

Олаф Кооб

Болната кожа

*Огледало
на
душата*

*Граница
към
света*

*Терапия
и
профилактика*

Поредица „Просветление“

В поредица «*Просветление*» досега:

1. Рудолф Щайнер, «Същност на музикалното»
2. Рудолф Щайнер, «Прераждане и карма»
3. Рудолф Щайнер, «За мистерийните драми»
4. Рудолф Щайнер, «За инициацията»
5. Рудолф Щайнер, «Проблеми на модерната психоанализа»
6. Рудолф Щайнер, «Стихове и медитации»
7. Рудолф Щайнер, «Смъртта като преобразуване на живота»
8. Рудолф Щайнер, «Окултна история»
9. Рудолф Щайнер, «Индивидуални духовни същества
и тяхното въздействие в душата на човека»
10. Рудолф Щайнер, «Моят жизнен път»
11. Олаф Кооб, «Азът и неговият двойник»
12. Рудолф Щайнер, «История на човечеството»
13. Рудолф Щайнер, «Фридрих Ницше,
борец срещу своето време»
14. Рудолф Щайнер, «Четири мистерийни драми»
15. Рудолф Щайнер, «Мистерийни центрове»
16. Рудолф Щайнер, «Първоначални импулси на духовната наука»
17. Рудолф Щайнер, «Тайните на прага»
18. Рудолф Щайнер, «Сътворението на света и човека»
19. Рудолф Щайнер, «Човекът и светът. Действието на духа
в природата. За същността на пчелите»
20. Рудолф Щайнер, «Природата и човекът
от гледна точка на Духовната наука»
21. Рудолф Щайнер, «Природни и духовни същества
и тяхното въздействие в нашия сетивен свят»
22. Рудолф Щайнер, «Връзката между живите и мъртвите»
23. Рудолф Щайнер, «Животът на човека и животът на Земята.
Същност на християнството»
24. Йохан Валентин Андре, «Химичната сватба
на Християн Розенкройц»
25. Олаф Кооб, «Болната кожа»

Олаф Кооб

БОЛНАТА КОЖА

*Огледало
на
душата*

*Граница
към
света*

*Терапия
и
профилактика*

Превод от немски:
Нели Спиридонова-Хорински

А^б
*Издателско
Ателие*
София, 2016

Olaf Koob

Die kranke Haut:
Spiegel der Seele - Grenze zur Welt

© 1999 Verlag Johannes M. Mayer & Co. GmbH,
Stuttgart • Berlin

© Олаф Кооб, автор

© Нели Спиридонова-Хорински, преводач

© Светослав Йорданов, редактор

© Издателско ателие А^б

С Ъ Д Ъ Р Ж А Н И Е

1. Въведение	6
2. Кожа и обвивка	5
3. Нашата кожа – огледало и граница	8
4. Кожата като цялостен орган при здраве и болест	12
5. Законът на Херинг и кожата	16
6. Кожата в източната медицина	19
7. Кожа и психика	21
8. Алергията	25
9. Невродермит	35
10. Акне	47
11. Псориазис	50
12. Кожа и светлина	53
13. Херпес зостер	57
14. Проблемът за гъбичките	58
15. Епилог	61
16. Литература	63

*«Човекът е обгърнат със своята кожа,
за да разделя двата свята един от друг –
големия и малкия. Това са светът и човекът,
две противоположни неща, които не се намират
в един и същ свят. Той остава в своя дом,
който е неговата кожа и никого не пуска вътре,
сам не излиза от своя дом, а остава на своето място,
и така той е човек в своята кожа.»¹*

ВЪВЕДЕНИЕ

Тази книга описва нашия най-голям орган, кожата. Един орган, за който може да се твърди, че не се познава, въпреки че е най-видимият от всички органи. Той представлява една видимо-невидима тайна, той е граница и едновременно с това обвивка.

«Кожните болести се намират в настъпление», четем едва ли не ежедневно, а почти във всяко семейство се среща невродермит, псориазис, екзема и особено алергии – всички различни по форма и размер.

Вземем ли под внимание кожата при човека, както и в природата, би трябвало повече от всякога да се запитаме до каква степен защитните обвивки са особено нападани днес и в определени случаи биват дори разрушавани. Да помислим за ранното посегателство на медицината още в майчиното тяло или за озоновата обвивка на нашата Земя, която вече не ни дава както преди оптимална закрила срещу идващите отвън болестотворни влияния.

Нека настоящите занимания с тази комплексна тема да подтикнат към по-добро разбиране на собствената кожа и свър-

¹ Парацелз, *Събрани произведения*, издадени от Карл Зудхоф, Мюнхен 1923-1933. Цитирано по Гион Кондрау/Хайнрих Шипергес, *Нашата кожа. Огледало на душата. Връзка със света*. Цюрих 1993 г., стр. 17.

заните с това проблеми и да доведат до търсене на помощ под една друга форма, която се намира извън установените мнения. При това съвсем не се касае за «аз знам по-добре» или за евтини рецепти и още по-малко за дискриминиране на други методи.

Споменаването на някои лекарства е направено, за да служи за изясняване на изложението. В случай на съмнение, нека действието им да се прецени от лекар и най-добре би било те да бъдат предписани от него.

Различни времена водят до различни променени или нови болести. Нови и отчасти едностранчиви душевни, културни и преди всичко хранителни привички допринасят за това.²

Как могат да се променят предпоставките, ми разказа един опитен лекар по уши-нос-гърло. В началото на неговата дейност той намерил съвсем различна медицинска ситуация. Тогава се мислило по друг начин относно някои неща, и дори често по-разумно. Известен професор по детски болести излага на един конгрес следната теза: «Дете, което не се разболее най-малко пет-шест пъти в годината, не е здраво!» А през времето, когато е бил асистент-лекар, преди няколко десетилетия, алергиите в клиниките по уши-нос-гърло били още рядкост!

А как лекуващият лекар да не стигне до размисъл, като само с показването на картината на една ягода на страдащ от тежка ягодова алергия пациент, може да се предизвика пристъп на категорична алергия?

Че на кожата се обръща особено внимание също и в литературната и културната история, показва излязлото напоследък изследване под заглавието *Кожа. Литературна история, телесни картини, гранични дискусии*.³ Между другото там се представя интересна културна и духовно-историческа картина на кожата от 18-ти век до съвременността. Ще изложим една основна мисъл от въведението, защото тя представлява и за това

² Срв. Марко Трайхлер, *Нови времена – нови страдания. Тенденции на времето, болести, шанс*, Щутгарт 1998 г.

³ Клавдия Бентин, *Кожа. Литературна история, телесни картини, гранични дискусии*, Райнбек 1999 г.

изложение централно указание относено поставения въпрос за здравето и заболяванията на този орган.

«Че темата кожа има икономическа конюнктура по това време, се вижда от многобройните научно-популярни статии и журналистически репортажи, документи и есета, които се занимават както със «западната» кожа, така и с често богато украсената кожа на чужденците. Никога в евроамериканската култура не са се харчили толкова много пари както сега за татуировки, дупки за обици, брандинг, изопване на кожата, изсмукване на мастна тъкан, посещаване на студио за почерняване, кремове против бръчки. Но и никога не е имало толкова често рак на кожата, невродермит, псориазис, или херпес зостер – болести, които видимо се манифестират на повърхността на тялото. Отдавна е научно-популярен факт, че все по-нарастващото фетишизиране на гладката кожа без дефекти, което въздейства и върху несъзнаваните колективни представи за тялото, и стигматизирането чрез (в по-голямата част) «психически» кожни болести са във взаимна връзка.»⁴

Берлин, май 1999 г.
Олаф Кооб

⁴ Вж. бел. 8.

КОЖА И ОБВИВКА

Кожата е запазваща обвивка, която дарява закрила, топлина и представлява граница към външния свят. Ние сме същества, които още в майчиното тяло притежаваме обвивка и отчасти оставаме такива завинаги. Излюпени от майчината яйчена обвивка, ние нахлузваме разнородни по-нататъшни обвивки и вторични кожи като облекло и жилище. Природният и социалният околени свят също са обвивки. От друга страна, още от детството, а днес все по-често поради идващите отвън веществени и душевни атаки – като се започне от прегледите с ултразвук през бременността и се стигне до все по-засилващия се електросмог, – ние сме принудени да защитаваме кожата си или да се измъкнем от обичайната си кожа. Тогава имаме чувството, че светът и хората, които ни заобикалят, вече не са добри към нас. Елементите въздух, светлина, вода и земя също са станали наши «врагове», както и цъфтящите през пролетта дървета и тревисти растения, слънчевата светлина през лятото или зимният студ. Също и кучета, котки, коне, морски свинчета, мляко, пшеница, та дори и хората, всички те при определена диспозиция могат да ни направят «алергични». Какво се случва, когато светът не ни гали вече и нещата навлизат под кожата ни, понеже може би сме станали твърде тънкокожи?

Още през 19-ти век френски кожни лекари поставиха екземата в зависимост с душевни конфликти. Те я нарекоха «невродермит». Също и клиничният психолог Рене Шпитц още преди няколко десетилетия изследва и описва взаимовръзката между психичните конфликти и кожните болести при кърмачетата и малките деца. Той е наблюдавал, че кожните болести се появяват по-често при шестмесечни до едногодишни деца, които са отделени от майките си и живеят в сиропиталища. Шпитц си обяснява симптомите като следствие от раздялата, липсата на непосредствен кожен контакт и липсващото внимание от страна на майката: Кожата като част от нашата нервна система в известна степен се «разгневява».

В едно друго изследване той открива, че отношенията между деца с кожни възпаления – така наречения «дерматит» – и майките им показват някои особености. Той представя двадесет и осем случая на майки, които живеят в затвора и там е трябвало да родят децата си. Те са били затворени преди всичко за сексуални престъпления и кражби и са имали минимална степен на духовно и емоционално развитие. Отношението им спрямо техните кожно болни деца било впечатляващо. Те не ги докосвали и обикновено карали другите затворнички да ги повиват и да се грижат за тях от страх да не направят нещо погрешно. Наблюдавана е и подсъзнателна неприязън срещу собствените деца.

Въз основа на тези няколко примера става ясно, че при един такъв «повърхностен» орган като кожата трябва да се навлезе в дълбините на човека, за да може – често след една дълга одисея с кортизонови препарати – поне приблизително да му се помогне и даде подкрепа. От една страна, кожата отразява навън как се чувстваме органично и душевно, а от друга страна, тя е нашият най-важен имунен орган, който е посредник между външния и вътрешния свят.

Спомням си за изпита по дерматология по време на дипломирането ми. На края на изпита професорът ни по кожни болести разказа основанието за решението си да избере дерматологията като своя специалност: «Дерматологията е единствената медицинска област, където болестта лежи видима пред очите ни.» За това, което се отнася до видимия край на даден болестен процес, той има право, но не и за това, което се отнася до причините, които той бърка със следствията.

Както вече споменахме, кожата е огледало и подобно на огледалната картина тя не е реалност, а само отражение на това, което се намира извън огледалото. Видя ли в него един несимпатичен образ, няма никакъв смисъл да манипулирам огледалното отражение, за да разкрася образа, което също е възможно, но ще бъде заблуда.

С течение на годините и моето становище относно кожни-

те болести основно се промени, като при това известни болестни състояния и разкази на засегнатите пациенти ми помогнаха да разширя това познание. Винаги можех да констатирам как още на другия ден на пациента му става по-добре, ако му се даде обяснение относно неговата кожа, засягащо причините и тяхното дълбоко значение. Тогава той не остава фиксиран в желанието си, колкото може по-бързо да му се възстанови «гладката» повърхност с лъжливата надежда, че тогава всичко е «изчезнало».

Като един цялостен орган здравата кожа много повече се нуждае от естествена, грижливо запазваща и дори лекуваща козметика, за да може да се предпази от различните външни въздействия. При заболяване тя се нуждае от значителна подкрепа чрез хигиеничен живот, здравословно, богато на различни минерални вещества хранене и стабилизиране на вътрешните органи чрез естествени лечебни средства, както от много десетилетия и столетия това се прави в холистичната медицина – било народните лечителски традиции, хомеопатията и антропософската медицина на Запад или чрез аюрведа и китайската медицина на Изток. Общите принципи при тези лечебни методи са – и това в особена степен се отнася за кожата, – че всички болести са диспониращи в дълбочината на собствената биография. Един килим от водорасли, който плува по повърхността на морето, е само симптом за лошото състояние на водата и за нарушеното равновесие сред една по-голяма екологична среда. Би било голяма илюзия да се вярва, че основната неприятност може да се отстрани, като се унищожат водораслите с пестициди. Това не би било лечение, а засилване на същинската проблематика.

Също и в медицината трябва да се научим да различаваме «симптомите» от «болестта», вместо да вярваме, че можем да накараме болестта да изчезне, щом ликвидираме симптомите. Симптомите най-често са самопомощ, опит да се преодолее болестта. Този факт отдавна е познат в хомеопатията. Нейният основател Самуел Ханеман (1755-1843) е знаел, че само външното лекуване на кожните болести – например чрез мехлеми

– не довежда до излекуване, а до усложнения, които често се превръщат в хронични и още повече затрудняват истинското – из основи – лечение.

Дали разглеждаме кожните болести от гледната точка на хомеопатията, природолечението, китайската медицина или антропософската медицина, навсякъде те се приемат като израз на лежащи надълбоко конституционни проблеми, които трябва да се разберат в по-обширна взаимовръзка.

Кожата като закриваща обвивка представлява индивидуална граница между вътрешния и външния свят и нейните функционални увреждания трябва да се третираат съответно индивидуално, понеже и наследствеността играе известна роля. Подобно на това, че не съществуват общо *болестта* и *лечебното средство*, така не съществува и невродермитът, който може да бъде излекуван с точно това лечебно средство. Затова би трябвало да се отнасяме скептично към бързите чудотворни излекувания с мехлеми, съдържащи кортизон. Най-често са необходими дълготрайни усилия, за да се открият и изследват органични, конституционни, диетични, психични или дори социални въздействия, които в края на краищата са допринесли даден човек да не може да се чувства добре в собствената си кожа.

Със своята пропускливост кожата е лабилен орган, който служи като индикатор за нарушеното съотношение между вън и вътре. И Гьоте познава нейните психосоматични свойства: «Цялата жизнена дейност се нуждае от обвивка, която да пази срещу външния суров елемент, било вода, въздух или светлина, запазвайки своята нежна същност, за да може тя да изпълни това, което е свойствено на нейната вътрешност.»⁵

⁵ Цитирано по Гион Кондрау/Хайнрих Шипергес, *Нашата Кожа. Огледало на душата. Връзка със света*. Цюрих 1993 г., стр. 17.

НАШАТА КОЖА – ОГЛЕДАЛО И ГРАНИЦА

«Би трябвало да третираме нашата кожа не само като дъжд-добран срещу дъжд и слънце, а като един от най-важните органи на нашето тяло, без чиято непрестанна дейност и правилно функциониране не може да съществува нито здраве, нито дълъг живот и чието занемаряване е извор на безброй болести и скъсяване на живота.»⁶

Кожата, с нейните два до три квадратни метра, е най-големият ни орган и облича с форма и функция целия човек. Тъй като тя лежи на периферията, т.е. «навън», както по отношение на грижите за чистотата, така и при болестните явления и лечебните методи, това довежда до измамния извод, че този орган може да се лекува единствено отвън, това означава «повърхностно». Ако това се предполага, то най-често и предписанията са такива, та нали самата болест е така «просто» да се диагностицира и да се лекува. Често се вижда как болестните явления изчезват с помощта на някои мазила. Това обаче, както отдавна е известно, е погрешно заключение. Защото кожата само оглежда състоянията, самата тя не е болна, а се държи както всяко огледално отражение, което е само отражение на реални факти, лежащи в дълбочината на организма.

Същността на този орган

1. В ембрионалното развитие кожата води произхода си от външния зародишен слой (ектодерма), откъдето произлизат нашите сетивни органи и мозъкът.

Според Платоновия *Тимей* кожата произлиза от мозъка, който трябва да пази. Според арабските представи в Средно-

⁶ Кристоф В. Хуфеланд (1762-1836), *Изкуството да се продължава човешкият живот*, Франкфурт на Майн/Лайпциг 1995 г., стр.187.

вековието от мозъчните обвивки – така наречените менинги – произлизат «пиа» и «дура матер» (матер на латински майка), меките и твърдите майчини обвивки.

2. Тя съдържа не само нерви, това означава възприемателни функции, но също и цялостния органичен вътрешен свят на нашите веществообменни органи, както това ни е познато от рефлексните зони на китайските меридиани.⁷

3. Чрез нейните многобройни възприемателни функции можем да въздействаме навътре чрез топлина, масажи, цветове, акупунктура, метални мехлеми и билкови бани.

4. От кожата можем да узнаем голяма част от душевните състояния.

5. Като най-важния граничен орган между вътре и вън тя е не само възприемателен, но също и изразителен орган (зачервяване при срам, побледняване при страх, настръхнала кожа, сексуално чувстваща и т.н.).

6. Чрез това тя става орган на цялата душевност, както знаем това от народния език. (*Настръхва ми кожата. Човек трябва да си пази кожата. Това навлиза под кожата.*)

Наблюдавал съм пациенти с екзема на лактите, които се намираха в потискаща или притесняваща жизнена ситуация и тяхната душа трябваше да се опита «с лакти» да си прочисти пътя. Може да се появи екзема по вътрешната страна на дланите, когато засегнатите пациенти се намират в жизнена криза и се отдръпват от своите действия или когато не искат да разберат събитията. Да се разберат такива симптоми е еднакво важно за лекаря и за пациента, което обаче не означава, че симптомите трябва да се лекуват само от страна на душевността.

Съвременната психоанализа – особено във Франция – говори за «кожен аз»,⁸ понеже познава, че същността на човека

⁷ Като меридиани в китайската медицина се означават енергийни потоци по кожата, които представят вътрешните органи.

⁸ Понятието „кожен аз“ е употребено за първи път от Роберт Музил в романа му *Мъжът без качества*.

не се намира някъде във вътрешността, а в цялата сетивна периферия и с това стои в непосредствен контакт със заобикалящата го среда. Центърът лежи в периферията. Оттам още в ранна младост могат да настъпят събития, които не са по силите ни и които нападат нашата «душевна кожа», съответно разрушават я, така че се стига до «сърцевина без обвивка». Поради многото негативни сетивни и душевни възприятия, които днес не можем повече да смелим, психологията говори за «картинна наркомания». Ние подсъзнателно пазим кожата си, а тя категорично показва къде са нашите «граници». Типично душевно-органично явление например може да се прояви при пубертетното акне. От една страна, то е надълбоко лежащо нарушение на веществообмяната през годините на развитието, като се образува прекалено много втвърдена мазнина, която определени бактерии преобразуват в агресивни мастни киселини, а от друга страна, може да е налице невъзможност за обособяване, съответно намиране на себе си. «Така през пубертета акнето понякога представлява прекрасна помощ в развитието, когато не се удава необходимото оттегляне от околния свят за намиране на себе си. Тежко акне се среща при младежи, които вярват, че трябва да участват навсякъде и не бива да се отдръпнат от нищо. За да приличат на останалите, те се насилват душевно и физически, показват псевдосексуален начин на поведение и имитират възрастните. Кожната болест се явява факторът, който ги предпазва да навлязат в отношения, които напълно ще ги претоварят. Тя «плаши» и известно време е хубаво да отблъсква, именно през времето на узряването.»⁹

Друг пример се намира в спомените на американския писател Джон Ъпдайк, в които той описва между другото причините за своята кожна болест псориазис, вътрешните му опитности и отношението му към нея.

