

Procesy železa a reči vo vzťahu k chudokrvnosti.

Bernhard Woehrmann a Barbara Denjean von-Stryk

(Na základe prednášky, ktorá odznela 16. októbra 1992 na konferencii pre rečových terapeutov a v skrátenej verzii 15. januára 1993 na konferencii pre lekárov a arteterapeutov, obe organizované Lekárskou sekciou Goetheanum.)

Pôvodný názov: Eisen- und Sprachprozeß, besonders im Hinblick auf die Eisenmangelanämie. Merkurstab 1994, 47:146-53. <https://doi.org/10.14271/DMS-16488-DE>

Angličtina: Johanna Collis, MIL. Anglické verzie rečových cvičení od Sophie Walsh.

„Prečo krv potrebuje železo?“

Rudolf Steiner položil túto otázku na tretej prednáške svojho prvého lekárskeho kurzu a nazval ju „kľúčovou otázkou pre celú lekársku vedu“. Hneď na to poskytol odpoveď, keď vysvetlil, že krv „je od prírody chorá a neustále sa potrebuje liečiť železom“. Dosiahnutím pochopenia tohto procesu v krvi, ktorý je skôr normálny ako patologický, môže lekár „absolvovať skúšku prírody“(1).

Je možné stimulovať prospešný proces železa v krvi pomocou reči, ktorá je procesom zahŕňajúcim ducha a dušu?

V Michaelovej imaginácii našiel Steiner slová, ktoré nám môžu pomôcť uvažovať o tejto téme. Opísal, ako ľudská krv: „...nie takým materialistickým spôsobom, ako si to predstavujú dnešní vedci, je preniknutá a naplnená procesmi, ktoré do nej vnáša železo prostredníctvom podnetov prijatých zo sveta duše a ducha. Procesy, ktoré sa odohrávajú v každom jednom krvnom teliesku, keď doň vstúpi zlúčenina železa, sú v miniatúrnom ľudskom meradle rovnaké ako procesy, ktoré uvádza do pohybu meteor, keď sa rozžiarí vo vzduchu.“ (2)

Marsické železo a slnečné železo

Aby sme správne pochopili podstatu železa, musíme vedieť, že má dvojaký charakter, pretože „marsické“ a meteorické železo pochádzajú z rôznych zdrojov. Pod „marsickým železom“ rozumieme látku, ktorá sa podieľala na vzniku Zeme od čias, keď Mars prechádzal cez Zem (stredné obdobie Lemúrie).(3) Napríklad zemská kôra obsahuje 4,7 % železa, čo predstavuje približne 47 kg na tonu zemskej hmoty. Je zarážajúce, že v miernom pásme severnej pologule sa nachádzajú veľké ložiská železa. Pre túto strednú oblasť Zeme sú typické neustále sa meniace ročné obdobia a počasie, ktoré pripomínajú funkciu dýchania. Druhý druh železa padá na Zem počas celého roka v podobe „železného dažďa“ meteorov vyvrhnutých Slnkom.(4) Podľa najnovších odhadov sa denné množstvo meteorickej látky prichádzajúcej týmto spôsobom na Zem pohybuje na úrovni 10 000 ton.(5) To musí znamenať, že vzduch, ktorý dýchame, je permanentne naplnený veľmi jemným meteorickým prachom. Existuje teda jasný rozdiel medzi zdrojmi oboch druhov železa a ich rozdielnou kvalitou. Toto rozdelenie na marsické a slnečné železo je veľmi dôležité a bude nás zaujímať aj neskôr.

Železo vo vývoji Zeme

Železo svojím príchodom na Zem umožnilo uskutočniť dva dôležité evolučné kroky. Po prvé, prispelo k prechodu od zeleného farbiva v listoch k červenému farbivu v krvi, čím umožnilo vývoj od spiacej, nevedomej povahy rastliny k ľudskému vedomiu seba samého. Po druhé, železo vytvorilo pľúca a umožnilo tak prechod od dýchania žiabrami k dýchaniu pľúcami (3).

