POMLADANSKI JEGLIČ (*PRIMULA VERIS* L.) Z VIDIKA ANTROPOZOFSKE MEDICINE

PRIMULA VERIS IN THE ANTHROPOSOPHIC MEDICINE

AVTOR / AUTHOR:
Klavdija Stare, mag. farm.[1]
prof. dr. Samo Kreft, mag. farm.[2]
Vesna Forštnerič Lesjak, mag. farm.[3]

[1] *Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Soča, Linhartova 51, Ljubljana*
[2] *Univerza v Ljubljani, Fakulteta za farmacijo, Aškerčeva cesta 7, 1000 Ljubljana*
[3] *Naravoslovno-izobraževalno društvo Sapientia, Sekcija za antropozofsko medicino Slovenije, Hvaletinci 2, 2255 Vitomarci*

NASLOV ZA DOPISOVANJE / CORRESPONDENCE:
E-mail: klavdija.stare@ir-rs.si

POVZETEK

Dr. Rudolf Steiner (1861-1925) je utemeljitelj antropozofske medicine, ki človeka obravnava in zdravi celostno kot telo, življenje, dušo in duha. Zdravljenje temelji na razumevanju povezav med človeškim bitjem in naravo, ki ga obdaja in iz katere pridobivamo zdravila. Izbira zdravilne rastline, minerala ali drugih surovin temelji na pozornem opazovanju lastnosti in iskanju podobnih enostranskih procesov v človeku, saj antropozofska medicina človeka obravnava po principu Paracelzija "mikrokozmos v makrokozmosu", da nosi v sebi vse procese mineralov in kovin, rastlin, živali in zvezd. Antropozofska zdravila so zasnovana na podlagi svojstvenega razumevanja povezav med človekom in surovino ter temu ustreznim farmacevtskim procesom, ki surovino spremeni v zdravilo. Pomladanski jeglič s svojo zgradbo, nahajališčem, specifičnim procesom rasti skozi letni tok, z »gestami«, ki jih kaže tekom razvoja rasti ter substancami, ki jih tvori, ustreza tako imenovanim »zračno-tekočinskim procesom« v človeku, zato se v antropozofskih zdravilih uporablja za preventivo in zdravljenje srca in mišičja, kjer je ta »zračno-tekočinski proces« moten. Uporabljamo le cvetove jegliča, ki jih, tem procesom v telesu ustrezno, na specifičen antropozofski način, farmacevtsko predelajo.

KLJUČNE BESEDE:

antropozofska medicina, pomladanski jeglič, potenciranje, ritmični sistem, tridelnost narave, vegetabilizirane kovine

ABSTRACT

Anthroposophic medicine was established by Dr. Rudolf Steiner (1861-1925). The essence of the anthroposophic medicine is the holistic approach towards a human being as a whole, a physical body, live body, soul and spirit. Healing is based on the understanding of the relationship between a human being and the rest of nature, of where human takes his medicines. The choice of the healing plant, mineral or other material is based on a careful observation of characteristics and on searching the processes that are similar to those in human, as Anthroposophic medicine regards human in Paracelsus manner, that is »microcosmos in macrocosmos. This means that the processes found in the minerals, metals, plants, animals

1 UVOD

Beseda antropozofija je zloženka grškega izvora. Prvi del zloženke *anthropos* pomeni človek, *sophia* pa modrost ali znanje. Slovar slovenskega knjižnega jezika pravi, da je »antropozofija filozofski nauk, po katerem je človek sam sposoben priti do spoznanja nevidnega sveta«. Njen ute-

and stars are also present in the human being. Anthroposophic medicines are formulated based on understanding the relationships between the human and the material. Using an appropriate pharmaceutical process, the material is converted to medicine. *Primula veris* meets air-liquid processes in the human through its structure, the region of growth, specifical growth process through the year and 'gestures' made through its growth and with substances which it produces. It is used in anthroposophical medicines for the prevention and healing of heart and muscle diseases where so called »air-liquid processes« is disturbed. In such preparations, only flowers of *Primula veris* are used, which are pharmaceutically processed in a specific anthroposophical manner.

KEY WORDS:
anthroposophic medicine, *Primula veris*, rhytmic sistem, potentization, three-part nature, vegetabilised metals

meljitelj je dr. Rudolf Steiner, rojen 27. februarja 1861 v Donjem Kraljevcu na današnjem Hrvaškem, avtor 40 knjig, številnih člankov in skoraj 6000 zapisanih predavanj. Iz njegovega dela izhajajo številne smeri človekovega delovanja: waldorfska pedagogika, biološko-dinamično kmetijstvo, antropozofska medicina in antropozofska farmacija, tridelna socialno-družbena ureditev, antropozofska krščanska skupnost in razne vrste umetnostnih smeri (evritmija, oblikovanje govora, arhitektura). Danes je na tisoče šol, zdravniških ordinacij, kmetij in drugih organizacij, ki temeljijo na njegovih principih (1, 2).