«Псориазисът държи човека в напрежение. Опитите да

⁹ Герд Овербек, *Болест и нагаждане*. Франкфурт/Майн 1984 г., стр. 54.

се скрие, пропадат, самоизпитанията нямат край. Отново и отново човек се обръща към огледалото. Псориазисът тласка към нарцистичност, ако си представим един Нарцис, на когото не се харесва това, което вижда. При определено осветление човек намира лицето си напълно в ред, при друго – обратното. Огледалото за бръснене и огледалото в колата са безмилостни, затъмненото стъкло на огледалото в тоалетните на самолета е особено ласкателно и окрилящо: в него човек изглежда мургав като филмова звезда. При обратния полет от Карибските острови всеки път се наслаждавах на моя подобрен външен вид. Трябваше да минат години, за да открия, че и при полета в обратната посока изглеждах точно толкова добре в мъждивата светлина на тоалетната. Не можех да мина покрай някаква огледална фасада на улицата, без да се огледам, с надеждата, че поне малко съм се променил положително. Природата и азът, двете големи половици на земното съществуване, и двете раздвоени чрез омагьосана амбивалентност. Човек мрази своята ненормална, цъфнала от обрива кожа, но постоянно я наблюдава с изпитателно, изпълнено със страх внимание. Човек мрази природата, която му е причинила такова нещо, но само тя, именно природата, може да бъде призована за изличаване и излекуване. Само природата може да опрости псориазиса. В своето самопрезрение страдащият не признава тази мощ на другите хора. Може би чувството на неудобство, което се появява с моите първи спомени има нещо общо с присъствието на моята майка: аз исках да бъда сам със Слънцето, въздуха, далечните шумове, възможността да изчезне моята грозота.»¹⁰

От друга страна, какво общо има кожата с вътрешните органи? Още Самуел Ханеман открива, че те винаги взимат участие при кожните болести и трябва специално да бъдат лекувани. Ако симптомите отново се натикат навътре или по различни причини не избият на повърхността, болестите се

¹⁰ Джон Ъпдайк, *Самосъзнание*, Райнбек 1995 г., стр. 64. (съответната глава се казва *Във война с моята кожа!*)

усложняват и се маскират по най-различни начини; настъпва «псората», безредие в целия организъм. Това познаваме и при детските болести, например при шарка, когато обривът не може добре да избие. Тогава се появява една вътрешна болест под формата на възпаление на бърбреците или на мозъчната кора.

«Ако лекарят лекува с разбиране и разумност, няма да позволи на никакъв кожен обрив, съвсем на никакъв, все едно от какъв вид, да бъде прогонен чрез външни средства. Човешката кожа не може да има никакъв обрив от само себе си, без участието на останалата жива цялост, тя не може да се разболе, без да е принудена за това от общата анормалност на целия останал организъм.»¹¹

По-надолу ще бъдат изброени някои примери от практиката.

Проблемите започват още при обикновената суха кожа: Ние трябва да приложим овлажняващи средства, но същинската терапия се състои във «вътрешното овлажняване».

Един от най-важните органи за овлажняването, който играе важна роля в разпространението на течностите, е черният дроб. Ние можем да помогнем с «вътрешно омазняване», например с масло от вечерна иглика. Прилагането на естествена, човекоподобна козметика и вътрешното приемане на определени лечебни средства могат да помогнат на кожата да намери своето индивидуално равновесие между много сухо и много влажно.

Веществообменно-влажни кожни болести имаме например при алергии, загноявания, възпаления, а лющещо-сухи при невродермита, псориазиса и рибни люспи. При това има и много смесени форми. Особено псориазисът е характерен в това отношение: Клетките загубват 28-дневния си ритъм, узряват и се вроговяват прекалено рано. Както в природата, например

¹¹ Самуел Ханеман, *Хроничните болести*; цитирано по: Рихард Хаел, *Самуел Ханеман. Живот и творческа дейност*. 1 том, Лайпциг 1922 г., стр. 158.

при дърветата, се образува кора, съответно люспи и като се олющят, кожата под тях започва да кърви. Психосоматиката тук насочва към получени рано душевни наранявания, които се нуждаят от броня.

На това място ще посочим една субстанция, която поддържа кожата здрава и еластична, понеже при преобладаващото наторяване с азотни торове тя липсва в храната, но е непременно необходима за ограничаването навътре и навън – силициевата киселина (*silicea*). Между другото ние я намираме в житните растения, особено в просото и ечемика, но и в полския хвощ, който се използва в биодинамичното селско стопанство при борба с гъбични култури, и, разбира се, тя помага и при хората. В хомеопатията се предпочита терапия или с потенциран силиций или в неговата органична форма, а не чистата минерална силициева субстанция.

Че нашата кожа има нещо общо и със «социалната ни обвивка», например семейството, показват изследвания, които през 1992 г. се провеждат на 4219 невродермитни деца в Хановер.¹² Там е установено, че почти 70% от тези деца имат наследствено предразположение и че когато родителите не страдат от невродермит, рискът от заболяване е само една пета от броя на засегнатите с невродермит деца. Значи една вече наследена «псора».

Понеже чуждестранните деца, поради най-често постабилната фамилна ситуация, са по-малко засегнати, се обсъждат също социалните и културните фактори на тази болест. Резултатите от изследванията налагат подканване от страна на автора към «преосмисляне».

Съществен принос към този процес за преосмисляне се намира при Гьоте, който в юношеска възраст е преболедувал едра шарка – сипаница.

«Всичко, което би следвало да действа животворно, трябва да бъде загърнато. А всички тези кори, кожи и косми от своя страна са вечно отделящи се, отпадащи, подчинени на неживото

¹² Срв. с *Холандски лекарски листовки* 8/1995 г..

обвивки, зад които постоянно се образуват нови кожи, под които плитко или дълбоко животът извайва своята творяща тъкан.»¹³

¹³ Цитирано по: Гион Кондрау/Хайнрих Шипергес, *Нашата Кожа. Огледало на душата. Връзка със света*. Цюрих 1993 г., стр. 17.

КОЖАТА КАТО ЦЯЛОСТЕН ОРГАН ПРИ ЗДРАВЕ И БОЛЕСТ

Както всеки друг орган също и кожата ни дава сведения за самата себе си: относно нейното положение, форма, дейност и цвят. Както кръвта ни, тя е най-обширният и универсален орган, понеже обгръща и отразява човешката форма, репрезентира специфичния човешки цвят, инкарната и в рефлексните зони, мердианите и органните точки отразява всички вътрешни органи – също и как се чувстваме душевно.

Затова – особено в източната медицина – тя се третира като важен диагностичен орган. Има значителна разлика дали човек се поти по ръцете, стъпалата, гърдите или отзад на главата; дали екземата се появява на дясната, горната или преди всичко по долната част на тялото; дали езикът е обложен с кафеникав, жълт или бял налеп. Същото се отнася и за зоните на лицето, които като чело, бузи и брадичка са представители на различни участъци на тялото.

Как според кожата и нейните разнообразни състояния можем да си създадем картина за лежащите в основата болести, съответно органични слабости?

В предишните глави се загатна, че съществена помощ за задълбоченото разбиране на болестта е законът за полярността – в китайския мироглед означен като ин и ян. Ние можем да го изучаваме като ключ за всичко земно: като противоположност от светлина/сянка, мъжки/женски, горе/долу, добро/зло, но също и сухо/мокро, топло/студено. Народът има право, като казва: «Дръж главата хладна, а краката топли.» Намокрят ли се обаче краката и «изстинат», това веднага се отразява на полярната страна на организма: Настъпва болест на главата, например синусит, а с това възпаление и прекалена топлина там, където не ѝ е мястото.

Като важна полярност се описва противоположността от втвърдяващи, изсушаващи, това означава най-често хронически болести – означени от медицината с наставката оза, като

например артроза, склероза, или цироза – и техните противоположности – означени с наставката ит като артрит, хепатит, дерматит и т.н. Не се ли излекува например едно тежко възпаление и стане ли поради това хронично, то накрая се превръща в своята противоположност: От хепатит става цироза на черния дроб, от парадонтит – парадонтоза, от артрит – артроза. В тази взаимовръзка тук се обръща внимание върху силното затопляне като благословение например при такава втвърдяваща и разрушаваща болест като рака.

Много важен ключ за разбиране на болестите и терапията е идеята в антропософски ориентираната медицина за «тричленността» на човешкия организъм – не триразделността. Тя разграничава структури в организма, които се изявяват във втвърдяване, формообразуване, ограничаване и отлагане, както това физиологически е дадено в нервно-сетивната организация и мозъка – така наречения «горен човек», който със своите разграждащи сили прониква целия организъм, но преобладава преди всичко в областта на главата. Противно на това, в «долния човек» намираме силите на движението, разтварянето и изграждането, обвързани с обмяната на веществата и двигателния организъм. Един от главните органи в тази област – черният дроб, наречен в китайската медицина «генералът на тялото», има общо с думата «живот»¹⁴. В него се обновява животът, особено през нощта. Известно е също, че на «смъртния полюс» в човека – мозъка, непрекъснато се разрушават клетки, които не се подменят, а в противоположната област, в «жизнения полюс» – възпроизвеждането, клетките непрекъснато се подновяват до дълбока старост.

В така наречените средни функции, специално свързани с дишането, кръвообращението и всички естествени жизнени ритми – китайската медицина говори за «органиния часовник», – се манифестира изравняващият, запазващ здравето елемент. Понеже ритъмът е живот, той поддържа и гарантира живота и с това нашето здраве. В древната медицина тази функция се

¹⁴ На немски Leber и Leben. – Бел. пр.

означава като «Меркурий».

Кожата обхваща тези три функционални кръга по един неповторим начин. Тя има своята централна точка в така наречената сетивна област, където се лющи и втвърдява, в така наречената горна кожа, епидермиса, където са и най-много нервни окончания. Като част от нервно-сетивната система тя е особено застрашена в детството, а във функцията си на сетивно-възприемателен орган се използва в терапията за прилагане на бани, масажи, намазване с различни мехлеми, етерични масла и акупунктура. Кожните клетки се образуват в зародишния пласт на епидермиса и за да се олющят, нормално им са нужни двадесет и осем дни – това е лунният, както и менструационният ритъм. Ако този минерализиращ, съответно нервно-солев процес е прекалено силен, кожата изсъхва, вроговява се и наддебелява. При такива заболявания тя изгубва първоначалната си влажност и с това младежкия си вид, както това става например при невродермита. При терапията тогава трябва да се активира полярната страна, виталният, съответно веществообменният полюс.

В дълбоките си слоеве в долната кожа, субкутиса, кожата има отношение към обмяната на веществата, мускулатурата и образуването на мазнините. Там е същинският веществообменен полюс на кожата. Като пример за това може да се наблюдава как дадена повърхностна екзема на нервно-сетивния пласт на кожата спонтанно се излекува в пубертета и само нейната веществообменна страна се обажда с патологично образуване на мазнините: Появява се акнето. Тази веществообменна и изчистваща отровите функция на кожата е много важна за запазването на здравето.

Макар възпалителните кожни болести да са характерни за младостта, а сухите разграждащи тенденции да са характерни повече за старостта, те могат да се обърнат, както сухите крайни стадии на невродермита в детска възраст или появяващото се и в късна възраст акне. В случаите на възпалителните, т.е. разтварящите кожни болести и особено алергията, ще трябва

да се изходи повече от формообразуващите, изстудяващи и структуриращи нервно-сетивни сили, както ги намираме при различни корени на растенията, минералите и определена специфична диета.

При всяко лечение трябва да се опитаме да ангажираме «вътрешния лекар», ритъма, който е представен в средния слой на кожата, така наречения *corium*, с неговото огромно количество артерии, вени и лимфни жлези, като го стабилизираме с външни процедури и активизираме кръвообращението и дишането. С това се дава първоначално ориентиране относно тази болест, към което се прибавя и един важен медицински основен закон: Вън и вътре – това означава център и периферия, горе и долу, съзнание и органичен живот – са зависими едно от друго и често, когато някоя болест се появи в една от споменатите системи, причината лежи в полярната област. При кожата видяхме значението на вътрешните органи. При вътрешните органи видяхме значението на кожата и нейните терапевтични възможности чрез акупунктура и външни процедури. При болести като мигрената откриваме значението на противоположния веществообменен полюс (жлъчна мигрена, менструална мигрена, овариална или хормонална мигрена).

Генерално може да се каже: Органичните болести имат своя главен произход в душевността. Така наречените душевни болести произхождат от органичната обмяна на веществата. Как тогава капките на д-р Бах или пък определена диета могат да помагат например при психични смущения? С хомеопатичните средства от минералното, растителното и животинското царство организъмът се насочва към самолечение, а съответната на човека козметика няма да замести липсващите вещества, а ще подбуди собствените лечебни сили на кожата.

Козметиката за външно приложение, която работи за кожата, а не срещу нея, е не само поддържаща, но и лекуваща.

Това обаче предполага обширно познание за природата и за болния човек. Кристоф В. Хуфеланд – известно време домашен лекар на Гьоте – нарича «физиономията на болестта» това,

което насочва към индивидуалния образ, съответно същността на дадена болест. Когато говорим за израза на лицето на един човек, не вземаме под внимание само «симптома» нос, а цялата стойка, разположението на очите, големината на ушите или цвета на лицето, за да получим картина за същността на даденото лице – например дали даден човек е открит или затворен в себе си. Медицината, според Хуфеланд, е изкуство, което съединява теорията, това означава идеята и емпиричното наблюдение, и тя трябва да учи «...да разбира езика на природата, да отделя същественото от случайното и да открива от цялата физиономия на болестта кои са грешките на страдащата натура, кои са нуждите, желанията и изискванията ѝ към изкуството.»¹⁵

Подобно на взаимоотношенията, които съществуват между отделните системи на тялото, съществуват и такива между определени органи в ролята на баща, майка и братя, които образуват така наречените «фамилни от органи» и притежават близки или по-отдалечени роднински връзки. Те трябва да бъдат опознати, в случай че присъщите им болести избилят навън върху кожата или когато чрез изгонените от кожата симптоми болестите нападнат съответните вътрешни органи.

В китайската медицина¹⁶ се говори между другото за роднинската връзка при белите дробове и дебелите черва. През ембрионалния период и двата органа са съставни части на един общ орган, който по-късно се разделя, като нагоре се образуват белите дробове, а дебелите черва се преместват надолу. И двата органа изхвърлят различни отрови и са важни отделителни органи за въздуха и съответно за несмилаемите течно-твърди остатъци. Това, което за белите дробове е здравословно, имен-

¹⁵ Кристоф В. Хуфеланд, *Една дума за моите господа слушатели*; в *Малки медицински писания*, 2-ри том, Берлин 1822 г., стр. 6; цитирано по Волфганг Геншорек, *Кристоф Вилхелм Хуфеланд. Лекарят, който помагаше да се продължи животът*, Лайпциг 1976 г., стр. 69.

¹⁶ Също и в антропософската медицина, вж. Рудолф Щайнер, *Събр. съч.* 313. – Бел. пр.

но в тях да се намира много въздух и малко слуз, за дебелите черва е болест – и обратното. Белите дробове могат да поемат в по-силна степен тенденцията на дебелите черва, както е при много алергични случаи, а дебелите черва, изпълнени с много повече въздух, отколкото слуз, наподобяват функцията на белите дробове. Понеже са във взаимна връзка, единият орган може да помогне на другия. Блокира ли се болестта в едната органна система или блокира ли се тя самата, трябва да се измъкне чрез другия, противоположния орган. С това се обяснява връзката между кашлица и разстройство, но и процедурите при нестихваща кашлица – например при магарешка кашлица – са клизми или генерална терапия на болестите на белите дробове чрез червата.

Тези взаимоотношения често могат да се наблюдават в практиката, когато например потиснатата астма се превръща в тежък чревен проблем или потиснатият колит стане белодробно заболяване.

Тази взаимовръзка е била позната в Средновековието и естествено арабските лекари са я използвали и често я споменават в традиционните здравни правила. «Всички катари, породили се чрез топлина или чрез студ, често се изливат в белодробните канали (бронхите) и изведнъж ги изпълват поради количеството на слузта, която слиза надолу и поради отслабването на органа, който ги е получил. Слабостта води до затруднения на изблъскващата сила да изхвърли слузта чрез кашляне; това може да доведе до смъртта на болния чрез асфия (задушаване) или да предизвика астма, наречена късо дишане.

Понякога секретите потичат в стомашната кухина и тогава се развиват стомашно-чревни катари (възпаления), болести, които мъчно могат да се излекуват.»¹⁷

Разгледат ли се в тази взаимовръзка някои лечебни

¹⁷ Маймонидес (1135-1204), *Санитарен режим или диета за душата и тялото*. Превод и въведение от Зюсман Мунтнер, Базел/Ню Йорк 1966 г., стр. 108.

средства на хомеопатията и природолечението, например при *Tartarus emeticus*, едно антимоново съединение, но и във всички съдържащи слуз и богати на дъбилни вещества лечебни растения, се открива едновременно въздействие както върху белите дробове, така и върху червата.

ЗАКОНЪТ НА ХЕРИНГ И КОЖАТА

В медицината имаме неоспоримият факт, че в стремежа си за самосъхранение и самолечение организмът прави всичко възможно, за да елиминира всичко излишно или вредно през естествените си отделителни органи. Това преди всичко са пот, урина и екскременти. Когато организмът е болен, това става в засилена степен, като допълнително се използват и други органи като нос, уши, лигавици, и ако не е достатъчно, той си пробива други отвори под формата на язви, абцеси, пъпки и циреи или в по-голяма степен използва кожата.

В традиционната западна и източна медицина всички отпадъци от организма се третират като важен симптом, от една страна, на самолечението и, от друга страна, като възможност за диагностициране на вътрешните болести и взимане на подходящи мерки, за да се подкрепи организмът в неговата дейност. Така в случай на хранително натравяне нашият «вътрешен лекар» се опитва да изхвърли отровите чрез разстройство. В миналото инстинктивно се е помагало на тялото да успее да се справи по-бързо чрез диуретични и неутрализиращи отровата средства, а не да бъде възпрепятствано с блокиращи мерки, т.е. със запичащи средства, което, разбира се, не е възможно при тежки инфекциозни болести със загуба на течности и липса на минерали.

