

Rytmus

Margarethe Hauschková

Vývoj probíhající v čase je nesen množstvím rytmů, hodiny, dny, týdny a roky plynou stejně jako ještě větší rytmy, které jsou podmíněny tím, že Slunce, Měsíc a hvězdy vstupují neustále do nových vzájemných poměrů, že se pohybují.

Veškerý život je tak nesen rytmy. Životní funkce shrnuje Rudolf Steiner pod pojmem éterného organismu neboli těla tvořivých sil. To je prvním nadsmyslovým tělem. Je to jinými slovy naše časové tělo. V něm panuje čas. Svůj kosmický protějšek má v éterném světě kosmických tvořivých sil. Tento svět rytmů je *světem zprostředkování*. Zprostředkuje duševně-duchovní síly tomu, co je pozemsky tělesné. Cesta od ducha k tělesnému projevení jde vždy přes rytmus a přes rytmy se ubírá rovněž cesta opětovného zduchovení pozemské substance. Mezi fyzickým a duševně-duchovním světem se tedy nachází rytmy prostoupený svět živého. Tato velká pravda prosvítá nádhernými verši, jimiž Goethe nechává ducha země promluvit k Faustovi:

vám a tkám
zrození - hrob –
věčný oceán,
ohnivé vání,
kolotání a proměňování.
Tak času jsem tkadlec, tak hrčí můj stav,
a tkám - tkám božstva živoucí háv.*

Všechno stvořené, co vidíme, je vysráženo ze životních rytmů. Nerostné látky jsou tím posledním, jsou sedimentem stvoření a vypadlé ze života. Jen rytmické pochody, kterým se člověk může naučit od kosmu, mohou pozemské látky opět přiblížit jejich zduchovení. A je nesmrtelnou zásluhou *Hahnemannovou*, že s pojmem „potencování“ učinil první krok na této cestě k budoucnosti. „Potence“ je latentní síla, která se rytmizováním uvolní, je to substance pozvednutá ke sféře života. Dnes tento nový svět tvořivých sil teprve začínáme zkoumat, s výzkumem významu rytmu však stojíme před branami nové doby a nové vědy. - Odkazují zde na práce o vzniku a zániku živé substance od dr. Rudolfa Hauschky v návaznosti na zapomenutého badatele barona von Herzelee.

Z toho všeho vyplývá, že rytmus patří k pojmu života. Každý člověk ví, že rytmicky vykonávaná činnost stojí méně síly. Mezi rytmem a taktem existuje velký rozdíl, který spočívá v tom, že *rytmus patří ke světu živého, zatímco takt k mechanickému, mrtvému světu*. Každý zažil, že ho nezačne unavovat přihlížení rytmické hře vln v příboji, stěží však vydrží přihlížet pět minut v taktu probíhajícímu pohybu nějakého stroje, aniž by začal okamžitě zívat.

Svět rytmů je nevyčerpatelný. Rytmus vždy vytváří rovnováhu mezi dvěma světy, dvěma polaritami. Vezmeme-li si náš vlastní srdeční rytmus se systolou a diastolou, jsou v něm propleteny život a smrt. Žijeme natolik, nakolik si život vymůžeme nad smrtí. Také rytmy poezie s krátkými a dlouhými slabikami vyřvávají řeč z oblasti ochromující každodenní pozemskosti a propůjčují jí vyšší život.

Není tedy nabíledni, že právě v léčebné vědě se pečuje zvláště o rytmus? V masážích tím ovšem není míněno, že bychom používali zvláštní rytmy, jak je známe z poezie jako jamb nebo trochej, ale že vůbec pracujeme hudebně-rytmicky. Tento rytmus by neměl být intelektuálně vymyšlený a aplikovaný

* J. W. Goethe, *Faust*, I. díl, Noc, duch; přeložil O. Fischer. (Pozn. překl.)

zvenčí, nýbrž nalezneme ho vcítěním se do situace a vždycky bude mít blízko k srdečnímu rytmu, tu pomalejší, tu zase rychlejší, jak je pro individuální případ třeba.

V naší době je zvláště obtížné věnovat rytmu dostatečnou pozornost a přičítat mu náležitý význam. Takovému Řekovi bychom neměli zapotřebí rytmus doporučovat. V prociťování vlastních

životních rytmů by sám od sebe upadl do rytmického konání. Při masážích jsou zvláště důležité přechody, proměna jednoho hmatu v druhý, tak aby se ošetření stalo jakýmsi terapeutickým organismem. Léčivým není jen samotný sled určitých hmatů, stejně jako léčivost nějaké látky nespočívá jen v jejím chemickém složení, nýbrž teprve znovuoživení mrtvého materiálu nebo mrtvé techniky člověkem. Léčebné umění praktikujeme do té míry, do jaké dokážeme z mrtvého vědění získat život a z léčení učinit vlastní tvořivý čin. Neznamená to nic jiného, než že *látka nebo lék*, ať už je jím cokoli, *musí být zlidštěny*. Do naší lékařské vědy vstoupila neblahá lhostejnost vůči člověku. Existuje zde tendence nedívat se na organismus příliš odlišně než jako na stroj, třebaže biologický, který lze řídit a pro nějž je dobré mít připraveny náhradní díly. Záměrně zde zacházím do krajnosti, protože oslňující technika v mnohém zastírá skutečný stav věcí.