Antropozofska medicina je integrativna, celostna in individualno naravnana medicina. Osnova je »šolska medicina« z nadgrajenim razumevanjem nadčutnih členov človeškega fenomena, kjer si prizadeva ohraniti znanstveno objektivnost. Po Steinerju lahko le s celovitim načinom obravnave človeka, narave in vesolja razumemo njegove globlje aspekte. Temelji na raziskovalnem, duhovno-znanstvenem konceptu razumevanja bolezni in zdravljenja. Človek tako ni samo fizično telo, skupek kemijskih snovi in fizikalnih procesov, ampak telo, prežeto z življenjem, dušo in duhom. Človekov duhovni aspekt se razodeva primarno skozi zaznavanje, mišljenje in predstave (budna zavest), katerih podlaga je živčni sistem s čutili, duševni aspekt preko občutij (sanjava zavest), katerim osnova je krvožilni sistem s srcem in pljuči, fizično (živo) telo pa se izraža s procesi volje in hotenja preko procesov presnove, kamor primarno spadajo prebavila, spolni organi in okončine (nezavedna, speča zavest). K takšnemu razumevanju sta usmerjeni diagnostika in terapija. Antropozofija tako človeka obravnava kot telesno, duševno in duhovno bitje (3), pri čemer je duh povezan z živčnim sistemom in čutili, mišljenjem in budnostjo, duša s srcem in pljuči, z občutenjem in sanjanjem in telo s prebavo, spolnimi organi in okončinami, hotenjem in spanjem. Steiner je tri funkcionalne dele človeškega organizma (tridelnost človeka) povezal s tremi poglavitnimi psihološkimi izrazi in stopnjami zavedanja. Odrasli ljudje smo namreč budni in zavestni v mišljenju (duh), smo v sanjah podobnem, polzavednem stanju, kadar čustvujemo (duša) in smo »uspavani« v spodnjem, presnovnem sistemu (telo). Zavedamo se svojih misli, kadar pa smo polni čustev in občutij, se to odraža v našem dihanju in bitju srca, česar ne obvladujemo s polno zavestjo. Na to, kar se dogaja znotraj našega presnovnega sistema, ne moremo vplivati, in če smo zdravi, tega ne moremo ne občutiti ne ozavestiti. Če Steinerjevo teorijo povežemo z vsakdanjimi izkušnjami, jo lažje razumemo (1, 4, 5).

Zdravljenje z zdravili v antropozofski medicini izhaja iz holističnega znanja o človeku in naravi, ki prepoznava, da so po antropozofskem razumevanju človeško in ostala kraljestva sorodna v določenih značilnostih skozi skupno evolucijo, zato antropozofska medicina in antropozofska farmacija specifično pristopata k obravnavi bolezni in različnih naravnih substanc (1). Po Rudolfu Steinerju naj bi razvili sposobnosti, ki nam omogočajo videti povezave med človeškim bitjem in naravo, ki nas obdaja in iz katere pridobivamo zdravila (3).

2 TRIDELNOST NARAVE

Vse v naravi je povezano, tako je tudi v človeškem organizmu, a na zapleten način. Pomembno je razumeti povezave (in nasprotja) (6). Antropozofija obravnava človeški in rastlinski organizem kot tridelno organizacijo. Pri rastlini so to koreninski sistem, ki v funkcionalnem smislu ustreza živčno-čutilnemu sistemu človeka (zgornji hladni pol), nasproten pol temu je sistem cveta in plodu, ki mu pri človeku ustreza presnovni sistem s prebavili, reproduktivnimi organi in okončinami (spodnji topli pol) in zeleni listni element v sredini, ki kot vmesno področje uravnoveša nasprotna pola, kar pri človeku ustreza krvožilnemu obtoku s srcem in pljuči (ritmični sistem) (7). Rastlina se s korenino spusti globoko v zemljo, s cvetom oz. z reproduktivnimi organi pa zraste navzgor proti nebu. Človek je, glede na kozmos, njeno nasprotje. Z glavo se »ukoreninja« navzgor in s svojimi

reproduktivnimi organi stremi navzdol proti tlem (8). Rastlino na ta način obravnava kot narobe obrnjenega človeka, pri čemer moramo upoštevati, da ne gre za ločene enote. Steiner je namreč govoril o funkcijskih sistemih in ne o telesnih delih. Sistemi, ki so sicer najbolj izraženi v teh treh področjih, so razširjeni po celotnem telesu (9).

Listni sistem pri rastlini (okoli stebla »ritmično« razporejen sistem listov in njim pripadajoča kolenca) ustreza »ritmičnemu« sistemu človeka (7), to so dihanje, krvni obtok in vse, kar se izraža v obliki ritmičnih procesov v organizmu (6). Osrednji ritmični sistem sestavlja hrbtenica z ritmično oblikovanimi rebri v prsnem košu, ki dajejo strukturno oporo za srce in pljuča (7). Ritmični sistem uravnava vplive preostalih dveh nasprotujočih si sistemov. Leži med zgornjim polom (glava, živčno-čutilni sistem), kjer vlada mir, in spodnjim polom (presnovno-gibalni sistem), kjer je veliko gibanja, in tako preprečuje, da bi močno gibanje iz spodnjega dela vplivalo na zgornji del. Na delovanje respiratornega sistema, ki je del ritmičnega sistema, »od zgoraj« vpliva živčno-čutilni sistem, kar se izraža v ritmu dihanja. Na delovanje sistema obtočil pa »od spodaj« vpliva presnovni sistem, kar se kaže z ritmom cirkulacije krvi (6). Ritem je tako na eni strani odvisen od vsega, kar se dogaja v zgornjem delu človeka (glava), in na drugi strani od dogajanja v presnovnem sistemu (10). Ritmičnost obeh organizmov poteka v zračno-tekočinskih procesih, vendar v obratnem smislu. Pri rastlini potekata v listnem elementu dihanje in asimilacija. Dihanje rastlin se kaže tako, da listi iz atmosfere privzamejo CO_2 in vodo, ter skozi procesa »kondenzacije in metamorfoze« ogljikovih hidratov privzeti ogljik iz CO_2 pretvorijo do organsko vezanega ogljika (C), ki je gradbeni element rastline, v zunanjost pa oddajo kisik. Pri človeku je proces obrnjen, gre za dihanje in deasimilacijo. Vgradnji ogljika v rastoč skelet pri rastlini nasprotujeta pri človeku nenehna razgradnja in preoblikovanje izgrajene telesnosti z oksidativnimi procesi (s kisikom). Človek iz atmosfere privzema kisik, ga pošlje v kri in pri tem izloči CO_2. Listno barvilo je v svoji zgradbi iz štirih pirolovih obročev podobno krvnemu barvilu, le da je pri rastlini v središču obročev magnezij, pri človeku pa železo. Nasprotna korelacija med njima se kaže tudi v fluorescenci barvila, saj zelen list fluorescira krvavo rdeče, rdeča kri pa v določenih eksperimentalnih razmerah rastlinsko zeleno. Vse to kaže, da mora imeti ta korelacija v ozadju enotnost, ki ti dve organizaciji združuje v eno in je osnova, da antropozofska zdravila iz listne organizacije vplivajo na prsne organe, dihalni sistem, obtočila in vse ostale ritmične procese v telesu (7, 8).