Vzhľadom na svoju zvláštnu schopnosť absorbovať a vylučovať kyslík – Wilhelm Pelikan ho nazval „dýchačom“ medzi planetárnymi kovmi(6) – je železo schopné spájať sa s ťažkými kovmi, z ktorých niektoré sú veľmi toxické, ako aj s inými jedovatými látkami, čím v prírode a v človeku preberá dôležitú detoxikačnú funkciu.

Železo v človeku

Ľudské telo obsahuje 5 g železa. Je to jediný kov prítomný v množstve, ktoré sa dá takto hrubo odvážiť. Podľa súčasného fyziologického názoru sa všetko toto množstvo vstrebáva z potravy prostredníctvom tráviaceho traktu. V prílohe k správam Antona Degenaara o jeho rozhovoroch s Rudolfom Steinerom cituje Steiner, ktorý hovorí, že človek absorbuje „železo, ktoré bytostne potrebuje“, zo vzduchu dýchaním a tiež prostredníctvom zmyslov cez oči a uši a najmä cez kožu.(7) Na túto dôležitú skutočnosť nesmieme zabúdať. Je zrejmé, že ide o železo stále prítomné vo vzduchu vo forme jemného meteorického prachu. Teraz teda môžeme rozlišovať medzi nutričným železom (pozemským resp. marsickým železom) a respiračným železom (kozmickým, meteorickým alebo siderickým železom). Dve životne dôležité látky – meteorické železo a kyslík – sa vstrebávajú prostredníctvom pľúc dýchaním. Spôsob, akým sa vstrebávajú do tela, ukazuje rozdiel medzi dvoma formami železa. V súvislosti s metabolizmom železa u ľudí tu čitateľom len pripomenieme dôležitú úlohu, ktorú zohráva hemoglobín pri vstrebávaní kyslíka cez pľúca a jeho distribúcii do celého tela. Okrem toho krvné telieska obsahujúce železo zabezpečujú „vztlak“(8), ktorý umožňuje ľuďom prekonávať ťažba tela. Nie je veľmi nadnesené spojiť toto s depresívnymi stavmi, pri ktorých ťažoba víťazí nad ľahkosťou a pri ktorých je často základom porucha procesu tvorby železa vo všeobecnom smere anémie.

Železo ako pôvodný liečivý princíp

Naším východiskom bola otázka Rudolfa Steinera: „Prečo krv potrebuje železo?“ a následne jeho odpoveď: „Pretože je od prírody chorá.“(1) Čo je to za chorobu? Železo a bielkoviny, dve zložky hemoglobínu, predstavujú polaritu v miniatúrnom priestore, archetyp v miniatúre celkového procesu v tele. Ak z hemoglobínu odstránime železo, bielkovina nedokáže sama o sebe prežiť, a tak sa rozpadá.(1) Ak sa bielkovina v ľudskom tele ponechá sama na seba, pôsobí patogénne, a to najmä v dvoch oblastiach. Po prvé, platí to v metabolizme, kde štyri bielkovino-tvorné orgány iniciujú bielkovinové procesy.(9) Ide o autonómnou, spiacu, nevedomú oblasť, kde nie je veľa formy. Po druhé, Steiner označil nervové procesy za oblasť, kde sa bielkoviny rozpadajú a prinášajú chorobu, ak sa tieto procesy ponechajú samé na seba.(10)

V oboch oblastiach, teda v metabolizme a v nervových procesoch, ponúka krv so svojim železom účinný liečebný proces, ktorý vyvažuje patologické sily bielkovín, ktoré usilujú o rozklad. Steiner to opísal tak, že to nazval „nepretržitým bojom“, ktorý sa vedie medzi týmito dvoma polárnymi tendenciami, bojom, v ktorom sa musí udržať jazýček váh v rovnovážnej polohe. V 12. prednáške Kurzu pre lekárov Steiner spomenul tento jazýček, ktorý vedie k anémii, ak nie je udržiavaný v rovnovážnej polohe. V tej istej prednáške hovoril aj o „žiarivom pôsobení železa“ vychádzajúcom z hornej časti tela, proti ktorému všade pôsobia bielkoviny „ako prekážka“.(9) V 20. prednáške ďalej hovoril, že „za normálnych okolností má ľudský organizmus neustále tendenciu tvoriť si choroby spánkom. Proti tejto tendencii však pôsobí železo v krvi. Železo je pre človeka najdôležitejším kovom, ktorý pracuje na vytváraní rovnováhy v jeho tele.“

Predstavou zobrazujúcou skutočnosť tohto procesu, ktorý sa neustále odohráva v našom tele, je postava Michaela so železnou kopijou alebo mečom, ktorým premáha moc draka pod sebou.

