

Duchovní pohled na zdraví

MILUŠE KUBÍČKOVÁ

Pohled na zdraví z duchovního hlediska může vyjádřit i umělecký obraz. Zanechal jej mimo jiné mystik Otakar Březina, když poeticky nastínil celistvý a dynamický pohled na člověka i s kosmickým rozměrem jeho života: *„Neviditelný svět prostupuje světem viditelným... Všechno je řečí. I naše tělo je řeč a mluví každým údem, každým gestem, mlčením i vášní, nemocí i smrtí... Kosmický život hřmí naší bytostí, jediný, všemi světy zpívající život, věčně přítomný, ve všech bytostech bratrský, všemi slávami budoucnosti a minulosti zářící.“*

To, co sděluje Březina básnicky, věděli kdysi všichni, kdo ještě plně rozuměli bytosti člověka a jeho sounáležitosti s vesmírem. Toto vědění jim umožňovalo moudře pečovat o vlastní zdraví. Dávni léčitelé a lékaři dokázali vnímat kosmické síly pronikající do člověka a jejich účinky pro dobro člověka odpovědně využívali. Omezenost terapie takzvané školské medicíny, která je zaměřena převážně na boj s patologií ve smyslu patogeneze - na rozdíl od budování zdraví ve smyslu salutogeneze - tkví v tom, že se zapomnělo na souvislost člověka s vesmírem.

Abstraktně myslící lékař nemůže už tušit nic o utvářejících silách kosmu, tím méně o nějakém březinovskyy vyjádřeném hřmění, zpěvu a záři kosmu přítomného ve všech bytostech. V této strnule racionalistické necitlivosti dnešní medicíny tkví příčina jejich omezených terapeutických možností. Onen hřmící kosmický život zpívající i v člověku snad dokáže zaslechnout alespoň někteří osvícení léčitelé. Ovšem i u nich může jít namnoze o nahodilé, zamlžené subjektivní pocity, podvědomé vize.

V procesu odpovědného budování zdraví se již nelze v současnosti obejít s přežívajícím atavistickým jasnozřením. Hromadící se vážné problémy současné vývojové epochy, kdy se má lidská duše stát vědomou a překonat stadium pouhého citu či strohého rozumu, vyzývají k uvědomělému hledání a odpovědnému nastoupení cesty ke zpřesnění a projasnění vhledu do působení mimozemských sil. Nelze už spoléhat na pocity a cítění. Přiblížit se bezpečně k tajemství mimozemského působení na člověka a jeho zdraví umožní jenom jasné myšlení založené na objektivním pozorování pozemského dění, aby se tak bylo možno bezpečně dopracovat k pravému intuitivnímu poznání.

Ke zmírnění utrpení lidstva i k záchraně jeho domoviny země přispěl nemalým dílem Rudolf Steiner. Ovlivněn goethovskou metodou se odvážil zkoumat i nezjevné skutečnosti vědeckou metodou, jako je tomu u přírodovědeckého bádání jevů zjevných. Takto přešel k duchovědnému studiu skutečnosti a na sklonku svého života i v důsledku své léčebně-pedagogické praxe Steiner pronikl také do problematiky zdraví a nemoci a formuloval svůj postřeh o spolupůsobení mikrokosmu člověka s makrokosmem světa. Tato myšlenka zaznívá poeticky v jeho „Kalendáři duše“: „Tak cítím teprve své bytí: Kdyby bylo vzdáleno od bytí světa, v sobě, zhasilo by sebe samo, a když stavělo by na vlastní půdě, v sobě usmrtilo by se samo.“

