

# Wprowadzenie do Homeopatii Praktycznej

Kacper Szymański (LCPH)

## SPIS TREŚCI

<b>Prolog</b>	<b>4</b>
<b>Wstęp</b>	<b>5</b>
<b>Narzędzie pracy homeopaty</b>	<b>7</b>
<b>Metody w homeopatii praktycznej</b>	<b>12</b>
<b>Przegląd metod</b>	<b>23</b>
Metody całościowe	26
Metoda klasyczna	26
Metoda podobieństwa	27
Metoda fizyczna ogólna	28
Metoda miazmatyczna	29
Metoda warstw	30
Warstwa toksyczna:	31
Warstwa patologiczna (choroba):	32
Warstwa fundamentalna:	33
Warstwa konstytucyjna:	33
Warstwa miazmatyczna:	34
<b>Metody częściowe</b>	<b>35</b>
Metoda kliniczna	35
Metoda stanów ostrych	37
Metoda etiologiczna	38
Metoda sekwencyjna	39
Metoda izopatyczna	42
Metoda tautopatyczna	43
Metoda CEASE	44
Metoda profilaktyczna	45
Detoks terapeutyczny	46
Wsparcie organów	47
<b>Dodatkowe narzędzia obserwacyjne</b>	<b>51</b>
<b>Tradycyjna Medycyna Chińska (TMC)</b>	<b>52</b>
<b>Zegar organów</b>	<b>53</b>
1.1 Płuca	54
1.2 Jelito grube	55
1.3 Żołądek	56
1.4 Śledziona- trzustka	56

1.5 Serce	58
1.6 Jelito cienkie	58
1.7 Pęcherz moczowy	59
1.8 Nerki	60
1.9 Potrójny ogrzewacz i osierdzie	61
1.10 Pęcherzyk żółciowy	61
1.11 Wątroba	62
Zegar organów w odniesieniu do miazm homeopatycznych	64
<b>Wnioski</b>	<b>65</b>
<b>Podsumowanie</b>	<b>66</b>
<b>Sugerowana literatura</b>	<b>68</b>
<b>Przydatne narzędzia oraz kursy</b>	<b>69</b>

## Podziękowanie

Chciałbym podziękować wszystkim swoim nauczycielom z College of Practical Homeopathy w Londynie, a w szczególności Ellen Kramer. Trafiłem do tego miejsca przez przypadek... a ja w przypadki nie wierzę.

Cztery lata studiów homeopatycznych okazały się być przełomowymi nie tylko dla mojej drogi zawodowej, ale i życia osobistego. Uważam, że dały mi one więcej niż jakakolwiek wcześniejsza edukacja, łącznie z 5-letnimi studiami magisterskimi z psychologii. Każdy z nauczycieli w College of Practical Homeopathy od których miałem przyjemność czerpać wiedzę miał wkład w mój rozwój, od każdego z nich dostałem coś innego. Jednak to właśnie Ellen nauczyła mnie myśleć, a nie podążać utartymi schematami.

Dziękuję Ci również Ellen za wiedzę, wsparcie i dodanie mi odwagi do napisania tej krótkiej publikacji.

## Prolog

Z Kacprem poznaliśmy się podczas studiów homeopatycznych w Londynie.

Oprócz faktu, iż łączył nas kraj pochodzenia, od początku darzyłam go szacunkiem i uznaniem jako homeopatę i kolegę po fachu. Gdy podzielił się ze mną chęcią napisania poniższej książki i poprosił mnie o wsparcie w jej redagowaniu, nie mogłam odmówić. Na początku zastanawiałam się jak zostanie ona odebrana, zwłaszcza że wiele osób korzystających z homeopatii w Polsce przyzwyczajonych jest wyłącznie do podejścia klasycznego, nie mając świadomości istnienia innych metod bądź też nie będąc na nie otwartymi.

*Dzisiejszy pacjent, nie jest tym samym pacjentem którym był 200 lat temu.*

Zaryzykuję stwierdzenie, iż sam Samuel Hahnemann w najśmielszych przemyśleniach, nie brał pod uwagę jak bardzo zmieni się nasz świat: jak bardzo zubożeje wartość naszego jedzenia, jak zatrute stanie się nasze środowisko (jak choćby wszechobecny mikroplastik będzie wpływał na nasz organizm, w sposób zbliżony do estrogenu), nie wspominając leków alopacyjnych/chemicznych które mają ogromny wpływ na nasze zachowanie i emocjonalny byt.

Przeciętny, współczesny człowiek jest tak 'zanieczyszczony', że ciężko jest czasem dostrzec obraz odpowiedniego remedium konstytucyjnego. Konstytucja kryje się, nierzadko, pod wieloma warstwami. Niby oczywiste, a pomimo tego, otwartość na praktyczne podejście wśród homeopatów wciąż rodzi się bardzo powoli.

Często wspominam dzień kiedy poznałam Ellen Kramer, dyrektor College of Practical Homeopathy i bez wątpienia człowieka, który miał kolosalny wpływ na moje zdrowie i życie. Przeszłam do CPH na dzień otwarty i po usłyszeniu co Ellen miała do powiedzenia, metoda homeopatii praktycznej, była dla mnie jedynym i bezdyskusyjnym wyborem i kierunkiem dalszej nauki.

Jak wspomniałam na początku, Kacper poprosił mnie o pomoc przy jego książce. Redagowanie ma tę zaletę, że trzeba przeczytać cały tekst (i to wielokrotnie). Moje początkowe obawy zniknęły. Doszłam do wniosku, iż sceptyków nie przekona nikt, a otwarty umysł wchłonie tyle ile potrzeba.

Cieszy mnie, że ktoś taki jak Kacper, miał chęć i motywację do napisania niniejszej książki. Liczę na to, że nasza rodzima scena homeopatii na tym skorzysta.

Milej lektury

U. Gawska-Kartashov (LCPH)

## Wstęp

Niniejsza praca nie ma na celu służenia za podręcznik. Nie jest też zbiorem gotowych protokołów postępowania ani nie głosi jakiegokolwiek „jedynej słusznej prawdy“. Nie znajdziecie w niej odpowiedzi na pytanie „jak wyleczyć XYZ“ ani też kto z dawnych lub współczesnych guru homeopatycznych stanowi wzór do naśladowania.

*Czym zatem jest ta książka?*

Książka ta jest propozycją nieco odmiennego spojrzenia na homeopatię. Spojrzenia, którego nauczyłem się studiując homeopatię w College of Practical Homeopathy w Londynie oraz następnie sprawdzonego w swojej praktyce.

Jest to jedynie propozycja, którą każdy czytelnik ma prawo przyjąć lub odrzucić. Pisząc tą książkę zdaję sobie sprawę z tego, że pewnie doświadczę krytyki ze strony osób, które nie podzielają przedstawionych przeze mnie poglądów. Mam tego pełną świadomość i godzę się na to. Byłbym skłonny nawet pójść dalej - krytykę przyjmę z otwartymi ramionami. Dlaczego? Ponieważ uważam, że warto myśleć samodzielnie i nie podążać ślepo za „autorytetami“.

W mojej ocenie warto jest kwestionować, sprawdzać i doświadczać. Tylko wtedy mamy szansę na rozwój i stworzenie swojego własnego, unikalnego stylu pracy. Moim celem nie jest przekonanie Was do moich poglądów i uwięzienie w nich- wręcz przeciwnie. Chcę pokazać Wam odmiennie spojrzenie i zachęcić do dalszej własnej eksploracji, bez strachu.

Zdecydowana większość idei przedstawionych w niniejszej książce nie jest moja. Być może dlatego łatwo jest mi się nimi z Wami tutaj dzielić, gdyż nie jestem do nich emocjonalnie przywiązany. Zanegowanie tych idei przez czytelnika nie ugodzi w moje ego.

Jak zatem podejść do zawartych tu treści? Sugeruję, abyście wzięli z nich to co Wam pasuje, a resztę odrzucili. Weźcie to co z Wami rezonuje, to co czujecie, że ma dla Was sens. Szukajcie, czytajcie, eksplorujcie i sprawdzajcie w praktyce. Każda metoda może być oceniana wyłącznie po swojej skuteczności. Jeśli coś działa dla Was i Waszych pacjentów to jesteście na dobrej drodze.

Jeśli teoria brzmi świetnie, ale w praktyce nie jest skuteczna to być może nie warto się do niej zbyt przywiązywać. Pozwólcie aby Wasi pacjenci byli Waszymi nauczycielami. To oni i ich symptomy zweryfikują Wasze postępowanie. Pozwólcie sobie na eksplorację i popełnianie błędów- to na nich nauczycie się najwięcej. Ja byłem nauczony iż człowieka nie można skrzywdzić homeopatią. Dajcie sobie prawo do zmiany zdania pod wpływem nowych informacji oraz doświadczeń. Nie ma osób nieomylnych, nawet sam Samuel Hahnemann modyfikował swoje koncepcje, nie bez powodu jego „Organon sztuki uzdrawiania“ doczekał się aż sześciu edycji.

Osobiście, zarówno w życiu prywatnym jak i zawodowym, zawsze zastrzegam sobie prawo do zmiany zdania. Jeśli jakieś założenie okazuje się być błędne, a metoda nieskuteczna to bez żalu się z nią rozstaję. W moim odczuciu to daje większą szansę na adaptację do zmieniającego się na naszych oczach świata.