Rytmicky masírovat neznamená nic jiného než provádět hnětení a hlazení v lidském tempu a kontinuitě, to znamená hudebně. V *hudbě* máme *pozemské zrcadlení sil kosmického řádu*. Platón hovoří o harmonii sfér, Goethe ještě o znějícím chodu Slunce. Tato hudební organizující síla září až dolů do hmoty a lze ji poznat v zákonech chemie. Rudolf Hauschka věnuje ve své knize *Heilmittellehre (Nauka o léčivech)* celou kapitolu tématu „Hudba ve hmotě“. Bude- me-li tedy našim pohybům dávat hudební ráz a nebudeme jen řadit za sebe hmaty, nýbrž budeme-li je, obrazně řečeno, komponovat v jeden celek, ponořili jsme ošetření do atmosféry sloužící životu.

Všechny tyto pokyny by však nikdy neměly vést k tomu, abychom je používali jako hru. Má tím být pouze charakterizováno, že božskému uměleckému dílu fyzického lidského těla porozumíme na základě uměleckého přístupu mnohem lépe a hlouběji, než kdybychom čistě vědecky přiznávali platnost jen míře, číslu a váze. Právě tak triviálním a hrubě zneuznávajícím přístupem by bylo používání této hudby zvenčí.

Všechny tyto skutečnosti nejsou pro mnoho lidí ničím novým a instinktivně je používají. Avšak tyto dobré kvality se rychle ztratí, neuchopíme-li je vědomě na základě nového spirituálního poznání a nedokážeme-li je obhájit před potřebou poznání naší doby.

To, že *použití rytmů* již našlo cestu do praxe *výroby léčiv*, snad dostatečně potvrzují čtyřicet let existující postupy dr. Rudolfa Hauschky, určené ke konzervaci živých rostlinných šťáv. Živé spojení substancí je zde použitím rytmů uchráněno před rozpadem - nikoli usmrcováním nižšího bakteriálního života, nýbrž zachováním vyšší životní souvislosti. Bližší údaje k tomu najdete v *Heilmittellehre* Rudolfa Hauschky, v kapitole „Nové cesty k výrobě léčiv“.

Rudolf Steiner zvláště poukazoval na jednotlivé speciální rytmy nebo cyklické děje. O velkém rytmu 25 920 nadechnutí za den a odpovídajícím počtu srdečních pulzů jsme se již zmiňovali.

Ale také naše bytostné články, Já, respektive duch, astrální tělo, respektive duše, a éterné tělo živých tvořivých sil, mají vlastní rytmy, cyklické děje, které se v nich odehrávají a opakují. Já tak *má rytmus 24 hodin*, tedy jednoho dne. Já je princip nadřazený všem polaritám: dnu a noci, světlu a temnotě, nebi a zemi atd. To by znamenalo, že pochody, které podléhají zvláště působnosti Já, vykazují čtyřadvacetihodinový rytmus. Sem patří denní rytmy mnoha žlázových sekrecí s ranní fází maximální sekrece a večerním poklesem ve fázi výstavby a hromadění. Dr. Wachsmuth věnuje těmto poměrům celou kapitolu ve své knize *Erde und Mensch (Země a člověk; Verlag Christiani, Konstanz)*. Tímto rytmem je zvláště

ovládána činnost jater a žluči, což potvrzuje již zmíněnou skutečnost, že tyto procesy podléhají zejména činnosti Já v látkové výměně. Dále sem patří bdění a spánek a mnoho denních rytmů krevního oběhu, dýchání, tělesné teploty a některé další. Tento rytmus zasahuje dokonce až nahoru do našeho duchovně-duševního chování s ranními a večerními vrcholy výkonu zcela rozdílné kvality.

Náš duševní článek, *astrální tělo, má rytmus 7 dnů*, což odpovídá jeho praobrazu v sedmičlenném planetárním světě. Astrální tělo, které je zvláště v akutní nemoci nadměrně aktivní, se projevuje například v průběhu pneumonie, při níž je kritický 7. až 9. den.

Jemnějšímu pozorování se i v průběhu jiných nemocí ukáže, že lze rozčlenit po týdnech nebo že v duševní oblasti nastává po týdnu jistý okamžik nové orientace a že u duševních inzultů může po jednom týdnu nebo jeho násobku dojít k úplné obnově rovnováhy, jestliže nezasahujeme.

A konečně naše *životní tělo* neboli *tělo tvořivých sil má rytmus 4x7 dnů*. Jak jsme si uvedli, je včleněno do těla tekutin. Každý ví, že měsíční rytmus ženy je takovýmto rytmem 28 dnů. Existují však také růstové rytmy o 28 dnech. Na tyto rytmy poukázal poprvé Rudolf Hauschka, když při pokusech týkajících se zrodu a zániku živé substance zjistil, že tvorba substancí dosahuje za úplňku maxima a za novoluní minima. (*Heilmittellehre*, kap. IX)

A úplně nakonec *fyzické tělo*, které je v souladu s činností substance ve svém pohybu jen pomalé, potřebuje *1 rok*, aby provedlo jeden „oběh“, to znamená, aby při změnách probíhajících v něm samém dorazilo opět na stejné místo. Každý lékař ví, že těžké zásahy do fyzického organismu potřebují při bližším pohledu 1 rok, aby byly zcela překonány. Po jednom roce se pak fyzické tělo může s ostatními bytostnými články nově propojit, nebo lépe řečeno, včlenit do jejich činnosti.

Tyto rytmy byly bytostným článkům vtisknuty v dávno minulých dobách lidského vývoje, v oněch světových epochách, kdy byly včleněny lidskému zárodku.