

TERÁPIA - GYÓGYÁSZAT

Kiss Zsuzsanna

MIKROKOZMOSZUNK HATÁRA, A BŐR

Összefoglaló az AMA 2013. január 5-1 bőrgyógyászati továbbképző napjáról

„Látják, az antropozófiánál tényleg nem arról van szó, hogy sémákat szállítunk szektás nagynéni-nagybácsi összejövetelekhez, amelyek alapján aztán szétválaszthatják: az emberi lény fizikai testből, étertestből, asztráltestből és énből áll, hanem nagyon is komolyan foglalkozik az emberi lény megértésével, megragadásával és az ember világhoz fűződő kapcsolatával, a szellemi behozásával minden anyagiba. És ha az antropozófia valóban biztosítani akarja helyét a világban, akkor be kell lássuk, hogy képes követni a szellemet az anyagiba.“ (1)

Ezzel az indító gondolattal vette kezdetét az első AMA (Antromedicart A Magyarországi Antropozófus Gyógyító Művészetért Egyesület) 3 éves (2009-2012) antropozófus gyógyászati képzésén végzetek első önálló, nyílt továbbképzési napja a Rudolf Steiner Házban. A nap témái a bőr és a rajta megjelenő, elsősorban ekcémás, allergiás betegségek voltak. A programban az előadások mellett, melyek a kultúráról, élettani, kóreltani sajátosságairól, kórképekről, illetve ezek kezelési lehetőségeiről szóltak, szerepelt önálló, saját gyógyszerkészítés, és kis mozgásként Bothmer-gimnasztika is. Az elméletben szó volt a bőr hármass felépítéséről, a lénytagok viszonyairól egészséges illetve kóros esetben, belső szervek, kiemelten a máj és a bőr kapcsolatáról, az ekcéma kórtanáról, valamint a kezelésben kiemelt szerepet játszó növényi, ásványi készítményekről. Az ekcémás, allergiás megbetegedések az utóbbi néhány évtizedben az egész világon - kifejezetten a civilizált népesség körében - egyre gyakoribbak és egyre nehezebben kezelhetők, ezt bőrgyógyászként tapasztalom én is. Érdekesnek tartom a természettudományos megközelítés mellett szellemtudományos oldalról is megvilágítani ezt a „határ-kérdést“ összefoglalómban.

Naprendszerünk ismert határa a Szaturnusz, a hét ősbolygó legöregebbike. „A Földtől távol a pályájával körbefogja, körülveszi az egész bolygórendszert, szférájával beburkolja azt, védve az Univerzumból érkező kozmikus sugárzásokkal szemben. Gyakran

elfelejtjük, hogy egész földi létünk kiegyensúlyozott jelenségei és erői csak általa maradnak meg, hogy a Földet burokrétegek védik: vízburok, levegőburok, hőburok és a további burkok, az egymás után következő bolygószférák. Az ilyen utolsó alapvető burkok, amely az egész rendszert önállósítja és Földünket/naprendszerünket úgyszólván beburkolva elkülöníti a világmindenségtől: a Szaturnusz-burok, a kozmikus ólomfolyamat. (...) A Szaturnusz a szellemiben-lelkiben éppúgy, mint a fizikaiban-testiben az alapot képezi ki az Én és annak lezárt világa számára.“ (2) Léte fizikailag is emlékeztet bennünket arra az ősi planetáris korszakra, amikor a Teremtés hajnalán útjára indult az ember. A Szaturnusz-korszakban a Trónok, az Akarat Szellemeinek áldozatából megszületett az ember fizikai testi csirája, egyben a lehatárolódásnak, az önállóvá, individuummá válásnak a lehetősége is. Bár ebben a korszakban az embercsirák még élet nélküli automataként funkcionáltak magasabb szellemi lények ölen, a korszak végére kialakult „hőtojasok“ - melyet Rudolf Steiner az embrionális lét szedercsírá állapotához hasonlított - már hordozták a lehatárolódás, a földi bőrünk



szellemi lényegét. Ebből a szempontból a Szaturnusz az ember bőre, és ezt a rokonságot mindvégig hordozza.

A következő planetáris korszakban, ős Nap-korszakban teremtődik meg a Bölcsesség Szellemeinek áldozataként az éteri minőség, az élet lehetősége, ezáltal a korábbi korszakban fizikai automataként működő emberi fizikai testi csírák már bizonyos életjelenségeket kezdenek mutatni, egyfajta növényi jellegű létszerűséggel, melyben a környezettől való elkülönülés még csak jelzetten, de már megvalósul. Az ős-Szaturnusz kizárólag szellemi hő-szubsztanciából állt; az ős-Napon a sűrűsödés eredményeként



megjelenik a mai gáz-, vagy gőzállapothoz hasonlítható minőség is. Az ember fizikai teste hő-burokba zárt levegő-gázképződményekből áll.