Czy doświadczam porażek? To zależy od podejścia. Wolę widzieć je jako lekcje z których staram się wyciągać wnioski. Niech pierwszy rzuci kamieniem ten, kto błędów nie popełnia!

## Narzędzie pracy homeopaty

Co jest narzędziem pracy homeopaty? Otóż narzędziem pracy homeopaty są leki homeopatyczne, zwane również *remediami* (z angielskiego „remedy“). Postanowiłem, że od tego punktu będę posługiwał się określeniem „remedia“, gdyż słowo „lek“ osobiście kojarzy mi się z tym co najczęściej przepisują lekarze - alopatią/chemią mającą na celu wymuszenie bądź też zablokowanie jakiegoś procesu w organizmie.

Na remedia homeopatyczne możemy spojrzeć jak na sposób komunikacji z organizmem. W tym procesie remedium stanowi wyłącznie informację, a uzdrowicielem jest ciało i jego mechanizmy odpornościowe. Gdy w ten sposób zaczniemy patrzeć to z łatwością możemy dojść do wniosku, że remedia homeopatycznie same w sobie nie mają żadnej mocy. One organizmu nie leczą, organizm leczy się sam. Remedium ma być wyłącznie bodźcem inicjującym ten proces, jeśli wcześniej nie nastąpił on samoistnie.

Zgodnie z prawem Avogadro, potencje homeopatyczne powyżej 12C nie zawierają w sobie ani jednej cząsteczki materiału wyjściowego (czyli fizycznego), z którego remedium zostało wykonane. Tradycyjnie wykonywane potencje opierają się na rozcieńczeniu oraz dynamizacji (wstrząsaniu). Dwie najpopularniejsze skale rozcieńczenia remediów znane są pod określeniami C (czyli skala centesimalna, w której rozcieńczenie następuje w proporcji 1:100) oraz D (czyli skala decymalna, w której rozcieńczenie następuje w proporcji 1:10).

Co zatem oznacza, że remedium homeopatyczne jest w potencji 30C? Oznacza to, że było ono 30 razy rozcieńczone w skali 1:100. Dla przykładu: jedna część 5C została dodana do 99 części neutralnego nośnika (najczęściej alkoholu etylowego) i wstrząsana. W ten sposób powstało 6C, którego jedna część została dodana do 99 części neutralnego nośnika i wstrząsana, w ten sposób tak powstało 7C... i tak dalej aż do 30C.

Z łatwością możemy zobaczyć, że rozcieńczenie szybko staje się tak duże, że nie możemy



mówić o fizycznym oddziaływaniu substancji czynnej na organizm, tak jak ma to miejsce po zażyciu leku chemicznego (np. tabletki 500 mg paracetamolu).

Co zatem działa i uzdrawia? *Organizm!*

Czym zatem różni się niska potencja (np. 6C) od potencji wysokiej (np. 10M)? Jeśli remedium homeopatyczne jest informacją, to niską potencję można porównać do szeptu, a wysoką do krzyku. Dla zobrazowania, można posłużyć się też przykładem ulotki z bardzo drobnym drukiem lub wielkiego baneru z ogromnymi literami. Informacja jest ta sama, przekazujemy ją po prostu w nieco bardziej „dosadny” sposób.

Potencje homeopatyczne najczęściej stanowią kluczowy argument dla osób krytycznie nastawionych względem homeopatii. Pytają „jak coś co jest tak bardzo rozcieńczone może w ogóle działać?”. W pewnym sensie, sceptycy homeopatii mają rację, nie działa, a bynajmniej nie w ten sam sposób co lek chemiczny (jak np. wcześniej wspomniany paracetamol). Remedium homeopatyczne ma jedynie pobudzić energię organizmu do wykonania pracy, jaką jest samouzdrawianie. Osobiście bawi mnie to w jaki sposób osoby sceptycznie nastawione do homeopatii wykorzystują dwa sprzeczne ze sobą argumenty, niejednokrotnie w jednej dyskusji. A brzmią one:

- Argument A: „remedium homeopatyczne jest zbyt mocno rozcieńczone aby mogło działać“
- Argument B: „remedia homeopatyczne są robione z trujących substancji, zatem są niebezpieczne“.

Uważam oba te argumenty za przejaw braku zrozumienia tego, na czym homeopatia polega i w jaki sposób następuje proces samouzdrawiania organizmu.

Jaki jest zatem mechanizm działania remediów homeopatycznych? Nie wiem. Sądzę, że pewnego dnia naukowcy (np. z dziedziny fizyki kwantowej) będą w stanie ten proces wyjaśnić. Nie czuję potrzeby zagłębiania się w to.

Remedia homeopatyczne mogą być wykonywane na różne sposoby. Może być to wcześniej wspomniana metoda tradycyjna (rozcieńczanie i dynamizacja) lub wykorzystanie różnego rodzaju urządzeń radionowych, takich jak np. firmy Sulis, McGurk lub innych. W tego typu urządzeniach umieszczane są granulki z sacharozy (lub inny neutralny nośnik), które następnie wystawiane są one na działanie fal o określonych częstotliwościach. W efekcie uzyskiwana jest imitacja konkretnego remedium homeopatycznego.

Osobiście znam zwolenników oraz przeciwników remediów wykonywanych tą metodą. Sam osobiście korzystałem zarówno z remediów wykonywanych metodą tradycyjną (rozcieńczanie i dynamizacja) oraz przy pomocy urządzenia firmy Sulis. W mojej ocenie efekt działania remedium na organizm jest taki sam. Porównanie remediów wykonywanych metodą tradycyjną z tymi wykonanymi przy pomocy urządzeń radionowych, można określić jako: „Remedium robione tradycyjnie jest jak list napisany odręcznie, remedium robione przy wykorzystaniu urządzenia radionowego jest jak email” - jedno i drugie stanowi wyłącznie informację.

Sam posiadam dwa urządzenia radionowe i uważam, że dają mi one dużą swobodę. Łatwo jest zabrać takie urządzenie (zwłaszcza mały i poręczny Sulis MK3) do walizki lub plecaka i mieć ze sobą podczas wyjazdów na urlop, czy też podczas innych podróży. Umożliwia to wykonanie dowolnego remedium homeopatycznego w dowolnej potencji, na bieżąco, bez konieczności tracenia czasu na szukanie lokalnej apteki homeopatycznej. Jest to bardzo wygodne.

Po ukończeniu studiów homeopatycznych ponad trzy lata pracowałem w aptece homeopatycznej Helios w Londynie. Mam bardzo dużo szacunku do tej firmy oraz wszystkich osób z którymi miałem przyjemność tam pracować. Uważam, że czas spędzony w Helios dał mi doświadczenie, którego nie zdobyłbym prawdopodobnie w żadnym innym miejscu. Oczywiście dobrze wyposażonych aptek homeopatycznych jest jeszcze kilka lub kilkanaście (jak choćby: Hahnemann Apotheek w Holandii, Ainsworths w Londynie, Remedia Homöopathie w Austrii czy Apteka Homeopatyczna Pod Wagą w Sycowie). Uważam, że te miejsca są dla osób korzystających z homeopatii bardzo

potrzebne i warto je wspierać, kupując u nich swoje remedia. Sam na co dzień staram się to w ten sposób postępować.

Wróćmy na chwilę do remedium homeopatycznego jako narzędzia komunikacji z organizmem. Wiemy, że remedia dostępne są w różnych formach - kroplach, drobnych granulkach czy tabletkach. Pamiętajmy, że one są jedynie nośnikiem „informacji“ (potencji homeopatycznej). Remedium będzie miało dokładnie takie samo działanie bez względu na to, w jakiej formie je podamy (np. Lycopodium 30C w kroplach będzie działało dokładnie tak samo jak Lycopodium 30C w granulkach, itd.). Według mnie nie ma również znaczenia ile kropel czy granulek podamy jako dawkę. Aby wyjaśnić swój tok rozumowania posłużę się porównaniem, które ktoś mi kiedyś zasugerował: „Remedium homeopatyczne to jedynie informacja energetyczna dla organizmu. Można je porównać np. do instrukcji obsługi urządzenia. Nie ma zatem znaczenia czy podamy jedną granulkę czy dziesięć. Jest to tak, jakbyśmy podali komuś jedną kopię instrukcji urządzenia lub dziesięć kopii powielonych na xero - treść pozostaje ta sama“. Zatem w świetle tego, zażycie jednej czy dziesięciu granulek jednorazowo nie powinno robić żadnej różnicy - wciąż jest to jedna dawka; w przeciwieństwie do zażycia np. jednej granulki, dziesięć razy w ciągu dnia - wtedy mamy tych dawek już dziesięć.