Pokiaľ ide o úzku súvislosť medzi železom a dýchacími orgánmi, môžeme poukázať na niekoľko dôležitých údajov od Rudolfa Steinera. Hovoril napríklad o vzťahu medzi „pľúcami a hrtanom na jednej strane a železom na strane druhej“ alebo podobne v knihe Okultná fyziológia:

„Napríklad niečo, čo sa z pľúc otvára smerom k hrtanu, čím sa stáva orgánom vyššej ľudskej organizácie, niečo, čo má inak tendenciu k poklesu ako temný život žľzníka; tento prvok, keď je v

hrtane, ktorý obsahuje horné časti pľúc, sa vyjadruje ako marsický alebo železný systém.“ (12)

Spomenutím hrtana sme sa dostali k miestu, kde sa tvorí reč, a tu je vhodná ďalšia pasáž z predchádzajúcej prednášky:

„Stupeň, na ktorom dieťa dosiahne slobodnú vôľu, súvisí so vstrebávaním železa. Z toho vyplýva, že železo je nevyhnutné pre slobodnú vôľu. Ak chcete zistiť, čo je s človekom, ktorý je chrapľavý, ktorý má slabý hlas, musíte sa pokúsiť zistiť, či má dostatok železa. Ak má niekto príliš málo železa, prejavuje sa to predovšetkým vo vôli, v slobodnej vôli, ktorá sa prejavuje prostredníctvom reči. Pri ľuďoch, ktorí sú dobrí v reči, sa netreba starať o množstvo železa, ktoré majú. Ale pri ľuďoch, ktorí sotva dokážu vysloviť svoje slová, sa musíte pýtať, akým spôsobom im chýba železo.“

O niečo neskôr v tej istej prednáške: „Keď hovoríme, keď vyslovujeme slová, robíme to vďaka sile Marsu spolu s kométami a meteormi. To je ľudská reč.“ (13)

Ak to zhrnieme: železo vytvára pľúca a hrtan a umožňuje sprostredkované dýchanie prostredníctvom absorpcie a transportu kyslíka; dáva vztlak červeným krvným telieskam a je predpokladom samostatnej schopnosti stáť vzpriamene(14), ako aj slobodnej vôle, ktorá sa prejavuje v reči. Detoxikuje, a tým prekonáva chorobnosť krvi tak, že z rytmického systému posielala dole do patologických dejov látkovej výmeny liečivé, zdravie prinášajúce princípy.

Úzky vzťah medzi procesom železa a rečovým procesom

Je možné vzhľadom na veľkú afinitu reči a železa hovoriť o tom, že reč má vplyv na procesy železa? Táto otázka nás vyzýva, aby sme preskúmali terapeutické vlastnosti vedome tvorenej reči. Tvorba reči má harmonizujúci a prehľbujúci účinok na dýchanie, čo vedie k zvýšenému príjmu kyslíka. Stačí pozorovať, ako sa počúvaním reči malé deti stimulujú k tomu, aby sa dostali do vzpriamenej polohy, a ako im dobrá artikulácia pomáha formovať vnútorné orgány. (15, 16) Ďalším znakom prepojenia medzi krvnými a dýchacími procesmi na jednej strane a železnými procesmi na strane druhej je zvýšenie obsahu železa, ku ktorému dochádza vo veku 9 rokov a opäť vo veku 14 rokov. Cesta k pripravenosti dieťaťa na život na Zemi je vyrovnaná zostupnou krivkou dýchania a vzostupnou krivkou pulzu v 9. roku, čo je proces, ktorý vedie k dominancii krvného pólu v 14. roku (druhý pól je proteínový – pozn. prekl.). Učebné osnovy waldorfskej školy využívajú reč, najmä aliteráciu a hexameter, aby pomohli deťom „nadýchnuť sa“ k pozemskej zrelosti.