Cvet rastline in kasneje plod po antropozofski interpretaciji ustrezata metaboličnemu sistemu človeka (7), h kateremu

Slika 1: Tridelnost človeka (1).
Figure 1: The three-part human being (1).

pripada še »sistem okončin«, saj so procesi, ki nastanejo pri gibanju okončin neposredno notranje povezani z metabolizmom (6). Če karikiramo, cvet prebavlja tisto, kar tvorijo in mu dovajajo vegetativni deli; sam namreč nima sposobnosti tvorbe organskih snovi kakor zeleni listi. Cvet privzete snovi preoblikuje, kar v antropozofiji primerjajo s človekovim prebavnim sistemom. Neredko pride pri cvetu celo do ustvarjanja toplote, posebnosti, ki spominja na toplokrvnost človeka, ki nastaja kot produkt človekovih presnovnih procesov (10). Sicer pa je toplota kot zunanji dejavnik zelo pomembna za nastanek in zorenje plodov pri rastlini (7). Tudi spolni organi v cvetu in tvorba plodu pri rastlini na preprost način sovpadajo s spodnjim polom človeškega telesa, kjer preko spolnih organov nastane novo življenje (1, 8).

Po antropozofskem razumevanju se podobno kot pri rastlini in človeku tudi drugod v naravi razkriva tridelnost, ki nam dodatno pomaga razumeti delovanje določene rastline na človeka. Tudi letni časi Zemlje delujejo kot tridelnost: zima

prinaša zaključek zemeljskega življenja in prevlado kozmičnih sil, ki v človeku ustrezajo procesom otrditve in hladu v živčno-čutilnem polu. Poletje se kaže v polni zemeljski odprtosti kozmosu in temu ustreznim toplotnim procesom v spodnjem polu človeka. Pomlad in jesen pa sta ritmični vmesni stanji, ki ustrezata ritmičnim procesom v človeku. Zemlja nosi letne čase tudi sočasno – je vedno zimska na obeh polih in poletna v tropih, ritmično pa živi v zmernih pasovih. Tako je tudi človek bitje kozmičnega in zemeljskega sveta (slika 1). V glavi najdemo več kozmično-zimskega s tendencami strjevanja in otrditve, poletno-tropsko območje imamo v prebavnem sistemu, pomlad in jesen pa sta izražena v osrednjem ritmičnem sistemu, pri čemer živi v vdihu pomlad, v izdihu pa se zaključi jesen. Zato je pomembno, v katerem letnem času uspeva določen rastlinski organ, ki ga specifično uporabimo pri določenem bolezenskem stanju človeka. Zato je pomembno tudi nahajališče rastline: kraj, ki sovpada in izraža določeno rastlinsko bitje (7, 9).

3 POMLADANSKI JEGLIČ

Pomladanski jeglič, *Primula veris* L. (sin. *Primula officinalis*), je zelnata trajnica, ki spada v družino jegličevk (Primulaceae). Če jo na klasičen botanični način opišemo po zunanjem videzu, so listi jajčaste oblike, z valovitim, rahlo nazobčanim robom, združeni v pritlični rozeti. Stebla so visoka do 20 cm, na koncu imajo 5 do 10 cvetov z zlatorumenimi venčnimi in zelenimi čašnimi listi (12). Domuje v višjih, hladnejših področjih zmernega pasu, njegov cvet pa velja za znanilca pomladi. Po antropozofskem razumevanju je jeglič predstavnik spomladanskega pretakanja zračno-tekočinskih elementov, ki se kot otrdeli zimski procesi raztapljajo v prvih toplih sončnih žarkih. Skozi antropozofski pogled jeglič s svojim videzom izraža iskanje ravnotežja med svetlobno lahkostjo in prizemljeno težo. Ima močno koreniko, ki se trajno povezuje z zemljo, in ritmično grajeno krožno listno rozeto, ki ostane pritlična in prizemljuje celotno rastlino. Temu nasprotno pa se iz sredine rozete požene cvetni poganjek visoko svetlobnim silam naproti in se tako osvobodi zemeljskih sil (13). Je ena izmed prvih cvetnic, ki prinaša svetlobne, sončne sile v pozimski čas. Cvetovi so razporejeni tako, da nakazujejo ritem v krogu, kar korelira s krvožiljem oz. ritmičnim sistemom človeka. So svetlo rumeni kot sonce, istočasno pa z nagnjeno venčno cevjo gledajo deloma navzdol, zemlji naproti. Posamezni cvetovi se pri odpiranju rahlo obračajo proti soncu in ga tako spremljajo na njegovi poti čez nebo (14). Vsebuje saponine, površinsko aktivne snovi, ki v tekočini povzročijo penjenje, kar v antropozofiji interpretiramo, da vodni element vase »vdihne« zračnega in ga zapre v obliki milnega mehurčka oz. pene (13). Tako se na površini tekočine spremeni površinska napetost, kar ima za posledico sposobnost »utekočinjanja« goste sluzi, zato imajo saponini sekretolitične zdravilne učinke, zaradi dražilnega učinka na sluznice pa tudi sekretomotorično delovanje (15). Zaradi teh učinkov jeglič v fitoterapiji uporabljamo pri kašlju, vnetjih zgornjih dihalnih poti in kroničnem bronhitisu (12). Kot drogo uporabljamo korenino (Primuale radix) in cvet jegliča (Primulae flos). Vsebuje tudi flavonoide, ki, tako kot tudi saponini, delujejo diuretično, zato lahko jegličev čaj uporabljamo tudi za odvajanje vode. Fitoterapevtski preparati jegliča so dekokt, sirup, tablete in alkoholni izvlečki (12, 16). Jegliču pa so včasih pripisovali čudežno moč; cvetove namočene v vino so uporabljali za krepitev srca (12).