Uważam, że warto jest wspomnieć o jeszcze jednej kwestii - o intencji. Skoro remedium homeopatyczne jest jedynie energetyczną informacją dla organizmu to sądzę, że intencja z jaką je podajemy też jest istotna. Z mojego doświadczenia, o wiele łatwiej pracuje mi się z osobami neutralnie, lub nawet lekko sceptycznie nastawionymi do homeopatii. Są to osoby bez większej wiedzy na temat homeopatii, dzięki czemu nie odczuwają niepokoju w związku z zażywaniem lub podawaniem swojemu dziecku remedium homeopatycznego. W takich przypadkach obserwuję najlepsze efekty, wtedy właśnie najczęściej słyszę o „cudownych uzdrowieniach“ (co przejawia się w wiadomościach typu: „ja nie wiem co to za słodkie groszki pan zasugerował ale po nich moje dziecko przestało się w nocy moczyć“). Jeśli natomiast zgłasza się do mnie osoba, która zaczerpnęła bardzo powierzchownej wiedzy na temat homeopatii, to w moim doświadczeniu często już towarzyszy jej jakiś niepokój odnośnie remediów homeopatycznych. Wiedza takich osób często pochodzi z internetu i wymiany opinii w mediach społecznościowych. Uważam, że

jednym z problemów jest przecenianie roli remediów i nadawanie im mocy, której w rzeczywistości nie posiadają. Na przykład: „remedium homeopatyczne jest w stanie negatywnie zmienić osobowość człowieka“ lub „niewłaściwie dobrane remedium może wyrządzić wiele szkody“, itd. Ja się oczywiście z tego typu stwierdzeniami nie zgadzam i uważam, że remedium samo w sobie żadnej mocy nie posiada - moc samouzdrawiania posiada jedynie organizm. Nietrafione remedium w najgorszym wypadku nie zrobi po prostu nic... Pamiętajmy o tym.

*„THERE IS NO ROOM FOR FEAR IN HOMEOPATHY“ - Ellen Kramer  
(w homeopatii nie ma miejsca na strach)*

## Metody w homeopatii praktycznej

Czym jest metoda? Zacznijmy od samej definicji tego słowa.

Według Encyklopedii PWN, pojęcie 'metody' odnosi się do wszelkiego działania ludzkiego uprawianego ze świadomością sposobu postępowania. W zakres tego pojęcia wchodzi zarówno metody wykonywania jakiejś pracy, jak i metody myślenia, metody działalności praktycznej i metody badań naukowych.

Homeopatia klasyczna wydaje się być obecnie najpopularniejszą metodą pracy wśród homeopatów. Osobiście nie mam co do tego żadnych obiekcji, natomiast warto mieć na uwadze, iż jest to wyłącznie jedna z metod... ale nie jedyna.

Niejednokrotnie spotykam się z opinią, iż „prawdziwa homeopatia to tylko ta klasyczna”. Szanuję prawo do posiadania takiej opinii, podobnie jak szanuję prawo każdego człowieka do posiadania swojej własnej opinii na dowolny temat. Uważam jednak, iż zawężanie swojego sposobu praktykowania homeopatii do jednej tylko metody może być mocno ograniczające.

Na myśl nasuwa mi się porównanie do innych zawodów, np. kucharza. Czy kucharz stosuje wyłącznie jedną metodę przygotowywania jedzenia? Czy smażenie jest jedyną słuszną drogą, bez względu na rodzaj przygotowywanej potrawy? Nie. Przecież można jeszcze gotować, blanszować, dusić, piec lub podać na surowo - w zależności od tego co i w jaki sposób kucharz chce przyrządzić.

Podobnie rozumiem stosowanie różnych metod w homeopatii. Metodę należy dobrać jak swoje narzędzie pracy. Kluczem do doboru metody powinien być człowiek, któremu próbujemy pomóc przy wykorzystaniu homeopatii. W niektórych przypadkach świetnie sprawdzi się metoda klasyczna, w innych być może jakaś inna.

Podobnie jak zaznaczyłem we wstępie niniejszej publikacji, żadna z przedstawianych tu idei nie jest moja. Dzielę się jedynie tym czego nauczyłem się w teorii i wciąż sprawdzam w praktyce. Dwoma książkami inspirującymi mnie do napisania niniejszego rozdziału są:

*„Methods of Homeopathic Prescribing: Practical Guides to Homeopathy“* Ellen Kramer

oraz

*„A Guide to the Methodologies of Homeopathy“* Iana Watsona.

Moim celem jest wyłącznie zaproponowanie odmiennego spojrzenia na analizę przypadków. Osoby, które są tym zainteresowane i chętne pogłębieniem swojej wiedzy w tym temacie zachęcam do lektury dwóch wyżej wymienionych pozycji.

Warto mieć na uwadze, iż od czasu wymyślenia metody klasycznej minęło ponad 200 lat. Nie oznacza to, że metoda ta jest zła, natomiast moim zdaniem nie należy się zamykać na inne podejścia. Dlaczego? Dlatego, że w ciągu tych 200 lat świat błyskawicznie poszedł do przodu. Zmieniły się warunki życia: jakość jedzenia, warunki sanitarne, toksyny na działanie których człowiek jest wystawiony każdego dnia, promieniowanie elektromagnetyczne, szybkość przemieszczania się (a wraz z nią transmisja patogenów), itd. Wymieniać można długo, natomiast fakt jest jeden: organizm człowieka XXI wieku ma przed sobą inne wyzwania niż organizm człowieka żyjącego w XIX wieku. I to warto mieć na uwadze przy doborze metody.

Jak powiedział Abraham Maslow: “Przypuszczam, że to kuszące, jeśli jedynym narzędziem jakie masz, jest młotek, traktować wszystko jakby było gwoździem.”

Żadna z metod nie jest ani lepsza ani gorsza od pozostałych. Są jedynie metody lepiej lub gorzej dobrane do konkretnej osoby, w konkretnej sytuacji.

W mojej ocenie pacjentów nie interesuje jaką metodą się posługujemy. Jedyne co jest dla nich ważne to rezultaty jakie osiągamy. Poszerzenie wachlarza narzędzi z których korzystamy daje nam homeopatom większe możliwości. Dzięki znajomości różnorodnych metod, mamy wybór w każdym konkretnym przypadku. Im lepiej dobrana jest metoda

stosowania homeopatii tym szybciej i skuteczniej będziemy w stanie pomóc swoim pacjentom.

Ellen Kramer rozróżnia dwie grupy metod: metody całościowe oraz metody częściowe. Jak sama nazwa wskazuje, metoda całościowa podchodzi do człowieka jako całości. Przykładem metody całościowej może być wcześniej wspomniana metoda klasyczna. W założeniu tej metody, choroba człowieka pojawia się w efekcie zaburzenia siły życiowej. Przyczyną tego zaburzenia są najczęściej czynniki psychiczne i/lub emocjonalne. Przykładem przypadku odpowiedniego do zastosowania metody klasycznej jest dysfunkcja, która pojawiła się w następstwie wydarzeń emocjonalnych, np. astma, która pojawiła się po rozwodzie lub chroniczne zaparcia, które pojawiły się po nagłym, silnym szoku emocjonalnym (np. śmierci osoby bliskiej), itd. Widzimy, że ogólny stan zdrowia człowieka jest dobry, organizm jest silny i dobrze odżywiony, natomiast emocje wytrąciły go ze stanu równowagi (homeostazy). W tej metodzie symptomy mentalne i emocjonalne są najistotniejsze podczas doboru rubryk do repertoryzacji. Zazwyczaj stosuje się wtedy pojedyncze remedium homeopatyczne w wysokiej potencji, najczęściej jedną lub dwie dawki. Przy dobrze dobranym remedium zazwyczaj to wystarcza aby organizm wrócił do stanu równowagi.

Metody częściowe nie skupiają się na człowieku jako integralnej całości, ale raczej na poszczególnych częściach organizmu, lub samym procesie chorobowym. W tej grupie metod nie wnikamy dogłębnie w to kim nasz pacjent jest jako człowiek, a raczej w to co się z nim stało w efekcie różnych czynników (np. zatrucia, niedożywienia, niedomagania jednego z kluczowych organów, infekcji, inwazyjnych procedur medycznych, itd.). Tutaj do dyspozycji mamy takie podejścia jak np. wsparcie organów (np. wątroby, nerek, serca, itd.), detoksykację, izopatię, profilaktykę (np. dawka remedium przed przyjęciem szczepienia), itd.

Niejednokrotnie stosowanie metod częściowych z czasem doprowadza nas do punktu w którym jesteśmy w stanie pracować z człowiekiem metodami całościowymi. Na przykład: wsparliśmy homeopatycznie wątrobę, dzięki czemu pacjent efektywnie usunął toksynę z organizmu, jednocześnie zadbaliliśmy o asymilację substancji odżywczych, dzięki czemu

wyrównaliśmy niedobory. W efekcie pacjent ma więcej energii, jest lepiej odżywiony, fizycznie czuje się dobrze, a my jesteśmy w stanie zobaczyć kim ten człowiek tak naprawdę jest. Jakie ma cechy charakteru, jak radzi sobie z emocjami, co go motywuje, czego się boi, itp. Wreszcie widzimy cechy człowieka takiego jakim jest, a nie jedynie skutek procesu chorobowego czy zatrucia organizmu.

Ważne jest abyśmy pamiętali, iż samo remedium homeopatyczne nie leczy człowieka. Remedium jest jedynie narzędziem komunikacji z organizmem. W homeopatii uznajemy, iż sam organizm ma wystarczającą moc samouzdrawiania.

Istnieje wiele czynników, które mogą osłabić siłę życiową człowieka, co z czasem zaczyna ujawniać się pod postacią symptomów fizycznych i/lub psychicznych. Każdy człowiek rodzi się z określonymi zasobami i predyspozycjami. Energia życiowa determinuje w jakim stopniu człowiek będzie w stanie poradzić sobie z napotkanymi problemami. Rolą homeopatii jest wzmocnienie siły życiowej po to, aby organizm powrócił do stanu równowagi.