Je preto rozumné predpokladať, že terapeutické tvorenie reči sa môže použiť na aktivovanie a privedenie ja, a to znamená, že tvorenie reči má jasnú vnútornú príbuznosť so železom, inkarnačným kovom. Pôsobí a vyžaruje rovnakým smerom ako železo – zhora nadol. V silne formovanej reči duch a duša dávajú výraz sile železa a tieto dva póly sa navzájom podmieňujú. Silná reč si vyžaduje zdravý železný proces; a naopak, tým, že pomáha duchu a duši vyžarovať priamo do telesných železných procesov, môže tvorba reči poskytnúť podnet na uzdravenie tým, že spojí silu marsického železa s podstatou kozmického železa.

Pri pohľade na Mars môžeme povedať, že práve Mars v nás vytvára vplyvy, ktoré nám umožňujú využívať železo. Mars musí existovať, aby sme mali silu využívať železo. Železo musí existovať, aby sme túto silu mohli uplatniť v slobodnej vôli. Mars nám poskytuje silu železa, substanciu železa.(13)

Túto dôležitú diferenciáciu by mali oveľa dôkladnejšie zohľadňovať aj lekári poskytujúci lekársku starostlivosť: „Mars je teleso vo vesmíre, ktoré nám pomáha vhodne využívať železo, ktoré k nám prinášajú meteory a kométy.“(13)

V sile michaelskej reči znovu objavujeme železo meča, roztavené a premenené. Toto je iný proces železa, ten, ktorý patrí duchu a duši a ktorý vzniká zo spojenia marsického železa so slnečným železom.

Anémia z nedostatku železa

Základná anémia z nedostatku železa (t. j. ak neberieme do úvahy anémiu vznikajúcu v dôsledku krvácania) sa týka takmer výlučne žien. S nástupom puberty je hladina hemoglobínu u žien približne o 1,5 g nižšia ako u mužov, čo sa nedá vysvetliť len na základe menštruácie. Tieto skutočnosti predstavujú jeden z mnohých rozdielov medzi mužskou a ženskou konštitúciou. Železo pomáha mužom hlbšie sa vteliť a stať sa viac pozemskými, zatiaľ čo ženy si zachovávajú viac zo svojej pôvodnej kozmickej podstaty. Je pre ne ťažšie ovládať železo a vstrebávať ho. Niektoré ženy sa cítia veľmi dobre, keď im chýba určité množstvo železa, pretože to vyhovuje ich prirodzenosti. Železo prináša lepšie spojenie medzi vyššími princípmi a telesnou prirodzenosťou, preto sa označuje ako inkarnačný kov.

Všetky príznaky a znaky anémie z nedostatku železa naznačujú, že telo nie je správne zásobené. Patrí k nim výnimočná únava a zvýšená túžba po spánku; celková otupenosť; nedostatok energie a iniciatívy; nedostatočná koncentrácia; zvýšená potreba tepla; nápadný chrapot; depresívna nálada sprevádzaná nedostatkom energie alebo iniciatívy a slabá vôľa. Klinické príznaky, ktoré poukazujú rovnakým smerom, sú bledosť a metabolická slabosť.

Osobitná príčina chlorózy u mladých dievčat, ale aj iných príznakov nedostatku železa, spočíva v ťažkostiach „spojiť“ Mars a Merkúr správnym spôsobom v žalúdku, ako to vyjadril Rudolf Steiner.(13) Chlór v žalúdočnej kyseline chlorovodíkovej musí byť pripravený „prijatý“, t. j. absorbovať železo. Slnko stojí medzi Marsom a Merkúrom a sily Slnka musia byť posilnené, aby sa Merkúr a Mars mohli spojiť a železo mohlo byť absorbované.

Prípadová štúdia

Na ilustráciu vyššie uvedeného poslúži jeden prípad.