A következő, ős Hold-korszakban - a Mozgás Szellemeinek áldozatából - az asztrálestesti csíra megjelenésével fokozódik a differenciálódás, az ember állati jellegű létszerűségben van. Az emberi fizikai testben a sűrűsödéssel megjelenik egy harmadik szubsztancia is: a legsűrűbb víz-testet levegőáramlások hatják át, és mindkettőt pedig hőhatások. Viszonylag jól elkülönül a sűrűsödés következtében kialakult vizes-kocsonyás jellegűnek mondható környezettől, anyagcsere és légzészerű életfolyamatai vannak, és ezeket az asztrálestestnek köszönhetően egy fajta érzésmínőség, antipátia-szimpatia érzés kíséri.

Végül a Föld-korszakban a 4. lénytag, az én-szervezet felvételével fokozatosan megszületik a most előt-

tünk két lábon, egyenes gerinccel álló, tudatos-ön-tudatos, gondolkodó-érző és önálló, szabad akarat-tal bíró, saját belső ritmusú, a környezetétől lehatárolódott, de azzal szerves, élő kapcsolatban álló ember. Ez utóbbi megvalósításában a határa, a bőre számos funkcióval bír, aktív szerepet játszik az egész emberi organizáció élettanában.

A földi környezetben a határképzés, felületképzés nemcsak az ember sajátja. A Földön körültekintve érzékeljük, hogy minden fizikai térbeli tárgynak van felszíne, vagy határa. Az ásványok, kristályok felülete fiziológiailag inaktív, nincs élő kapcsolatban a környezetével; passzívan követik a külvilág, a környezet ráhatásait illetve saját belső törvényszerűségeiket. Ahol viszont megjelenik az élet, a növényvilágban, máris láthatjuk egy olyan kültakaró, „bőr-szerűség“ kialakulását, mely aktív kapcsolatban van a környezetével. Gondoljunk a növények levelének fonákján pl. a gázcsere nyílásokra, vagy a hajszálnyira vékonyodott gyökereken keresztüli folyadék illetve tápanyagfelvételre. A fák törzsének kérge is nagyon különböző az élőhelytől, éghajlati viszonyoktól, fajtaságtól, stb. függően. Az egészséges növényi „határ“ lehet finom bársonyos tapintatú, lehet bőr-szerű, vagy akár száraz, kérges, de mindenütt folytonosságot mutat. Ha egy növény „bőrén“ forradásokat, elszíneződést látunk, esetleg még nedvcsorgást is tapasztalunk, tudjuk, ott valamilyen betegség lappang. Ezek a „forradások“ pl. a fák törzsén az étertestnek egyfajta túlbujánzását mutatják, ahogyan áttöri a növény fizikai határát és ott az eredeti forma megváltozik. (A növény, tekintettel arra, hogy a regenerációt, gyógyulást hordozó étertest a legmagasabb lénytagja, „belülről“ nem betegszik meg. A növényeket a külvilágból, a környezetükből érkező hatások betegíthetik meg.)

Az állatvilágban még nagyobb különbségeket tapasztalunk a kültakaró kialakulásában egyrészt az élőhely (víz, szárazföld/levegő, geográfiai viszonyok, stb.), másrészt a fejlettség tekintetében. A folyékony közegben minél egyszerűbb, primitívebb élőlényekkel találkozunk, annál inkább azt látjuk, hogy a környezettől való lehatárolódás elmosódottabb, gyengébb. Gondoljunk a vizekben élő egysejtűekre, pl. a biológia tankönyvből jól ismert papucsállatkára: sejt-hártyája éppen hogy elválasztja a sejtplazmát a folyékony környezettől. A többsejtű vízi állatok közül az áttetsző medúzák testének döntő része hártyaszerű, 2 sejttrétegből áll. Több mint 97%-ban vizet tartalmaznak. A halakat tekintve - melyek már fejlettebb élőlények - észlelhető, hogy a már többretegű bőrüket még pikkelyek is fedik, olyan irhaképletek, amelyek a bőrük felhámja és az irha határán elhelyezkedő pikkelytáskában találhatóak.

