

**Matthias Girke**  
**AZ ANTROPOZÓFIA GYÓGYÍTÓ HATÁSA**

**Rudolf Steiner halálának 95. évfordulója egy különleges időszakra esik: az emberiséget olyan világjárvány fenyegeti, amely eddig ismeretlen hatással van az egészségre, az alapvető emberi jogokra, az egyének anyagi helyzetére és a globális gazdaságra.**

Az orvostudományban elért eddigi eredmények ellenére egyre nyilvánvalóbbá válik, hogy nem képes megfelelni ennek a globális kihívásnak. Az járvány okozta megbetegedések számának gyors növekedése jelenleg háttérbe szorítja a kihívást jelentő klímaválságot, a föld aggasztó állapotát és az ezekből eredő egyéb aggodalmakat, bár a kettő nem független egymástól. Az idei tavasz kezdete egybeesik az antropozófus orvoslás születésének 100. évfordulójával. Rudolf Steiner a "Szellemtudomány és orvoslás" orvosi kurzus husz előadása közül az elsőt pont 1920. március 21-én tartotta, amellyel megalapította az antropozófia által ihletett gyógyítás művészetét. Így fejlődött ki az antropozófia gyógyító hatása, mint egy megismerési út, "amely az ember szellemi lényét a világegyetemben lévő szellemihez irányítja". A mai orvostudomány olyan gyógymódokat alkalmaz, amelyek során "mesterségesen előállított" alapanyagokat használnak, ezzel eltávolodnak a természetestől, befolyásolják és gátolják a jellegzetes betegségfolyamatokat. Ezzel ellentétben az antropozófus orvoslás által használt szerek kifejlesztése során a természettel és a kozmosszal való kapcsolatot keresik, annak érdekében, hogy azután az orvosságokat előállítsák.

Az emberi lény, mint a mikrokozmosz megtapasztalhatja a makrokozmosz támogatását a gyógyító erők révén. Ebben rejlik az a segítség, amelyre a betegnek szüksége van a gyógyulásához, és amely ösztönzi és előmozdítja az önszabályozást, illetve annak helyreállítását. Sok gyógyszer a természetből származik. Ismerünk hatékony gyógyszereket, amelyeknek alapanyaga a növényi és állati világból származik, és olyanokat, amelyek ásványvilágból származó alapanyagokat és fémeket tartalmaznak. Ennek eredményeképpen nem csak egy olyan orvosi gyakorlat alakul ki, amely a természettel való ésszerű kapcsolatot keresi, és amely a gyógyítás folyamatában a makrokozmosz erőihez fordul, hanem egy ökológiai irányultságú gyógyszer-tudomány és a gyógyítás művészete is. Mostanra nyilvánvalóvá vált a természet és a felszín alatti vizek szennyezésének problémája a mesterségesen előállított hatóanyagokat tartalmazó gyógyszerek (citosztatikumok, hormonkészítmények, antibiotikumok stb.) egyre növekvő használata miatt. Ökológiai irányváltásra is szükségünk van az orvostudományban, ahogy azt már régóta szorgalmazzuk más területeken, például a mezőgazdaságban is.

### **Intuíció és gyógyulás**

Az antropozófiai alapokon álló megismerési út az emberben lévő szellemi lényt a világegyetemben jelenlévő szellemihez akarja vezetni. De a gyógyulás össze is köti az embert a világ lényegével, a makrokozmoszsal. Ez nem csak a belsőleg és külsőleg alkalmazott gyógyszereket jelenti, hanem a gyógyeuritmiát és az egyéb művészeti terápiákat is, amelyek során a beszédet, a zenét, a színeket és különböző anyagokat (kő, agyag, textil stb.) használnak. Ily módon az intuíció és a gyógyulás közötti kapcsolat világossá válik: különbséget kell tennünk az emberi lény tudatos, kognitív működése, aktivitása és a tudat küszöbe alatt zajló gyógyulási folyamatok hatékonysága között. Mint az éjszaka és a nappal, ezek az emberi tevékenységek egymással szemben állnak, különösen azért, mert a gyógyulási folyamatok főleg alvás közben zajlanak. Az ősi misztériumi orvoslás ezért is javallotta a templomi ún. inkubációs alvást. Így már érthető, hogy a gyógyulás alapvetően kapcsolatban van az intuícióval. A gyógyulás az emberi lény regeneratív életerőinek kifejeződése. Hans Jonas ezt nevezte az "élet alapelveknek", az amerikai neurológus Alan Shewmon pedig a szervezet integratív egységről beszél, amely regenerálja és fenntartja önmagát. Ezekben az életerőkben egy döntő átalakulás tapasztalható, amikor az adott személy tudatossági szintje az ébrenlét állapotában növekedni kezd.