Przykłady czynników mogących osłabić siłę życiową człowieka:

- trudna ciąża (np. szok emocjonalny w ciąży, przyjmowanie leków chemicznych lub narkotyków, spożywanie alkoholu przez matkę, infekcje wirusowe, szczepienia, itp.)
- komplikacje okołoporodowe (np. poród kleszczowy, niedotlenienie, cesarskie cięcie, zastosowanie środków znieczulających, separacja od matki po urodzeniu, itp.)
- leki oraz preparaty chemiczne (np. antybiotyki, sterydy, syntetyczne hormony, szczepienia, itp.)
- wypadki i urazy (np. wstrząs mózgu, uszkodzenia kręgosłupa, itp.)
- zabiegi operacyjne (w tym poważne zabiegi stomatologiczne)



- toksyny (np. metale ciężkie, leki chemiczne, pestycydy, narkotyki, alkohol, itp.)
- poważne choroby (np. choroby weneryczne, malaria, gruźlica, zapalenie wątroby, itp.)
- dieta (niedożywienie, nadmierna konsumpcja żywności przetworzonej, cukru, itp.)
- czynniki emocjonalne (np. szok, śmierć osoby bliskiej, molestowanie seksualne, pobicie, strach, zazdrość, stłumiona złość, itp.)

Te wszystkie czynniki powinny być uwzględnione przy wyborze nie tylko samego remedium homeopatycznego, ale przede wszystkim przy doborze metody, którą będziemy się posługiwać. Dobór remedium (lub remediów) jest drugorzędny w stosunku do doboru metody. Kluczowa jest znajomość różnych metod i elastyczność w ich stosowaniu.

Jak zatem wybrać odpowiednią metodę? Oczywiście jak we wszystkim - najpierw należy zidentyfikować problem, a dopiero później szukać rozwiązania.

Pomocnym narzędziem w zidentyfikowaniu czynników, które przyczyniły się do choroby jest tzw. „oś czasu“ (z angielskiego *time line*). Oś czasu jest częścią wywiadu homeopatycznego polegającą na spisaniu historii pacjenta. To narzędzie pomaga nam osadzić aktualnie występujące symptomy w kontekście historii pacjenta. Pomaga również zrozumieć co było przyczyną wystąpienia symptomów. Oś czasu stanowi swoistego rodzaju „mapę“ drogi jaką pacjent przeszedł od zdrowia do choroby. Znając tą drogę, łatwiej będzie nam zrozumieć co się dzieje i którędy należy poprowadzić pacjenta w stronę zdrowia.

Jak przygotować oś czasu? Moim zdaniem warto posłużyć się interwałami czasowymi - np. 3 lub 5 letnimi (u małych dzieci mogą to być okresy krótsze). Czyli analizujemy wraz z pacjentem co działo się w jego życiu w przedziałach wiekowych 0-5 lat, 5-10 lat, 10-15 lat, itd. Interesują nas wszelkie wydarzenia, które mogły wytrącić organizm ze stanu

równowagi. Mogą to być, np. przebyte choroby, leki chemiczne, wstrząsy emocjonalne, sztuczne hormony, szczepienia, wypadki, operacje, itp. (listę przykładów wymieniłem wcześniej).

Poniżej przedstawiam przykład *osi czasu*:

Zgłasza się do nas 36 letnia kobieta z nawracającym migrenowym bólem głowy, atopowym zapaleniem skóry, astmą, alergiami wziewnymi, zaparciami oraz bardzo bolesnymi miesiączkami.

<b>WIEK:</b>	<b>WYDARZENIE:</b>
0	Poród przez cesarskie cięcie, od początku karmiona mlekiem modyfikowanym. Komplet szczepień według kalendarza, gorączki poszczepienne tłumione niesterydowymi lekami przeciwzapalnymi.
4	Narodziny młodszej siostry. Do tej pory pacjentka była jedynym dzieckiem w rodzinie, teraz uwaga najbliższych skierowana jest na jej młodszą siostrę. Rozpoczęcie przedszkola i wraz z tym częste infekcje gardła oraz antybiotykoterapie.
7	Niespokojna atmosfera w domu, częste awantury między rodzicami.
9	Rozwód rodziców.
10	Przeprowadzka do innego miasta, zmiana szkoły i przyjaciół. Rozpoczynają się problemy z atopowym zapaleniem skóry oraz bezsennością. Wciąż trwają nawracające infekcje gardła na które lekarze przepisują kolejne antybiotyki. Zmiany skórne smarowane są maścią ze sterydami.

12	Pierwszy epizod astmy. Sterydy wziewne. Stwierdzona alergia na mleko krowie, pyłki traw, sierść kota. Leki przeciwhistaminowe.
14	Trudna relacja emocjonalna z matką, która dużo czasu spędza w pracy, podczas gdy kontakt z ojcem mieszkającym w innym mieście się urywa. Bunt przeciwko obowiązkowi zajmowania się młodszą siostrą pod nieobecność matki.
16	Bolesne miesiączki, lekarz przepisuje tabletki hormonalne.
17	Pierwsza miłość, związek trwa 2 lata i rozpada się po tym gdy okazuje się, że mężczyzna zdradzał pacjentkę z jej koleżanką.
19	Wyjazd na studia. Częste imprezy zakrapiane alkoholem, okazjonalne zażywanie amfetaminy oraz MDMA, dieta w znacznej mierze oparta na fast foodach, wciąż nawracające infekcje gardła i migdałków (antybiotyki). Silny stres podczas sesji egzaminacyjnej. Szok anafilaktyczny i podanie adrenaliny.
23	Nowy związek, kontynuacja brania tabletek antykoncepcyjnych.
26	Restrykcyjna dieta w celu odchudzenia się przed ślubem. Intensywne treningi na siłowni. Początek migrenowych bóli głowy. Stosowanie dużych ilości leków przeciwbólowych.
27	Ślub. Duży stres emocjonalny aby wszystko wypadło jak najlepiej i żeby wszyscy goście byli zadowoleni. Kolejna infekcja gardła i antybiotyków. Zaostrzenie atopowego zapalenia skóry, co oprócz swędzenia wywołuje stres związany z wyglądem podczas ceremonii ślubnej.
29	Pierwsza ciąża. W głównej mierze jest to ciąża leżąca uniemożliwiająca kontynuowanie pracy biurowej. Duże zmęczenie oraz częste wymioty. Brak wsparcia emocjonalnego ze strony rodziny, która mieszka w innym mieście.

30	Poród kleszczowy z utratą dużej ilości krwi. Transfuzja krwi w szpitalu. Początki anemii. Osłabienie, depresja poporodowa utrzymująca się 2 lata. Leki przeciwdepresyjne.
33	Druga ciąża. Poronienie w 14 tygodniu. Problemy i coraz częstsze kłótnie w małżeństwie.
35	Rozwód. Nawrót depresji, przewlekłych infekcji gardła oraz migrenowego bólu głowy.

Zidentyfikowanie nakładających się na siebie wydarzeń życiowych oraz stopień niedożywienia i zatrucia organizmu może pomóc nam w podjęciu decyzji odnośnie metody, która będzie najbardziej odpowiednia na tym etapie postępowania. Warto też dodać, iż metody możemy ze sobą łączyć w zależności od potrzeby. Na przykład: metoda skupiająca się na usuwaniu skutków zatrucia toksynami świetnie współgra ze wsparciem organów (np. wątroby, jelit lub nerek).

Warto zachować elastyczność, gdyż to elastyczność doboru metody sprawia, że mamy więcej narzędzi, a mając więcej narzędzi mamy większe możliwości pomocy pacjentowi. Usztywnienie swojego myślenia i ograniczenie się do jednej metody zawęży nasze możliwości postępowania.

Dobór metody determinuje w jakim kontekście będziemy rozpatrywać pacjenta i które symptomy uznamy za najistotniejsze w danym momencie. Dobór symptomów przełoży się na dobór rubryk podczas repertoryzacji, a dobór rubryk na remedium (w tym potencji i częstotliwości przyjmowania remedium).

Wróćmy zatem do powyższej, przykładowej osi czasu. Czy taką historię przypadku mógłby mieć człowiek żyjący w XIX wieku? Oczywiście, że nie! To niestety jest typowy przykład pacjenta XXI wieku i problemów z którymi się mierzy. Dlatego też, moim zdaniem, lepiej nada się podejście praktyczne, XXI- wieczne, dostosowane do pacjenta naszych czasów - przynajmniej do czasu odbudowania zasobów organizmu. Bez zasobów organizm ma nikłe szanse na samonaprawę.

Czy jest to właściwy moment na zastosowanie metody całościowej w której posługujemy się pojedynczym remedium dopasowanym do całości pacjenta? W mojej ocenie nie. Dlaczego? Dlatego, że nie do końca jesteśmy w stanie stwierdzić kim ta pacjentka jest. Z łatwością możemy dostrzec kim stała się w efekcie stosowanych kuracji medycznych, trybu życia jaki prowadziła, wydarzeń emocjonalnych, które ją dotknęły. Natomiast jest to idealny przykład pacjenta XXI-go wieku: niedożywionego, osłabionego, pozbawionego wszelkich możliwych mikro i makro elementów oraz odpowiedniej mikroflory jelitowej. Ten organizm nie ma zasobów do samouzdrawienia!