Zvláště pak v sérii přednášek pronesených na lékařském semináři v roce 1920 a shrnutých v knize „Duchovní věda a zdraví člověka“ přináší Rudolf Steiner významné impulsy pro všechny, kdo se zabývají zdravím a nemocí. Podstatným, dodnes nedoceneným přínosem Steinerova díla je výzva k obohacení dosavadního přírodovědného vidění člověka o duchovní dimenzi a k uznání jeho spoluurčení kosmickými, tvůrčími duchovními silami. Vědecké pojmy se tak připojují k metaforám

březinovským o „kosmickém hřmění bytostí člověka a záření všemi světy“, ale i k jeho vlastním o tom, „ ... jak z dalek nebe vplývá síla života do lidských těl... ’ Prostřednictvím dvaceti přednášek, které navázaly na první lékařský seminář uskutečněný již v roce 1911 v Praze, Rudolf Steiner zamýšlel probudit u tehdejších lékařů vědecký zájem o dosud nezbadatelné pronikání člověka tvůrčími silami kosmu. Přál si, aby se pak výsledky tohoto bádání po řádném zdůvodnění klinickými studii uvedly do lékařské praxe.

Okolnosti, proč se toto - dalo by se říci - svaté poselství velkého zasvěcence seslaného pro záchranu lidstva naplňuje velmi pomalu, objasňuje v obsáhlé předmluvě zmíněné knihy lékař Petr Selg; působící ve švýcarském Domachu v lékařské sekci Goetheana a ordinující v Alersheimu na klinice pojmenované dle nejbližší Steinerovy spolupracovnice lékařky Ity Wegman.

V knize „Duchovní věda a zdraví člověka“ se v úvodu dočítáme o původním jasnozřivém lékařství, které umožňovalo poznat bezprostřední spojitost člověka s kosmem. Mluví se tam i o doznívání tohoto pojetí lékařství a o postupném upadání medicíny do mechanistického a materialistického pojmání člověka. Umění vnímat spojitost člověka s vesmírem skončilo asi v pátém století. U Hippokrata už najdeme přefiltrovaný zbytek pradávného celistvého pohledu na zdraví člověka a jeho léčení. Steiner se oprávněně domnívá, že tvrzení o tom, že Hippokratem byly položeny první základy západní medicíny, je mylné.

Určitým pozůstatkem dávného lékařství byla do jisté míry převzatá takzvaná humorální medicína. V jejím rámci se za zdraví pokládal takový stav organismu, v němž byly správně smíchány základní tělové šťávy - černá žluč, žlutá žluč, hlen a krev, jejichž zdrojem jsou čtyři přírodní živly utvářející lidský i zvířecí organismus, to jest země, voda, vzduch a oheň. Správné složení šťáv se ovšem hodnotilo pouze podle jejich chemických vlastností. Kdysi se však vědělo, že přírodní živly jsou závislé na mimozemských silách a že z nich odvozené šťávy jsou v lidském organismu prostoupeny kosmickými silami. I v tekutinách, které utvářejí z velké části lidské tělo, jsou síly z kosmu.

Během dalšího vývoje vědy se vědění o přítomnosti mimozemských sil zcela vytratilo. Zbytky starých názorů se určitý čas udržely jenom zásluhou odvážných jednotlivců. K nim patřil mimo jiné lékař Galénos, který věděl, že v těle člověka je navíc něco, co není zemského původu. Především však k těmto statečným osobnostem patřil Paracelsus. Svým jasnozřením rozpoznal, že člověk nemá pouze fyzické tělo poznatelné smysly a proniknuté pozemskými silami, ale že je prostoupen ještě něčím jiným, co nazval slovem archeus. Tato složka člověka připomíná to, co později Steiner označil jako životní, utvářivé nebo éterické tělo. Tak jako éterické tělo i onen archeus je utvářen silami působícími z okruhu vesmíru. Prostřednictvím éterného těla - archea - ovlivňují kosmické síly fyzické tělo, které sestává z pozemských přírodních živlů. Lékaři postupně stále méně rozuměli, co měl Paracelsus na mysli, když nikdy neodděloval fyzickou stránku člověka od jeho duševně-duchovní složky ani nenadřazoval jednu nad druhou. Neviděl také tuto složku jako něco, co přistupuje k fyzické složce zvenčí, ale vždy jako její neoddělitelnou součást. Viděl to jako Martin Buber, když řekl: „*Já a svět jsme si přivtělení.*“ Rudolf Steiner velmi oceňoval přínosy Paracelsa, ale zároveň upozornil, že tento vědec bohužel nepokračoval v bádání o tom, co v onom archeu z kosmu působí a o jaké mimozemské tvořivé síly vlastně jde. Sám se proto pokusil na všechny vzácné badatelské proudy navázat, aby je rozvíjel na vyšší úrovni v duchovní vědě, antroposofii.