Този отделителен поток протича центробежно, това означава от центъра към периферията и ние трябва да се научим да изучаваме кожните болести под този аспект.

Но ако чрез определени мехлеми или други мерки от необходимата центробежна посока произлезе обратната, това ще рече центростремителната, пътят отвън навътре, тогава болестта се насочва обратно навътре и процесът на изчистването от отровите се възпрепятства. С течение на времето болестта получава различни душевни и органични «маски».

Американският хомеопат Константин Херинг (1800-1880), един амбициозен ученик на Ханеман, категорично застъпва този

факт в своята лекарска практика и го формулира като закон.

Тялото постоянно се опитва да извади болестта от дълбоките органични равнища и да я премести на повърхността. Така един обрив често подобрява астмата, един настъпил изведнъж прилив на урина премахва главоболието или силното изпотяване – страха. Третира ли се болестта само като статичен, а не като взаимосвързан динамичен процес, тя лесно може да се потисне, което ще бъде последвано от влошаване и изместване. Това засяга и психичната симптоматика, която често се влошава, когато болестта отвън «се прогони» навътре.

Друг закон на Херинг се отнася до реда на лекуване на появилите се болестни симптоми. Подобряването на симптомите настъпва най-често в обратен ред на реда на тяхното появяване. С други думи: Появилите се най-накрая се излекуват най-напред и освобождават мястото на тези, които стоят по-назад и трябва да бъдат лекувани с други или с допълнителни лечебни средства. Лекарят хомеопат се радва, а пациентът се чуди или ядосва, когато при лечението например със сярна, отново изплуват навън стари, потиснати симптоми или настъпва първоначално влошаване, което обаче е необходимо за излекуването на болестите, станали вече хронични. Защото тези лечебни процеси изискват време и търпение и от двете страни. Това може да се сравни картинно с изваждането на отдавна потънал кораб, при което на повърхността се появяват всевъзможни боклуци.

Два примера от практиката.

Една 35-годишна жена идва на лечение поради тежка депресия. По времето на настъпилата преди половин година семейна криза изпада част от косата ѝ, заради чиято красота жената била особено горда.

Постепенно на лицето ѝ се появило «отблъскващо» акне, както това може да се случи при душевно претоварване даже и в късна възраст. То било лекувано от лекар специалист с ан-

тибиотик и други субстанции и постепенно изчезнало, но не след дълго отново се появило като депресия, като «обрив върху душата». Това може да се случи при всички изливащи се навън загноявания като циреи и пъпки (също и при чисто хомеопатичното лечение), при което трябва много да се внимава, за да не се прогонят навътре, понеже те често имат връзка с изчистване на отровите при душевни преживявания. Тяхното потискане може да доведе до тежки душевно-духовни увреждания.

За правилността на законите на Херинг, които естествено не са изведени по днешните научни критерии, като пример за протичането на многото съвременни болести осведомява един друг случай.

Петдесетгодишна пациентка идва в кабинета с възпаление на дебелите черва (колит), което периодично се проявява. От предисторията става ясно, че преди години тя е страдала от силно сърбяща екзема, която била лекувана с кортизонови мехлеми и постепенно изчезнала. С течение на времето при нея се развива алергична астма, която била лекувана с кортизон и други медикаменти от един друг лекар специалист, след което настъпило подобрение и повече не се повторила. По-късно тя получила нехарактерни коремни оплаквания, хранителни натравяния и разстройства: Проявила се чревна чувствителност. През този стадий тя пристигна за хомеопатично лечение с вече хронична симптоматика. С това бяха налице трите описани по-горе болестни нива – нервно-сетивната система, ритмичната система и обмяната на веществата, както и една маскирана причина, която беше прокудена в дълбочините на организма и която поради това значително се беше влошила.¹⁸

¹⁸ Може да се случи да бъдат прескочени белите дробове и кожните проблеми да се преобразят без междинна степен в проблеми на храносмилателната система. При това е интересно, че кожа, бели дробове и черва, макар отчасти да лежат навътре, са органи на външния свят, които трябва да влизат във взаимоотношения с елементите топлина, въздух, вода, земя – кожата с всичките, а белите дробове и червата селективно с въздуха и храната.

При протичане на лечението болестта трябваше да се преведе по обратния път и през астмата да се доведе до първоначалното ѝ място, за да може причиненият от медицината «вътрешен безпорядък – псора» отново да се изкара навън.

Едно от наложилите се лечебни средства, което в хомеопатията се дава при потиснати болести, е сярата (Sulfur), която, както знаем от горчицата, рьпата, латинката, хряна и други съдържащи сяра храни, активизира кожните обриви, като увеличава пъпките и засилва акнето. Паралелно с това активизирахме с антропософски лечебни средства естествената функция на надбъбречните жлези и различните слоеве на болестта бяха обработвани постепенно, докато се достигна до сравнително лека екзема по кожата.

Тази болнична история е показателно «доказателство» за съществуването на тричленността. Защото с кожата, белите дробове и червата имаме поотделно трите главни представители на нервно-сетивната система (кожата), ритмичната система (белите дробове) и веществообменната система (червата), които са тясно свързани помежду си.

Открие ли се този външен и вътрешен безпорядък, при много пациенти получаваме впечатлително потвърждение.

Веднъж проведох семинар пред фармацевти за свързаните с епохата болести и тяхното лечение с антропософски лечебни средства. В тази взаимовръзка споменах също и зачестяването на кожните болести и алергиите. При разговорите след това една аптекарка разказа как години наред страдала от упорита екзема по двете ръце, която изчезнала след приемането на кортизон и на нейно място се появила сenna хрема (алергия от цветния прашец). Тя била лекувана от един специалист с десензибилизиращи методи и наистина изчезнала, но се появила по-късно като тежка алергична астма. Тя беше излекувана тогава с инхалации с едно специфично за това средство от антропософската медицина.

КОЖАТА В ИЗТОЧНАТА МЕДИЦИНА

Китайската медицина с нейното задълбочено разбиране на полярността на съществуването, различните «органи фамилии», акупунктурата и билковото лечение има големи успехи при лекуването на кожните болести, понеже и там болестта се третира като следствие на вътрешни нарушения и се лекува съответно на това. Сравни ли се източната мъдрост със западната антропософска духовна наука, що се отнася до излъчванията на кожата и до изпаренията на кожата при психични проблеми, ще се намерят доста общи точки, които насочват към по-дълбоки духовни взаимовръзки. Кожата като цялостен орган има нещо «изключително послушно» (Р. Щайнер), това означава, че тя бива въввлечена невинно в страданието от обособилите се единични «егоистични» органи.

Много от акупунктурните точки на китайската медицина при кожните проблеми лежат по меридианите на дебелото черво, черния дроб и пикочния мехур.

Интересното при това е, че източната медицина познава подобен ред на отделяне и изхвърляне като описания по-горе. Това, което пикочният мехур и бъбреците не могат да изхвърлят, трябва да го поемат червата. Това, което не може да се изхвърли от тях, се поема от белите дробове. Когато всички заедно не са в състояние да изхвърлят отровите, тогава има още една последна възможност: кожата и лигавиците. Ако и те не могат повече да го изпълнят, избухва някаква тежка болест, която в краен случай може да доведе до смърт.

Показателното в този контекст е, че медицината в някои случаи при кърмачетата говори също и за «екземна смърт».

Веднъж като се обърне вниманието на тази взаимовръзка, може да се разбере защо след дълго потискани кожни болести изведнъж се появява рак на дебелото черво, защо след радикално лечение дълговременната белодробна емфизема се превръща в чревен инфаркт, а възпаление на дебелите черва, придружено с язви (Colitis ulcerosa), след дълга имунна супресия води до

възпаление на белите дробове. Понякога се достига до положително развитие. Така след едноседмично разстройство по време на едно пребиваване в Индия, кожата, която винаги беше обсипана от малки пъпки, напълно се изчисти.

В тази взаимовръзка също е интересно, че китайската медицина приема, че бъбреците и пикочният мехур лежат в основата на всички кожни проблеми. В надбъбречните жлези между другото се образуват два собствени хормона, които в медицината се прилагат при възпаления, астма, алергии и други: адреналин и кортизон. Като регулиращ водата орган бъбреците имат специфично отношение към кожата, която дори отделя част от урината, ако бъбреците са заболели и не успяват. Понеже в източната медицина бъбреците имат общо със страха – когато човек се напикава от страх, можем да разберем и отделената поради страх пот, а активността на бъбреците може да се познае също и по дейността и цвета на кожата.

Тъй като органните енергии, така наречените меридиани, протичат по кожата, тяхното изучаване е от голяма помощ, понеже локализираните кожни болести понякога селективно се виждат по съответните меридиани: увиснали ъгли на устните върху стомашния меридиан или като гнойни пъпки по слепочията, където протича жлъчният меридиан. Като потвърждение можеше да се види как в един такъв случай също и клинично беше налице слабост на жлъчката, която заедно с гнойните пъпки след приемането на *Chelidonium* (змийско мляко) постепенно изчезна. Обърне ли се сериозно внимание на тези познания и направят ли се те основен закон на терапията – всичко, което активизира кожата и запазва тялото от вътрешни компликации, може да се лекува диференцирано и основно.

Това например важи за температурата, особено в детска възраст. Ние познаваме влажната, изпотяващата температура и сухата. Първата често причинява горящата глава, силно изпотяване и студени крака. В хомеопатията тя се лекува с компреси на прасците, хладни клизми и *Belladonna*. Опасна обаче е сухата температура (треската), при която цялата кожа

допълнително се охлажда, а горещината се събира навътре – най-често температурата се покачва над 40 градуса – и с това леко засяга вътрешните органи. В този случай кожата трябва да се доведе до изпотяване чрез кратки топли бани, потогонни чайове като липа и бързов цвят и разтривания, за да се избегнат евентуалните компликации под формата на белодробни или мозъчни възпаления. Това засяга и недостигналите до правилно избиване навън обриви или подобни детски болести. Винаги се наблюдава, че в най-неблагоприятните случаи се появява възпаление на белите дробове. От тази гледна точка трябва да се погледнат реакциите на организма след имунизации, особено така наречената имунизационна екзема.

КОЖА И ПСИХИКА

С хвалебствени думи известният хирург Карл Людвиг Шлайх, приятел на Август Стриндберг и откривател на местната упойка, посочи връзката между кожата и душата ни:

«Мозък, нервна субстанция и – кожа! Тук имаме решението на загадката: Мозъкът и кожата са заложени и замислени като единен орган. Те водят произхода си от същата жила из дълбоката шахта на живота, те са едно анатомично и физиологично единство. Понеже това е така, осмелявам се да кажа, че нашата кожа е част от нашата душа! Сега ни става ясно, защо тя може да извести за душата ни толкова, колкото успява да възприеме от душата на някой друг; тя е част, един субстрат на самия душевен орган, тя е обърнат навън мозък, съдържа, разтоварва и получава значителна част изобщо от душевната динамика. Сега ясно виждаме – и това е най-важното в цялото това разглеждане – защо оттук, от кожата, е възможно да се уронва в голяма степен здравословното състояние на целия ни организъм. Цялата хигиена на кожата е, или поне би трябвало да бъде, една психологична задача.»¹⁹

През последните години бяха проведени многообразни изследвания за психосоматичната страна на кожните болести, било проблеми в изграждането на известни граници, било постоянна душевна нараненост, хистероидни явления, дълготрайни чувства на отвращение, душевно дебелокожие или тънкокожие, потискане на чувства и волеви импулси («Сърбят ме ръцете да му зашлевя един...») и т.н. Това, което холистичната медицина винаги е твърдяла и което университетската медицина все повече признава, е, че също и при «външната» кожа, която влиза в съприкосновение с външния свят както никой друг орган, не може да се изключи душата «във вътрешността». Всеки познава в дадена ситуация например настръхналата кожа, зачервяването, съответно преbledняването, посивяването,

¹⁹ Карл Людвиг Шлайх, *За душата*, Берлин 1924 г., стр. 107.

мехурчетата на херпеса по устата или потрисането. С днешните обичайни училищно-медицински естественонаучни методи обаче може да се обясни човекът с неговите болестни симптоми само количествено и аналитично.

Холистичната медицина на Запада и Изтока с нейния повече синтетичен и качествен мироглед може да допринесе това да бъде допълнено и разширено. Нейните възгледи винаги поставят в центъра на вниманието общността на органите, а също и моментната душевна ситуация. Това може да се сравни с наблюдението на едно лице: Ние виждаме отделни части като очи, нос или чело, но същевременно интуитивно възприемаме душевността, която се отразява върху това лице. Как се чувства в момента душата, «тълкуваме» от цвета на лицето, реакциите, погледа на очите и гримасите.

Искаме ли да достигнем от поредицата симптоми до единството, трябва да приложим качествен метод, обхващащ цялото, който ще бъде скициран с няколко примера. Човекът като душевно-духовно същество се vyplътява, съответно «вземава» при раждането. Поради това тялото му е подчинено на законите на пространството и времето. За да разберем някоя болест, трябва да изследваме също и времевите процеси, например ритъма при треската (температурата) – 28 дни; времето на влошаването при дадени детски болести на петия ден или през петия час на сутринта; повторната поява на болестни симптоми или душевни кризи след седем години.

Признаците на пространството са горе/долу, ляво/дясно, отпред/отзад. Както вече се спомена, не е равнозначно дали една екзема като невродермита се появява в горната част – нервнo-сетивната област или в долната система – веществообмяна-крайници, т.е. повече земната, както в случай на язви по прасците или гъбички по стъпалата и пръстите на краката. С ляво и дясно е същото: лявата страна, където и вътрешните органи са подадени повече на левостранността и където се намира сърцето, е страната на чувствата. Дясната, чиито органи насочват навън и където се намира черният дроб, е волевата страна. Днес в

медицината вече качествено се отличава ракът на лявата гърда от този на дясната гърда.

Да погледнем отпред и отзад. В гърба, според стари представи, се концентрира миналата съдба, това значи, човек носи своя кръст със себе си. В предната част човекът непосредствено се изправя пред света със своите сетива. Тези отпред и отзад, съответно вън и вътре се виждат по ръцете и дланите: Вътрешната страна и особено свивките на ръцете са чувствителни и нежни – тук преобладава например невродермитът, външната страна напротив е нечувствителна и твърда; тук, особено по лактите и колената преобладава псориазисът. Външната страна на ръцете – в китайското лечебно изкуство меридианът на белите дробове протича над лактите, – страничните части на ръцете, цялата външна повърхност представлява вътрешните органи. Разперим ли ръцете нависоко в безпомощен жест, автоматично показваме нашата вътрешна страна на ръцете, искаме ли да се запазим от външния свят, показваме външната страна на ръцете си. Защо при псориазисът особено са засегнати лактите и колената, ще бъде разгледано в съответната глава.

Редом с психологичната помощ при душевните проблеми в антропософската и китайската медицина се познават също и лежащите в основата отношения към определени органи, например тъгата се отнася към белите дробове, депресията към черния дроб, гневът към жлъчката или страхът към бъбреците. Разбира се, за намирането на подходящото лекарство също и при класическото хомеопатично лечение се вземат предвид душевните фактори.

Така при дадена притесняваща ситуация някой пациент с години не смее да «удари с ръката». Тогава кожата показва тази неизживяна форма на агресия, за което естествено трябва да са налице определени диспозиции.

От времето на първите стъпки на антропософски разширената медицина, когато Рудолф Щайнер съветва интересуващи се лекари по време на консултациите им, съществува една забележителна болнична история, която още веднъж може да

покаже дълбоката връзка между кожа, орган, душа и лечебно средство и затова е така поучителна, защото тя анулира поставянето едно до друго на душата и органа.

Често сме изпитвали телесните последици на нашите душевни проблеми, когато например ни полазват мравки по гърба или не можем нещо да преглътнем.

Забелязвали сме също, че когато избие телесната болест, душевно ни става по-добре. Но че душата и тялото са само двете страни на един и същи медал, това описва следната болнична история.

Касаело се тогава (1923 г.) за една шестнадесетгодишна млада жена с обрив от гнойни мехурчета (vesico-papulöses Eksem) по ръцете. Още като дете тя винаги имала обриви. След това дълги години – екзема на дясната ръка. (Една категорична симптоматика на дясната страна допуска участието на черния дроб).

По-късно се опарила на коприва и така процесът още повече се засилил: Появили се още повече мехурчета, които се разпространили по другата ръка и по левия крак и които се появявали на тласъци. По това време този род екзема се лекувала с облъчване с рентгенови лъчи и намазване с катран, вследствие на което за кратко време екземата изчезвала, но не след дълго отново засилено се появявала.

В анамнезата, редом с няколко прекарани детски болести, се вижда, че на дванадесет години пациентката е прекарала магарешка кашлица, с която дълго се е борила и оттогава ѝ останала бронхиална чувствителност. Храносмилането било редовно. Щайнер пита, както сигурно би направил и един лекар-хомеопат, за някои органични жлъчни и чернодробни симптоми, например горчив вкус в устата, запек или особености при храненето. Но органичната страна била без особености. Въпросите се прехвърлят на психичната страна на двата органа.

«Гневлива ли сте, избухвате ли лесно, възбудена, холерична личност ли сте, или понякога тъжна?» Всичко се отговаря положително от пациентката. Следователно причината още от

младостта е «нередовна функция на черния дроб» с латентно предразположение към жълтеница, която обаче не се е проявила.

«Не е необходимо да е прекарала жълтеница, не е възможно, макар и да има предпоставки за това. Външно не бих препоръчал някакво лечение, може би да се маже с антимонов мехлем, но тогава отново ще излезе на друго място.»

На тогавашните лекари било препоръчано да инжектират хомеопатизираните субстанции мед и калай. С това екземата се подобрила в течение на около девет месеца.

«...и беше наблюдавано, че при подобряването на екземата имаше лека склонност към катар на гърдите.»²⁰

Това като пример следва до докаже как тясно са свързани орган и душа и как това – както и, разбира се, при всеки друг орган – може да въздейства на кожата.

²⁰ Цитирано по: Хилмар Валтер, *Седемте главни метала. Тяхната принадлежност към света, Земята и човека. Болничен случай номер III*, Дорнах 1966 г., стр. 268.

АЛЕРГИЯ

«Който страда от алергия, страда също и от нашето време. Този, който не иска да страда от алергия, трябва да промени нещо!»²¹

В западния свят сигурно почти няма човек, който по някакъв начин – директно или индиректно – да не е имал нещо общо с някоя алергия и с нейните странични явления. Според най-новите наблюдения имаме истинска «болестна лавина»: Всеки втори жител в САЩ страда от някаква свръхчувствителност, а в Германия са засегнати 20 милиона жители. Днес не е рядкост да се срещнат деца, облечени в подобно на скафандър изолиращо облекло.

Реакции на съпротива и свръхчувствителност срещу външни, несмилаеми неща се срещат в огромно количество още от най-ранна младост. Нека помислим за многото чужди, съответно допълнителни вещества, които трябва да приемаме с ежедневната ни храна. За да направят храната ни по-трайна, с по-свеж цвят и по-интензивна на вкус, броят им навсякъде по света варира между две до двадесет хиляди. Да не говорим за химически вещества например като диоксина.