Ha élőhelyet váltunk és a szárazföldre lépünk, a levegő elem megjelenésével a határképzés megváltozik: pl. egyes izeltlábúak, bogarak erős kitinpáncél-

ja még nem „bőr“, lényegében az élőlény külső váza. A kétélűek kifejlett egyedeinél, melyek nemcsak a vízben, hanem a levegőn is mozognak, viszonylag szívós bőr alakul ki, a hüllők egyes példányainál a szarusodási tendencia kifejezettebbé válik, ld. az aligátor, krokodil vastag, rücskös, kemény, dudoros kültakaróját. A kígyók pedig az elhalt, elszarusodó, kinőtt bőrt időszakonként levedlik, a vedlés után egy ideig kültakarójuk lágy, sérülékeny, idő kell, hogy visszanyerjék a védelmét. Tovább figyelve az egyre fejlettebb állatokat, látjuk, ahogyan az állati szervezet egyre jobban differenciálódik, fejlődik, úgy a kültakaró is egyre határozottabb, bonyolultabb, színesebb formát ölt. A madarak bőrén a szarusodás - különösen a trópusi, szubtrópusi területeken - színpompás tollképzés formájában jelenik meg. A melegvérű emlősök a határképzésben ismét egy másfajta fejlődési vonalat mutatnak. A szárazföldi élethez való alkalmazkodás során bőrük többrétegűvé vált, elszarusodó laphám és rajta szőrzet jelenik meg animális/asztrális szaruképzési tendenciaként. Az állati határképzés változatossága azt is mutatja, hogy szervezetük fajtaságtól függően nagymértékben specializálódik, mind alakjában, mind funkciójában lezáródik, és ennek következményeként a további fejlődésre való lehetőség elveszik. Az állat nem tud kilépni az ösztönei és reakciói determinációja alól, azt teszi, amit a fajtasága diktál, ami-re az képes.

Határozott különbséget fedezhetünk fel a vad-, és a házasított állatok kültakarója, különösképpen szőrzete tekintetében. Utóbbiak az emberhez való szorosabb kapcsolódás, együttélés következményeként megszelídülnek, asztráljuk egy fajta visszahúzódását a kültakarón a szőrzet finomodásában, ritkulásában észlelhetjük. Gondoljunk pl. a vaddisznó loncsos hosszú szőrzetére, szemben a házi sertés rövid sörtéjével. Az embernél ez a folyamat odáig megy, hogy a bőre finomabb az állatokénál, szőrzete jóval ritkább, kivéve jellegzetes helyeket, mint a fejbőrön a haj, valamint a nemi szőrzet, mely még utal az animális minőségre az emberben.

Az emberi magzat lehatárolódása a megtermékenyülést követő első pillanatától kezdetét veszi, egyértelműen fizikailag elkülönül környezetétől és ezt a lehatárolódást - amennyiben nem éri valamilyen egyéb károsodás - a születése után az ember élete végéig megtartja. Nem ritkán hallunk olyan elbeszéléseket, melyekben a terhes anyát valamilyen fizikai trauma éri, pl. ráfröccsen a forró olaj a bőrére és felégeti, vagy megijed és a hasához kap, majd szülés után azt tapasztalják, hogy az újszülött bőrén valamilyen elváltozás, pl. egy festékfolt, vagy kinövés található. Nagyanyáink még egyértelműen az anyát ért traumának tulajdonították az ilyen elváltozások keletkezését, most nézzük meg antropozófiai megközelítéssel, lehet-e a két dolog között összefüggés?