Míg az élet elsősorban az anyagcsere-végtagrendszerben bontakozik ki, a tudat fejlődése az idegi-érzékszervi rendszerben történik. A nagy, anyagcserében résztvevő szervekhez képest az idegszervezetnek nincs nyilvánvaló vitalitása, mégis alapjában véve a tudat itt alakul ki. Szervezetünk életerői átalakulnak a gondolkodás erőivé.

Ez a kapcsolat, amely a két szervrendszer között fennáll, nagy jelentőséggel bír, például a gyermekek fejlődése során: az "iskolaérettség" azt a küszöböt jelöli, amelyen átlépve a gyermek már képessé válik - az életerők átalakításával - arra, hogy felkeltse magában a megfelelő figyelmet és koncentrációt, a gondolkodási erőket. Ezt támasztja alá például a Lewis Terman által megkezdett és több évtizeden keresztül végzett kiterjedt kutatás, amelynek eredményeit egy tanulmányban tették közzé. Ennek során kutatók több generációja számára is nyilvánvalóvá vált az iskolába lépés ideje és az élettartam közötti kapcsolat: ahol túl korai a beiskolázás -, amely által előre hozzák az intellektuális tudatosság fejlődését - ott az élettartam megrövidülése figyelhető meg. A tudatosság kapcsolata az élet alapelveivel egy aktuális, sürgető kutatási feladatot jelent, hiszen az antropozófia az élet szinte minden területéhez kapcsolódóan tesz fontos és lényeges megállapításokat.

A tudat ébresztésével folyamatosan megfosztjuk a szervezetet létfontosságú erőitől, ezért regeneráló alvásra van szükségünk. A betegség oka tehát az elme és a lélek képességeiben, kapacitásában rejlik. A növényvilágban ezek az életerők nem válnak tudattá, nem jelenik meg a növényekben a gondolkodás, a tudat. Ezért válhatnak a növények gyógyszerré az emberiség számára. Ezért válik lehetségessé a terápiás, gyógyító kapcsolat: a természet világában jelen levő gyógyító erők, az ott megjelenő életerő meg tudja gyógyítani a beteg személyt. Azok az életerők, amit mi emberek, a tudatosságunk növelése érdekében kivonunk a szervezetünkől, akár még olyan áron is, hogy azt hagyjuk megbetegedni, ezek az erők visszanyerhetőek a természetből, így az emberi szervezetben újra helyreállítható az egészséges egyensúly: az életerők és a gondolkodási erők egyensúlya. Az életerők misztériuma, amely néha "lélelétként" és néha szerves életként is jelen van, magában hordozza az ember és a természet királyságai között meglévő gyógyító kapcsolatot.