Podanie jednego (nawet najlepiej dobranego) remedium, w wysokiej potencji i pojedynczej dawce moim zdaniem nie przyniesie dużej nadziei na poprawę stanu zdrowia pacjentki. Nie możemy oczekiwać od takiego organizmu zdolności do skutecznego samouzdrawiania. Podobnie jak nie możemy oczekiwać pięknie zbudowanego domu dając murarzowi sam plan architektoniczny, ale nie dostarczając mu cegieł i betonu! Tak jak murarz potrzebuje betonu i cegieł, tak samo organizm potrzebuje niezbędnych substancji odżywczych.



Przypadków w których organizm pacjenta nie ma zasobów do samouzdrawiania się w dzisiejszych czasach jest niestety coraz więcej. Wiele osób wyczerpało już możliwości

jakie daje im współczesna medycyna przez co zaczynają szukać pomocy wśród metod naturalnych i alternatywnych, w tym homeopatii.

Problem polega na tym, że to właśnie narzędzia współczesnej medycyny (np. powszechnie stosowane leki chemiczne) w pewnym stopniu przyczyniły się do pogłębienia problemu. W takim przypadku rolą homeopaty jest pomoc w drodze do zdrowia poprzez stopniowe i systematyczne odbudowywanie konstytucji organizmu pacjenta. Do tego służą metody tzw. częściowe. Po odbudowaniu zasobów, w razie potrzeby, możemy zastosować jedną z metod całościowych (np. metodę klasyczną).

Na szczęście współczesna homeopatia praktyczna dysponuje narzędziami idealnie nadającymi się do takich przypadków. Mamy przecież wsparcie organów (wątroby, nerek, nadnerczy), mamy sole Schusslera pomagające w asymilacji minerałów, mamy nozody jelitowe, mamy też wreszcie izopatię pomagającą nam w radzeniu sobie z negatywnymi efektami nagromadzonych toksyn.

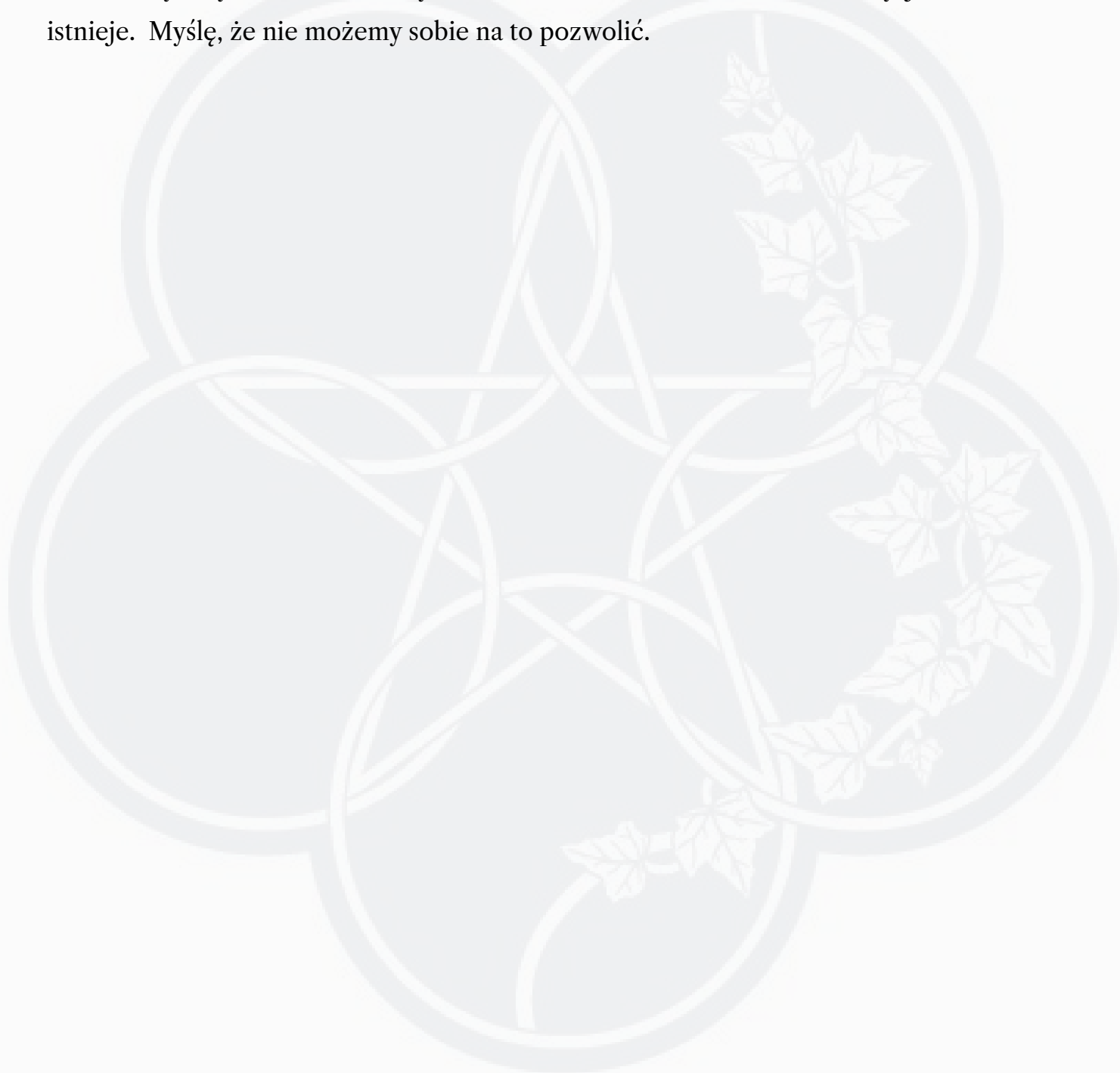
Ten szeroki wachlarz metod i narzędzi daje nam większe możliwości pomocy pacjentom skrzywdzonym przez nadmiernie stosowane antybiotyki, sterydy, leki przeciwzapalne, przeciwalergiczne, antydepresanty, szczepienia, itd.

Nie chcę być posłańcem złej nowiny, natomiast nic nie wskazuje na to, że społeczeństwa będą z czasem brały mniej leków chemicznych. Obawiam się, że kierunek będzie dokładnie odwrotny - im więcej leków chemicznych człowiek bierze tym bardziej pogłębia się problem. Kolejne leki chemiczne dokładane są pacjentom co kilka lat, tylko po to aby złagodzić efekty uboczne wywołane wcześniejszym stosowaniem koktajlu tabletek, syropów, inhalatorów czy zastrzyków. Widzimy, że błędne koło się zamyka i gdzieś należy znaleźć sposób na przerwanie tego toksycznego szaleństwa!

Współczesna homeopatia praktyczna dysponuje narzędziami potrafiącymi skutecznie wspierać osoby z wieloma dolegliwościami jatrogennymi, czyli tymi będącymi skutkiem interwencji medycznych. Problem niestety jest powszechny, szacuje się, że w Stanach

Zjednoczonych choroby jatrogenne są trzecią najliczniejszą grupą chorób zaraz po nowotworach i chorobach serca, zabijając rocznie pomiędzy 200, a 400 tysięcy osób.

Jeśli my homeopaci nie otworzymy się na nowe możliwości i uparcie ograniczymy się do stosowania wyłącznie jednej (XIX-to wiecznej) metody to najzwyczajniej w świecie zostaniemy z tyłu. Pozostaniemy świetnie dostosowani do świata, który już dawno nie istnieje. Myślę, że nie możemy sobie na to pozwolić.



## Przegląd metod

Niniejszy rozdział w znacznej mierze opiera się na książce „*A practical guide to methods of homeopathic prescribing*“ autorstwa Ellen Kramer. Osoby zainteresowane odsyłam do lektury tej pozycji.

W podejściu homeopatycznym, kluczową rolę odgrywa zrozumienie założenia, iż pojawienie się symptomów (fizycznych, psychicznych lub emocjonalnych) jest wynikiem zaburzenia siły życiowej organizmu. To właśnie skupienie się na energii i witalności pacjenta jest punktem wyjścia do tego, aby mu pomóc powrócić do zdrowia.

Symptomy są jedynie próbą powrotu organizmu do stanu równowagi. Każdy organizm prezentuje inne objawy, ponieważ nie ma na świecie dwóch takich samych osób. Wszyscy mamy swoje indywidualne podatności na różnego rodzaju choroby (np. alergie, nowotwory, choroby autoagresywne, itp). Rolą homeopaty jest wsparcie siły życiowej pacjenta, po to aby siła ta była w stanie utrzymać organizm w zdrowiu. Narzędziem, którym homeopata się posługuje są wcześniej wspomniane remedia homeopatyczne.

Do tego aby otrzymać wartościowe dla nas odpowiedzi, musimy najpierw nauczyć się zadawać właściwe pytania.