Na podlagi antropozofskega razumevanja snovi kot ene izmed »gest« rastline torej ni naključje, da površinsko aktivne snovi (saponini), kjer nastane intenzivna povezava med zračnim in tekočinskim elementom, delujejo tudi na procese v človeškem organizmu, kjer se ta elementa prežemata. Predvsem se to odvija v ritmičnem sistemu človeka, torej dihalih in obtočilih, za kar imajo izvlečki jegliča tudi potrjene zdravilne učinke. Prežemanje teh dveh elementov pa se dogaja tudi drugod v telesu, na primer v mišicah, kjer izvlečke jegliča antropozofska medicina prav tako uporablja (14, 17).

V antropozofskih zdravilih uporabljamo le cvetove jegliča. Sledni imajo manjšo vsebnost saponinov kot korenine (12). Toda v antropozofiji zdravilna uporaba ne temelji izključno na koncentraciji določene zdravilne snovi, temveč nakazuje zdravilno delovanje določene rastline njen specifični proces rasti v letnem toku na izbranem nahajališču in vse »geste ter kretnje« rastline (tj. povzetek vseh gibanj in vtisov, ki jih rastlina razodene v svojem razvoju, ko jo opazujemo) (1, 7, 18). Indikacije zdravil, za katere jeglič uporabljamo v antropozofski medicini, se zato deloma razlikujejo od indikacij v sodobni fitoterapiji.

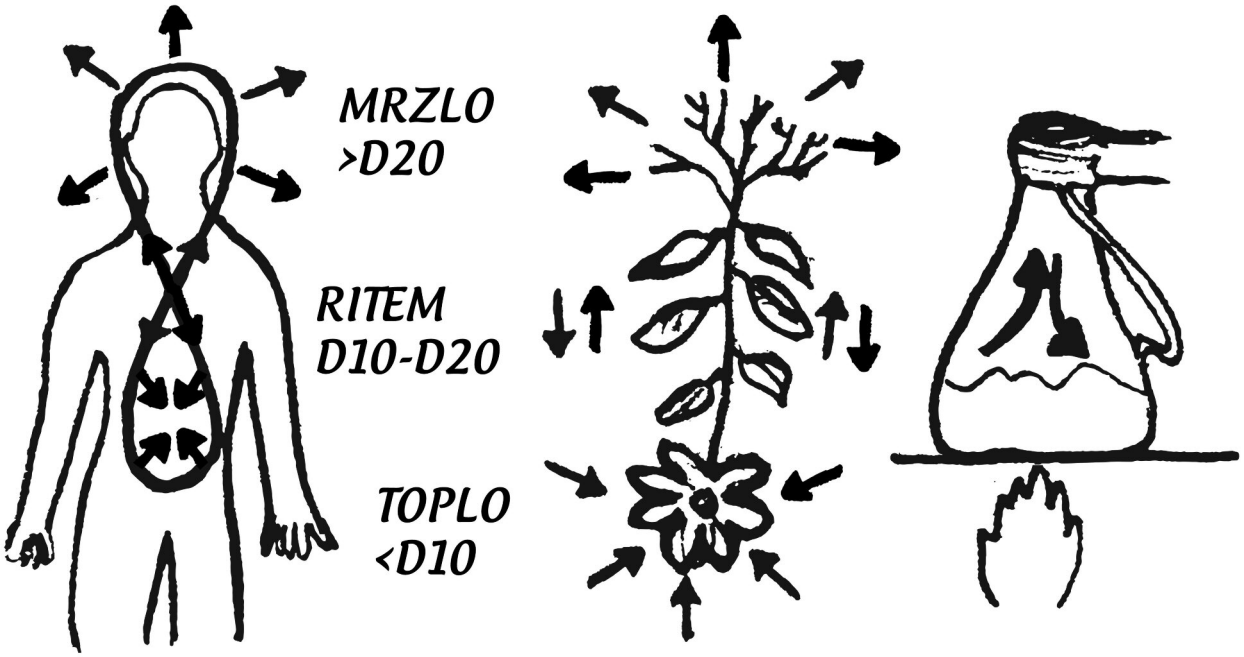
Cvetovi, kot opisano, delujejo po splošnem antropozofskem razumevanju pri človeku na spodnji topli pol, torej prebavni sistem z okončinami. Vsak organski sistem pa je tudi sam zase specifično »tridelen«: ima svoj presnovni del, del, kjer potekajo žile, in del, ki je oživčen. Tako se, s poleti cvetočimi cvetovi rastlin, cilja predvsem na presnovni del določenega organa, s spomladanskimi cvetovi na

osrednji, ritmični del, z zimskimi pa na živčno-čutilni del določenega organa (7). Zdravila iz cvetov jegliča po antropozofski interpretaciji vplivajo na presnovni del tako, da so pomoč hranilnim in življenjskim procesom gradnje substanc, gibanja, tvorbe toplote. Preko jegliča kot spomladanske cvetnice so usmerjena na področje »pomladne regije« v telesu, torej osrednje ritmične organizacije s srcem in pljuči, da uravnovesijo temu polarne procese strjevanja, hladu, mirovanja in razgradnje substanc, ki izhajajo iz zgornjega, živčno-čutilnega pola človeka. Pljuča in srce so tako bolje prekrvavljeni in oskrbovani s hranili ter kisikom (19). Tako uporabljamo jeglič v antropozofskih zdravilih za uravnavanje ritmične aktivnosti srca, v podporo srčni sistemski regulativni aktivnosti in kot pomoč pri izmenjavi plinov in cirkulacije krvi v srcu, pljučih, kot tudi v mišicah, npr. pri motnjah metabolizma v mišicah, spastičnosti in raznih vrstah mišične šibkosti (6, 9, 22). Rastline, kot je tudi jeglič, ki tekom svojega specifičnega razvoja oblikujejo organe, ki kot »gesto« prikazujejo boj med lahkotno, s svetlobo prežeto zračnostjo (svetloba, zrak, kisik – cvet jegliča) in temno težo (kri – listna rozeta jegliča), so z vidika antropozofske medicine pogosto zdravilne za srce (19).