Az anya méhében az embrió a magzatburok által védetten, folyadékban „úszik“. Egy fizikai trauma nyomot hagyó mechanikai hatásának kicsi a valószínűsége, ahhoz komoly erőhatásnak kell lenni, hogy közvetlen elváltozást okozzon a magzaton, elsősorban a bőrén. Tekintsük ugyanezt szellemtudományos szempontból. A születés előtti időszakban az ember fizikai testének szellemi előkészítése zajlik, azaz van egy olyan szellemi szervezetünk, mely az inkarnáció alatt a magzati létben még a magzatburokban és a húgytömlőben nyilvánul meg. „...Azok a burkok, amelyek az embercsirát az embrionális időszakban beburkolják: a chorion, a külső magzatburok, amnion-zsák, vagy belső magzatburok és az allantois, vagy magzati húgytömlő mindaz, ami fizikai szervezatként lelétködik akkor, amikor az ember az anyaméhből kikerülve szabad fizikai létet nyer.“ (1) Ezekben a magzati szervekben működő szellemi erők viszont a születés után is tovább hatnak. „Ez a szellemi szervezet lényegében az egész földi élet alatt tovább hat, csak hogy a fizikai, földi élet alatt nem fejlődik ki külsőleg láthatóként. (...) Bizonyos értelemben tehát van bennünk egy láthatatlan ember. Benne van a növekedési erőinkben, azokban a rejtett erőinkben is, amelyek által a táplálkozás létrejön. Benne van mindenben, amire a tudatos emberi tevékenység nem terjed ki. (...) egészen a növekedési erőikig, és az erők táplálkozás általi, mindennapi újr felépítéséig.“ (1) A magzatnak a saját bőre kialakulásában van, terhesség alatt a magzatburok belső, magzatvízzel érintkező része (az amnion) az ősi „bőr“, amiben az embrió éterteste működik. Ebbe hat bele az anya asztrálteste (a pedagógiai törvényszerűségeknek megfelelően), érzelmi állapota, közvetlenül. Ezért is fontos az egészséges határképzéshez, hogy a szülők kapcsolata jó legyen a terhesség alatt is, és, hogy az anyát ne éri félelemmel teli, ijedtséggel járó élmények. Ha ebből a szempontból tekintünk a magzati bőr kialakulására, találhatunk magyarázatot egyes veleszületett bőrelváltozásokra.

Ugyancsak fontos szempont az embrionális létből, hogy az embriópajzs 3 csiralemezéből a szem szaru- és kötőhártya hámja, valamint a bőr hámja és függelékese szervei, mint haj-, és szőrszálak, köröm, valamint minden idegsejt és idegtámasztó elem egy sejtcsoportból, az ektodermből (külső csiralemez) származik, azaz közös ősejtől alakulnak ki. Ez a közösség meghatározó bizonyos bőrproblémák, különös tekintettel a neuro-dermitisz („ideg-börgyulladás“), más néven atópiás ekcéma kialakulásában.

Tekintsük át röviden az emberi bőr felépítését, működését. Rudolf Steiner egyik, munkásoknak tartott előadásában így beszélt erről: „Már maga az emberi bőr is egy különlegesen komplikált valami. Egészen csodálatra méltó! Ha kívülről befelé követjük a bőr felépítését, akkor legkívül találunk egy áttetsző réteget, az úgynevezett szaruréteget; ez a felhám. Csak nálunk, európaiaknál áttetsző, a négereknél, indo-

nézeknél, malájojnál tele van tűzdelve kis szintecscékkel, amik megszínezik. Nálunk, európaiaknál azonban átlátszó ez a bőrréteg, a szaruréteg, vagy felhám. Azért hívják szarunak, mert ténylegesen ugyanabból az anyagból épül fel, mint az állatok szarva, csak kicsit másképp van elrendezve. Eből áll a bőrünk, hajunk és a körmünk is. (...) A szaruréteg alatt fekszik az irharéteg, amely megint csak két részből áll: egy felső rétegből és egy alsó rétegből (...) A legalsó táplálja az egész bőrt. Ott raktározódik a bőr tápanyagai.“ (3)

Kültakarónk tehát három rétegből áll: kívülről befelé haladva hámrétegből, alatta kötőszövetes irharétegből és legbelül zsírszövetes bőraljából. A legkülső, a hámréteg maga is több rétegből épül fel, az irhával érintkező része a legjobban étellel teli, ez az alapsejtes réteg. Szorosan egymáshoz illeszkedő sejtekből áll, melyekből folyamatosan megújul bőrünk 27-29 naponként. Ugyanis innen a külvilág felé haladva a hámsejtek egyre jobban elhalnak, a folyékony, életet hordozó sejt plazmát fokozatosan felváltja az elhaló szaru, míg legkívül már csak sejt-mag és élet nélküli, egymáshoz tetőcserépszerűen illeszkedő szarulemez-kék maradnak, melyek folyamatosan leválnak, kopnak. Hol találunk a természetben hasonló példát? Pl., ha megnézzük a fák, különösen a platánfák törzsét, ott tapasztalhatunk makroszkóposan ilyen elhaló kéregleválási folyamatot (a növény az elhalási folyamat felé 1 lépést tesz, tekintettel arra, hogy 2 lénytagú, szemben az emberrel, aki 4 lénytagon viszi keresztül ezt a folyamatot, ezért is más az emberi bőrképzés, elhalás). Mint látjuk, a hámrétegnek van egy saját egészséges ritmusa, cserélődése. Ám nincs önálló keringése, nincsenek benne erek, és csak minimális sejtközötti állományt, „habarcsot“ tartalmaz, zsírokból (ceramidok, zsírsavak). Tehát, többségében hámsejtekből áll, melyek között elszórtan immunsejtek és idegi eredetű bőrfestékképző sejtek találhatóak. Elég egyhangú, szegényes, nagymértékben állandósult képet látunk. Ezek a történések az elhaló élet jegyeit hordozzák magukon.