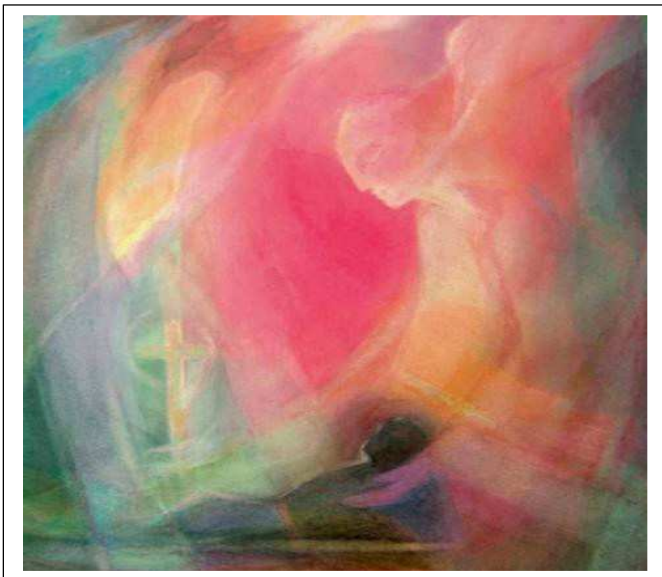
## Élet és fény

Az életerő átalakulását, amely során az a tudatosság fényének erejévé válik, Rudolf Steiner a "vér éterivé válása"-ként írja le. Míg a csontvelő - amint azt a benne történő vércépződés nagyságrendje bizonyítja - hatalmas sejtképző vitalitással rendelkezik (naponta 200-250 milliárd eritrocitát kell előállítani), addig az érett vörösvértestek általában 120 nap elteltével elveszítik sejtmagjukat, osztódási képességüket, leállnak az életfolyamataik, majd elpusztulnak. Az életerők folyamatos feláldozása zajlik a vérben. Az életerők folyamatos feláldozása zajlik a vérben. A szív - és a szív által felmelegített terület - közelében fényerőkké alakulnak át. Ezeket a fényerőket az érzés álomszerű tudatállapotában tapasztalhatjuk meg, míg végül - az idegi-érzékszervi rendszerben - ez az erő az éber, felébredett tudatban a gondolatok tiszta fényévé alakul. Rudolf Steiner rámutatott, hogy ez a folyamat kapcsolatban áll a feltámadás misztériumával. Ezen keresztül az ember kapcsolódik a Golgotai Misztériumhoz, és egyesíteni tudja énjét a világ-énnel. Így fejlődik a tudatosság az ember ébrenléti fázisaiban. Ezzel szemben az alvás során az ember magasabb lénytagjai megvilágítják az ember étertestét, mintha "napfény" járná át, és ez vezeti a szellem fényét az életbe.

## Az antropozófiában rejlő gyógyító erők

Az ébren levő, absztrakt és információ-éhes tudat életerőket használ el. A meditáció más, mivel annak az a célja, hogy a gondolatélet szellemi lényiséggé alakuljon át. Ez a szellemi tevékenység nem a tudat haldokló világába vezet, hanem olyan lelki életerőkké alakul át, amelyek gyógyító hatással lehetnek az emberre. Már magában a "meditáció" szóban is el van rejtve egy másik, a "mederi" szó, amely azt jelenti "gyógyítani", amelyből a "gyógyszer" szó is származik. A tudatos, éber állapotban a szellem képes elfogyasztani az életerőket, és ez a folyamat betegséghez vezethet. Ezzel szemben, a tudat, a meditáció élő tevékenységén keresztül gyógyíthat is. Nem halott és absztrakt ismeretszerzés által, hanem Michael közreműködésével valósul meg -, a hozzá való kapcsolódásunk által - a valódi megismerés élő fénye, a tudat megvilágosodása, fejlődése. Az érzékszervi jelenségeken keresztül elvezet a szellemi lényiséghez. Ezzel szemben a szellem gyógyító ereje a Raphael-i erőkhöz kapcsolódik. Így a nappal munkálkodó szellemiség, Mihály és a csendesebb "éjszakai szellemiség" Raphael (nevének jelentése: a héber rafa'=gyógyítani, "el=Isten, Isten gyógyít) kíséri az élet és a fény metamorfózisát.

## A lénytagok gyógyítása az antropozófia segítségével



Az intuíció segítségével fény születik a mindennapi tudatosságban. Ha még nem értettünk meg vagy nem ismertünk fel valamit, akkor lelki sötétségben vagyunk. Kétség, néha tehetetlenség és az értelem keresése: mindez kihívás számunkra. Az intuíció segítségével fény gyullad, hirtelen értelmet nyer az a valami, és új tartalmak jelennek meg a tudatban. Amikor a lélek megtapasztalja az igazságot, bizonyosság fejlődik ki benne. Ha azonban kétség gyötri, ha elveszíti a bizonyosságot, az betegséghez vezet. A depresszió - amelyet a „lélek sötét éjszakája”-ként is emlegetnek, - káros hatásai ma már jól ismertek. Amikor az asztrálestet gyógyító erőköt keressük, azt találjuk, hogy az a bizton-

ságérzet, a jelentésteljes, értelmes élet, és az intuícióból felmerülő útmutatások erősítik meg azt. Ebben a tekintetben az igazság gyógyító erővel bír, míg a valótlanság gyengévé tesz, és a megbetegíti a lelket. Az igazság iránti erőteljes odaadás, vagy az az életfelfogás, világnézet, amelyben "hinni tudunk": ezek gyógyító hatással vannak az asztrálestre.

