkeit schwächt – Ganzheitlichkeit stärkt

Einseitigkeit beeinträchtigt unsere Entwicklung, während das Bemühen um eine gewisse Ganzheitlichkeit unsere Entwicklung deutlich festigt.

### Zusammenfassende Ergebnisse

Wir sehen, es gibt diese Beziehung zwischen dem Bewusstsein und dem Immunsystem. Über das Bewusstsein haben wir einen recht starken Einfluss auf unser Immunsystem. Wie das Immunsystem funktioniert, wollen wir im nächsten Schritt darstellen.



## Die Arbeit des Immunsystems als Abwehr-, Integrations- und Entwicklungssystem

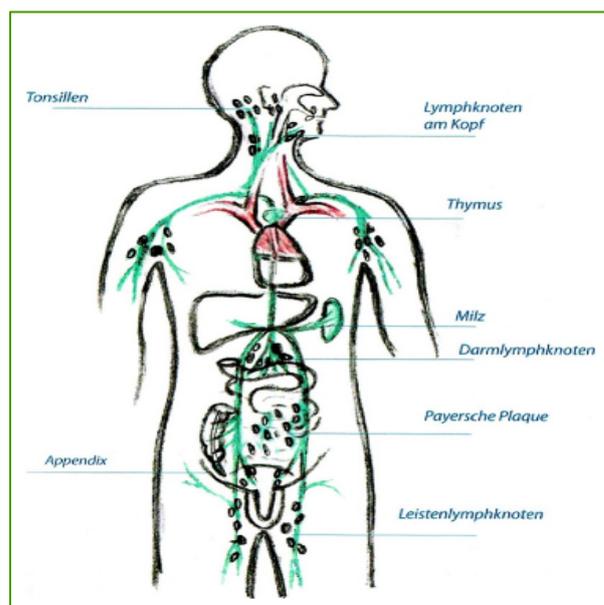
Schauen wir uns die Arbeit des Immunsystems etwas genauer an:

### Das Immunsystem arbeitet sehr weisheitsvoll – es wirken schöpferische Weisheitskräfte

Anhand dieses Bildes sehen wir, dass sich das Immunsystem aus vielen unterschiedlichen Aspekten zusammensetzt. Das Immunsystem im Körper des Menschen arbeitet sehr weisheitsvoll – in ihm wirken schöpferische Weisheitskräfte.

### Es nimmt alle eindringenden Erreger wahr – bekannte und unbekannte Erreger

Sobald einzelne Erreger oder Keime in den Organismus eindringen, nimmt das Immunsystem diese wahr. Es erkennt, ob der Erreger bekannt ist – und wenn dies zutrifft, weiß es unmittelbar, wie es mit diesem Erreger umgehen kann. Ist der Erreger unbekannt, wird das Immunsystem auf ganz besondere Weise aktiv.



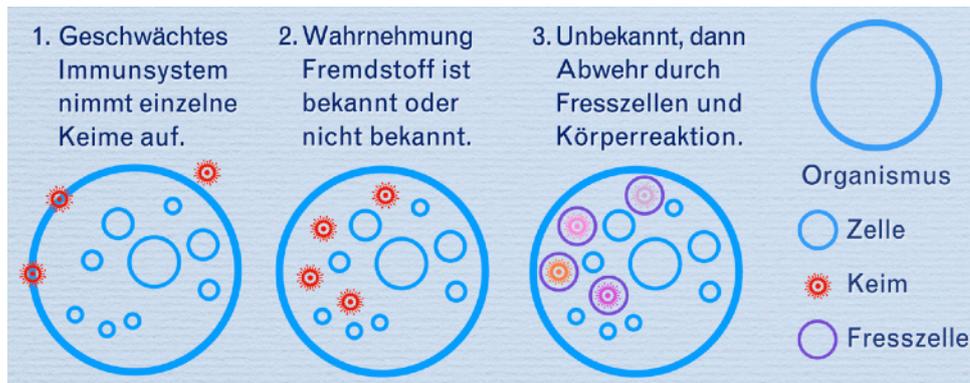
Quelle: Heinz Grill „Bewusstsein und Immunsystem“

## Das Immunsystem als Abwehrsystem – Integrationssystem – Entwicklungssystem

Es wird einmal als Abwehrsystem tätig, in der Folge auch als Integrationssystem, und wenn es in einer gesunden Tätigkeit ist, nimmt es auch eine Entwicklungsfunktion wahr. Diese drei Funktionen wollen wir uns jetzt etwas genauer betrachten.

### Das Immunsystem als Abwehrsystem

Gehen wir zunächst einmal von einem geschwächten Immunsystem aus, in das gewisse Keime in den Organismus eingedrungen sind: Das Immunsystem bemerkt diesen Fremdstoff und erkennt aufgrund seiner Wahrnehmungsfunktion, ob er bekannt oder unbekannt ist. Ist es ein bekannter Erreger, kann das Immunsystem sofort durch den passenden Antikörper reagieren und diesen Erreger aus dem Organismus herausschaffen.