A bőr színét a saját pigmentmennyisége mellett a hám alatti erek vérteltsége is befolyásolja. Mi adja a Rudolf Steiner által emlegetett átlátszóságát a hám-nak? Steiner egyfajta kristályokat raktározó rétegnek írta le. A hámréteg, különösen a legkülső része tehát elhalási és kristályosodási tendenciát mutat. A benne magas koncentrációban levő ásványi anyag pedig nem más, mint az, ami az egyetlen átlátszó kristályt, a „látókövet“ is alkotja, a kova, vagy szilícium-dioxid. Átala van lehetőségünk „mélyebbre“ pillantani a bőr működésébe: láthatjuk az alatta levő irha ereit, ahogyan pl. a lelki aktivitásaink, érzéseink megváltoztatják működésüket. Ezt észleljük, amikor elsápadunk, vagy éppen kipirulunk. Hol találkozunk még „kristályosodási“ folyamatokkal, ha magunkra tekintünk? Például, lelki működéseink kö-

zül a gondolkodásunkban. Van is erre utaló kifejezésünk, mikor azt mondjuk: kikristályosodtak a gondolatai.

A hámréteg alatt tehát már mozgalmasabb, színe-sebb, életesebb folyamatok zajlanak. Az irhában a kocsonyás alapállományába ágyazottan futnak a bőrt tápláló, anyagcseréjét, légzését biztosító vér-, és nyirokerek, számtalan immunsejt ellenőrzi a kültakaró intaktságát, mint pl. a nagy falósejtek, fehérvérsejtek is. Döntő többségben a kötőszöveti sejtek vannak, melyek a kötőszöveti alapállományt és a rostokat termelik. Itt, helyenként átnyúlva a bőraljába, találhatóak a faggyú és verejtékmirigyek, melyek kivezető csövei a bőrfelületre nyílnak - ezeken a pontokon szakad csak meg a hám teljes intaktsága -, ők a bőr kiválasztó szervei, és ugyancsak innen nyúlnak a külvilágba a szőr-, és hajhagymák. Egy színes, folyton változó vásári forgataghoz tudnám hasonlítani a képet: mindenki jön-megy, kapcsolatot teremt, hoz-visz, vesz, vagy éppen lead valamit. A lelki működéseink közül az érzéseink kavargása, változása, hullámozása hasonlít ehhez a képhez. És mi hullámozik még, amikor erőteljesebb érzések, öröm, vagy fájdalom járnak át a lelket, testet? A mellkasunk: a légzésünk, keringésünk pillanatnyi helyzetekhez való alkalmazkodásával.

Végül, a legalsó réteg, a bőralja, olyan módosult kötőszövetes eredetű sejtekből áll, melyek belsejükben képesek nagy mennyiségű zsír raktározására. Ennek döntő része triglicerid, mennyiségét fizikai aktivitásunkkal befolyásolni tudjuk. A zsírrétegünk többek között azért is szükséges, hogy az állandó testhőt fenn tudjuk tartani, hogy a bennünk levő 3 elem: a kristályos, a folyékony és a légnemű egyensúlyban együttműködhessen. Ehhez erre a hőburkot adó zsírrétegre szükség van, hiszen az állatokkal szemben, akik a szőrzetükkel, a benne levő szaruválalattal egy fehérje alapú hőburokba vannak zárva, mi átalakítottuk a bőrünket, leszórtelenedtünk és zsírburokot alakítottunk ki. A hő megtartásunkat leadásunkat részben a bőrünk vérkeringésével, részben a verejtékezésével tudjuk szabályozni, részben pedig a fejünkön a hajunkkal. Az agy az egyik leg-
hőérzékenyebb szervünk - gondoljunk a hógutára, napszúrásra! A bőralja a tápanyagraktár, olyan, mint a konyha melletti jól, vagy kevésbé jól feltöltött spájz: az kerül az anyagcserébe, ami szükséges, illetve, ami elérhető.