Sledujeme-li další vývoj lékařství, tu vidíme, že v devatenáctém století již mělo prokazatelně materialistický charakter. Rozhodujícím se stal pitevní nález, zjištění důsledku choroby. To byl začátek patologické anatomie a lékařství založeného na patogenezi jako boji s nemocí, na rozdíl od salutogeneze, metodě budování zdraví. Takto během snad dvou desetiletí převládl takzvaný atomisticko-materialistický názor. Jako zázrakem se zároveň objevil přece jenom pozůstatek staré medicíny, učení o správném složení šťáv. Byla to zásluha zakladatele homeopatie Hahnemanna, který se zasloužil o komplexnější léčení. V tutéž dobu vystoupil se zcela odlišným učením lékař Virchow ve spisu o buňce. Vzniká buněčná patologie, pod jejímž vlivem se rozšířil další zjednodušený názor, že všechno, co souvisí s nemocí, je založeno na změnách buňky. Jednostranné materialistické přístupy se postavily do cesty obnovení celistvého a dynamického pohledu na člověka a jeho zdraví. Tato situace bohužel trvá dodnes.

Lidskému organismu a tím méně celistvé bytosti člověka ovšem nelze porozumět pouze pomocí poznatků chemie, ani pomocí obvyklé srovnávací anatomie. Přírodovědné studium člověka je třeba obohatit, podstatně rozšířit, doplnit a především produchovnit. Zvláště medicínský pohled na člověka a jeho zdraví i nemoc je nezbytné doplnit o respekt k jeho duševně duchovní složce a k jeho vazbě na kosmos. Zároveň je třeba se vyvarovat nového omylu, aby se léčebné prostředky materiální pouze nenahradily duchovními. I materiální léčebné prostředky mají svůj význam, a to za předpokladu, bude-li duchovně rozpoznáno, jaká léčebná hodnota může být v nějakém materiálním prostředku. Zde by se měla uplatnit duchovní věda, jak se to děje v antroposofické farmacii (viz firma Weleda). Vhodné léky je možno stanovit pouze na základě poznání vztahu člověka k ostatnímu světu pozemskému i ke světu mimozemskému. Rozpoznat mimozemské působení je velice obtížné. Není divu, že Rudolf Steiner kladl tak velké požadavky na vzdělávání lékařů, včetně jejich vyškolení intuitivního. Doporučoval například porovnání lidské kostry s kostrou lidoopů - třeba gorily. Přitom ovšem nestačí srovnávat pouze kosti a svaly, ale je třeba si všimnout především tvaru kostry. Vidíme, že opice je svou kostrou vyvinuta tak, že se jen stěží vzpřimuje. Dolů k zemi ji táhne těž čelist, velké tlapy a tvar nohou. U člověka je na rozdíl od opice všechno jemně a charakteristická je pro něj právě jeho vzpřímenost, jako by hmota ustupovala do pozadí. Srovná-li se kostra opice s kostrou člověka, pak je nasnadě, že je třeba předpokládat nějaké síly, které člověka táhnou nahoru. Na otázku, jaké to jsou síly, Rudolf Steiner odpovídá: *„Ty síly tu musí být, tyto síly přece musí působit. Budeme-li tyto síly hledat, pak najdeme to, co lidé opustili, když bylo staré lékařství přefiltrováno hippokratovským systémem... tyto síly musíme hledat mimo oblast Země. Musíme hledat tažné síly, které člověka přivádějí ke vzpřímenému postoji... tyto síly jsou zároveň silami utvářejícími... Bude se te jednat o to, abychom jednou radně sledovali tento skok od zvířete k člověku. Pak budeme s to najít nejen u člověka, ale i u zvířete původ nemoci.“*