Pacientka bola žena vo veku 33 rokov, vydatá, s tromi deťmi, Američanka. Od puberty opakovane trpela poruchami z nedostatku železa, ktoré boli v Amerike liečené masívnymi dávkami železa bez trvalého účinku. Vo veľmi mladom veku 20 rokov získala diplom z psychológie. Počas tejto fázy bola niekoľko rokov v depresii. Jej tvár je trochu nevýrazná s pomerne hrubými sedliackymi črtami. Aj jej postava je beztvárá a zaoblená a chôdza neohrabaná, s nohami nápadne postavenými do tvaru 0. Nemecký jazyk jej absolútne nie je blízky. Laboratórne testy preukázali výrazný nedostatok železa a bola liečená rôznymi preparátmi a liekmi určenými na stimuláciu príjmu železa. V priebehu šiestich mesiacov dostávala tieto lieky, niektoré súčasne, niektoré postupne: Ferro-Folsan (sušený síran železnatý, kyselina listová); Ferrum ustum comp. (Weleda; Siderite3x; neriedená voda Levico bohatá na minerály; Ferrum font. 4x („pramenitá voda železitá“); Ferrum chlorat. oxid 3x; Ferrum sid. 20x, Ferrum prep. 30x, Granát 15x rovnakým dielom ako zmiešaná injekcia; Gentian Anaemodoron; Aurum chlorate. 5x; Cuprum sulfuricum 6x.

Nastalo dočasné zlepšenie, ale hladina železa zostala príliš nízka. Po 6 mesiacoch liečby s terapiou reči, ktorá sa začala 11. októbra 1991, boli hodnoty železa nasledovné:

5.7.91 10.11.91 2.14.92 8.18.92 3.4.93 3.29.93 Norms

Hb (g/dL) 11.2 11.2 12.9 13.4 11.1 12.2 12-16

Serum Fe (mmg/dL) 40 55 120 121 55 194 60-140

Ferritin (ng/mL) 4 3 32 19 5 12 25-180

Po 6 mesiacoch terapie tvorbou reči sa pacientka cítila a vyzerala inak: jej črty boli formovanejšie, pohľad jasnejší, chôdza vzpriamenejšia, mala viac energie a už nebola takmer vôbec unavená. V

dôsledku podvrtnutého členka s roztrhnutými väzmi, ktorý sa musel zošiť pod narkózou, nosila niekoľko týždňov sadrovú dlahu, počas ktorej bola terapia prerušená. Hladina železa sa okamžite znížila (pozri údaje zo 4. marca 1993). Údaje z 29. marca 1993 nakoniec ukazujú ďalšie jasné zlepšenie po obnovení terapie reči a medicínskej liečby. Z celého vývoja je zrejmé, že špecifická terapeutická rečová formácia ovplyvnila schopnosť vyrovnáť sa so železom tak, že vstrebávanie železa sa mohlo výrazne zlepšiť. (Merateľné zmeny v Hb boli zaznamenané aj na Medizinisch-Kuenstlerisches Therapeutikum v Berne).

Rečová terapia pri nedostatku železa

Videli sme, že dôležité procesy železa a reči majú rovnaký fyzikálny základ, a to dýchanie a krvný obeh. Rudolf Steiner opísal proces tvorenia reči ako proces, ktorý má pôvod v „astrálnom tele modifikovanom pôsobením ja“. (17) Ako sme už spomenuli, železo je stimulované duchovnými a duševnými silami, aby vyžarovalo do ľudskej krvi. (2) Podnety pre oba procesy pochádzajú z vyšších princípov ľudskej bytosti a navzájom sa podmieňujú. Pomáhajú schopnosti vzpriamiť sa a vyformovať telo a robia človeka schopným silne prejaviť slobodnú vôľu. Aby sme ukázali, ako sa dá narušenému telesnému procesu čeliť zvýšenou rečovou aktivitou, vysvetlíme, ako v ľudskej reči spolupracujú hlas, dýchanie a artikulácia.

Hlas, podnietený chcením hovoriť – nositeľ našej individuálnej duševnej nálady – sa dvíha a nesie formotvorné sily zvukov reči ako prejavu ja. V dychu ja spája a formuje reč, ktorá sa voľne pohybuje a žije vo vzduchu. Ak prevláda smer zdola nahor – od látkovej výmeny cez pulz k dýchaniu, potom bude výsledná reč hudobným prednesom. Naopak, ak dýchanie ovplyvňuje krv – ak deklamačné formovanie pôsobí zhora nadol, aby dalo formu rečovému procesu, skrz ja sledujeme smer železných procesov v reči:

Deklamácia je spojená s procesom, ktorý sa spája s pôsobením sleziny v živote duše. Dych naráža na celý metabolický proces, ktorý v krvnom obehú zasa spätne naráža na pulz. Pri tomto postupe idúcom zhora nadol dochádza k vtlačaniu do nášho prvku vôle, ktorý je prevažne spätý s výdychom... (18)

Bernhard Woehrmann, M.D. Fraasstr. 1 D-70184 Stuttgart Nemecko

Barbara Denjean-von Stryk. Logopéd Einkomstr. 23 D-70188 Stuttgart Nemecko

Odkazy

- 1 Steiner R. Duchovná veda a Medicína (GA 312), prednáška z 23. marca 1920. Tr. neznáme-Londýn: Rudolf Steiner Press 1975.
- 2 Steiner R. Štyri ročné obdobia a archanjeli (GA 229) prednáška z 5. októbra 1923. Tr. C. Davy a D. S. Osmond. Londýn: Rudolf Steiner Press 1968.
- 3 Steiner R. Rozikrucíanská teozofia (GA 99) prednáška zo 4. júna 1907. Tr. M. CottereU a D. S. Osmond. Londýn: Rudolf Steiner Press 1981.
- 4 Steiner R. Nadzmyslový človek (GA 231) prednáška zo 17. novembra 1923. Tr. M. Adams. Londýn: Anthroposophical Publishing Co. 1961.
- 5 Elsner E. Raumpfahrt in Stichworten S.57. Kiel 1973.
- 6 Pelikan W. Tajomstvá kovov. Tr. C. Lebensart. Londýn: Rudolf Steiner Press.
- 7 Degenaar AG. Krankheitsfaelle und andere medizinische Fragen besprochen mit Rudolf Steiner, rukopisný výtlačok, diskusia o „železe“ datovaná 6. februára 1924.
- 8 Steiner R. Základy antropozofickej medicíny (v GA 314) prednáška z 28. októbra 1922. Tr. A. Wulsin. Spring Valley NY: Mercury 1986.
- 9 Steiner R. Duchovná veda a medicína, op. dt. prednáška z 1. apríla 1920.
- 10 Steiner R, Wegman I. Základy terapie (GA 27) kapitola 7. Tr. G. Adams. Londýn: Rudolf Steiner Press 1983.

- 11 Steiner R. Duchovná veda a medicína, op.dt. prednáška z 9.4.1920.
- 12 Steiner R. Okultná fyziológia (GA 128) prednáška z 28. marca 1911. Tr. E. Frommer. Londýn: Rudolf Steiner Press 1983.
- 13 Steiner R. Kozmické pôsobenie na Zemi a v človeku (in GA 351). Prednáška z 27. októbra 1923. Tr. V. E. Evans. Londýn: Rudolf Steiner Publishing Co. 1952.
- 14 Steiner R. Duchovno-vedecký aspekt terapie (GA 313) prednáška zo 14. apríla 1921. Tr. R. Mansell. Long Beach CA: Rudolf Steiner Research Foundation 1990.
- 15 Steiner R. Človek v tele, duši a duchu; náš vzťah k Zemi (GA347)Tr. J.Reuter a S. Seiler. New York: Anthroposophic Press & London: Rudolf Steiner Press 1989.
- 16 Steiner R. Reč a dráma (GA 282) prednáška z 22. 9. 1924. Tr. M. Adams. New York: Anthroposophic Press 1986.
- 17 Tamže, prednáška z 5. 9. 1924.
- 18 Steiner R, Steiner-von Sivers M. Poézia a umenie reči (GA 281) prednáška z 13. 10. 1920. Tr. J. Wedgwood a A. Welbum. Londýn: London School of Speech Formation 1981.
- 19 Slezak-Schindler, C. Vom Leben mit dem Wort. Fuenf heilende Wirksamkeiten der Sprache und des Sprechens. Domach 1992.
- 20 Steiner R, Steiner-von Sivers M. Tvorivá reč. Charakter tvorby reči (GA 280). Tr. W. Budgett, N. Hummel & M. Jones. Londýn: Rudolf Steiner Press 1978.
- 21 Steiner R, Steiner-von Sivers M. Poetry and the Art of Speech, op. cit, prednáška z 29. marca 1923.

Prečo krv potrebuje železo.pdf