Ha a bőr három rétegét összevetjük az ember hármasságával: fej, mellkas-, illetve anyagcsere-emberrel, akkor a fentiekből egyértelműen következik, hogy a hámréteg a fejnek, az irha a mellkasnak, míg a bőralja az anyagcsere embernek felel meg. A lénytagok szempontjából pedig a következőket állapíthatjuk meg. Láttuk, hogy a hámréteg mind felépítésében, mind pedig működésében egy fajta elhaló, idegi folyamatot hordoz, melynek látható jele

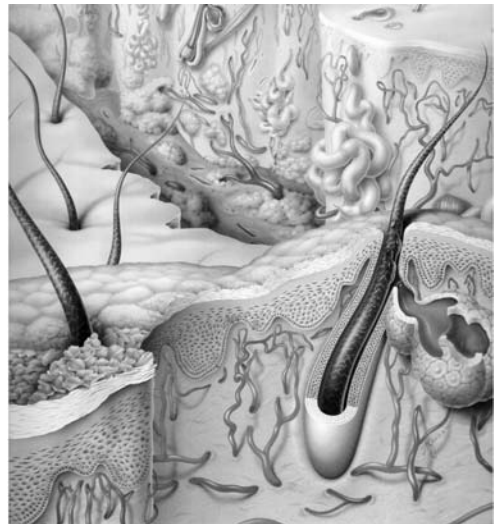
a hámsejtek elszarusodási, elhalási folyamata, hám-lással a végén. Ha átgondoljuk, melyik lénytagunk „hordozza a halált“, akkor a legszemélyesebb lénytagunkra, az én-szervezetre kell gondolnunk. „Az én-szervezetük által állandóan meghalnak, azaz a fizikai testüket befelé pusztítják el, míg, ha átmennek a halálon, a külső természet kívülről pusztítja el a fizikai testüket.“ (4) A szellem visszazívja magába a fizikait, ami nem más, mint önnön sűrítőmánya. Bizonyos szempontból ezt a folyamatot prezentálja a hámréteg folyamatos hám-lása, illetve a bőr független szerveinek (haj, szőr, köröm) növekedése. Rudolf Steiner szavaival, a hám egy fajta „szellem-áteresztő“ rétege a szervezetünknek, ezt pedig a magas kovartartalma alapozza meg. Úgy is fogalmazhatunk, hogy a bőrünkkel a világ kovafolyamatába szövődünk, mely a világmindenségből ható alakító erő: „A kovasav válik az Én-erők hordozójává, ez képezi a fizikai alapot az Én-organizációjához“.

A kovasav, mely a hegyi kristályban formaerőt az anyag átlátszóságáig fokozta, és a hexagonálissá képezett alakzatot maximális tökélyre emelte, szerves, élő formában mindenütt a felületképzés irányába törekszik, legyen ez a külső bőr, vagy az érzékszervek, vagy a testüregek belső nyálkahártyái, a csontok vagy az ízületek. Az egészséges bőr olyan kovafolyamatot követ, mely a szervezet számára a szükséges lehatárolást biztosítja a természeti behatásokkal szemben. Ugyanakkor a bőrt érzékszervként megfelelő mértékben szenibilizálja, a külvilág érzékelését illetően.

A bőrünk tehát nemcsak határként, kapuként szolgál a kül-, és belvilág között, hanem érzékszerv is, mely folyamatosan kommunikál mind a kül-, mind a belvilággal. Ezt pedig „idegrendszer“ és a benne működő asztráltest teszi lehetővé. Az anatómiai leírások szerint a bőrünkben többféle érzékelő, perifériás receptor, valamint idegrost található, melyekkel a természettudományos leírások szerint a hideget, meleget, tapintást, fájdalmat érzékelni tudjuk. Ugyanakkor Rudolf Steiner: Az érzékelés tanának szellemtudományos alapjai c. előadásának leírásában (1922. okt. 19. - 1923. febr. 10. Munkás előadások 2. kötet) azt olvashatjuk, hogy a bőrünkben alapvetően egy fajta érzékelő testecske található, az ún. Pacini-testet. Ennek átmetszete nagyon hasonlít a hagymához, és ebből a hagymából nő a „szárak“, az idegrostok a gerincvelőn keresztül egyenesen az agyban hoznak „virágot“. A testünk felületén is megtalálható hagymákon át veszünk tudomást a világról. Ez nemcsak a bőrünket alkotó ún. fedőhámra, hanem az ún. érzékhámunkra (mint egy befordult, átalakult hám, a szaglást, ízlelést, hallást és egyensúlyérzékelést teszi lehetővé) is vonatkozik.