Rudolf Steiner zemřel v roce 1925, to je před více než osmdesáti lety. Za tu dobu se medicína stala ještě materialističtější a do hmoty se ponořil celý způsob myšlení a styl života většiny západního světa. Zároveň se objevují stále nové, zatím nezbadatelné nemoci. Je proto třeba si uvědomit, že impulzy, které Steiner pro lidstvo z duchovních světů snesl, v podstatě stále platí a měly by být zužitkovány. (Příkladem je objev působení polarit. Každá nemoc má svou protiváhu v doplňující či vyrovnávající nemoci. V polárním vztahu jsou například rakovina a zánětlivé nemoci. Proč dnes rakovin přibývá a zánětlivých, infekčních nemocí ubývá? Protože se lidé bojí být nemocní a věnovat průběhu uzdravení a doléčení potřebný čas. Spěch a strach, že to či ono se nestihne, doprovází moderního člověka. Také medicína

urýchluje průběh nemoci a nestará se o nezbytné doléčování, aby se člověk vyléčil opravdu plně.)

Pro smysluplné naplnění životního času a dokonce pro záchranu života samého je proto v této hektické době záhodno přejít ve vztahu ke zdraví od patogeneze k salutogenezi, tedy od pouhého boje s nemocemi k vědomému budování zdraví jako k prvořadému duchovnímu úkolu.

O salutogenezi se obšírně mluví v mém textu s názvem Zdraví těla ne smyslem života, ale prostředkem ke zdravému projevu ducha.

S myšlenkou salutogeneze přišel jako první izraelský psycholog se slovanským jménem Aaron Antonovsky a u nás byl jejím iniciátorem též psycholog Jaro Křivohlavý. Co je to salutogeneze? Je to víc než prevence, víc než podpurná léčba, a už vůbec ne nějaké alternativní léčení. Salutogeneze vede lidi k vědomé a dobrovolné práci na sobě samých, včetně odpovědného budování zdraví, tedy nikoli k pouhému posilování, případně preventivní ochraně před nemocemi. Člověk má v sobě dostatek přirozených sil, pokud si jich je vědom. Jedná se proto o vědomé využívání vlastního já k produchovnění či zušlechtění vlastní duše i k budování životního, éterného těla. Podle Antonovského je podmínkou účinně salutogeneze existence takzvaného pocitu koherence (sense of coherence), či lépe smyslu pro souvislost, sounáležitost, integritu, spojitost, koherenci. Oprávněně se lze domnívat, že jde nejenom o duševní integritu (viz Křivohlavý), která je beze sporu pro celkové zdraví velmi důležitá, ale též o integritu či koherenci pojímanou mnohem šíře. Ta by měla zahrnovat také cit, smysl pro sounáležitost s celkem lidským, přírodním, ale také vesmírným. Právě díky vnímání této univerzální propojenosti se upevňuje integrita duševní, která se tak stává koherencí univerzální. Vrátime-li se opět k Březinově básnickému obrazu o hřmění a záření kosmu v nás lidských bytostech, pak zřejmě pochopíme, co je to onen zdraví budující sense of coherence. Pak také porozumíme smyslu slov Rudolfa Steinera z „Kalendáře duše“: *„Cítím sílu světového bytí, tak mluví jasně myšlenkové“*

Snad nebude na závadu upozornit ještě na dovětek k uvedeným myšlenkám O. Březiny, jak jej v knize „Tušili světelné záplavy“ připojuje I. O. Štampach: *„Hluboká březinovská filozofie, ba mystika hřmícího kosmického života, usvědčuje z dětinskosti ty, kdo se nechávají klamat obchodníky se zdravím a životem. Ukazuje, že nalézání smyslu a plnosti nemá co dělat se sugescemi a autosugescemi, třeba pod záhlavím pozitivního myšlení. Sotva s tím má mnoho společného to, jak si upravíme menu, nebo jakou tyčinku, jaké krystalky si půjdeme koupit k prodavačům spirituální. Po právu je zde ironizována jakási rádobý péče o zdraví, tedy pravý opak salutogeneze.*

Budování zdraví je bezpochyby velmi náročným a odpovědným úkolem, který předpokládá vědomou, tvořivou, odpovědnou, ale především svobodnou individualitu, připravenou a schopnou vydat se na cestu za zdravím, cestu v pravém slova smyslu duchovní.