Спомням си един драматичен случай преди няколко години в един швейцарски ресторант, когато една жена на съседната маса веднага след храненето изведнъж получи силни пристъпи на изпотяване, намираше се почти пред припадък и се появиха пристъпи на задушаване. Понеже беше яла месо, веднага предположих белтъчна алергия в смисъл на заплашителна свръхчувствителност към някакво чуждо вещество. Установи се, че тя имаше свръхчувствителност към антибиотици и така се наложи подозрението, че месото е от животно, което е било инжектирано с антибиотици.

Ако всички релевантни чужди и вредни вещества срещнат една отслабена имунна система, може да се стигне до тотална

²¹ Зигрид Фладе, *Алергиите, лекувани по естествен начин*. Мюнхен 1988 г., стр.10

алергия. Трагичното, досега рядко събитие на пълната капитулация на всички съпротивителни сили с последвала смърт беше известно през юни 1999 г. от Ню Йорк.

«Синди Дуеринг, носителка на алтернативната Нобелова награда, е била вероятно най-самотната жена в света, изолирана от всякакъв директен контакт с външния свят. Една химична алергия принуждава 36-годишната жена към тотална изолация. Над 14 години тя трябвало да живее в построената специално за нея къща в Епинг, в американския щат Северна Дакота, където и умира.

<Тялото ѝ не можеше повече да издържа>, казва съпругът ѝ Джим Дуеринг, който скоро след избухването на алергията трябвало да се премести в друга къща, за да не вреди на своята жена. Най-напред неговият парфюм, след това обаче естествената миризма на тялото му предизвиквали тежки пристъпи на астма при жена му, което, ако било продължило, щяло да я убие.

През средата на 80-те години Синди Дуеринг предизвика сензация във вестниците. По това време един работник напръсква жилището ѝ в Сиатъл, както при хиляди други клиенти, с пестициди срещу бълхи.

Но при студентката по медицина отровите стават причина да избухне рядка чувствителност срещу всички химични вещества. Отначало алергичните реакции били слаби, но само след няколко седмици състоянието на Синди Дуеринг така се влошило, че тя трябвало да се премести през 1984 г. в една «свободна от химия» къща. Мъжът ѝ я построил специално за нея, за да може да я запази от различни химикали.

Но с течение на годините състоянието ѝ се влошило. След като вече не можела да понася чист въздух, слънце и силна светлина, тя живяла в пълна изолация.

Повече не можела да напусне затъмнената къща. Въздухът, от който се нуждаела, за да диша, е трябвало да бъде филтриран. Компютърът, чрез който поддържала контакт с външния свят, предизвикал алергични реакции, също както факсът, телевизорът и радиото.

Някогашната студентка по медицина, чието име беше станало прочуто широко по света поради изследванията ѝ върху химичното заразяване на човечеството, трябвало да намали работата си до минимум. За получаването на алтернативната Нобелова награда 1997 г. в Стокхолм тя изпраща съпруга си. Той предупреждава от името на своята жена за химичния експеримент, който се извършва върху хората.

Въпреки тежките проблеми, с които има да се справя тялото ѝ, Сидни Дуеринг се стараела ежедневно да отговаря на 500 запитвания от хора с алергия и медицински работници. <Чак през последните седмици тя беше принудена да преустанови работата си.> – съобщи Джим Дуеринг, който до края подкрепя жена си.

Но когато тя реагира с дихателни проблеми на нормалната вода от водопровода, вече разбрала, че няма повече да може да издържи дълго.»²²

Причините за тези проблеми се виждат днес едновременно в нашата вътрешна и външна «околна среда». Както физическата конституция, така също социалната и естествената околна среда играе роля при това състояние на душевната реакция.

С приписването на вината единствено на външен причинител, не се стига – както и при повечето болести – до същността. Днес е познато, че няма само един-единствен причиняващ фактор, а че чрез сумирането на вредните вещества, които ежедневно дишаме, наличните алергени, това означава, причинителят, като например цветният прашец, става агресивен. Пренатоварващите имунната организация душевни и неорганични вредни вещества от автомобилната и тежката индустрия са причина за все по-ранно и по-интензивно появяване на сенната хрема. От това става обяснимо защо, макар че в селата има повече цветен прашец, отколкото в градовете, склонността към сенна хрема в големите градове е съществено по-голяма. Така в ГДР, в сравнение със Западна Германия, поради по-малкото количество

²² Михаел Рембке в: *Берлинска сутрешна поща* от 3.07.99.

автомобили имаше и по-малко замърсяване на околната среда, затова пък много повече пушек от каменните въглища. Но въпреки това имаше по-малко алергии, защото очевидно пушекът от въглища е по-малко вреден.

Както отдавна е познато, много алергични диспозиции се наследяват през поколенията. Една пациентка разказа, че майка ѝ страдала от тежка мигрена, а след пубертета тя получила постепенно влошаваща се алергия срещу моркови, орехи и целина, които също и нейната майка не можела да понася. Наистина има форми на мигрена, които са породени от алергия и така алергията като реакция на лигавиците се наследява от следващото поколение.

Но въпреки наследяването, дори и кожният тест да покаже свръхчувствителност, алергията не винаги трябва да избухне. Донесе ли се алергично предразположение, често се развиват съответните симптоми при емоционален стрес. Така може да се наблюдава как при същата концентрация на цветен прашец във въздуха не се появява алергична реакция, когато е налице душевно спокойствие. В тази взаимовръзка в психосоматичната медицина се говори за «гневна» кожа или за кожата като «място за оплакване».

Каква е същността на алергията, която преди се е разбирала като «идиосинкразия», т.е. «особена възприемателна склонност за определени дразнения»? Още през последното столетие фармакологът Рудолф Коберт (1854-1918) означава идиосинкразията като «необяснима мистерия на индивидуалността». Това е сполучлива характеристика, понеже отговорът на външни дразнения от страна на тялото може да бъде съвсем различен и веднъж може да води до болест, а друг път до здраве.

Колко голяма роля играят конституционните предпоставки за свръхчувствителните реакции, се знае също и в психологията. Една лесно «запалваща се» личност ще реагира на нещо по съвсем друг начин от една «дебелокожа» личност.

Веднъж имах пациент със сenna хрема, който беше извънредно пропусклив в своята душевна и физическа конституция,

така да се каже беше, «тънкокож» и крайно интуитивен, това означава, че в известна степен той «миришеше» проблемите, но не можеше да събере многообразието на идеите си в една форма, така че с часове можеше да се разлива, говорейки, без да каже нещо съществено. В походката му правеше впечатление, че винаги пружинираше на пръсти, а душевно точно обратното, той можеше да покаже огромен инат. В тази връзка беше интересно, че редом със сennата хрема той имаше същевременно камъни в бъбреците.

В смисъла на предишните изложения относно закона за полярността в този случай трябва да говорим за смяна на местонахождението на енергиите, съответно за едно в гръцки смисъл «изместване», дискразия на телесните сокове. Конкретно това означава, че нервно-сетивната система, където нормално всичко би трябвало да е оформено «сухо» и хладно, е неструктурирано и топло. А в областта на бъбреците, където нормално всичко би трябвало да тече и да разтваря минералите, водното се стаява и сгъстява. Остане ли се в гореописаните понятия, би могло да се каже: Областта на главата става много сулфурна (сярна), а областта на обмяната на веществата много солева, това означава минерална.

В този случай човек може да се запита: Каква е същинската болест? Тази, която така бурно настъпва навън, или тази, която витае съвсем потайно? Не ни ли казва самото тяло – както може би при повечето хора, – че равновесието между водоотделителния орган бъбреците и горните въздушни пътища не е правилно? Че бъбреците отводняват на «фалшивото място», съответно «изпотяват»? Че съотношението между въздушното, душевното и водно-лимфатичното е нарушено за сметка на последното? Всъщност бъбреците също и в психосоматичен смисъл са орган на емоциите, който регулира индивидуалното отношение към външния свят и реагира, когато душевно излезем от равновесие – (удря ме в бъбреците). Всяко възпаление е надвишаващ своята цел смилателен процес, протичащ на неправилното място (дислоциран), което е доказано до биохимичните му детайли от

патолога Роберт Ръоселе и описано като «парентерално смилане» и с това той достига до заключението: Болестта е засилена степен на нормалността, но на погрешното място.

Това има смисъл при алергиите, понеже, макар неорганичните съставни части да влошават алергията, те не трябва да бъдат «смлени» подобно на органичните съставки, което назоваваме като възпаление, когато са налице симптомите зачервяване, подуване или сърбеж. Затова с малки изключения например никел, най-често срещаните алергени са с органична натура: цветен пращец, косми на животни, акари (милби), хранителни средства като жито и мляко или отрови за насекоми и латекс.

При алергиите, съответно при сennата хрема, тялото показва реакции, които надвишават целта си, което Рудолф Щайнер нарича «хистерия, която е станала органична», за да изясни, че тялото не може достатъчно да се отграничи даже и срещу най-малкото идващо отвън дразнение, то се наводнява отвътре и реагира преувеличено.

Клетъчните и биохимичните реакции в имунния организъм на човека, като например мастоцитите (клетки на имунната система, които могат да «смелят» чужди продукти) и техният биохимичен продукт хистамин днес са добре изследвани. За чисто симптоматично лечение медицината днес предписва антихистаминови медикаменти, които би трябвало да потиснат алергичните реакции. Както дихателният, така и храносмилателният тракт – и тук е налице взаимовръзката между бели дробове и черва – съдържат голяма част мастоцити и с това щом в тези области навлязат алергени, трябва да се очаква силна реакция. Хистаминът обаче разширява малките кръвоносни съдове (капиллярите) и те засилват притока на кръв към периферията на тялото, за да се осигури охраната, която пресреща навлизащите навътре алергени. Освен това хистаминът стеснява бронхиолите, с чиято помощ тялото предизвиква кашляне, чрез което изблъсква навън навлезлите чужди тела и освен това повишава производството на стомашните секрети – един по-нататъшен опит на организма да унищожи чуждите тела чрез повишена

храносмилателна дейност. С това виждаме, че не хистаминът е това, което причинява в последна сметка алергията. Не се ли вземе под внимание целият човек, алергията и занапред ще остане една «мистерия».

В този контекст насочваме към една основна взаимовръзка между алергиите и имунната система. Нашият органичен, както и душевен живот зависи от това, че ние възприемаме света («не-аза») по многообразен начин, преработваме го и отчасти отново го изхвърляме навън, това значи, изчистваме се от отровите. Това, което преди е било вън – Парацелз генерално го означава като «отрова», – става наша физическа и душевна собственост чрез извънредно сложни процеси, с други думи то става част от аза, от нас, от себето. Душевният жест при възприемането е симпатията; душевният жест на отделянето и изхвърлянето, на отблъскването и отграничаването, съответства на антипатията.

Нашият имунен организъм е важна част на тази азова дейност, той трябва да съхрани границата между вътре и вън. Прекалената «симпатия» като любопитството или хистерията, но и нездравословната невъзможност човек да се отграничи от околността и с това душевното разливане, е като непрекъснатата заплаха, на която организъмът отговаря с възпаление, като процес на самоизлекуване, който за пациента първоначално е неприятен.

В повишената «антипатия» можем да видим отвращението, неврастенията, затвореността в себе си и телесното втвърдяване. При всяка алергия това съотношение е налице, като кожата и лигавиците, като немощна охрана на границата, само оглеждат наличните условия в полза на повишена симпатия към външния свят, която води тогава до «антипатична» свръхреакция. Причината за алергията можем да означим като патологично повишена «симпатия», с нарушаване и раняване на границите, при което запазващата тялото азова функция трябва да направи всичко, като бурно се защитава, за да може да съхрани телесното интегриране. Настъпващата при това свръхреакция е изпълнено със смисъл явление за самозапаз-

ване на аза – само че по прекалено «хистеричен» начин. Това, което би трябвало да се постигне от нормалните функции на веществообмяната, се премества в сетивната периферия, понеже организмът не е в състояние да го извърши във вътрешността си и се чувства пренатоварен.

Ако организмът не реагира на чуждото, на навлизащите в него «врагове» – без всякаква реакция, вместо алергично, съответно анергично, – след известно време това ще доведе до хронични болести. От полярността между възпаление и тумор като от само себе си се обяснява, че статистически подкрепеното изказване, че алергичните хора учудващо рядко се разболяват от рак, отколкото средно аритметично може да се очаква, има своето дълбоко основание.

Трябва ли, според това твърдение, възпаленията да се третират като необходим тренинг на имунния организъм и с това като профилактика срещу склерозата и рака в по-късна възраст?

Че имунната система не бива да се разбира само като телесно функционална, а че притежава съществена азова функция, е познато от дълго време и между другото се говори за психо-невроимунология, за да се включи и душевната страна на имунната реакция.

Рудолф Щайнер картинно описва дълбоките причини на болестта. За това използва картината на стая, пълна с мухи, които образно символизират бактериите. Когато се установят и признаят само външните симптоми и се води борба с тях, ще се убият само мухите и евентуално в стаята ще се изчистят боклуците, от които мухите се привличат. Това е равнозначно на една симптоматична терапия. След известно време мухите сигурно отново ще са там. Човек, който обстойно се занимава със стоящите зад това причини, ще трябва да се запита защо жилището е винаги замърсено и при това вероятно ще открие депресия при домакинята, която я прави неспособна да почисти стаята. Значи мухите в края на краищата са следствие на един душевен проблем. Когато той лекува депресията, т.е. намери истинската причина, стаята постепенно ще стане отново чиста

и на мухите ще се отнеме възможността за съществуване, без да е нужно да се унищожават. В този случай депресията и мухите имат директна връзка.

Имунната система като един «течен мозък» (Щайнер) има същите способности, които ние притежаваме в нашия съзнателен душевен живот: възприемане, познаване, преработване на познатото, реагиране, активиране или спомняне. Значи съществува пълна аналогия между несъзнателните за нас имунни процеси в кръвта и нервната дейност. Тази взаимовръзка се показва в следната таблица.

Табела 1		
Аналогии между нервната система и имунната система		
Функции	Нервна система	Имунна система
Рефлексна дъга:		
възприятие	сензорна клетка	Ig – рецептор
аференция	аферентен нервен път	лимфоцит
централно преработване	ганглий / ЦНС	лимфни възли / далак
еференция	еферентен нервен път	
ефект	мускулен	Блимфоцит
	секреторен	АТ-посредничащ имунен отговор
	вакуларен и т.н.	Т-лимфоцит: клетко-посредничащ имунен отговор
адаптиране	+	+
саморегулиране	+	+
памет	+	+

Както вече беше изложено, при алергията душата, тялото и индивидуалните реакции спрямо проблемите от заобикалящата среда трябва да се разглеждат като общност. За това ще посочим два примера.

Един мъж работи от 40 години в завод за гума. Една сутрин той се събужда с екзема по ръцете. Кожният тест потвърждава, че е алергичен срещу химикалите на гумата. Въпросите относно времевия фактор показват, че появата на болестта се предхожда от тежък душевен удар: Един ден преди това мъжът узнава, че неговата обична жена страда от неизлечима болест и след няколко седмици ще умре.

Една жена в средна възраст веднъж пробва скъп парфюм и един ден по-късно получава алергична реакция. Поради това се сеща, че се касае за подаръка на един приятел, който преди шест месеца я изоставя при шокиращи обстоятелства. Парфюмът бил неговият подарък при сбогуването. Жената може да е «забравила» подигравката, но кожата си е «спомнила» за това.²³

Как антропософската медицина тълкува предразположенията и патологията на алергиите и сенната хрема и как от това може да се извлече една рационална терапия, която включва и изпитаните методи?

Още в детството си някои хора имат водниста конституция (така наречената лимфатична, съответно ексудативна диатеза) или страдат от млечни струпеи, когато със своите сетива са оставени още беззащитни на произвола на външния свят. Душевното, което със своята природа принадлежи към въздушния елемент, още не е достатъчно консолидирано, за да може да навлезе (формообразуващо) във водните процеси. Понеже човек не може достатъчно да се отграничи, в съответното годишно време става прекалено силно «природа», тя навлиза

²³ Из: Anne Maguire, *Кожните болести като послание на душата*, Олтен 1991 г., стр. 74.

прекалено силно в него, разбърква всичко и може да доведе до спазми в сетивната област, водещи до астма например при сенната хрема. Душата и азът още от детството трябва да се засилват профилактично срещу все по-силните замърсявания на околната среда. Храната трябва да бъде природосъобразна и детето да има възможност да влиза в борба с болестите, за да може да тренира своята имунна система.

Нека си спомним как още нашите баби казваха, че мръсотията е най-добрата медицина. Те са имали предвид, че човек постоянно трябва да се сблъсква с околната среда, за да изгради правилните защитни сили. Расте ли детето прекалено стерилно и «отнеме» ли му се всяка болест – нека помислим за многото потискащи температурата медикаменти, които отчасти увреждат флората на червата и не позволяват да се изградят правилните защитни сили, от които човек се нуждае по-късно, когато е необходимо. Целият свят тогава се превръща в постоянен товар!

Че днес ни е необходима различна от предлаганата дегенерирана и отчасти вече генетично манипулирана храна, се разбира от само себе си. Селското стопанство трябва отново да стане част от медицината! Чрез интензивното силажирано хранене – кравето мляко вече съдържа алергени (хистамин), – поради химичното торене и пръскането житният белтък не може да узрее и се превръща в «отрова». В това отношение пшеницата застава на първо място, понеже съдържа най-много белтък, (така нареченият глутен). Затова в миналото след събирането на реколтата житото се е оставяло да лагерува, което се нарича «смъртно зреене», подобно на това, когато топъл хляб се оставя да престои, за да стане лесно смилаем. Сега все по-често се появява млечната алергия под формата на непоносимост на млечната захар (лактозна интолерантност). Предполага се, че с това нарушение в Германия живеят около 4 милиона хора, което води до значителни ограничения, понеже млечните продукти играят важна роля в нашето хранене.

Разбира се, че първо трябва да се открие какво е несмилаемо за организма, какво го прави алергичен. Дали «причините-

лите» се намират във въздуха, както при сенната хрема, когато е почти невъзможно да ги избегнем. Различно е при храненето. Първо се препоръчва проста основна диета, която най-често се състои от незаподозряна храна, състояща се например от просо, ориз или агнешко месо (така наречената «остави настрана» диета), или се оставя засегнатият да пости и тогава бавно се въвеждат въпросните предизвикващи алергията хранителни средства.

При това се прави разлика между хранителни средства, които рядко причиняват алергия, групата на средната поносимост и опасните, като пшеница, праз, чушки, сирене, шушулкови растения (боб, грах, леща), лешници. Хранителната алергия може да се появи маскирана и това се простира от мигрената през астмата, ревматизма, до депресията и други психични затруднения. Прибави ли се заподозряната храна към хранителния план, тялото реагира по свой начин и така врагът поне е идентифициран.