4 ANTROPOZOFSKA ZDRAVILA IN POMLADANSKI JEGLIČ

Antropozofska zdravila so v uporabi že več kot 90 let, kljub temu pa regulativa antropozofskih zdravil (še) ni natančno dorečena (20, 21). Zakon o zdravilih določa, da zdravila, ki spadajo v skupino homeopatskih zdravil in tradicionalnih zdravil rastlinskega izvora, lahko registriramo po poenostavljenem postopku. Toda le redka antropozofska zdravila lahko registriramo na ta način. Večina jih zaradi razlik v sestavi in proizvodnem procesu ne ustreza zahtevam za homeopatska zdravila in tradicionalna zdravila rastlinskega izvora, zato je proces registracije zahtevnejši in posledično je na voljo manj zdravil (22). V Sloveniji registriranih antropozofskih zdravil še nimamo.

»Ne želimo zdraviti s snovmi, temveč preko procesa. Proces, ki ga izvedemo na podlagi opazovanja narave in človeka, se na nek način v preparatu shrani in se nato v človeškem organizmu sprosti kot zdravilni proces.« je citat R. Steinerja (23).



Slika 2: Korelacije človek-rastlina-farmacevtski proces (1).
Figure 2: Corelation betwen human – plant – pharmaceutical process (1).

V antropozofski farmaciji je zelo pomemben farmacevtski proces izdelave zdravila, saj ta usmerja, na kateri sistem v človeškem organizmu bo zdravilo delovalo (slika 2). Farmacevtski proces je potrebno proučiti za vsako rastlino oz. zdravilo posebej, da se preko njega okrepi želena lastnost vhodne surovine. Različni farmacevtski procesi ustrezajo, glede na lastnosti, trem funkcionalnim sistemom organizma, npr. hladni izvleček, kot je macerat, deluje na živčno-čutilni sistem človeka, dekokt na presnovno-gibalni sistem in digestiv (proces digestacije je razložen kasneje) na ritmični sistem (24). Po antropozofskem razumevanju tudi način aplikacije zdravila in različne farmacevtske oblike zdravil usmerjajo delovanje zdravila na tri sisteme. Peroralne farmacevtske oblike delujejo neposredno na presnovno-gibalni sistem, saj gre zdravilo, preden pride v krvni obtok, najprej skozi prebavila. Dermalne oblike delujejo neposredno na živčno-čutilni sistem, saj je koža naš največji čutilni organ, parenteralne oblike in oblike za inhaliranje pa delujejo neposredno na ritmični sistem, saj zdravilo apliciramo neposredno v kri oz. preko pljuč. Zanimivo je, da je parenteralna uporaba rastlinskih izvlečkov v antropozofski medicini precej pogosta, medtem ko je v drugih smereh medicine (alternativne, komplementarne, integrativne in šolske medicine) ta način najmanj pogost (6, 9). Nekatera antropozofska zdravila predpisujejo na recept, druga so dostopna tudi brez recepta, v najboljšem primeru jih določi antropozofski zdravnik na podlagi celostnega in individualnega posveta s pacientom. Le določena zdravila, večino od teh je Rudolf Steiner poimenoval Doroni, so namenjena širši populaciji in so primerna za značilne bolezni ali nagnjenosti k značilnim boleznim sodobnega časa. Gre za posebne zdravilne kompozicije rastlin, živali, kovin in mineralov, ki so »skomponirane« po principu polarnosti in v zdravilu ustvarijo povezano celoto ter okrepijo življenjske sile na predelih, na katere delujejo (23). Pomladanski jeglič je sestavni del zdravil Cardiodoron®, Plantago – Primula cum Hyoscyamo® in Primula Auro culta® (preglednica I).

4.1 CARDIODORON®

Je zdravilo, narejeno iz digestiva cvetov navadne kozjice (*Onopordum acanthium*, flos) in digestiva cvetov pomladanskega jegliča (*Primula veris*, flos), ki jima je ločeno primešan enoodstotni hladni etanolni izvleček zeli črnega zobnika (*Hyoscyamus niger*, herba) (24).

Glavna indikacija so funkcionalne motnje ritma srca. Po antropozofskem razumevanju spodbuja ritmično aktivnost in služi za koordinacijo različnih ritmov v organizmu. Podpira sposobnost srca, da vse te spreminjajoče se vplive iz zgornjega in spodnjega pola človeka prilagaja različnim obremenitvam in naporom in tako poišče fiziološko sredino med patološkimi ekstremi (14). Da bi razumeli izbiro sestavin preparata, moramo poznati specifične funkcije srca v človeškem organizmu, saj so te v preparatu nagovorjene

Preglednica 1 *Antropozofska zdravila, v katerih je pomladanski jeglič (25).*
Table 1: *Primula veris in anthroposophical medicines (25).*