Poniżej zamieszczam skrót **CLAMS**, pomagający nam w zadawaniu odpowiednich pytań pacjentowi w celu głębszego poznania i zrozumienia symptomów:



<b>C</b>	<b>ang. Concomitant</b> (objaw towarzyszący)	Jest to objaw, który pojawia się równocześnie z tym z którym zgłosił się do nas pacjent (np. pacjent zgłosił się z wysypką, a objawem współtowarzyszącym jest ból stawów).
<b>L</b>	<b>ang. Location</b> (lokalizacja)	Jest to lokalizacja symptomów (np. wysypka zlokalizowana jest na klatce piersiowej, a ból w prawym biodrze).
<b>A</b>	<b>ang. Aetiology</b> (etiologia)	Jest to zdarzenie (lub zdarzenia), które poprzedzało wystąpienie symptomów (np. wydarzenie emocjonalne, infekcja czy przemarznięcie organizmu, itd. ).
<b>M</b>	<b>ang. Modality</b> (modalność)	Jest to czynnik wpływający na symptom (np. ból biodra poprawiający się podczas ruchu i pogarszający się chłódzie i wilgoci).
<b>S</b>	<b>ang. Sensation</b> (odczucie)	Jest to sposób w jaki pacjent odczuwa występujące symptomy (np. odczucie sztywności stawów, odczucie pieczenia zmian skórnych).

Poznanie pełnego kontekstu symptomu wraz z jego objawami towarzyszącymi, lokalizacją, etiologią, modalnościami i odczuciami w znacznej mierze ułatwia dobór właściwego remedium homeopatycznego.

Ellen Kramer wyróżnia dwie grupy metod stosowania homeopatii:

- metody całościowe
- metody częściowe

*Metody całościowe* - skupiają się na całości pacjenta oraz na jego procesie chorobowym. Dolegliwości najczęściej mają charakter funkcjonalny (np. zaparcia, astma, itp.) a u ich podłoża leżą przyczyny emocjonalne. Przypadki wymagające użycia jednej z metod

całościowych nie zawierają przeszkód do wyleczenia, np. niedożywienia, nagromadzenia toksyn w organizmie, niedoczynności jednego lub kilku organów, itd.

*Metody częściowe* - skupiają się natomiast na objawach oraz na pacjencie, ale wyłącznie w kontekście samego procesu chorobowego. U podłoża choroby może leżeć wiele różnych przyczyn, np. zatrucie, wypadek, niedomaganie jednego z organów (np. wątroby, nerek, itd.), itd. Najczęściej przypadki wymagające zastosowanie jednej lub kilku metod częściowych zawierają jakąś (najczęściej więcej niż jedną) przeszkodę do wyleczenia.

Metody można ze sobą łączyć w zależności od tego co wymaga wsparcia u pacjenta. Przy doborze metody/metod nieocenioną pomocą będzie wcześniej wspomniana oś czasu. Pomaga ona osadzić symptomy pacjenta w kontekście jego historii (wypadki, szok, zatrucie, przebyte operacje, itd.). Metody pomagają wyodrębnić najistotniejsze objawy i na ich podstawie dobrać strategię powrotu pacjenta do zdrowia.

Każda z metod ma swoje pewne ograniczenia, natomiast dzięki zrozumieniu każdej z nich możemy otworzyć się na kreatywne działanie dopasowane do indywidualnych potrzeb naszych pacjentów.

## Metody całościowe

### 1. Metoda klasyczna

Metoda ta skupia się w głównej mierze na stanie mentalnym i emocjonalnym pacjenta. Dolegliwości najczęściej mają charakter funkcjonalny (np. zaparcia, astma, itp.) a ich podłoże leży w emocjach. Najistotniejsze objawy podczas pracy tą metodą to:

- objawy psychiczne i emocjonalne
- objawy fizyczne ogólne (odnoszące się do całego organizmu, np. gorączka, zmęczenie/osłabienie, itp.)
- objawy fizyczne szczególne (odnoszący się do jednej części organizmu lub do samego procesu chorobowego, np. uczucie duszności, ból lewego kolana, itp.)

*Repertoryzacja jest procesem doboru symptomów.* Symptomy poukładane są w repertorium (ja najczęściej używam „Homeopathic Clinical Repertory“ Robina Murphy’ego) w tzw. „rubryki“. Przy każdej rubryce znajdujemy listę remediów homeopatycznych zawierających dany symptom w swoim obrazie. Na podstawie paru dobrze wyselekcjonowanych rubryk (objawów prezentowanych przez pacjenta) wyłania nam się kilka potencjalnie pasujących remediów. Następnie na podstawie Materia Medica (czyli opisu remediów homeopatycznych - ja najczęściej używam „Nature’s Materia Medica“ Robina Murphy’ego oraz „Concordant Materia Medica“ Fransa Vermeulena) należy porównać ze sobą te remedia, w celu podjęcia decyzji które z nich najbardziej odpowiada naszemu pacjentowi. Proces repertoryzacji przebiega znacznie szybciej, gdy korzystamy z programu komputerowego, ja używam do tego *Vision*, będącego elektroniczną wersją wcześniej wspomnianego „Homeopathic Clinical Repertory“ Robina Murphy’ego.

Wszystkie symptomy, które uwzględnimy w repertoryzacji muszą nawiązywać do problemu z którym zgłosił się do nas pacjent. Pomaga to zrozumieć indywidualne doświadczanie danego symptomu przez konkretnego człowieka (czyli: czym różni się astma Stasia od astmy Marysi, itd.).

Jeśli są jakiegokolwiek objawy nietypowe, wyjątkowe dla danego pacjenta to powinny być one zawsze uwzględnione (np. Stasiu przed atakiem astmy zazwyczaj odczuwa zwiększone pragnienie, a Marysia niepokój i uczucie zimna).

Po to, aby nie pogubić się w gąszczu opisywanych przez pacjenta symptomów warto zawęzić repertoryzację do mniej więcej ośmiu najistotniejszych.

Przy metodzie klasycznej dobieramy:

- 5 objawów mentalnych i emocjonalnych
- 2 objawy fizyczne ogólne
- 1 objaw fizyczny szczególny

Metodę klasyczną wybieramy gdy przyczyna problemów zdrowotnych ma podłoże w emocjach oraz gdy symptomy emocjonalne stanowią główny fokus pacjenta. Zazwyczaj metoda ta sprawdza się najlepiej gdy nie ma głębokiej patologii w organizmie lub też zatrucia substancjami chemicznymi.

W tym podejściu zazwyczaj wystarcza 1 do 3 dawek remedium w wyższej potencji (30C-CM).

## **2. Metoda podobieństwa**

Polega ona na dopasowaniu podobnych symptomów występujących u pacjenta do tych opisanych w obrazie remedium w Materia Medica. Najłatwiej jest to zrobić skupiając się na objawach dziwnych, rzadkich i nietypowych. W tej metodzie interesują nas wyłącznie objawy, które pojawiły się u pacjenta wraz z dolegliwością, a nie to co człowiek odczuwał na co dzień i co jest jego naturalnym stanem. Chodzi tutaj o wychwycenie indywidualnych doznań pacjenta. Możemy mieć kilku pacjentów z tą samą diagnozą medyczną (np. rwa kulszowa) a każdy z nich będzie miał inne doświadczenie tego stanu.

Dzięki zastosowaniu tej metody mamy szansę zobaczyć co jest charakterystyczne w doznaniach konkretnej osoby (czyli np. czym różni się rwa kulszowa Kasi od rwy kulszowej Wojtka, itd.).

Należy mieć na uwadze objawy kluczowe opisane w obrazie remedium. Na przykład: poprawa symptomów przy ruchu w Rhus toxicodendron i pogorszenie ich przy ruchu w Bryonia alba.

Przy doborze remedium najistotniejsze są objawy *dziwne, rzadkie i nietypowe*. Nie ma potrzeby przeprowadzania pełnej repertoryzacji. Opieramy się na objawach kluczowych, *wyłączonych* w Materia Medica.

Metodę podobieństwa wybieramy, gdy źródłem problemów zdrowotnych są wydarzenia emocjonalne, a w całym przypadku z łatwością możemy wyodrębnić charakterystyczne, dziwne i nietypowe objawy opisane w obrazie leku (jak np. poprawa przy ruchu u Rhus toxicodendron lub trauma z awersją do bycia dotykanym w obrazie Arnica montana). Metoda ta dobrze sprawdza się zarówno w przypadkach przewlekłych, jak i nagłych, pod warunkiem, że nie ma głębokiej patologii ani zatrucia toksynami w organizmie.

W tym podejściu stosujemy szeroki wachlarz potencji (30C-CM), częstotliwość powtórzenia zależy od przypadku.

### **3. Metoda fizyczna ogólna**

Metoda ta jest modyfikacją metody klasycznej, natomiast główny jej nacisk kładziony jest na ogólne objawy fizyczne, a nie na symptomy psychiczne czy emocjonalne. Przypomnijmy, że objawy fizyczne ogólne to te odnoszące się do całego organizmu (jak np. gorączka). W przypadku tej metody nie skupiamy się na stanie emocjonalnym pacjenta, zamiast tego kładziemy nacisk na charakterystyczne objawy fizyczne. Najistotniejsze są objawy dziwne, rzadkie i nietypowe (np. uczucie jakby w gardle utknęła drzazga lub potliwość wyłącznie po jednej stronie ciała).

Podczas zbierania informacji od pacjenta, zawsze warto trzymać się wcześniej wspomnianych CLAMS (objawy towarzyszące, lokalizacja, etiologia, modalności i odczucia). Dodatkowo użyć możemy informacji na temat apetytu i pragnienia pacjenta, snów, libido, itd.