Колкото по-рано се премине на биологично или биологично-динамично (Деметер) хранене, толкова по-голям е шансът организмът да може правилно да храносмила.

В тази взаимовръзка работи лекарят Херберт Ринкел, откривателят на маскираната алергия и диетата «остави настрана» (Weglaß), който през 1933 г. иска да публикува опитите върху себе си, но е отречен и е признат чак през 1944 г., когато може да подкрепи своя метод с над двадесет хиляди единични теста.

Ринкел бил беден студент по медицина, който се изхранвал изключително с яйца, изпращани със сандъци от фермата на родителите му. С течение на времето той ставал все по-болен. Страдал от гърло, главоболие, ушни болести и постоянна хрема. След като прочел една статия за хранителните алергии, той направил следния експеримент: Изял колкото се може по-бързо шест яйца, за да предизвика акутна реакция, в случай че яйцата са причината за неговото страдание. Но не се случило нищо, напротив той се почувствал по-добре от преди. В течение на следващите четири години все повече ставал инвалид и решил

четири дни да не приеме никакво яйце. След няколко дни всички негови оплаквания изчезнали. На петия ден изял парче сладкиш и реакцията била страшна. Той паднал на Земята в безсъзнание и така останал няколко минути. Изоставането на яйцата го направило свръхчувствителен и като следствие той реагира в такава силна степен на сладкиша, в който имало яйца. Няколко пъти повторил експеримента и по този начин открил демаскирането на хранителната алергия.

Ринкел дефинира маскирането на една алергия по следния начин: «Когато някой приема една и съща храна всеки ден или почти всеки ден, може да бъде алергичен, без да подозира, че тя е причина за неговите болестни симптоми. Обикновено след изяждането на тази храна човек се чувства по-добре, отколкото преди храненето. Това се нарича маскирана хранителна алергия.

Понеже, за да се чувства временно по-добре, засегнатият отново посяга към тази храна или средството за наслада, появява се пристрастеност, както при алкохола и наркотиците, когато при въздържание настъпват породени от липсата явления, които чрез новото приемане на същото средство, например хляб, сладкиши или кафе, могат да изчезнат.²⁴

В природолечението, хомеопатията и антропософската медицина има различни усилващи средства, които премахват оплакванията: от елементите селен и калай, през специфичните горчиви средства за усилване на обмяната на веществата, основното саниране на червата, калциеви препарати, «хомеопатичен кортизон», пчелна отрова (Apis), коприва, до едно действащо надълбоко конституционно средство, което Рудолф Щайнер развива срещу сennата хрема и алергичната астма и което се прилага в покачваща се дозировка като инжекция или студена пара (инхалация), преди да започне характерната симптоматика, т.е., още през месеците януари и февруари. Този препарат

²⁴ Клаус Диетер Рунов, *Клинична онкология. Болести причинени от околната среда. Нови пътища при диагнозата и терапията*, Щутгарт 1987 г.

„Gencido“ на фирмата *Weleda* се състои от лимон и дюля и през последните десетилетия твърдо се наложи.

Редом с това съществува възможността тялото да се засили от страна на веществообмяната с комбинация от цветен пращец и силиций – така наречената «Pollen Kieselnahrung» на фирма *Wala*. Цветният пращец има силен имунностимулиращ ефект и в Украйна беше приложен при радиоактивното облъчване. Силицият, в хомеопатичната или в органичната му форма в полския хвощ или в просото, силициеви водорасли или ечемик, е важно средство за «отграничаването» на кожата и лигавиците от външните влияния. Той се наложи при алергиите заедно с приемането на сурова храна или постене.

Редом с предписаните от лекаря медикаменти – това се набляга още веднъж – трябва да се внимава за природосъобразно хранене още от ранното детство (което включва и свободното от отрови майчино мляко) и за душевните «алергени» в нашата социална среда, които все повече отслабват душата ни, понеже най-често ни предлагат малко радост и удовлетворение.

НЕВРОДЕРМИТ

Невродермитът, който най-често се появява още през най-ранното детство, поставя медицината пред най-големи проблеми, що се отнася до появата, хроничната му форма и преди всичко терапията. Придобит ли е той или «донесен»? Защо една такава болест с хронични тенденции се появява още в най-ранното детство? Кои вътрешни слабости и външни дисхармонии се отразяват в него?

Като типична «болест на епохата», която засяга 15-30% от населението на западните индустриални нации и също както сенната хрема и астмата (някои автори говорят също и за «астма на кожата»), се причислява към «атопичните»²⁵ болести, което означава реакция на погрешното място, определен вид на свръхчувствителност. Поради специфичната взаимовръзка с нервни елементи, може да се означае също и като «невроекзема». При това е интересно първоначалното значение на произхождащата от гръцки дума «екзема», което преведено означава «изгонен навън чрез топлина». Това е сполучлива характеристика, когато се наблюдава «вулканичното» протичане на болестния процес: Започвайки от малки възпалителни възвишения (папули), се образуват мехурчета, които се пълнят с течност, после се пукват, наслояват се и се образува кора (струпеи). Това вулканично изригване се означава като «обрив».

Към това се прибавя повече или по-малко поносим сърбеж, който води до вторични проблеми и се счита за един от най-неприятните симптоми на невродермита. Той трябва да се различава от последващото «чесане», което всъщност е личното отношение към болестта. При това има разлика, но не с рязка граница, от нормалния сърбеж при по-суха кожа, при копривна треска и при тежки самонаранявания чрез агресивно чесане.

Понастоящем вече 40% от всички деца имат суха и

²⁵ Хронични заболявания, като дерматита, с продължително развитие, симптомите могат да се появяват и да изчезват. – Бел. пр.

чувствителна кожа, което се смята като почва за невродермита. Сериозно се обсъжда дали прекаленото къпане и честата употреба на сапуни и шампоани с активни тензиди (синтетични сапунени вещества) постоянно отслабват кожата, като пречат на правилното образуване на киселини и мазнини, и с това се дава основа да се появи невродермитът.

Засегнатата кожа е извънредно чувствителна, пациентите не се чувстват добре в нея и реагират на най-малкото вътрешно или външно дразнение. Тези явления могат да се появят още между втория и шестия месец от раждането и като млечни корички²⁶ да означават проява на известно предразположение.

В първите месеци отделните огнища често са зачервени, мокри и силно сърбящи, те най-често се намират в нервно-сетивната област на тялото, т.е. по главата и бузите, но могат да се разпространят и по тялото. Външната страна на ръцете и краката са по-малко засегнати – там е повече територията на псориазиса, – но пък толкова повече страдат свивките на ръцете и колената.

В холистичната медицина външната страна на крайниците, както вече беше споменато, означава външната страна на организма. Тук почти не сме чувствителни на докосване, но свивките и вътрешната страна са изключително чувствителни и меки и там се отразяват вътрешните органи. В тази връзка китайската медицина посочва, че през вътрешната страна преминават меридианите на белите дробове, сърцето и кръвообращението. Кожата при невродермитите в кратко време става все по-суха, това означава, че тя все повече се доближава до нервно-сетивната дейност с принадлежащите към нея разграждащи тенденции. При възрастните картината може да стане дифузна, да засегне най-често главата, гърлото и горната част на туловището, но

²⁶ Млечни корички е означение в говоримия език на образуващ кора обрив по лицето и главата като първа манефистация на atopичната екзема (невродермит) в кърмаческа възраст. Понятието е свързано с подобното на кожните изменения загоряло в тенджерата мляко и не означава, че причината е непоносимост към млякото. – Бел. ред.

може да се разпростре и под мишниците и по долната част на туловището. Прави впечатление отношението към най-важните сетивни органи очите, около които кожата често изглежда набръчкана, суха и тъмна. Общо взето тя повяхва, става отпусната, сива и през зимата се влошава от сухотата и студа. Разбираемо е, че в повечето случаи изпотяването липсва.

Да разгледаме сивия цвят: това всъщност е цветът на старостта и с това на неживото. Нека да помислим как лицето ни става сиво, когато нервно сме претоварени и как старият човек получава сиви коси, кожата му става сива, понякога пепелява, появява се (сиво) перде на очите (grauen Star) и как уморената душа хвърля сив воал върху всичко животворно и пъстроцветно. При невродермита би могло да се каже, че се проявява процес на стареене в областта на кожата, като при това доминират нервно-сетивните функции и то не само в чисто телесните прояви. Това например също е сърбежът, който води до непрекъснато самофиксиране и който прави цялата сетивна периферия прекалено будна, прави я съзнателна.

Би могло да се говори за изместване навън на вътрешните проблеми, което се отнася главно за възрастните, но не се спира и пред децата.

Познато е, че всички невродерматици имат склонност към свръхбудност и неспокойствие, понякога и към «неконтролирано натрапчиво любопитство», което ги дърпа към външното, води до моторно неспокойствие, а при възрастните лесно води до сух интелектуализъм. Тези черти на характера, които в никакъв случай не бива да се преценяват морално, могат да се придружават от изразена воля към разрушителна агресивност, която се прикрива зад непоказан страх пред живота. При децата често е налице склонност силно да се обвържат с майките, от чиято страна може да се наблюдава едно несъзнателно отблъскване, съответно дистанция.

Постоянното чесане може да се интерпретира като вид агресивност към себе си и стремеж за привличане на вниманието, като вътрешните проблеми избиват навън, за да могат

да привлекат вниманието на околната среда.

Колко много тук играят роля душевните проблеми, се вижда от това, че невродермитът преди често се е означавал, като «Meilensteinkrankheit» (болестта на маркировачните камъни). Очебийно е, че при силни биографични изживявания, като започване на училище, следване, постъпване в армията, което често е свързано с «прерязване на пъпната връв» и отделяне от семейния дом, се появява значително подобрение и дори излекуване. От друга страна, наблюдава се, че болестта отново може да настъпи при нови връзки, например при сгодяване, женитба или раждането на дете, но също и при прекъсването на дадени привички, например при развод. При това не рядко се касае до «първоначални влошавания», които не бива да се вземат като погрешни тълкувания, че човек е избрал грешния партньор.

В психосоматичната и в холистичната медицина естествено се поставя въпросът за телесното местоположение на една болест, за да се получат сведения за вътрешно-душевната конфликтна ситуация. Какво в този контекст например ни казват ръцете, с които работим и докосваме, съответно разбираме света? Когато те се «мумифицират» «напукат», когато са «наранени»?

От психосоматиката е познато какво се случва, когато животът не може да се държи в ръка или нещата твърде здраво се държат, когато човек се отдръпне от някаква работа или когато «ръцете му са завързани».

При това мисълта за каузалността и синхронизацията от психологията на Юнг е от голяма помощ. Каузално би било, ако кажем: Кожният обрив идва от този или от онзи душевен проблем, както познаваме това при техниката. По-подходящ за живота изглежда методът на синхронизацията, времевият и смисловият паралелизъм от душевни и телесни явления, по които може да се заключи за още по-дълбоки взаимовръзки. Невродермитът не може да се приеме за чисто психосоматична болест – за това е твърде комплексен. Едно запитване при заболели от невродермит студенти показва, че съществено подобрение е настъпило след душевно стабилизиране.

Колко далеч в миналото трябва да се проследи една такава болест, може да се види от разказа на една аптекарка, която в течение на много години снабдявала с кремове една клиентка за болното ѝ от невродермит дете. Един ден двете се разговорили и майката разказала колко виновна се чувства, че през цялата си бременност не е желала детето си и сега е «прокълнатата», дълги години да го маже с кремове и да го гали.

Този епизод насочва – когато се разглежда без морализиране – към някои основни въпроси: Дали невродермитът, даже и когато се има предвид наследствеността от повече поколения и за техните не напълно излекувани болести, е последната степен на такъв процес, който в края на краищата може да се разтоvari върху кожата? Дали една детска болест, която най-често се изявява върху кожата, не е възможно да е вид здравословно изчистване от отровата, като кожата отхвърля старите наследени обвивки? Не е ли здравословно ръководена от организма една «екзема», чиято основа разклащаме чрез многото имунизации, така че от оздравяващото възпаление рано или късно става хроничен процес, който се простира нататък през много години и десетилетия?

Много пъти съм наблюдавал това при така наречените имунизационни екземи. Понеже тялото не може да се справи с естествените си врагове, а е принудено да се бори с чуждия белтък на имунизационното вещество, може да се предположи, че масовите имунизации чрез насилственото претоварване на имунната система не са напълно безобидни.²⁷

Генерално може да се каже, че кожата при болния от невродермит твърде много се развива в посоката на изсъхването, закоравяването. Има болести, като например имунната болест склеродермия, при които кожата има склонност дори в посока на образуване на кости.

Както чрез едно много рано интелектуализиране, така

²⁷ Сrv. също Герхард Бухвалд, *Имунизирание. Бизнесът със страха*, Ланстайн 1994 г.

също и чрез даването в ранна възраст на противорахитични медикаменти и флуор, които засилват телесните тенденции в посока на втвърдяването, чрез повишената употреба на електричеството, дегенериралата храна и огромното количество сетивни дразнения²⁸, както и чрез непрекъснатото увеличаващата се нервност във всички области на живота, се засилват втвърдяващите тенденции в организма.

Топлинните процеси, например температурата, която в медицината дори изкуствено се предизвиква при борбата срещу рака (така наречената хипертермия), могат да предотвратят отлаганията или да ги разтворят. Наблюдава се, че деца с невродермит почти никога или рядко имат температура. Получат ли обаче инфекция, придружена с температура, невродермитът може да се подобри или дори напълно да изчезне.

За да се покаже комплексната картина на тази болест, преди да се поясни начинът на лекуване, ще се опишат няколко болнични случая. Между другото те отразяват многообразието на това заболяване, а също и душевната мизерия и пътя на страдание, които изживяват хора с хронични кожни болести. С това се цели да се разбере от какво голямо значение за положителното развитие и излекуване на болестта е душевната диспозиция.

²⁸ Като например кино, радио, музикални записи, телевизия, електронни игри, електронна музика, шум на автомобили и др. п. – Б. пр.

Разказ от бащата на две и половина-годишния Улрих

Улрих е първото от нашите две деца. Поради седалищното положение при раждането трябваше да се извади чрез цезарово сечение. При първия преглед всичко беше в ред, само вниманието ни веднага се насочи към силно чувствителната му кожа. Още през първите дни Улрих имаше следи от одраскване по лицето. Той получи ръкавички, с които обаче веднага започна да си търка лицето. Поради нетърпението на сестрите в клиниката Улрих трябваше твърде бързо да бъде накърмян и поради това се отби. Драскането остана. Предположенията на лекарите и сестрите бяха многобройни и гласяха от «това правят всички деца», през «млечна непоносимост/сменяне на млякото» до «бебешки пъпчици» и «млечни корици».

След четири до шест седмици цялото му лице се покри с тези «пъпчици». След няколко месеца червените петна и пъпчиците се разпространиха по дупето, краката и свивките на колената, телцето и коремчето. По това време за първи път се произнесе диагнозата «невродермит».

Изпробвахме различни сортове мляко и по съвета на един антропософски детски лекар преминахме на пълнозърнеста храна. Улрих получаваше само каша от житни растения, за която се използваше цялото зърно, както и пшеничено и овесно ашуре (слуз). Освен това от жилището премахнахме всякакви пластмасови произведения, изкуствени влакна и вълна. Когато Ули стана на година и половина, жена ми замина с него на Северно море, но и там нищо не се промени.

Беше много тежко време за нас. Минимални подобрения веднага се сменяха с катастрофални сърбящи обриви, чесане, плач, мрънкане, носене на ръце, неотделяне от родителите. На детските площадки за игра имахме много неприятни изживявания с родителите на други деца, които изведнъж, щом ни видеха, си тръгнаха или казваха на децата си: «Бягай, онзи там има нещо.» Също и по-възрастни деца правеха подобни забележки.

Междувременно установихме, че Ули не понася овес,

домати и яйца. Веднъж така силно реагира на яйцата, че като бяхме на гости, където половин час преди това имаше за обяд пържени яйца, той получи силен обрив, при който си разчеса врата и лицето до кръв, а кожата се разкъса на парцали. Детето се нуждаеше от непрекъснати грижи. Колкото по-лошо ставаше, толкова и ние ставахме по-раздразнителни, преди всичко аз. Това, разбира се, се предаваше на Улрих. Беше катастрофален дяволски кръг.

Междувременно научихме за една детска клиника в Гелзенкирхен, която беше се специализирала по невродермит. Когато Улрих стана на две години, жена ми замина с него за една подготвителна седмица за майката и детето. Тук му се направи режим на храненето, проведеха се разговори и се дадоха разяснения относно вероятните причини на болестта, относно храненето, медитативни упражнения, хомеопатия и облъчване с магнитно поле. На третия ден на Улрих му стана толкова добре, че чужд човек не би забелязал, че някога е имал невродермит.

В къщи трябваше да се проведе диета само с ориз и ябълки в продължение на пет седмици, за да се прочисти тялото. След тези пет седмици отново беше предвидено да постъпи в болницата, този път няколко седмици. В първите седмици на изчистването от отрови Улрих постоянно се чувстваше мизерно. Поради това трябваше да посети клиниката с много лошо състояние на кожата. Там научихме, че едно друго дете също не понася ябълки. Вместо ябълки Улрих получи круши.

От този момент кожата започна да се подобрява и след три дни всички симптоми изчезнаха. Постепенно започнахме да възстановяваме храненето. Първо прибавихме цветно зеле, той го понесе добре. На маслото Улрих реагира много силно. Като мазнина и досега може да приема само един диетичен маргарин с ненаситни мастни киселини, но и от него само съвсем малко.

След десет дни, по семейни причини трябваше да напуснем клиниката. Улрих се чувстваше много добре и ние се осмелихме да проведем по-нататъшното изпробване на хранителните продукти в къщи.

Въпреки строгото спазване на диетата състоянието на кожата се влоши, докато установихме, че е алергичен към перушината на юрганите и пера от кокошки. Всички възглавници и пухени юргани се отстраниха от жилището и хранителната терапия продължи. При опитите с различни храни винаги имаше реакции, докато най-после почти сигурно знаехме какво Улрих понася и какво не.

При пълнозърнестата храна и изоставянето на захар, сол, животински белтък и отстраняването на пухените завивки, постигнахме много добри успехи. Въпреки тези строги хранителни ограничения, той расте и се развива великолепно. От липсата на някои хранителни вещества не се страхуваме. Откакто Улрих се чувства добре, направи огромни крачки напред и в своето социално развитие. В това отношение, когато беше болен, той беше малко изостанал.

В клиниката също разбрахме колко важно е да оставим детето ни в неговия собствен свят. То трябва да се учи, да решава по детски и по свой собствен начин своите конфликти, а не чрез намесата на родителите или с помощта на чесането.