Az intuíció révén nem csak egy újfajta világosság születik a tudatban, hanem a világgal is egy újfajta kapcsolat jön létre. Ez nem csak egy intellektuális tevékenység, hanem hidakat épít, összeköti és egyesíti az embereket a világgal. A megismerés már nem tesz különbséget az alany és a tárgy között, mindkettő együtt áramlik. Ebben a tekintetben az intuíció tényleges tartalma a szeretet, amellyel összekapcsoljuk magunkat az újonnan nyert intuícióval. Ebben a vonatkozásban a szeretet a megismerés "alapanyaga, veleje", amely nem elvakít minket, hanem látóvá tesz, ahogy Rudolf Steiner fogalmazott A szabadság filozófiája című könyvében. A szeretet hatással van az étertestre és az ember életerőire. Sok példa bizonyítja az emberi szeretet gyógyhatását. Például a társadalmi elszigeteltség a szívbetegségek kockázati tényezője, a megoldatlan konfliktusok szív- és érrendszeri betegségeket idézhetnek elő és társas kapcsolatok - ebben az esetben pl. a gyermekek népszerűsége - hatással vannak fertőzés kockázatának alakulására, amint az egy kutatásban bizonyítást nyert, a szeretet, mint gyógyító erő van jelen, és akit nem szeretnek, annál magasabb a megfertőződés

kockázata. A koragyermekkorai traumák következményeit enyhíti a megértés, a vigasztalás és az emberi melegség. Az érdeklődés és a beteggel való gyengéd, meleg kapcsolat szintén nagy terápiás jelentőséggel bír például a palliatív ellátásban. Végére is az intuícióból bátorság és a remény ereje születik meg: ha "meg vagyunk győződve" valamiről, ha megértjük a helyzet szükségességét, és intuíció által vezérelve cselekszünk, akkor ezáltal tovább nő a bátorságunk és erőnk a cselekvésre. A "válni valamivé" a cselekvő emberi akaratban él, bár az még nem teljes, de épp ebben a folyamatban válik azzá. Ebben a tekintetben, az intuícióra alapozott tettekből a remény csirái fejlődnek ki, mint az Alapkő Meditációban is olvashatjuk, "Hogy jó legyen, Amit Szívünkben alapítva, Értelmünkkel Céltudatosan tenni akarunk." A remény gyógyító hatással van a fizikai testre. Minden gyógyuláshoz remény kell.

Ha a beteg elhagyottnak érzi magát, a gyógyító ereje úgy csökken, ahogy veszíti el reményét. Amikor a beteg gyógyulni akar, akkor ezt az akaratot táplálja a remény, amely egyben támogatja a beteg gyógyulását is. Ebből Rudolf Steiner levezetett egy alapelvet, amelyet a terápiás kapcsolat legfőbb alaptörvényének is nevezhetünk: "Ha az orvos személyiségén keresztül a beteg egyszerűen megérzi, hogy az orvost áthatja a készletés, hogy gyógyítson, ez felébreszt a beteg személyben egy reflexet, amely aztán áthatja a saját akaratát, hogy meggyógyuljon. Ez a gyógyítási és gyógyulási szándék rendkívül fontos szerepet játszik a terápiában, így már elmondhatjuk: a gyógyításban tükröződik a pedagógia, és a pedagógiában tükröződik a gyógyítás." Elmondhatjuk tehát, hogy egyrészt az antropozófia a tudás megszerzésének útja az emberi lény számára, amely el akarja vezetni őt az univerzum szellemiségéhez, másrészt gyógyító hatással van a lélekre és a testre. Az antropozófus orvoslás 100 éves évfordulóján az antropozófia gyógyító hatásáról beszélni különösen fontos. Ez sugározzon át a gyógyítás művészetének következő századába, amelyet az antropozófia termékenyít meg.

*Angolról fordította: Schneider Gabriella*