Ist er nicht bekannt, dann wird das Immunsystem besonders intensiv tätig, indem es Fresszellen freisetzt, die diesen Erreger augenblicklich zerlegen, damit er in genauer Art und Weise analysiert werden kann. Dies ist natürlich mit unterschiedlichen Körperreaktionen verbunden, wie es sich beispielsweise durch ein Fieber beim Menschen zeigen kann. Das heißt, das Immunsystem arbeitet dann, wenn der Erreger unbekannt ist, als Abwehrsystem, indem es diesen Erreger genau analysiert.

Ist er nicht bekannt, dann wird das Immunsystem besonders intensiv tätig, indem es Fresszellen freisetzt, die diesen Erreger augenblicklich zerlegen, damit er in genauer Art und Weise analysiert werden kann. Dies ist natürlich mit unterschiedlichen Körperreaktionen verbunden, wie es sich beispielsweise durch ein Fieber beim Menschen zeigen kann. Das heißt, das Immunsystem arbeitet dann, wenn der Erreger unbekannt ist, als Abwehrsystem, indem es diesen Erreger genau analysiert.

### Das Immunsystem als Integrationssystem

Als Integrationssystem setzt es dann diese Fähigkeit fort. Denn durch die Analyse und Zerkleinerung des Erregers oder des Keimes entsteht ein Erkenntnisprozess. Durch die Erkenntnis, wie der Erreger beschaffen



ist, hat es die Möglichkeit, ganz spezifische Antikörper für diesen Erreger zu entwickeln. Diese Antikörper sorgen dafür, dass Keime oder Erreger wieder aus dem Organismus hinausbefördert werden.

## Bewusstsein und Immunsystem

Gleichzeitig entwickelt es Gedächtniszellen für genau diesen eingedrungenen Erreger. Es ist somit ein Integrationssystem, denn es integriert neue Antikörper, die exakt auf den eingedrungenen Erreger passen und es hat die Gedächtniszellen entwickelt, so dass, sobald der gleiche Erreger erneut in den Organismus eindringt, das Immunsystem unverzüglich mit dem passenden Antikörper antworten kann. Dieser bringt den Erreger schnellstmöglich aus dem Organismus hinaus.

### Das Immunsystem als Entwicklungssystem

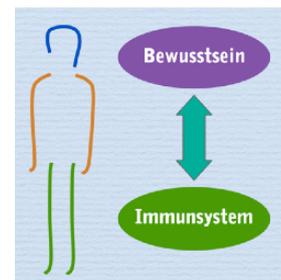
Wir haben gesagt, dass das Immunsystem auch eine Entwicklungsfunktion hat. Im Organismus werden ständig neue Zellen gebildet. Dies bedeutet, dass es neben den neuen Zellen auch welche gibt, die schon länger bestehen.



Es kann geschehen, dass diese älteren oder sehr alten Zellen degenerieren. Es kann sogar so weit kommen, dass diese degenerierten Zellen, sich zu Krebszellen entwickeln können. Ist das Immunsystem auf eine gesunde, rege Art und Weise tätig, finden genügend Neubildungen von Zellen statt und das Immunsystem erkennt auch die zu sehr alt gewordenen Zellen. So kann es diese älteren und degenerierten Zellen schnell aus seinem Organismus hinausbefördern. Insofern sorgt das Immunsystem auch für eine gesunde Entwicklung durch die Neubildung von Zellen und die Eliminierung von zu sehr alt gewordenen oder degenerierten Zellen.

### Zusammenfassende Ergebnisse

Damit das Immunsystem gut arbeiten kann, bedarf es eines ständigen Trainings. Dies bedeutet, es müssen im Laufe der Zeit immer wieder neue Erreger an das Immunsystem herantreten. Nur dann kann es neue Antikörper bilden und neue Gedächtniszellen; diese kann es dann weiter integrieren. Bei gutem Training nimmt es auch seine Entwicklungsfunktion in hervorragender Art und Weise wahr. Dann werden neue Zellen entwickelt und das Immunsystem trennt sich von alten oder zu sehr alten und degenerativen Zellen.



### Ein anregender Gedanke für eigene Überlegungen

Damit kommen wir zum Abschluss dieses ersten Videos und ich möchte noch einen Gedanken anregen, der schon Hinweise auf unser nächstes Video gibt:

***“Wie ist der Zusammenhang zwischen dem Bewusstsein und der Seele mit ihren drei Kräften Denken, Fühlen und Wollen?”***

Ich freue mich, wenn sie auch das nächste Video anschauen und wünsche Ihnen eine gute aufbauende und entwicklungsreiche Zeit. Auf Wiedersehen.