IME ZDRAVILA	FARM. OBLIKA	INDIKACIJE, UČINKI
Cardiodoron®	tablete, peroralna raztopina, raztopina za injiciranje	harmonizira in stabilizira ritem srca pri motnjah srčnega ritma, okrepi notranjo regulacijo in koordinacijo vegetativnih ritmov, uravnava motnje spanca, diskardije, ortostatsko motnjo in funkcionalne motnje srca in krvožilnega obtoka ob ali po infekcijah
Plantago-Primula cum Hyoscyamo®	raztopina za injiciranje	rigor pri Parkinsonovi bolezni, reaktivna mišična spastičnost pri paravertebralnih bolečinah, mišična spastičnost pri para-hemi in tetraparezah, mišični krči in fascikulacije pri amiotrofni lateralni sklerozi, mišična napetost zaradi psihogenih vzrokov (stres, konflikti), boleča napetost paravertebralne muskulature na območju cervikalne in ledvene hrbtenice, živčno-mišična obolenja s progresivno mišično šibkostjo, mišične poškodbe po travmah, operacijah, miotonična distrofija Curschmann-Steinert
Primula Auro culta®	peroralna raztopina D2 in D3, raztopina za injiciranje D3	depresija v kombinaciji z motnjami sinusnega ritmaakutne supraventrikuarne motnje srčnega ritma

preko treh rastlinskih vrst in njihovih slik oz. »gest«, ki jih kažejo v naravi, skozi proces rasti (24).
Z vidika antropozofije je srce osrednji organ v našem telesu, ki uravnava polarne vplive iz spodnjega pola človeka, od koder prihaja v srce »bolj topla« kri, polna hranil, iz teme notranjosti telesa in iz zgornjega, »hladnega pola« človeka, od koder prihaja »hladna kri«, prepojena z vplivi, ki jih posredujejo čutila iz okolja, odprta navzven v svetlobo. Povsem nasprotne si tendence se tako preko krvi združijo in harmonizirajo v srcu (9, 14). Polarnost in ritem, ki sta lastnosti srca, izraža tudi jeglič. Njegov cvet raste med temo in svetlobo, ko zima odhaja in zasvetijo prvi sončni žarki, med strjevalnimi procesi zime in raztapljajočimi se procesi pomadi. Iz zimske teme pokuka zlatorumen cvet jegliča kot spomladansko sonce, kot zlato (19). Svojo ritmičnost izkazuje z rastjo v ritmičnem delu leta, vmesnim med zimo in poletjem, kakor tudi v svoji ritmični in polarni zgradbi, kar kaže v okrogli in pritlehni listni rozeti ter krožno oblikovanem, visoko pecljatem cvetišču. Krožne oblike in postavitve rastlinskih organov spadajo h krvožilnemu krogotoku človeka (14).

4.1.1 DIGESTACIJA

Pri digestaciji poteka fermentacija, pri kateri rastlinskemu delu dodamo destilirano vodo in mlečnokislinske bakterije v točno določenem razmerju. Sledi segrevanje pri 37 °C, ki je tudi približna telesna temperatura našega osrednjega sistema. Pri tem ne pride le do ekstrahiranja topnih substanc v topilo, ampak se te tudi pretvarjajo v procesu fermentacije. Po antropozofskem razumevanju se pri tej temperaturi vzpostavi ravnotežno stanje med tendencami raztapljanja in hlapenja substanc in tako pripravljeno zdravilo kaže poseben odnos do osrednjih, ritmičnih in uravnalnih organizacij v človeku (24).

4.2 PLANTAGO PRIMULA CUM HYOSCYAMO®

Zdravilo je sestavljeno iz digestiva listov ozkolistnega trpotca (*Plantago lanceolata*, folium) in digestiva cvetov pomladanskega jegliča (*Primula veris*, flos), ki jima je ločeno primešan enoodstotni hladni etanolni izvleček zeli črnega zobnika (*Hyoscyamus niger*, herba). Namenjeno je šibkosti mišičja vseh vrst (17, 24). Spodbuja presnovo in gradnjo substanc pri boleznih mišic z motnjo metabolizma in povečano mišično napetostjo (spastičnostjo) ter pri konstitucijski oslabelosti mišic (25). Izbiro trpotca in jegliča v zdravilu razloži njuna življenjska rast, proces, ki ga lahko primerjamo z mišicami pri človeku. Trpotec in jeglič v sebi izražata polarnost, kot je po antropozofskem razumevanju v obliki krčenja in raztezanja mišic prisotna tudi pri vsakem človeškem gibu, npr. pri koraku, kjer se morajo težke noge osvoboditi sil težnosti in se s kontrakcijo dvigniti od tal, nato pa se z ekspanzijo in izdihom ponovno na pravilen način »prizemljiti«. Kadar je eden od obeh procesov moten, pride do okvar in nepravilnosti v mišicah gibal. Trpotec tako v preparatu pomaga, da se gibala lažje osvobodijo težnosti, pomaga k lahkotnejšemu koraku, za bolj ritmično sproščanje in napenjanje mišic, kot kaže to v visokem, lahkem cvetnem poganjku, ki se na visokem peclju osvobodi masivne pritlehne listne rozete. Jeglič pa temu dodatno, s procesom tvorbe saponinov, pomaga mišici, da se v njej pravilno odvije izmenjava plinov in tekočin ter je zadostno prekrvavljena in prehranjena s kisikom. Črni zobnik kot izjemno ritmično grajena rastlina s tvorbo alkaloidov mišice sprosti, lajša krče in bolečino, harmonično gibanje pa podpira tudi z vplivom na procese zaznavanja človeka (rastlina s centralnimi in perifernimi farmakološkimi učinki) (17).

4.3 PRIMULA AURO CULTA®

Primula auro culta® je homeopatsko zdravilo, ki spada v posebno skupino antropozofskih zdravil, imenovanih vegetabilizirane kovine. Vsebuje cvetove pomladanskega jegliča, na poseben način obdelane z raztopino zlata. Uporabljamo ga pri depresijah v kombinaciji s sinusno aritmijo in pri akutni supraventrikularni motnji srčnega ritma (25).