Przy metodzie fizycznej ogólnej dobieramy osiem rubryk z repertorium:

- 5 objawów fizyczne ogólnych
- 2 objawy mentalne i emocjonalne
- 1 objaw fizyczny szczególny

Metodę fizyczna ogólną wybieramy gdy przyczyną problemów są czynniki psychiczne i emocjonalne, natomiast w ich efekcie dominują symptomy fizyczne (ogólne). Warto sięgnąć po tą metodę również wtedy, gdy nie mamy do dyspozycji dostatecznych informacji na temat stanu psychicznego i emocjonalnego pacjenta. Należy zaznaczyć, że jak przy stosowaniu każdej metody całościowej, nie mamy do czynienia z głęboką, fizyczną patologią lub długotrwałym zatruciem organizmu toksynami.

W tym podejściu stosujemy szeroki wachlarz potencji (30C-CM), częstotliwość powtórzenia zależy od przypadku.

#### **4. Metoda miazmatyczna**

Ta metoda oparta jest na doborze nozodu (remedium homeopatycznego wykonanego ze zmienionej patologicznie tkanki lub z wydzieliny) w oparciu o obserwację symptomów najbardziej dominującej u pacjenta miazmy (czyli w dużym uproszczeniu: predyspozycji do zapadalności na niektóre choroby chroniczne).

Stosując tą metodę nie wykonujemy repertoryzacji. Polega ona na porównaniu kluczowych symptomów w obrazie danego nozodu z symptomami prezentowanymi przez pacjenta.

Metodę miazmatyczną wybieramy wtedy, gdy nozod jest wskazany bazując na obrazie symptomów pacjenta. Możemy ją również stosować w sytuacjach, gdy:

- wcześniej przepisane remedium nie przyniosło efektów, pomimo, iż było ewidentnie dobrze pasujące do obrazu objawów prezentowanych przez pacjenta
- wcześniej przepisane remedium przyniosło dobry efekt, jednakże efekt ten się nie utrzymał
- mamy do czynienia z „plątaniną” wielu (często sprzecznych ze sobą) symptomów co prowadzi do dezorientacji w tym co tak naprawdę stanowi problem u pacjenta
- organizm, po podaniu remedium w stanie ostrym, nie doszedł do pełni równowagi, a w konsekwencji stan ostry przeszedł w stan chroniczny
- stosujemy nozod miazmatyczny w określonych odstępach czasu jako lek wtrącony, podczas korzystania z metody warstw (ta metoda zostanie opisana w następnej kolejności)

W tym podejściu stosujemy szeroki wachlarz potencji (30C-10M), częstotliwość powtórzenia zależy od przypadku. Możemy zastosować pojedynczą dawkę lub podawać jako remedium wtrącone co pewien określony odstęp czasu (np. raz w tygodniu, raz w miesiącu, itd.)

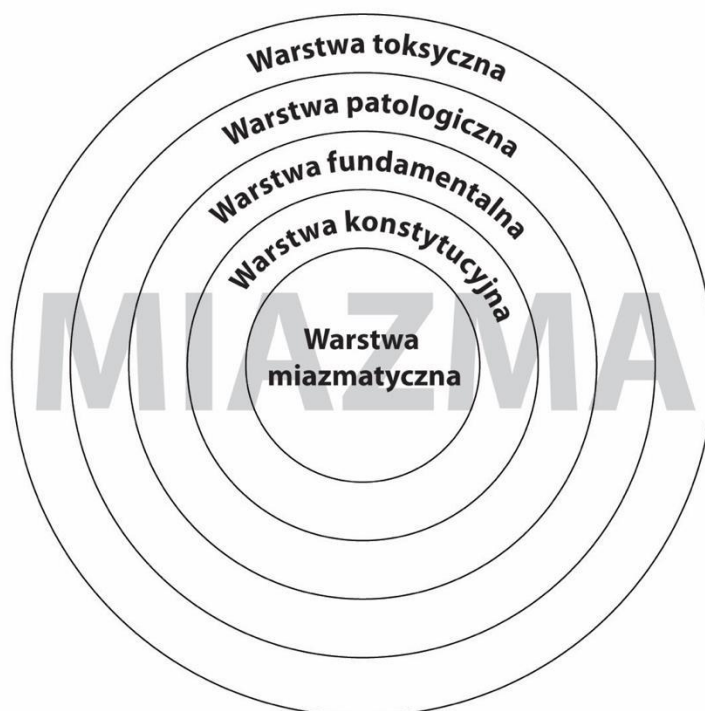
## **5. Metoda warstw**

Metoda warstw może być postrzegana jako sposób organizacji przypadku. Pomaga ona w nadaniu struktury oraz porządku w jakim będziemy pracować z danym pacjentem. Jest to jedyne podejście w którym łączymy metody całościowe z częściowymi. Patrząc na warstwę fundamentalną stosujemy metodę całościową, natomiast patrząc na warstwę

toksyn wykorzystujemy już metodę częściową. Każdą warstwę rozpatrujemy w odpowiednim kontekście oraz kolejności, przy czym warstwa miazmatyczna przekłada się na wszystkie inne warstwy.

Korzystając z tej metody, najczęściej zaczynamy od warstwy toksycznej bądź też patologicznej w zależności od stopnia zatrucia organizmu. Stosowanie sekwencji kolejnych, odpowiednio dobranych remediów homeopatycznych ma na celu przywrócenie pacjenta do jego naturalnego stanu konstytucyjnego. Robimy to poprzez adresowanie kolejnych warstw, w kierunku odwrotnym do pojawienia się choroby (od skrajnie zewnętrznych, w stronę wewnętrznych- przypomina to obieranie cebuli).

Wyróżniamy kolejno warstwy: toksyczną, patologiczną, fundamentalną, konstytucyjną oraz miazmatyczną.



### **Warstwa toksyczna:**

W dzisiejszych czasach wyjątkowo ciężko jest natknąć się na przypadek chorobowy w którym nie widnieje warstwa toksyczna. Długotrwałe zażywanie leków chemicznych,



mających na celu tłumienie objawów zaburza nam, homeopatom, całościowy obraz choroby. Dodatkowo, w organizmie odkłada się wiele toksyn powodujących efekty uboczne. Toksyny te mają wpływ na funkcjonowanie kluczowych organów (jak wątroba lub nerki) co powoduje, iż działają one jako przeszkoda do odzyskania pełni zdrowia. Dlatego też warstwa toksyczna jest przez nas zaadresowana w pierwszej kolejności, poprzez zastosowanie detoksu terapeutycznego. Powinniśmy skupić się na detoksie zanim jeszcze przyjrzymy się na samej warstwie patologicznej (chorobie).

### **Warstwa patologiczna (choroba):**

Patologia zlokalizowana jest w konkretnym organie (np. nerki, wątroba, płuca, itd.), układzie (np. krwionośnym lub nerwowym) lub tkance. Warstwa patologiczna (chorobowa) ma charakter chroniczny. Adresujemy ją poprzez zastosowanie podejścia terapeutycznego, odnoszącego się wyłącznie do procesu chorobowego.

Podczas repertoryzacji uwzględniamy rubryki z samą nazwą patologii (np. „endometrioza“) i traktujemy ją jako najważniejszą. Właściwe remedium odnajdziemy w tej rubryce (np. w rozdziale Clinical w „Homeopathic Clinical Repertory“ Robina Murphy’ego).

Pozostałe nawiązujące rubryki pomogą nam rozróżnić, które remedium jest najbardziej odpowiednie dla danej osoby. W hierarchii symptomów najwyżej ustawiamy objawy fizyczne szczególne, a dopiero następnie objawy fizyczne ogólne oraz objawy psychiczne, pod warunkiem, że pojawiły się one w efekcie samej choroby. Objawy emocjonalne i psychiczne uwzględniane są wtedy, gdy bezpośrednio nawiązują do procesu chorobowego (np. smutek i płaczliwość, które pojawiły się w następstwie zdiagnozowania endometriozy).

Do repertoryzacji wykorzystujemy osiem rubryk z repertorium:

→ 5 objawów fizycznych szczególnych

- 2 objawy fizyczne ogólne
- 1 objawy mentalny i emocjonalny

### **Warstwa fundamentalna:**

Jest to warstwa skupiająca się na mentalnym i emocjonalnym stanie pacjenta, po usunięciu warstwy toksycznej oraz warstwy patologicznej. Nacisk jest tutaj na osobę, całościowo - w przeciwieństwie do nastawienia wyłącznie na sam proces chorobowy. Objawy mentalne i emocjonalne są tutaj rozumiane jako nabyte (np. poprzez wcześniej przebytą chorobę) i stanowią odstępstwo od naturalnego, zdrowego stanu emocjonalnego pacjenta. Upraszczając: nie interesuje nas kim nasz pacjent „jest z natury“, ale kim nasz pacjent „stał się podczas choroby“.

Warstwa fundamentalna pokrywa się z wcześniej wspomnianą metodą klasyczną i wykorzystuje te same rubryki z repertorium, czyli:

- 5 objawów mentalnych i emocjonalnych
- 2 objawy fizyczne ogólne
- 1 objaw fizyczny szczególny

### **Warstwa konstytucyjna:**

Jak sama nazwa wskazuje, warstwa ta odnosi się do konstytucji człowieka. Uwzględnia takie czynniki jak np. kształt ciała, wygląd, osobowość, upodobania, typowe modalności dla danego typu konstytucyjnego, itd. Warstwa konstytucyjna nie jest częścią patologii (choroby) i jako taka nie wymaga uzdrawiania. Przepisywanie remediów na poziomie tej warstwy ma na celu wzmocnienie konstytucji pacjenta oraz wsparcie jego (już i tak dobrego) zdrowia. Remedium konstytucyjne dobierane jest na podstawie charakterystycznych symptomów opisanych w Materia Medica (np. Sulfur i jego tendencja do biegunki i problemów skórnych, egotyzm, nietolerancja gorąca, itd.).