Ние можехме да наблюдаваме как децата, когато играят едно с друго, не се чешеха, а щом наблизко се намираше някой от близките им, често отново започваха. Те са свикнали, когато се чешат, някой да реагира, било за добро било за лошо. Професорът в клиниката ни посъветва, чрез собствен тренинг за отпускане и успокояване да се учим по-добре да се справяме с болестта на детето и понякога да го оставим и да се чеше. От раждането на Улрих нашият живот много се промени. Ние също променихме храненето си и ежедневните си привычки. Установихме, че много материални неща от преди всъщност бяха удовлетворение-заместител на нещо и съвсем не са били особено важни. Преминахме през едно сурово училище, но научихме много от него.

Разказ от майката на осемгодишната Катинка

Катинка е третото от четири деца. Още като малко бебе тя имаше много чувствителна кожа, която се раздразваше от памперсите. Аз можех да ѝ слагам само пелени от плат. Макар че употребявахме специални кремове и пудра, кожата винаги се разраняваше. Освен това тя имаше много силни млечни корички. Цялата глава беше покрита със струпеи. И двете оплаквания ги имаше още от раждането.

Бременността и раждането на Катинка преминаха напълно нормално. На мен ми беше постоянно лошо до осмия месец, но иначе всичко друго беше наред. Раждането обаче трая доста дълго. Когато приемането на кислород повече не беше наред, получих перидурална анестезия (наркоза в гръбначния стълб). Към края всичко премина доста припряно и бързо. Поради наркозата можех да следя напъните си само върху екрана на апарата, който ги регистрираше. Изведнъж се уплаших, че става нещо неправилно, понеже трябваше така да бързам. Тогава с три напъна, които не усетих, успях да я избутам. Вложих цялата си сила в усилието да изблъскам детето, вече всичко ми беше все едно и аз само напъвах. Медицински всичко беше в ред и можех веднага да я накърмя.(...) Когато Катинка стана на три седмици, трябваше отново да тръгна на работа. Тя обаче отблъскваше всеки биберон и всяко шише, докато аз се завърна в къщи. Налице беше много голяма обвързаност с мен. Би трябвало да кажа, че от момента на раждането постоянно я взимах при мен, толкова често, колкото ми бе възможно, денем и нощем.(...)

Когато Катинка стана на една година, вече ходеше на гърнето, понеже виждаше това при по-големите си сестри и понеже мокрите пелени ѝ бяха неприятни. От този момент и кожата на дупето се подобри.

На главичката опитахме всичко възможно, преди всичко я мажахме с мазнина, за да омекне. Вечер често стояхме с часове, почиствахме струпеите, понеже тя и без това не можеше да спи и оставяхме главичката да се проветри на въздуха. Това не

траеше дълго и тя отново се покриваше със струпеи. Освен това много я сърбеше, а и косичката не можеше да пробие през слоя.

Днес Катинка е осемгодишна и по главата си все още има покрити със струпеи места.

Не мога да си спомня кога тези екземни струпеи се разпростряха и по тялото, но би трябвало да е доста рано. Първо започна в свивките на колената и ръцете. Структурата и цветът на кожата се променяха, кожата беше розово-жълтеникава. Ставаше все по-лошо и Катинка все повече се чешеше, често до кръв. На краката се разпростря нагоре, беше засегната вътрешната страна на бедрата, чак до чатала. Ние едва я къпехме, беше възможно само от време навреме в специална мазна баня. Нормална вода и особено хлорирана вода изобщо не можеше да понася, след това сърбежът обхващаше цялото тяло.

Консултирахме се с много кожни лекари и опитахме много мехлеми и кремове. Резултатът за съжаление беше такъв, че най-успешно беше едно леко кортизоново лечение. Понеже не искахме постоянно да употребяваме кортизон, а нямаше друга алтернатива, просто занемарихме целия кожен проблем.

През цялото време Катинка много страдаше, понякога беше малко по-добре, но особено през нощта беше много неспокойна и много се чешеше. Най-засегнати останаха бедрата и лактите.

Допитахме се до много лекари и лекарки, но те не знаеха как да ни помогнат. Те лекуваха симптомите преди всичко външно, а истинската причина никога не беше потърсена.

Един познат лекар веднъж ми препоръча да оставим Катинка сама да реши с какво иска да се лекува кожата ѝ, какво тя чувства, че ще ѝ помогне. Тя първо поиска да вземе масло, от което не ѝ стана по-добре, а кожата само се зачерви и излязоха мехурчета. По-късно веднъж опита с мед, но и това не допринесе нищо. Относно храната не можех да установя някаква разлика или влошаване. Дрехи купувам само от памук и синтетика, вълната изобщо изоставих.

Най-лошото беше сърбежът. Винаги ме болеше, когато

виждах как детето се чешеше и разраняваше. Тогава я взимах като яйце в скута си и здраво я прегръщах. Това беше моят начин да се справя със сърбежа и да го спра. Да приема детето като едно цяло, да го масажирам, галя и отвлека, вместо само външно да мажа местата. Искях да предизвикам други дразнения, съответно чувства. Често ме гризеше съвестта, че относно външната грижа за кожата правех много малко, но ми беше по-ценно да приема цялото дете, да го приема с цялото му страдание и да му предам усещането, че съм тук при него.

След много безуспешни посещения при кожни лекари, отидохме при нашия домашен лекар на село, който беше също и хомеопатично ориентиран. Той употреби много време и чрез един комплексен тест с въпроси изработи подробна анамнеза, въз основа на която искаше да започне съответното хомеопатично лечение.

Калинка беше вече седемгодишна. След преценката на анамнезата тя получи две зрънца сулфур (хомеопатична сяр) за смучене и скоро след това ѝ стана по-добре. Тогава ние много се зарадвахме, но след три месеца сърбежът отново започна. Катинка няколко пъти получи по едно зрънце сулфур и ѝ ставаше по-добре. Оттогава досега продължава по този начин. Всеки два до три месеца, щом забележим, че тя отново става нервна и щом започне да я сърби, ѝ даваме едно зрънце. Тогава се чувства добре и сърбежът също изчезва.

Лекарят опита да лекува също и главоболието, от което Катинка страда, но досега не му се удаде, затова смятаме, че още не е намерено окончателното средство.

Състоянието на кожата днес е такова, че петната още са видими, но станаха значително по-слаби, по-светли и по-малки. По-скоро изглеждат като пигментация, повърхността на кожата отново стана гладка.

Като майка, поради това, че имам повече деца, сигурно недостатъчно се занимавах с лечението на болестта, не бях и постоянна с намазването. Това повече или по-малко предоставях на Катинка. Понякога ѝ напомнях, но често забравяхме. На мен

и без това ми се струваше, че освен кортизона, нищо истински не беше помогнало.

Отмар, тридесет и пет-годишен

До моята осма година нито аз, нито родителите ми си спомнят за някакви кожни проблеми. На осемгодишна възраст се появиха първите места на гърба, преди всичко по продължение на гръбначния стълб и по главата. Това продължи през цялото време до четиринадесетата ми година, когато болестта се разпростря също по лицето и по гърлото. Освен това получих и астма.

По това време учех електротехника и днес предполагам, че контактът с машинното масло имаше участие в причините за това. Кожата се успокои отново, но лицето и гърлото останаха повече или по-малко засегнати. Един четириседмичен престой в кожна клиника на Северно море през 1972 г. ми помогна много и три месеца бях без оплаквания. Следващите два престоя на морето по-късно не донесоха повече никакъв успех.

Като двадесетгодишен в началото на следването състоянието на кожата ми отново се влоши. По това време ме лекуваха предимно с кортизон. Преди шест-седем години беше най-лошото ми време. Тогава невродермитът се разпростря по цялото тяло. Постъпих в университетската клиника и отново ме лекуваха с кортизон. С една смесица от кортизон и спокойствие постигнах доста голямо подобрене. Но едва минаха четиринадесет дни вкъщи и всичко отново се влоши както преди. Стресовите фактори поради следването и дипломната ми работа тогава сигурно играеха съществена роля. На края на следването все още ми беше много лошо. Сега реших да опитам нещо различно от университетската медицина. Отидох при един лечител, който започна хомеопатично лечение.

Със съответните инжекции и капки бяха възбудени всички отделителни органи. Терапията беше много тежка, защото много от тези отрови бяха изхвърлени през кожата, което означаваше

крайно влошаване на състоянието ѝ.

След два и половина месеца прекъснах лечението, понеже намерих работа. Работата и тази сложна терапия не можеха да се съгласуват. Вече имах чувствително подобрение. По това време приемах кортизонови препарати само когато не можеше иначе. От тогава повече почти не получих астматични пристъпи. Преди пет години в Австрия започнах лечение с постене, комбинирано с лечение по Майр. Майрлечението е диета с мляко и хлебчета, която трябва да нормализира функцията на червата. Чрез това кожата първоначално се успокои, но чрез нея отново се отделяха остатъчни отрови, което няколко пъти доведе до влошаване. В тази клиника за постене получих и озонова терапия, която не донесе подобрение. От няколко години вече не взимам никакъв кортизон.

Това, което в Австрия също много ми помогна и което до днес винаги прилагам, е дълготрайният душ. В началото почти един час се стои под душ от 38-40 градуса, като се стига до час и половина. След това винаги се чувствам чист и измит, кожата леко я намазвам с крем или олио. Би могло да се помисли, че от това кожата много ще се изсуши, но се получи точно обратното.

Сауната също много добре ми понася. За първи път тук се научих да се потя. Също и сауната чувствам като изчистване и след това почти не се нуждая от кремове.

През изминалата година подкрепих постенето с лечение със собствена кръв и собствена урина. Лечението със собствена урина имаше много силно действие на изчистване при мен.

Силният сърбеж и нарушенията на съня ми с времето съществено се подобриха. При стрес и възбуда усещам сърбеж и до днес, но в сравнение с преди вече съм много по-спокоен.

Междувременно тялото ми сравнително се изчисти от петната. Лактите и свивките на колената, преди всичко обаче вратът и лицето са местата, които и до днес са засегнати.

От известно време преминах на пълнозърнеста храна. Не ям сол, почти никаква захар, никакви лютиви подправки, месо, яйца и бяло брашно. Не пия изобщо алкохол, черен чай

и кафе и се опитвам да живея, без да дишам много прах. Чрез тази вегетарианска диета в мен се промениха много неща. Мисленето и чувствата ми станаха други, също и отношението ми към хората. По-рано не можех да проявя гнева си навън, всичко поглъщах навътре в себе си. Днес също не се разгневявам, но мога да приема другите такива, каквито са. Реакциите на другите не ги взимам така лично и в следствие на това не трябва повече толкова много да преглъщам.

Моето семейство нямаше никакво разбиране за болестта ми. Родителите ми казваха, че трябва повече да се стегна.

Известно време имах чувството, че няма да мога да им простя, че така малко ги беше грижа за болестта ми. Винаги съм бил черната овца в семейството, която не беше обичана от родителите си. Една от причините на невродермита би могла да лежи още в тези ранни детски преживявания. Може би душата ми си беше създала тази болест, за да получи поне по този начин малко внимание.

За съжаление бях се отучил и да плача. Това и днес ми липсва. Бих искал отново да мога да плача.

Заради невродермита си извадих всички пломби от амалгама и всички мъртви зъби. Какво ли не опитва човек, само да получи малко подобрене.

Мисля, че най-много ми помогнаха промяната на храненето и изчистването на отровите от тялото ми. За стабилизиране на моментното ми състояние сигурно ще проведе още лечения с постене. За съжаление трябва сам да ги финансирам, понеже болничната каса и застрахователният институт заплащат само стандартното лечение с кортизон, нормално хранене и климат.

Най-голямото ограничение, което ми налага невродермитът, чувствам най-вече при спорта – поради изпотяването.

За съжаление получих някои трайни увреждания от кортизона. Голяма част от косата ми изпада или се чупи, също и веждите; освен това кожата остана съвсем тънка. Поради кортизона трябваше да загубя и лещата на едното ми око. Преди 4 години на дясното око ме оперираха от катаракт.

От тогава трябва да нося контактна леща, което, разбира се, поради невродермита понасям много тежко. Поради болестта вече станалото хронично възпаление на съединителната тъкан още повече се засилва от носенето на контактната леща. Всичко, което преживях, беше жестоко, но чрез тази допълнителна очна болест разбрах, че тя ме принуждава още повече да погледна навътре.

Това са описания на няколко засегнати.²⁹

Сведения относно възможностите за лекуване

Природолечението, хомеопатията и антропософската медицина разполагат с широк спектър от лечебни възможности и редом с психо-хигиеничните мерки и подобряването на социалната среда, болестта може акутно и дълготрайно да бъде овладяна конституционно.³⁰

При това най-важното е да се възстанови правилната функция на червата, да се засили храносмилателната дейност и по-специално черният дроб с определени горчиви средства като глухарче и синя жлъчка (*Cichorium intibus* L.), с външни процедури с етерични масла (Öldispersionsbäder)³¹, с диета без животински белтъци и фосфати и приемане на гама линоленовата киселина за вътрешно овлажняване, това значи за образуване на влага и мазнина.

Днес се знае, че болният от невродермит не образува в кожата достатъчно тази мастна субстанция. Gamma-Linolensäure се намира преди всичко в семената на касиса (*Ribes nigrum*), пореча (лечебна краставица, *Borago officinalis* L.) и на пупалката

²⁹ Отпечатани без съкращения във: Фогт, Елизабет/Шлипер, Гизела: *Невродермит. Психика, хранене, кожна козметика*, Мюнхен 1991 г., стр. 72, 75 и 85.

³⁰ Да се изброят всички средства и мерки не допуска предписаният обхват на това изложение.

³¹ Бани, в които е диспергирано (разтворено) етерично масло.

(*Oenothera*). Това е етерично масло от тази част на растението, където са съхранени най-много жизнени сили – семената. Някои пациенти имат добър успех при уринотерапията със собствена урина.

Важни препарати са калциеви съединения от дъбовите кори, металът антимо и особено силицият в хомеопатична форма. Така например в антропософски ориентираната медицина с голям успех профилактично се предписва един препарат на майките по време на бременността и на кърмачетата продължително време след раждането, когато в семейството има тенденции за кожни болести. Това е *Aufbaukalk 1* и *2* на фирма *Weleda*, който е важно конституционно средство за хармонизиране на нервната система и обмяната на веществата.

Действащо надълбоко конституционно средство при всички видове кожни проблеми в ранната детска възраст е *Dermatodoron (Weleda)*, който се състои от две растения – разводник, червено кучешко грозде (*Solanum dulcamara*) и кръглолистно ленивче (*Lysimachia nummularia*), които съдържат в пепелта си до 30% силиций. В тази връзка вниманието отново се насочва към копривата и белия равнец. Фирмата *Wala* има отлични средства като органните препарати, за да възбуди виталността на кожата и с това тя отново да се подмлади. Дори да не може във всички случаи да се излекува, то с една комбинация от различни мерки и средства – например метални препарати и съответните лечебни растения – е възможно състоянието да се стабилизира.

АКНЕ

«Дълбочината на кожното увреждане е пропорционално на дълбочината на психическото смущение.»³²

Обикновеното акне, което се появява като физиологично, това значи «нормално» явление по времето на пубертета и отново изчезва най-късно до двадесет и петата година, представлява възпаление на мастните жлези в основата на косъмчетата по лицето (фоликули). Чрез увеличаване производството на мазнините се запушва изходът на мастните жлези, кожата изглежда мазна, жлезите се възпаляват и се превръщат в гнойни пъпки. В смисъла на досегашните изложения можем да говорим за смущения в обмяната на веществата, които се проявяват върху кожата, съответно за един дислоциран, изместен смилателен процес, който вместо в съответните органи се извършва на периферията.

Точно в годините, когато се събужда чувството за красивото, чувствеността и естетичността – лекарите на антична Гърция говорят за «възрастта на Венера», – кожата се обрива, извършва се един изчистващ процес. Някои засегнати от това младежи могат да се почувстват като «прокажени» и стигматизирани, макар че в никоя друга възраст груповото чувство не е толкова силно. Това в еднаква степен засяга както момчетата, така и момичета. Редом с хаоса в стаята, хаотичното възпаляване на кожата е един от външните знаци на преобразователни събития в годините на развитието.

За кожата става проблематично чак тогава, когато гнойните пъпки не се отворят навън и определени бактерии (*Propionibacterium*) разложат мазнината на агресивни мастни киселини, което тогава довежда до втвърдени възли и стопяване на тъканта, така че остават белези. В кожата се отделя недостатъчно добре смляно вещество под формата на мазнина

³² Дидиер Анциеу, *Кожен аз*, Франкфурт/М. 1991 г., стр.53. Вж. също бел. 8.

– на неправилното място и в твърде голямо количество – и се задържа в жлезите.

Пубертетът между другото се характеризира с това, че човек иска по-дълбоко да проникне тялото си, това означава, че сега се «завладяват» собствените органи на обмяната и сексуалните органи. При силното акне са налице индивидуални пречки, които карат активността на обмяната да бъде отклонена задълго в нервно-сетивната област на лицето и допълнително се засилват при известни душевни проблеми, които често се появяват в пубертета като например анорексия и затлъстяване, депресии или консумиране на наркотици.

Тежкото акне е многофункционално явление, което може да се появи в променена форма и в по-късна възраст и като разширено образуване на абцес (*Acne conglobata*) да обхване предимно гърба, а също и краката. Важна роля, редом с душевните изживявания, играят и хормоналните промени, дена-турираното едностранно хранене и липсата на чист въздух и светлина, които например през лятото благоприятно повлияват дишането и обмяната в кожата, понеже слънчевата светлина в правилна дозировка има специфично позитивно влияние върху дейността на костите и кожата ни.

Рудолф Щайнер посочва вътрешната взаимовръзка между кожата и костите и там – както модерната психоанализа, която говори за «кожния аз» – я означава като «азов орган», който, както душата в нервите и жизнените сили в жлезите, има своето физическо съответствие в кръвта и с това обхваща всички дейности на тялото.³³

Друга форма на акне, която може да се появи особено при мъже в средна възраст, е акне келоид. Среца се като нарастване (келоид) на съединителната тъкан в областта на врата.

Също и психосоматичната медицина засилено се посвети през последните години на пубертета и неговите телесно-душевни преобразувания и проблеми и в описаните глави вече

³³ Срв. Р. Щайнер, *Окултна физиология*, Прага 1911 г.

беше казано, че някои форми на появата на акне са във връзка с прекалени душевни изисквания (претоварване) и с това несъзнателно би трябвало да действат отблъскващо (уплашващо) върху околните, за да не се увреди необходимото вътрешно узряване.

Душевните смущения винаги се отпечатват повече или по-малко в обмяната и в излъчването на хормоните. Установено е, че ядосване и стрес водят до увеличено образуване на мазнини в кожата на тялото и в кожата на главата; депресии и чувство на вина душевно свиват и действат стесняващо на кожните жлези. Поради това познатите пъпки се появяват по различни места на тялото. Когато се появят в различните области на лицето, те според източната медицина посочват определени отслабени органи.