A hónek viszont csak közvetítője a bőr, az érzékelés centruma a test belsejében van. Ezzel az érzékelés-

sel, a steineri érzékelés-tan szerint, valamelyest kilépek a külvilágba, azaz, ha pl. megfogok egy tárgyat, és érzem, hogy hideg, akkor ezen a hő-érzékelésen keresztül egyben az adott tárgy belső tulajdonságáról is megtudok valamit, azaz valamelyest én hatolok be a külvilágba, szemben a tapintással, mely során a külvilág nyomódik belém, a bőrömbe. A tapintás során a saját határomról szerzek tudomást, pl., ha nekiütök egy tárgynak, akkor mindjárt észreveszem, meddig vagyok én, és hol kezdődik a nem-én. Természetesen az érzékelések soha nem elvágólag zajlanak, hiszen valamennyi érzékszervem a saját működésének megfelelően közvetíti az információkat, melyek bennem tudat alatt összegeződnek és az összbenyomások esszenciája tudatosan bennem ilyen-olyan, kellemes, kellemetlen érzetek formájában. Az érzékelésben és annak tudatosulásában az asztráltest működését látjuk tükröződni kültakarónkban.



Bőrünk életteltel telítettségét a goethei megfigyelés alapján több szempontból is megítélhetjük: pl. színe, turgora, folyadékkal telítettsége, rugalmassága, nyújthatósága, a kötőszöveti rostok mennyisége, minősége, arányai, hőmérséklete, vastagsága, a sebgyógyulás gyorsasága, stb. alapján. Különösen szembe tűnnek a vitális, illetve elhalási tendenciák, ha összehasonlítjuk egy csecsemő és egy idős ember bőrét. Az életfolyamatok csökkenését elsősorban a kötőszövet, az irha és a bőralja átalakulásában észlelhetjük, valamint a hámréteg 27-29 napos megújulási ritmusának lelassulásában, a hámréteg elvékonyodásában, vagy ellenkezőleg eldurvulásában; a szarusodási tendencia fokozódásában (testtájékonként és bőrterületenként változóan, míg pl. talpon a szaruképzési tendencia, a kézháton a bőr sorvadása lép előtérbe). Idős korban szaporodnak a pigmentfoltok, ráncok és a különböző bőrdagajatok (bazalióma, spinalióma), mint a szklerotizálódási, elhalási tendencia legeklatánsabb példái.

Mint láttuk, bőrünk valóban bonyolult, több szinten működő része a szervezetünknek, mely határt szab

minden mikrokozmosz folyamatnak. Ám előfordul, hogy az egyensúly felborul, és valamelyik folyamat térben és/vagy időben eltolódik, és ez megjelenik a bőrön is. A bőrtünetekben is megtaláljuk az idegi és az anyagcsere pólus polaritását, illetve bizonyos esetekben a ritmikus rész inkomplett működésének következményeit. Általánosságban, fiatal korban, amikor még a vitális, felépítő folyamatok túlsúlyban vannak a leépítő folyamatokkal szemben, elsősorban a gyulladásos bőrtünetek dominálnak: pírral, hólyagosodással, nedvezéssel. Ezek a jelenségek a fehérjék inkomplett átalakításának következményei: a bőr próbálja meg ilyen formában transzformálni, illetve eliminálni azokat a szubsztanciákat, melyeket a belső szervek (elsősorban a máj illetve vese) nem metabolizáltak. Tehát ezek az elemi jelenségek a bőr centrifugális, anyagcsere-kiválasztási működésének felerősödését mutatják. Amikor - ezzel szemben - a centripetális, az elhalási, kristályosodási folyamatok erősödnek fel, akkor találkozunk pl. száraz ekcémával, bőrkeményedéssel, bőrvastagodással járó folyamatokkal. A viszketés, mint szubjektív tünet, az idegi pólus túlműködését jelzi, mondhatni utolsó lehetőségként lép fel, hogy a túlkeményedési folyamatot a szervezet megszüntesse. Vannak olyan bőrtünetek, melyek mind az idegrendszeri, fejpólust, mind az anyagcsere pólust érintik, ilyen a csalánkiütés: a vörös, duzzadt csalángöbök az anyagcsere, a viszketés pedig az idegi folyamatnak a jelenlétét mutatják. Ebben az esetben a mellkasi, ritmikus rész működésében kell keresni a problémát, elsősorban annak keringési pólusában.