4.3.1 VEGETABILIZIRANE KOVINE

Vegetabilizacija kovin je poseben antropozofski način potenciranja kovin, ki poteka v določeni rastlinski vrsti v naravi, ki ima specifičen odnos in sorodnost do prav določene kovine. Je proces preoblikovanja sil kovine preko rastline in njenega razvojnega cikla, pri čemer rastlina kovino preoblikuje v zdravilo. Ko rastlino predelamo s preparatom kovine, dosežemo, da ima zdravilna rastlina v sebi okrepljene lastnosti te kovine (23). Vegetabilizirana kovina nastane v triletnem postopku (pri dvoletnih rastlinah traja šest let), kar pomeni, da pridelamo tri generacije (razvojne cikle) rastline. Razvojni cikel pomeni eno rastno dobo enoletnih rastlin (dve leti za dvoletnice). V prvem razvojnem ciklu rastlino posejemo in jo nato tekom rasti zalivamo s posebej izdelanim preparatom raztopine izbrane kovine (26). Preparat v idealnem primeru naredijo

iz čiste kovine. Vsaka kovina ima glede na svoje lastnosti posebej razvit postopek za pripravo preparata kovinske raztopine (23). Rastline kovinsko raztopino skozi celoten prvi cikel vsrkavajo vase in jih nato, največkrat v času cvetenja, požanjemo in nato kompostiramo. V naslednjem letu pridobljeni kompost zmešamo s tlemi, v katero znova posejemo semena iste rastlinske vrste. Tudi te rastline v času cvetenja požanjemo in nato kompostiramo (2. razvojni cikel). Pridobljeni kompost uporabimo kot v prejšnjem ciklu. Iz požetih svežih rastlin tretjega cikla izdelamo rastlinske izvlečke s hladno ekstrakcijo in jih predelamo v končna zdravila (pogosto s homeopatskim potenciranjem nizkih potenc D2, D3) (26, 27).

Posamezne kovine imajo specifičen odnos tudi do posameznih organov in njihovih funkcij. Te povezave so deloma opisali že Paracelzij in drugi alkimisti ter predstavljajo osnovo za terapijo s kovinami v številnih tradicionalnih medicinah.

Pomladanski jeglič in zlato sta si po antropozofski interpretaciji sorodna v tem, da oba v sebi združujeta številna nasprotja. Oba imata povezavo s svetlobo, s soncem in sta osrednja elementa – zlato med kovinami, jeglič pa med znanilci pomladi. Zlato je osrednja med kovinami in tako nagovarja osrednji organ v telesu – srce in osrednje nebesno telo v osončju – Sonce. Zlato v sebi združuje številne nasprotujoče si lastnosti: je žlahtna, rumeno svetleča se kovina, hkrati težka z veliko specifično gostoto (skoraj dvojno v primerjavi s svincem), po drugi strani pa izredno prožna, pusti se kovati v 100-nanometrske tanke lističe; iz 1 g zlata lahko izdelajo 2 km dolgo nit. Tudi v človeškem srcu se združijo nasprotne tendence iz celotnega organizma, ki jih mora srce regulirati in znati znotraj sebe med seboj uravnovesiti. Srce tako v sebi združuje ekstreme, kot so teža – lahkost, zgoraj – spodaj, center – periferija, telesna koncentriranost – duševna odprtost. Pomaga, da se materialni in duhovni aspekt človeka med seboj na pravilen način povezujeta in integrirata (14, 23).

Zlato tako pripelje nasprotja v zdrava razmerja med seboj nasprotujočih se tendenc, zato je primerno za bolezni srčno-žilnega sistema in tudi za duševne bolezni z izgubljeno sredino, kot je na primer depresija (23).

4.3.2 HOMEOPATSKO POTENCIRANJE SUBSTANC

Proces potenciranja je samo eden izmed farmacevtskih procesov, ki jih uporabljamo pri izdelavi antropozofskih zdravil. Antropozofska farmacija ga razume predvsem kot ritmični proces, sestavljen iz redčenja in dinamičnega stresanja substance. Razumemo ga lahko kot »razkosanje« materije v mnogo delcev, iz katerih se sprosti »duh« materije in ta potem ostane, dejanska materija pa v procesu redčitve izgine (25). V antropozofski medicini uporabljamo zgolj desetiške potence (potence D). D1 pomeni razredčitev v razmerju 1 : 10, D2 1 : 100, itd. Vsaka nova potenca je tako nova »izhodna substanca«. Katero potenco izbrati, je Rudolf Steiner razložil tako: »Tisto, kar v večjih odmerkih povzroči slabost v spodnjem delu človeka, je v majhnih odmerkih zdravilo za zgornji del človeka in obratno« (28). Nižje potence (D1 do D10), kjer prevladuje še snovno delovanje same substance, v antropozofski medicini uporabljamo za organe presnovno–gibalnega sistema, kjer je tudi človek najbolj »snoven« in ciljajo predvsem na fizične simptome in znake bolezni. Srednje potence (D11 do D20) ciljajo na osrednji, ritmični sistem človeka, visoke potence (D20 do D30) pa na živčno-čutilni sistem in predvsem psihično pogojene bolezenske simptome (23) (slika 2). »Kar je višje od teh potenc, nima smisla, saj človeško bitje nima razvitih višjih členov od teh, na katere bi višje potence od teh lahko delovale,« je povedal R. Steiner (29). Dodaten aspekt, ki ga upošteva antropozofska medicina pri izbiri potenc je, da v akutnih fazah bolezni uporabimo nižje potence, v kroničnih fazah pa višje (27).