чело	-	областта на червата
бузи	-	белите дробове
областта на носа	-	сърцето
областта около устата	-	възпроизвеждането
ъглите на устните	-	стомаха
брадичка и чело	-	бъбреците

В последните години се разгледа и образуването на белезите, което при акнето може да стигне до тежка степен. Чрез тестване на личността се установи, че пациенти с тежко акне са чувствително по-агресивни, докачливи, по-страхливи и по-неспокойни от сравнителната група здрави хора, което позволява да се извадят изводите, че болестта има общо с «душешни белези».

При някои пациенти с акне се вижда, че в този период на развитие трудно се удава хармонизирането на физическо-телесното развитие с емоционално-сексуалното и това противоречие между тялото и душата може да се превърне в сериозен проблем.

Покритата обаче с пъпки кожа точно във времето на пу-

бертета – времето на най-голямата чувствителност и нестабилност – води до лични и социални конфликти чрез отблъскване, комплекси на малоценност, срам, отвращение, подигравка, състрадание, отричане на пола или натиск от страна на групата и затова трябва много тактично да се подхожда, за да не се отслаби завинаги чувството за собствената ценност – социалната среда участва в терапията. Под натиска на увеличаващото се субективно страдание се увеличава и вероятността да се потърси лекар. Обикновеният път води от общия лекар към дерматолога и в много редки случаи до психотерапевта.

Важното е комуникацията между лекар и пациент да не се проведе на обективното диагностициращо равнище, а на равнището на личното отношение. Това означава субективното усещане на страданието да бъде по-важно от обективните резултати на изследването. Пациенти с голямо страдание, но с възможно незначителни показатели, често се чувстват неразбрани от техния лекар, което може да доведе до влошаване на установените медицински показания»³⁴

Относно терапията на подлежащото на лекуване акне, редом с психологичните заседания и премахването на потискащите ситуации, трябва да се обърне особено внимание на храненето, за да се разговори обмяната на периферията. При предпочитането през пубертета на сладкиши (особено шоколад), месо, пушене, «fast food» и др. п. това не е така просто. Понеже е налице основно смущение в обмяната на белтъчините и мазнините, би трябвало да се предпочита бедно на белтъчини, природосъобразно хранене. Също и тук преобладаването на сурова храна в комбинация със силициеви препарати дава добри резултати. Свинското месо трябва да се избягва, а мазнини и олио е хубаво да бъдат добити чрез студено пресоване и да не се пържат. Също и изолираните въглехидрати, като белите макарони и индустриалната захар, би трябвало силно да се ограничат. Захарта в тази си форма действа възпалително. Плодовете и

³⁴ Кондрау/ Шипергес, както по-горе, стр.79.

особено цитрусовите плодове трябва да се ограничат. Движение на чист въздух и кратко излагане на слънце са от голяма полза, затова симптомите се подобряват през лятото.

Фирмата ВАЛА предлага терапия на цялата обмяна на веществата, комбинирана с външни процедури, със своята «Акне-серия», която редом с доказаните вече средства за черния дроб, жлъчката и бъбреците съдържа също сяра и латинка.

Редом с вътрешната и външна основна терапия винаги трябва да се засегнат и индивидуалните телесно-душевни дадености.

Два примера за това.

При една четиридесет и пет годишна жена от преди шест години се появява възлообразно пъпчесто акне, между другото по долната половина на лицето, която отговаря на областта на бъбреците!

Тя има чувствителна кожа на петна и проблеми в миналото с пиело-нефрит – инфекциозно неспецифично заболяване, при което се засяга пиело-каликсната система (легенчето и тубулитите) и интерстициалната тъкан. Поради развода и необходимостта отново да работи настъпва влошаване. Нейната конституция видимо и бързо се поправя с приемането на бъбречен тоникум на фирмата ВАЛА – по две лъжици вечер и чрез две подкожни инжекции над областта на бъбреците с Renes/Cuprum – също ВАЛА.

Петнадесетгодишна девойка страда от тежко папуло-пустулозно акне по лицето и горната част на тялото и е лекувана с антибиотици. Акнето се подобрява чак след лекуването на силния запек. Регулиращата храносмилателна дейност на капсулите за акне (ВАЛА) е допълнено с Choleodoron (средство за жлъчката на фирма ВЕЛЕДА) и Digestodoron (средство за ритмизиране на храносмилането, също от ВЕЛЕДА), както

и чрез промяна на храненето (с приемане на много течности, прясна храна, сливи, ленено семе, трици). Практиката показва, че даже и тежките случаи могат да се повлияят добре от едно по-продължително лечение.³⁵

³⁵ Срв. *Болничната картина на акне вулгарис, Информация за лекари ВАЛА*, лятото 1995 г.

ПСОРИАЗИС

Псориазисът се разпростира по нервно-сетивния слой на кожата, така наречения епидермис (горната кожа). Подновяването на зародишния слой на горната кожа, от който произлизат всички нови клетки, се ускорява седем пъти повече от нормалното при тази болест. Нормалният път на кожните клетки от тяхното образуване до олющването им е двадесет и осем дни и може да се сравни с менструалния лунен цикъл. Клетките на псориазиса «бързат» със свръхактивност и достигат своята цел за четири дни, без истински да са узрели, за да изсъхнат също толкова бързо, да се вроговят и образуват сърбящи, по-късно подобни на броня люспи. С това кожният ритъм е дълбоко нарушен.

Болестта най-често започва с възли, големи колкото главата на топълйка, които се закръглят и приличат на овални дискове, като образуват силен сребърно-сив пърхот. Разпространението става в неравномерни, но също и симетрични кръгове, така че кожата изглежда като географска карта. Псориазисът се появява най-често между пубертета и тридесетата година. Всяко място по кожата може да бъде засегнато, но той предпочита външната страна на крайниците и особено лактите и колената.

Често появяващата се на периоди симптоматика се превръща в хронична болест. Пациентът се чувства стигматизиран. Болестта може дълго време да остане скрита по окосмената кожа на главата, да се прояви със силен сърбеж и да бъде свързана с астма и ставен ревматизъм. Тя общо взето е наследствена, но не е задължително да се прояви, когато няма значителни душевни конфликти.

В психологията е направен опит псориазисът да се разбере от гледната точка на потенциалните конфликти – страхове да се загуби нещо, до потискане, – което според моето мнение не отразява истинската му същност.

Факт е, че кожата прибързва със своята тенденция да се превърне в броня – както това става при образуването на люспи в животинското царство – и лежащият отдолу слой започва да

кърви след отстраняването на люспите. Значи между бронята и горната кожа не съществува посредническа охрана. Би могло да се интерпретира, че са направени ранни душевни рани, които отново започват да кървят, щом се отстрани охраняващата броня.

Псориазисът, така да се каже, се вмества между пациента и неговата околна среда и показва открито конфликта между копнеж за близост и взаимоотношения и същевременна отбрана от близост и интимност, предизвикана от душевните наранявания.

Другата страна на образуването на люспите насочва към смяната на кожата, която многократно се среща в животинското царство и душевно-органически може да се види например в процеса на протичането на детските болести при човека. «Смяна на кожата» в психологичен смисъл обаче означава да се изоставят стари начини на поведение и привички, с една дума, миналото и човек да се отвори за новото. Заседне ли пациентът в своята «стара кожа», несъзнателно се стига до конфликт с новото, в което той трябва да се хвърли въпреки всичките му неизвестности. Така той се бронира и остава в старото и познатото, което му осигурява известна закрила.

Също и извънредни събития като професионални натоварвания, брачни кризи или смъртни случаи могат да доведат кожата до свръхреакции.

В много приказки и митове срещаме символиката как чрез смяна на кожата може да се постигне подмладяването. Така например в един мит от Меланезия.

«Добрият и лошият бог се съветвали след създаването на човека. Добрият бог забелязал първата бръчка по кожата на хората. Той обсъждал техния външен вид и казал, че сега те са още млади, но когато остарееят, ще станат грозни. Тогава решил, че ще им съблича кожата както при змиорка, след което на тях ще им израства нова кожа и така те ще могат да подновяват младостта си също като змиите и биха станали безсмъртни. Но лошият бог казал: <Не, така няма да стане. Когато човек стане стар и грозен, ще изкопаем една дупка, ще положим трупа и така ще бъде и при неговото потомство.> Понеже този, който

изговаря последната дума, има право, така смъртта дошла в света.»³⁶

Както беше изложено, телесната локализация на една болест е много важна за дълбокото разбиране на душевността. Така при псориазиса са засегнати предимно лактите и колената. В средновековното изобразяване на така наречения «зодиакален човек» областите на различните органи са в директна връзка със зодиакалните знаци.

В нашия случай лактите и колената имат отношение към Козирога, изобразяващ животното, което се катери по невероятни височини. Искаме ли да си създадем пространство в живота – така наречената «свобода на лактите» – и да се изкачим от старите низини към височините, за да се развиваме по-нататък, ние се нуждаем от лактите и колената си, за да поставим краката си в движение. За някои псориаитични пациенти това не е лесно, те се барикадират в стари навици и с това в неподвижност, поради подсъзнателния страх от несигурността на новото. Както вече видяхме при описанието на засегнатия от тази болест Джон Ъпдайк, псориаитикът винаги е застрашен да изпадне в нарцистична самофиксираност върху кожата си и, от друга страна, да се отвърне от себе си като от човек с недостатъци. Настъпи ли недостатъчен контакт с околната среда, често се появява чувство на нечистота и малоценност. Нечистата кожа образува с това «контактна блокада», която затруднява копняното сближаване. Понякога чрез силно чесане засегнатият сам създава «болезнената обвивка», която усилва усещането на тялото и с това става посредник да се усети единичността, отделеността и закрилата – с една дума, човек да почувства себе си.

Как чувството на самоценност се образува с изживяването на кожата, описва американската писателка Силвия Плат, която на тридесет и една годишна възраст се самоубива. Тя описва един детски спомен от времето, когато майка ѝ се завръща

³⁶ Цитирано по: Anne Maguire, *Кожните болести като послание на душата*, Олтен 1991 г., стр.52.

вкъщи с току-що родената ѝ сестричка.

«Аз мразех бебето. Аз, която две години и половина бях централната точка на един универсум от нежност, се чувствах като пронизана с нож и движенията ми се сковаваха от ледена студенина.

Хранех чувството си за отмъщение и сърдита и пълна с чувство на вина като тъжен морски таралеж, се помъквах сама в противоположната посока към заплашителния затвор. Виждах се, като че ли от една звезда – студена и трезво разделена от всичко. Чувствах стената на кожата си: Аз съм аз. Този камък е един камък. Моето чудесно сливане с нещата на света беше отминало.»³⁷

Да се открият стари наранявания и да се обработят, да се познаят страхове, породени от раздяла, и да се излезе от старите кожи, е основната тенденция в психологичното съветване при псориазиса.

Поради комплексността на медикаментозното лечение тук се дават само насоки на терапията. В университетската медицина доминират определени мехлеми за локално намазване, препоръчват се интерно потискане на растежа на клетките, витамин А-киселина и кортикоиди, фотохимотерапия, диета и бани в Мъртво море.

Антропософската терапия се стреми да овладее втвърдяващата тенденция на кожата от страната на обмяната на веществата, например с лечение на черния дроб, високи потенции на белия имел, определени потенцирани органични препарати, но също и чрез инжекции с медикамент от брезови кори (*Cortex betulae*), които подобно на листата на брезата имат отношение към бъбреците и с това освобождават тялото от минерализирането, като му помагат отново да се подмлади.

³⁷Цитирано по: Анциу, стр. 34.

КОЖА И СВЕТЛИНА

Нека да си представим какво би останало от нас, ако нямаше нашите вътрешни органи, кръв и нерви. Само кожа и кости, като последното ограничаване навътре и навън! И двата органа, колкото и да са полярни, имат дълбока взаимовръзка един с друг. Кожата, ако иска да е здрава, трябва да бъде влажна и еластична и за това, между другото, ѝ помага силициевата киселина. Костите, напротив, трябва да се втвърдят, при това са важни калцият и фосфорът. Костите стават меки, когато твърде много следват тенденцията на кожата; кожата става твърда, суха и напукана, когато започне силно да имитира характера на костите.

Кожата беше вече описана като орган, който със своите имунообразуващи клетки – така наречените клетки на Лангерханс – замества тимусната жлеза. Малки количества светлина са стимулиращи и здравословни за тялото, а твърде големи количества светлина могат да засегнат имунната система. Познаваме силата на Слънцето, която действа формообразуващо при туберкулоза, рахит, депресии, прекаленото количество билирубин след раждането и как чрез мозъка тя въздейства върху цялата обмяна на веществата и образуването на кръвта. По чудесен начин светлината помага на организма да заздравя тъканта. Така от областта на ултравиолетовите лъчи тя навлиза в кожата и превръща намиращия се там провитамин Д3 в превитамин, който в период от три дни се преобразува във витамин Д3, «слънчевия витамин». Последният постъпва в кръвния поток и заедно с един определен белтък се преобразува в черния дроб и бъбреците в окончателната си форма и навлиза активно в образуването на костите и в обмяната на калция и фосфора – един процес, който в съответните годишни времена чувствително варира. Поради това може да се говори за «обмяна на светлината» в човека. Според това светлината в определени дози може да бъде лечебно средство или отрова.

В последните години, редом с вече споменатите хранителни алергии, чувствително се увеличиха светлинните алергии,

познати в медицината като «полиморфни светлинни дерматози (PLD)», които между другото се дължат и на масовия туризъм в южните страни. Кръглите зачервени кожни подутини се появяват най-често в средна възраст, като жените са по-често засегнати, отколкото мъжете. Лечението често е сложно и заболяването е упорито.

Понеже всичко поето отвън трябва без изключение да се усвои от нас чрез преобразуване, съответно «смилане», за да не остане чуждо и с това да стане «отрова», то при слънчевата, съответно светлинната алергия трябва да говорим за нарушение на светлинната обмяна.

Правилното преработване на светлината в растителния свят е свързано с хлорофила – зеленото вещество, а в животинското царство и при човека то е свързано с червеното кръвно вещество – хемоглобина. И в двата случая лежащата в основата химична структура се означава като порфирин. В растителното царство той съдържа магнезий, при висшите животни и при човека – двувалентно желязо.

От опитите с животни се знае, че светлинната чувствителност извънредно много се повишава, когато се въведе порфирин без желязно съдържание, това може да доведе до тежки органични увреждания и в краен случай дори до светлинна смърт.

Въведе ли се обаче желязо в организма, симптоматиката се подобрява. От това се узнава, че желязото може да обезвреди непреработената светлина. Също и наличието на ниски порфиринови следи в кръвта – «фосфор» на гръцки: «носител на светлината», – както това е налице при рахита, води до нарушение на светлинната преработка, което тогава намира своя израз в костите и в обмяната на веществата.

Когато е в прекалено количество, при дадени обстоятелства светлината може да доведе до имунна слабост и промени на кожата, което е различно при всеки отделен човек според неговото предразположение, тип на кожата или душевните му особености. Ултравиолетовата светлина прониква в дълбочината на кожата и организмът се защитава, за да се запази от

разрушение, като в определени клетки образува отблъскващ светлината пигмент, меланин. Кафявият тен на кожата зависи от това. Светлите руси и синеоки хора са по-чувствителни. Ако тези кожни клетки се променят, това води до кожен рак, меланом, който в антропософски ориентираната медицина се лекува между другото с инжекции от бял имел.

Съществува една болест, при която се вижда увеличено образуване на порфирина (порфиринурия), причинено от външни вещества като сънотворните средства, съдържащи барбитурати, олово, обезболяващи средства, психофармака хормонові препарати, липса на витамин В6, тежки метали и дори стрес. Че при това могат да участват и червата, е открито през 1938 г., когато са постигнати добри терапевтични резултати с възстановяването на чревната функция с физиологичните ешерихия коли бактерии.

Днес е познато, че в случаи, когато в продължение на две седмици преди отпуската се приемат капсули с колибактерии, може чувствително да бъде намалена вероятността за светлинна алергия. Към това, разбира се, принадлежи и добър крем против слънце без химични прибавки като определени емулгатори, които по-скоро могат да влошат слънчевата алергия (наречена още «майорка акне»).

Кои субстанции могат да бъдат особено опасни, показва табелата на насрещната страница.³⁸

Ако човек има повишена чувствителност спрямо тези субстанции, при определени обстоятелства може да реагира и на обикновените луминисцентни тръби.

В холистичната медицина пациентите биват съветвани да се пазят от Слънцето чрез съответното облекло и да избират по възможност близък до природата слънчев крем. Добри въздействия показаха подходящите за това препарати на фирмите

³⁸ Из: Яне Вегшайдер Химан: *Светлина и здраве. Как хората биват повлияни от естествената и изкуствената светлина*. Райнбек 1993 г., стр.156.

ВАЛА и ВЕЛЕДА.

Освен това трябва да се познават и отстраняват стресовите фактори, за да се регулира активността на надбъбречните жлези, които са във връзка с обмяната на светлината. За това има засилващи средства. Важно е също да се контролира съдържанието на желязото в кръвта и вече споменатото възстановяване на функцията на червата.

В хомеопатията има на наше разположение субстанции като фосфор, кварц, билката кантарион, всички в потенцирана форма, както и комбинирани препарати с коприва.

Че душевните компоненти винаги трябва да се взимат под внимание и в този случай, показва следната болнична история.

Изброяване на веществата, съдържащи се в медикаменти и козметични средства, които могат да предизвикат свръхчувствителност срещу ултравиолетовото облъчване.

<i>Приложение</i>	<i>Съдържание</i>
Лекуване на акне	Ретиноева киселина, Retinol-A
Антибиотици	Tetracyclin
Средства против спазми	Carbamazepin, Trimethadion
Антидепресанти	Amitriptyline, Despromine, Imipramine, Triptylind
Противодиабетични препарати	Сулфонилурейни вещества (1 – 3 поколение)
Антихистамини	Diphenhydramin, Promethazin и производни
Антипсориадика /съставни части от козметика	Въгленокатранени деривати и петролни деривати

Антисептици /Антимикотици (Антигъбични средства)	Сулфонамиди, халогенирани въгледородни сродни вещества и производни, Griseofulvin
Диуретици (средства за понижаване на кръвното налягане)	Chlortholidon, Furosemid, Thiozide и комбинации
Оцветители (също и в хранителните средства)	Acridin, Eosin, Fluorescin, Methylviolett, Оранжевот, Трупаflavin и други
Хормонални препарати	Естроген, Прогестерон и сродни
NSAR (нестероидални противовъзпалителни средства)	Ibuprofen и сродни
Парфюми и козметика	Етерични масла. Бергамотова есенция, лимоново, кедрово лавандулово, розмариново масло, сандаलोво дърво, мускус
Антипсихотици	Haloperidol, Phenothiazine
Кремове против Слънцето	Benzophenone, ПАВА и сродни

«Една жена дойде на преглед с тежка слънчева уртикария. Тя беше извънредно красива, но имаше скромнен произход. Беше отчаяна, понеже животът ѝ беше станал непоносим. Щом се изложи на слънце, всеки път получавала бурни уртикарни реакции. Беше се преглеждала в различни специализирани клиники и накрая ѝ беше казано, че единственото разрешение

е да избягва слънчевата светлина.