Ha pillantást vetünk a máj és bőr kapcsolatára, a következőket tapasztaljuk: ami a két szervben közös, az erős regenerációs képesség. Ez párhuzamosan van jelen a devitalizációs működésekkel: elhalással, szarusodással járó folyamatokkal a hámban, a körömben és a hajban. Amikor a máj működésében valamilyenfajta zavar alakul ki, a bőr mintegy „átveszi” ezt a működést, és megpróbálja helyettesíteni, így a saját fej-pólusból az anyagcsere pólus felé tolódik a működése. Ennek következtében lép fel gyulladás, nedvezés, eléréketlenedés, formavesztés: csomócskák, hólyagok képében. Ilyenkor a terápia fontos része a májműködés helyreállítása: elsősorban tehermentesíteni kell a májat egy alap májdiétával. Ez mellé lehet olyan szereket beiktatni, melyek a fehérje-anyagcserét harmonizálják és visszavezetik a helyükre, a májba, így kikerülhető lesz a bőr érintettsége a folyamatban.

A neurodermitisz, mint neve is mutatja, ennek az ellenkezője, ilyenkor a fej, az idegrendszeri pólus felerősödése okozza a tüneteket. Rudolf Steiner a tipikus korszakbetegségek közé sorolta az allergia kialakulását, mely tipikus „határ-probléma”. Mi történik ilyenkor? A fej pólus, a tudatosság felerősödik, a periféria túl éber lesz. Az én-szervezet és az asztálistest, melyeknek feladata lenne az alsóbb lény-

tagok, az éter- és fizikai test, a belvilág, az anyagcsere organizálása is, ez utóbbi működésüket „elhanyagolják”. Az emésztés legyengül, belső szervek közül a máj, mint fő anyagcsere szerv, bizonyos szempontból magára marad, így az általa koordinált folyamatok, elsősorban a fehérjék anyagcseréje zavart szenved, a szervezet számára a feldolgozatlan fehérjék idegenek lesznek, és kialakulnak az allergiás kiütések. Másrészről az allergiában olyan folyamatot láthatunk, melyben egy fajta „határérzékelési zavar” tükröződik. Ha valaki az idegi-érzékszervi oldal hangsúlyozásával túlságosan „kint van” a külvilágban, nem zárja le megfelelően magát, akkor a szervezet oldaláról egy túlvédekezési folyamat alakul ki, mivel „határtalanul”, szinte válogatás nélkül, feldolgozatlanul árad be a külvilág. Ez a fajta „határtelődés” nemcsak fizikai, lelki, hanem - körünkben egy ideje már - szellemi szinten is zajló folyamat.

A mostani korszakban az emberiségnek minden lehetősége megvan, hogy lelki-szellemi erőivel már tudatosan forduljon a szellemvilág felé. A lehetőség adott, a földi, fizikai és a szellemi világ közötti határ lassan feloldódóban van. A folyamat tőlünk függetlenül is zajlik, rajtunk múlik, hogy tudatosan résztvevői, vagy tudatlanul, elszennvedői vagyunk, leszünk ennek a folyamatnak. Ez is alapot ad az ember fizikaiságában megjelenő „határ-problémáknak”. A kérdés az, mit tehetünk azért, hogy bele tudjunk helyezkedni a jelen kor szellemi áramlatába? „...Az ember nem hatolhat be az élőlények apró sejtecskéibe természetadta szeme látóképességével, vagy távoli égitestek belső alkatába. Amennyire helyes és bizonyítható megállapítás, hogy közönséges látóképességgel nem hatolhatunk be az apró sejtecskébe, ugyanúgy helyes és bizonyítható a másik is, hogy az érzékfeletti világokba sem hatolhatunk be közönséges megismeréssel.” (5) Rudolf Steiner szerint a lélek fejlődésének jelenlegi szakaszában lehetséges betekinteni az érzékfeletti világokba: „A szellemi iskolázás lehetőséget ad annak a megismerésére, hogy mindaz, ami az emberben van, milyen kapcsolatban van az emberen kívüli világ tényleivel és lényeivel. Mert az ember minden egyes része kapcsolatban van a rajta kívül lévő egész világgal.” (5) Így válhat maga a megismerési út is gyógyítóvá.

Irodalom:

1. Rudolf Steiner: A bennünk lakozó láthatatlan ember c. 1923. február 11. Dornach előadás
2. Rudolf Hauschka: Szubsztanciáiban Ita Wegman Alapítvány Natura-Budapest Kft. 1. kiadás
3. Rudolf Steiner: Egészségről és betegségről. Az érzékelés tanának szellemtudományos alapjai Munkás előadások 2. kötet Új Mani-fest Kiadó Budapest, 2004
4. Rudolf Steiner: A gyógyítás művészetének elmélyítése (GA 316) Genius Kiadó 2011
5. Rudolf Steiner: A szellemtudomány körvonalai (GA 13) Genius Kiadó