5 SKLEP

Rudolf Steiner je zapisal: »Antropozofija je spoznanje, ki ga doseže višji Jaz v človeku«. Iz te definicije izhaja, da antropozofija ni dogma in ni znanost v običajnem smislu, temveč taka, za katere nastanek je potrebno uporabiti sile spoznanja, ki ležijo globlje v človeku (2). Antropozofska medicina se od uradne medicine razlikuje po tem, da poleg klasičnih znanstvenih raziskav uporablja še svojstven način opazovanja in interpretacije procesov v naravi in človeku. K zdravljenju pristopa z uporabo spoznanj povezav med človekom in naravo. Človeka obravnava in zdravi celostno, kot telo, dušo in duha, po principu tročlenosti, in temu primerno izbira zdravila, izdelana iz surovin naravnega izvora. Na primeru pomladanskega jegliča smo predstavili, kako po antropozofskih principih potekajo razvoj, izdelava in uporaba antropozofskih zdravil. Antropozofija k zdravljenju vključuje še druge vrste terapij, npr. terapijo z umetnostjo, zdravilno evritmijo, ritmično masažo, antropozofsko psihoterapijo itd.

6 LITERATURA

1. Forštnerič V. Metodika antropozofskega raziskovanja na primeru rodu Cyclamen. Diplomska naloga. Ljubljana, 2012.
2. Založba Ajda Vrzdenec. Kaj je antropozofija. Available from https://www.zalozba-ajda-vrzdenec.si/ewExternalFiles/KjA/files/basic-html/page1.html.
3. Girke M. Innere Medizin. 2. Auflage. Berlin: Salumed-Verlag GmbH; 2012.
4. Steiner R. The Study of Man: General Education Course (GA 293). Rudolf Steiner Archive & e.Lib.
5. Maendl A. Rudolf Steiner Medicine, an Introductory Reader. Rudolf Steiner Press; 2003.
6. Steiner R. Physiologisch-Therapeutisches auf Grundlage der Geisteswissenschaft. Zur Therapie und Hygiene (GA 314). Dornach: Rudolf Steiner Verlag; 1989.
7. Pelikan W. Heilpflanzenkunde 1. Geotheanum/ Dornach: Philosophisch-Anthroposophischer Verlag; 1975.
8. Steiner R. Geisteswissenschaft und Medizin (GA 312). 4. Auflage. RUDOLF STEINER ONLINE ARCHIV, 2010. http://anthroposophie.byu.edu.
9. Steiner. R. Spiritual Science and the Art of Healing (GA 319). Rudolf Steiner Archive & e.Lib.
10. Steiner R. Geisteswissenschaftliche Gesichtspunkte zur Therapie (GA 313). Dornach: Rudolf Steiner Verlag; 2001.
11. Grohmann G. Die Pflanze. Ein Weg zum Verständnis ihres Wesens 1. Goetheanum, Novalis, Švica, 1948.
12. Kreft S, Kočevar Glavač N. Sodobna fitoterapija: z dokazi podprta uporaba zdravilnih rastlin. 2. izdaja. Ljubljana. 2013. p. 128-130.
13. Pelikan W. Heilpflanzenkunde 2. Geotheanum / Dornach: Philosophisch-Anthroposophischer Verlag; 2005. p. 210-215.
14. Forštnerič Lesjak V. Doroni za ritmični sistem človeka [DVD]. Hvaletinci: Naravoslovno-izobraževalno društvo Sapientia; 2016.
15. Pahlow M. Velika knjiga o zdravilnih rastlinah. Ljubljana: Cankarjeva založba; 1987. p. 27.
16. Pisk N. Samozdravljenje: priročnik za bolnike. Ljubljana: SFD; 2011. p. 55-74.
17. Forštnerič Lesjak V. Doroni za metabolični sistem človeka [DVD]. Hvaletinci: Naravoslovno-izobraževalno društvo Sapientia; 2016.
18. Druitt. R. Observing nature's secret: Practical Exercises for Perceiving Soul and Spirit. Rudolf Steiner Press; 2018.
19. Pelikan W. Heilpflanzenkunde 3. Geotheanum/ Dornach; Philosophisch-Anthroposophischer Verlag; 1984.
20. IVAA International Federation of Anthroposophic Medical associations [Internet]. Antimicrobial resistance. Bruxelles, Belgium. Available from: https://www.ivaa.info/antimicrobial-resistance/
21. IVAA [Internet]. The System of Anthroposophic Medicine. International Federation of Anthroposophic Medical Associations, (IVAA). 2014.
22. Michaux G. Should Anthroposophic Medicinal Products Be Regulated in Europe? European Journal of Health Law. 2017; 24(1): 46-66.
23. Meyer U, Alsted Pedersen P. Anthropozophische Pharmazie. Berlin: Salumed-Verlag GmbH; 2016.
24. Schramm H. Heilmittel der anthroposophischen Medizin: Grundlagen – Arzneimittelporträts – Anwendung. München, 2009. p. 110-115, 364-365, 374-378.
25. Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland (Hrsg). Vademecum Anthroposophische Arzneimittel. Ed 3. Berlin: Der Merkurstab; 2013. p. 106-107, 253-254, 260.
26. Pedersen PA, Straub M, Walle EM. Vegetabilisierte Metalle - Anbau der Pflanzen und Herstellung der Tinkturen. Der Merkurstab 2013; 66 (1): p. 18-23.
27. Forštnerič Lesjak V. Doroni za živčni sistem človeka [DVD]. Hvaletinci: Naravoslovno-izobraževalno društvo Sapientia, 2017.
28. AnthroMed Library. Witsenburg B. When To Give Which Potencies. [Cited 2019 Jan 4]. Available from: http://d2737757.tw412.trakkwarewebhosting.com/Article.aspx?artpk=65. Tudi v Journal of Anthroposophical Medicine, volume 01, Nr. 1, Summer 1981. Volume 01, Nr. 2, Winter 1981.
29. AnthroMed Library. Rudolf Steiner on Potentization and High Potencies. Original title: Rudolf Steiner ueber Potenzierung und Hochpotenzen. Der Merkurstah 1994; 47: 507-8. English by A. R. Meuss, FIL, MTA.etc. [Cited 2019 Jan 4]. Available from: http://d2737757.tw412.trakkwarewebhosting.com/Article.aspx?artpk=151.