Нейният случай изглеждаше ясен – проста слънчева алергия, или по-добре казано, антипатия. «Съзнателно» тя нямаше нищо против Слънцето. От историята на страданието ѝ се разбра, че е станала любовница на много богат мъж. Той имал обичая да излиза с яхтата си в Южно море и искал да го придружава, което било често. При тези обстоятелства тя била изложена на ултравиолетовото слънчево облъчване плюс отразената от вълните светлина. Жената имаше съпруг и дете на три-четири години. За да бъде с любовника си, често трябвало да напуска двамата за по-дълго време. Задълженията си като съпруга и майка изпълнявала все по-рядко, докато накрая напълно престанала. Тя искаше непременно да се разведе с мъжа си и да се ожени за любовника, но последният, също женен, се съпротивлявал. Така тя не можеше да се реши и както изглеждаше, подсъзнанието ѝ само взима решението. Ставаше въпрос за изкушена от материализма, отчуждила се от инстинктивната си природа жена. Тя не съзнаваше своята егоистична, подла, студена сянка, а и какво страдание причиняваше на мъжа и детето си. Също не съзнаваше и истинската същност на своя любовник.

От блестящата, горяща слънчева светлина страданието в края на краищата я принуди да се отдръпне в тъмнината, за да може – така поне изглеждаше – най-после да разбере своята собствена тъмна природа. Такъв «смисъл» притежаваше слънчевата уртикария. Без съмнение жената беше алергична срещу светлината на деня.»³⁹

³⁹ Из: Anne Maguire, *Кожните болести като послание на душата*, Олтен 1991 г., стр.107.

HERPES ZOSTER

Това заболяване се намира или в областта на лицето, или в областта на гръдния кош, съответно ребрата. То обхваща пациентите като колан или само от едната страна и се ограничава върху дадени кожни зони (дерматоми). Те се инервират от задните корени на един сегмент на гръбначния мозък. Най-често настъпва във възрастта между петдесет и седемдесет години. Почти половината от заболяванията засягат гръдния кош, по-малко врата и около 15% засягат лицевия нерв (тригеминус). В областта на очите и ушите може да се стигне до тежки компликации. Налице ли е болест като *СПИН* или друга имунна слабост като левкемията, болестта може да се разпространи по цялото туловище (генерализиран херпес зостер). От това се вижда, че в основата трябва да лежи генерална телесна или душевна слабост, толкова повече, че болестта изхожда от нервите.

Вирусите, които се проявяват, са сродни с вирусите на лещенката (варицелата) и хора, които не са прекарвали варицелата, могат да я получат при контакт със заболели от херпес зостер. Докато лещенката протича относително безобидно, херпес зостер може да доведе до значителни оплаквания също и след острата фаза. Той е преместена в късна възраст «детска болест».

Симтомите са невралгии в описаните зони, температура и лошо общо състояние, групирани мехурчета върху червена основа, както и пъпки, които по-късно засъхват.

В последствие остават белези. Общо болестта може да трае от две до четири седмици. Могат да се появят компликации в областта на нервите, като моторни пристъпи или невралгии в засегнатите кожни зони. В психосоматичната медицина се пита какво е могло някога да навлезе *под кожата на пациента* или *защо са го хванали нервите*, че изведнъж такъв огън да се разгори навън. Болестта някога е носила името «*ignis sacer*» (свещен огън) поради силното горене. Понеже вирусите се спотайват дълго в организма, при тази болест винаги трябва да се вземе под внимание миналото на пациента. Ако той, както

често се случва при лицевия херпес зостер, е потиснал преди години някой съдбоносен удар, има голяма вероятност неговата непреработена част да избухне, да иска да избие като вулкан.

В университетската медицина болестта обикновено се лекува външно с имунглобулин, болкоуспокояващи средства и в тежки случаи се прилага кортизон, заедно с определени потискащи вирусите субстанции.

Хомеопатията и антропософската медицина имат на разположение определени растения и метали, които едновременно лекуват нервите и кожата. Към това принадлежат бясно дърво (вълча ягода) – *Daphne mezereum*; *Rhus toxicodendron*; самакитка – *Akonitum napellus*; сребро – *Argentum*. При останалите нервни болки могат да се постигнат добри резултати с определени етерични масла и високи потенции.

ГЪБИЧНИЯТ ПРОБЛЕМ /CANDIDA ALBICANS/

Трябва ли да се обърне сериозно внимание на изведнъж появилите се навсякъде захарни гъбички и микози – специално по лигавиците и кожата, или те са само медицинско модно явление?

За да се отговори на този въпрос, трябва да се разгледа особеността на захаромицетите и гъбите в природата. Хло-рофилозните гъби не изграждат, а разграждат материята чрез ферментация, мухлясване и плесенясване. Това означава, че те живеят от разложени неживи субстанции. Свързаната със светлината пчела и пеперудите не се хранят от тях, а бръмбарите, мухите и охлювите. Те не обичат светлината, а най-често и топлината, а само влажни и тъмни места. Светлина и сухост, както се намират по планините и в съдържащия йод морски въздух, не са тяхната среда. Пациенти често споделят за внезапни подобрения на симптомите им, когато се намират във високите планини или на море.

В червата има естествена симбиоза от бактерии и гъби. Когато това равновесие бъде нарушено в ущърб на бактериите – например чрез антибиотици, гъбите започват да доминират. Ако при това храната е и дегенерирала и има ли налице и имунни слабости поради някаква болест или нервно претоварване, организъмът клони в посока на авиталност, поради което гъбите намират идеални условия.

Увеличат ли се много ферментите в червата, появяват се ферментационни процеси, които между другото се проявяват с болки и подуване от газовете. Стомахът може да притиска нагоре към сърцето. Могат да се появят изменения на кожата и сърбеж. И понеже чрез ферментационния процес се произвежда също алкохол, черният дроб допълнително се натоварва. При жените често настъпват възпаления на пикочния мехур и влагалището. Някои пациенти се чувстват без причина уморени, изчерпани и неконцентрирани. Могат да се появят и болки в ставите. При диабетиците често се открива заселване с гъбата кандида, понеже имунната им система е отслабена, а

ферментите обичат преобладаващата в кръвта захар. Затова има взаимовръзка между епидемичната поява на захаромицети и прекалената консумация на въглехидрати като захар, бял хляб и много сладки произведения, редом с дегенериралата храна и многото животински белтък, който остава в червата много по-дълго от растителната храна и затова преминава в процес на гниене.

Значението на гъбичните инфекции се преценява в медицината противоречиво. Някои говорят за модерно явление и трактуват гъбите като естествен жител на червата, който при нормални условия е винаги там, други посочват опасностите от тяхното увеличаване, което сигурно не е неправилно, понеже те все повече се увеличават, особено в болниците. В САЩ те са на четвърто място между причинителите на болести, които се намират в кръвта.

Няма обаче увеличаване на количеството на причинителите без съответната среда. Факторите на средата са рН-фактор, температура, хранителни вещества и състав на кръвния серум. Така от клинични изследвания се доказва, че до 60% от пациентите имат гъбички, без да показват никакви клинични симптоми.

Чрез изследвания на устата, стомаха и храносмилателния канал се установява, че болестотворни бактерии и гъби могат да се появят за известно време и също така бързо да изчезнат, без да оставят следи. Човек със силна имунна система може да се защити и с това да остане здрав. Значи не всяко намиране на гъбички е равнозначно на микоза (генерално нападане от гъбички).

Затова гъбичните заболявания са предимно «заболявания на болни хора» и те доминират в определени периоди от живота – кърмаческа и старческа възраст, предменструална фаза или бременност. Винаги трябва да се обхване общата симптоматика, иначе накрая човек страда от диагнозата, а не от болестта.

Терапията се състои в това, да се възстанови нападнатата среда. Тук е необходима природосъобразна пълнозърнеста храна, която притежава силно светлинно качество, проникването

на червата със затоплящи, възпламеняващи подправки (особено ким, кимион и кориандър, или също чесън, който се смята за едно от най-добрите «дезинфекционни средства» за червата.)

Особено място заемат копривата и хвоцът, последният поради силициевата киселина. Естествено трябва да се урегулира и флората на червата. Тук се наложиха зеленчуци и сокове с млечна ферментация. Би трябвало да се избягват приготвените с мая сладкиши и хляб. Влажен хляб би трябвало да се препече.

Както вече се спомена, трябва да се ограничи индустриалната захар и животинският белтък. И накрая, също и тук трябва да споменем значението на душевната хигиена.

Хубаво е да се предпочитат сурови или варени кореноплодни зеленчуци заради засилването на обмяната на веществата, което е познато и при нападане от глисти. Хигиената на храненето с добро дъвкане и спокойствие подпомага процеса на лечението. Ако има силни газове и разстройство, в антропософската медицина има добри препарати като *Birkenkohlekapselfn* (капсули с брезов въглен) на фирмата *ВЕЛЕДА* или *Volus alba comp.* на фирмата *ВАЛА*, комбинирани с горчиви растения.

За подобряване на обмяната на веществата и за разграждане на остатъците в стомашно-чревния тракт, а с това също и в артериите, се наложи една проста рецепта: Тридесет скилидки чесън и пет нарязани на парченца, neprъскани лимони се смилат с миксер, прибавя се малко вода и цялото става на каша. Прибавя се един литър вода и се оставя съвсем малко да поври, прецежда се, напълва се в шише и се запазва в хладилника, като всеки ден се пие по една лъкьорена чашка. Миризмата на чесъна изчезва от лимона.

ЕПИЛОГ

Който вникне дълбоко в един въпрос, разбира, че и неговата противоположност има основание. Така някои философи понякога анонимно са публикували трактати срещу своите собствени тези, за да покажат, че дори и от някоя стриктно изложена теория все още не може да се изведе вечната абсолютна гледна точка. Така категориите «правилно» или «неправилно» вероятно няма да имат такова голямо значение в бъдеще, а ще бъдат заместени по-скоро с понятията – оздравяващо или разболяващо.

Гъоте познавал ботаниката и хомеопатията на тогавашното време от собствени наблюдения и е могъл да изпробва върху себе си благотворното действие на известни лечебни растения. След тежка сърдечна криза на сърцето му легнала арниката, за чието «енергично въздействие» той е оставил «грациозно описание». В «Поезия и истина» четем, че в младите си години той имал горчива опитност с едрата шарка, която за известно време го обезобразила. Чрез подновяването на кожата си той изпитал благословието на едно дълбоко душевно преобразуване и обновяване.

«Злото засегна също и нашия дом и ме събори с особена тежест. Цялото ми тяло беше осеяно с шарката, покри се и лицето ми, няколко дни лежах ослепен и в големи страдания. Търсеха се всевъзможни средства за облекчение и ми се обещаваха златни планини, ако стоя спокойно и не разпространявам още повече злото чрез търкане и чесане. Наложих се над себе си; междувременно, според господстващите предразсъдъци, ме държаха колкото може по-топло и с това злото още повече се изостряше. Най-после измина мъчителното време, обривът се смъкна от лицето ми като една маска, без да остави видими следи върху кожата. Самият аз бях доволен отново да видя дневната светлина и постепенно да изгубя петнистата си кожа, но другите бяха достатъчно безсърдечни често да ми напомнят за предишното състояние; особено една много жива леля, която по-рано се превъзнасяше пред мен, рядко можеше да ме види,

даже и в по-късните години, без да възкликне: <По дяволи-те! Братовчедът, колко противен е станал!> Тогава подробно ми разказваше, колко много иначе ми се е любувала, какво впечатление е правила, когато ме разнасяла нагоре-надолу. И така, достатъчно рано узнах, че за удоволствието, което сме им доставяли, хората много често ни карат чувствително да съжаляваме.»⁴⁰

В късна възраст Гьоте се противопоставя на всички едностранчивости и фантазмагории и иронизира понякога някои неща, дори и много да са му симпатични. Затова бихме могли също като него, заедно с винаги противопоставящия се циник Мефистофел във Фауст, с подходящ хумор да иронизираме малко хомеопатията, с нейния едностранчив закон «Подобното подобно лекува».

На края на този труд – тъй като смехът не е едно от най-лошите лекарства – даваме малка порция за опитване.

Дворцов управител (към Мефистофел)

Какво изкуство тук ще се твори:

Очаква царят всичко да спори.

Блондинка

Хей, господине!

Вий погледнете чистичкото ми лице!

Така обаче то през лятото не е!

Тогава цъфват сто петна кафяви,

които за досада шарена ме правят.

Мефистофел

Как жалко! Такова бляскаво съкровище,

през май покрито като пъстро котенце.

Вземи веднага попови лъжички,

⁴⁰ Йохан Волфганг Гьоте: *Събрани съчинения според епохите на неговото творчество*, Мюнхенско издание, Том 16, *Из моя живот. Поезия и истина*, 1 книга, Мюнхен 1985 г., стр. 39.

език на жаба, смачкай всичко.
При пълнолуние грижливо ти свари ги;
и месецът, когато свива се, мажи ги.
Петната са изчезнали, кога запролети се.

Брюнетка

Пристъпват хората, те ще ви обкръжат.
Аз моля ви за средство! Моят измръзнал крак
ми пречи при разходка и при танц,
дори за поздрав да пристъпя, ме задържа.

Мефистофел

Един ритник от моя крак ми позволете.

Брюнетката

Добре, нали се случва между близки хора.

Мефистофел

Ритникът ми, дете, той нещо важно означава!
Подобното с подобно се лекува, дори да те боли;
Крак крак лекува, така е с всички части.
Ела! Внимавай! Няма да отвърщаш!

Брюнетката, крещейки

Ауууу! Гори! Това е твърд ритник,
като копито конско.

Мефистофел

Лечението ти запомни.
Веч' можеш танца да опиташ.
Под масата с крачето
любимия да милваш.⁴¹

⁴¹ Йохан Волфганг Гьоте: *Събрани съчинения, според епохите на неговото творчество*, Мюнхенско издание, том 18/1, *Последните години 1827-1832*, Фауст II Акт, *Царският площад – Светло осветените зали*, Мюнхен 1997 г., стр. 159.

ЛИТЕРАТУРА

- Анциеу, Дидиер: *Кожен аз*, Франкфурт/Майн. 1991 г.
- Бентхиен, Клавдия: *Кожа. Литературна история – Телесни образци – Граничен дискурс*, Райнбек 1999 г.
- Бишко, Йоханес: *Въвеждане в Акупунктурата*, Хайделберг 1976 г.
- Бухвалд, Герхард: *Имунизирани. Гешефтът със страха*, Лахнщайн 1994 г.
- Кондрау, Гион/Ширергес, Хайнрих: *Нашата кожа. Огледало на душата – Връзка към света*, Цюрих 1993 г.
- Далке, Рюдигер: *Болестта като говор на душата. Значение и шанс на болестите*, Мюнхен 1992 г.
- Фалде, Зигрид: *Естествено лекуване на алергиите*, Мюнхен 1988 г.
- Геншорек, Волфганг: Кристоф Вилхелм Хуфеланд. *Лекарят, който помагаше да се продължи животът*, Лайпциг 1976 г.
- Рихард, Хаел, Самуел Ханеман. *Живот и творческа дейност*. 1 Том, Лайпциг 1922 г, стр. 158.
- Хемпен, Карл Херман: *Джобен атлас – акупунктура. Табели и текст*, Щутгарт 1995 г.
- Хитциг, Валтер Х.: *Зарази в стари и нови времена*. Новогодишни листа от 1987 година, изд. от Общество за изследване на природата в Цюрих.
- Хомеопатичен репетиториум*, изд. от Съюза на немските хомеопати, Карлсруе 1987 г.
- Хуфеланд, Кристоф Вилхелм. *Изкуството да се продължи човешкият живот*, Франкфурт/Майн / Лайпциг 1995 г.
- Яхенс, Людер: *Невродермит*; в Merkurstab. *Приноси за разширяване на лечебното изкуство*, 3/1999 г.
- Кингма, Йоханес/Шрам, Хенинг/Щтрайт, Волфганг: *Candida albicans. Живот с гъбички в червата?* Бад Лиебенцел 1996 г.
- Куши, Мишио: *Ориенталска диагноза*, Франкфурт/Майн 1986 г.
- Апне, Магуиѐ, *Кожните болести като послание на душата*, Олтен 1991 г.
- Маймонидес (11351204), *Санитарен режим или диета за душата и тялото. Превод и въведение* от Зюсман Мунтнер, Базел/Ню Йорк 1966 г.
- Овербек, Герд: *Болест и приспособяване*, Франкфурт/М. 1984 г.
- Роде, Бернвард/Минкус Петер: *Дерматология накратко*, I част,

Дюселдорф 1970 г.

Клаус, Диетер Рунов, *Клинична онкология. Болести, причинени от околната среда. Нови пътища при диагнозата и терапията*, Щутгарт 1987 г.

Шлайх, Карл Людвик, *За душата*, Берлин 1924 г.

Зингер, Курт: *Нараняване и болестно състояние. Психосоматика като път за самовъзприемане*, Мюнхен 1993 г.

Щайнер, Р., *Окултна физиология*, Събр. съч.. 128, Дорнах 1991 г.

Щайнер, Р.: *Инициативното съзнание. Правилни и погрешни пътища в духовното изследване*, Дорнах 1960 г.

Щайнер, Р.: *За жизненото тяло на човека*; в: *Познанието на човешкото съществуване по тяло, душа и дух*, Дорнах 1957 г.

Щайнер, Р./Вегман, Ита: *Основи за разширяване на лечебното изкуство въз основа на духовнонаучни познания*, Събр. съч. 27, Дорнах 1984 г.

Титце, Хенри: *Разшифрован език на органите. Болестта като израз на душата*, Мюнхен 1987 г.

Улман, Дана: *Хомеопатия. Нежното лечебно изкуство*, Мюнхен 1992 г.

Ъпдайк, Джон, *Самосъзнание*, Райнбек 1995 г.

Фогел, Хайнц Хартмут: *Приноси за едно медицинско човекознание. От патологията към терапията*, том 2, част 1, Хайделберг 1984 г.

Фогт, Елизабет/Шлипер, Гизела: *Невродермит. Психика, хранене, кожна козметика*, Мюнхен 1991 г.

Валтер, Хилмар, *Седемте главни метала. Тяхната принадлежност към света, Земята и човека*, Дорнах 1966 г.

Вегшайдер, Яне Химан: *Светлина и здраве. Как хората биват повлияни от естествената и изкуствената светлина*. Райнбек 1993 г.

Волф, Ото: *Основи на една духовнонаучно разширена биохимия*, Щутгарт 1998 г.

Олаф Кооб
Болната кожа

Немска
Първо издание

Преводач: *Нели Спиридонова-Хорински*
Редактор: *Светослав Йорданов*
Технически редактор: *Христо Маринов*

Печат: **zape4at.com**
www.printonline
ISBN 978 - 954 - 737 - 960 - 2