## Warstwa miazmatyczna:

W pierwotnym założeniu metody warstw, miazma znajdowała się pod wszystkimi pozostałymi warstwami. Jednakże praca ze współczesnymi pacjentami i ich dolegliwościami często wymaga przepisywania remediów na poziomie warstwy miazmatycznej, równoległe z całą resztą. Niejednokrotnie dobierając strategię postępowania dla pacjenta, musimy uwzględnić również warstwę miazmatyczną i pod jej kątem przepisać remedia wtrącone w określonych odstępach czasu. Wynika to z powszechnego tłumienia symptomów (np. poprzez leki chemiczne) i ciągle zmieniającego się obrazu dominującej miazmy.

Przy doborze nozodu bierzemy pod uwagę wszystkie symptomy wskazujące na dominującą miazmę i traktujemy je równorzędnie. Nie jest wymagana selekcja rubryk, gdyż nozody tak czy inaczej są słabo reprezentowane w większości repertoriów (nie pojawiają się one wysoko w procesie repertoryzacji). Czyli na przykład: jeśli widzimy osobę prezentującą zachowania destrukcyjne lub autodestrukcyjne, owrzodzenia (lub inną destrukcję tkanek), pogorszenia bólu w nocy oraz głęboką depresję to na tej podstawie możemy użyć Syphilinum jako nozodu miazmatycznego.

Metoda warstw jest wyjątkowo przydatna u pacjentów cierpiących przewlekle na kilka chorób jednocześnie oraz mających historię długotrwałego stosowania wielu leków chemicznych. Stosując tą metodę, korzystamy raczej z niskich potencji (np. 6C-30C) z częstymi powtórzeniami- nawet do czterech razy dziennie. Remedia można podawać rozpuszczone w wodzie, zostają one wtedy dodatkowo zdynamizowane poprzez ruch wody.

## Metody częściowe

W założeniu metod częściowych, skupiamy się na samej dysfunkcji, procesie chorobowym i/lub obciążeniu organizmu toksynami. Traktujemy te obszary pacjenta jako odrębne, niezależne części.

W świetle metod częściowych, przyczynami pojawienia się symptomów są:

- fizyczny szok/trauma dla organizmu (np. trudny poród, operacje i zabiegi chirurgiczne, wypadki, urazy, zabiegi stomatologiczne, ostre infekcje wirusowe, itd.)
- toksyny (leki chemiczne, toksyny środowiskowe, substancje odurzające, szczepionki, itd.)
- niedożywienie, niewłaściwa dieta

Metody częściowe zazwyczaj służą nam do usuwania tzw. „przeszkód do wyzdrowienia“ (z ang. „obstacles to cure“), takich jak: dysfunkcja jednego z organów, niedostateczna zdolność do eliminacji toksyn, zatrucie organizmu, niedożywienie, fizyczna trauma.

### 1. Metoda kliniczna

Metoda ta skupia się na samym procesie chorobowym, a nie na pacjencie całościowo. Przyczyną dolegliwości jest fizyczny szok lub trauma, niedomaganie jednego z organów lub stłumienie wynikające ze stosowanie leków chemicznych. Metoda ta jest szczególnie przydatna w nagłych stanach ostrych, chronicznych stanach chorobowych oraz długotrwałym obciążeniu organizmu toksynami (jeszcze przed pojawieniem się patologii).

Główny nacisk tej metody kładziony jest na problemy fizyczne. Wykorzystanie wcześniej wspomnianej osi czasu pacjenta jest bardzo przydatne w określeniu przyczyn powstałej choroby i tym samym - w odpowiednim doborze działań terapeutycznych.

W zindywidualizowanym podejściu do przypadku pomoże nam:

- przyczyna powstania choroby i dobór remedium na jej podstawie
- detoksykacja
- wsparcie kluczowych organów

Należy wybrać najbardziej odpowiednie podejście dla naszego pacjenta. Cała sztuka polega na zrozumieniu przyczyny powstania dolegliwości oraz znajomości kluczowych symptomów, opisanych w obrazie remedium pasującego do danego stanu chorobowego. Bardzo przydatnym narzędziem w indywidualnym doborze remedium jest wcześniej wspomniane CLAMS (objaw towarzyszący, lokalizacja, etiologia, modalności, odczucia). Szukając odpowiedniego remedium pasującego do stanu pacjenta, możemy posłużyć się repertorium homeopatycznym lub książkami terapeutycznymi (np. autorstwa Rogera Morrisona, Colina Griffitha lub innych). Praktyka czyni mistrza!

Korzystając z repertorium warto posłużyć się zestawieniem:

- 5 objawów szczególnych (wykorzystując rubrykę z nazwą choroby/ patologii w pierwszej kolejności)
- 2 objawy fizyczne ogólne
- 1 objaw mentalny/ emocjonalny (związany bezpośrednio z chorobą/ patologią)

Korzystając z książek terapeutycznych koncentrujemy się na ogóle objawów fizycznych oraz objawach mentalno - emocjonalnych bezpośrednio związanych z chorobą/ patologią (czyli: co zmieniło się wraz z pojawieniem dolegliwości). W pierwszej kolejności wybieramy grupę remediów mających wskazanie na określoną grupę dolegliwości, a

następnie zawężamy swój wybór do najbardziej odpowiedniego remedium dla danego przypadku.

Korzystając z tej metody nie ma ograniczeń dotyczących zakresu potencji oraz częstotliwości z jaką podajemy remedium- to wszystko jest zależne od konkretnego przypadku.

## **2. Metoda stanów ostrych**

Metoda ta polega na przepisywaniu remedium w krótkotrwałych stanach ostrych. Stany te mogą trwać od kilku godzin do kilku dni. Jeśli stan ostry nie ulegnie poprawie w tym czasie, często przechodzi on w stan chroniczny, który w przyszłości może wymagać połączenia metody stanów ostrych oraz wtrąconej dawki nozodu miazmatycznego.

Stany ostre często mają intensywny przebieg, wymagający bezzwłocznego poddania remedium. Podczas doboru remedium, nacisk kładziony jest na sam proces chorobowy, a nie pacjenta jako całość. Jednakże, zgodnie z homeopatyczną sztuką - najlepsze efekty przynoszą remedia indywidualnie dobrane do konkretnej osoby. W indywidualnym doborze znów z pomocą przychodzą nam wcześniej wspomniane CLAMS (objaw towarzyszący, lokalizacja, etiologia, modalności, odczucia).

Sytuacje w których metoda stanów ostrych jest wyjątkowo przydatna:

- choroby zakaźne
- wypadki, urazy, sytuacje nagłe
- ciąża i poród
  
- silne reakcje pojawiające się w odpowiedzi na remedia stosowane w stanach chronicznych (tzw. pogorszenia)

Korzystając z metody stanów ostrych, do dyspozycji mamy szeroki zakres potencji 6C-CM (lub też LM), z częstym powtarzaniem dawek - w zależności od intensywności objawów. Przydatne może być rozpuszczenie jednej lub kilku granulek remedium w wodzie, a następnie zażywanie po małym łyku lub łyżeczce, po wcześniejszym wstrząśnięciu roztworem (dynamizacji).

### 3. Metoda etiologiczna

Metoda ta polega na doborze remedium do wydarzenia, traumy lub choroby, mającej miejsce w przeszłości. Zatem, skupiamy się na tym co wydarzyło się kiedyś, a nie na obecnym obrazie symptomów pacjenta. Kluczowe jest odniesienie się do osi czasu pacjenta, gdyż to narzędzie daje nam wgląd w przyczyny wystąpienia dolegliwości (etiologię).

Przeanalizowanie osi czasu, będącej chronologicznym zapisem chorób i wydarzeń z życia pacjenta pozwoli nam na określenie związków przyczynowo - skutkowych, odnośnie tego co zaszło i co wymaga wsparcia homeopatycznego (np. uraz głowy od którego zaczęła się wieloletnia depresja u pacjenta lub infekcja wirusowa która spowodowała chroniczne zmęczenie, itd.). Im bardziej oczywista i jaśniej określona jest etiologia, tym skuteczniejsza ta metoda okazuje się być w praktyce. Nie ma ograniczenia czasowego, zatem nieistotne jest jak dawno miało miejsce wydarzenie stanowiące etiologię. Przepisywanie na podstawie etiologii jest narzędziem w rękach homeopaty, często skutecznie przywracającym pacjenta do stanu równowagi, nawet po wielu latach od wystąpienia traumy.

*Warto zastosować metodę etiologiczną, gdy:*

- jesteśmy w stanie jednoznacznie określić etiologię na podstawie osi czasu pacjenta
- remedium odpowiednio dopasowane do samych objawów nie przyniosło oczekiwanego efektu

Metodę etiologiczną z powodzeniem możemy stosować zarówno w stanach ostrych, jak i w dolegliwościach przewlekłych. Zazwyczaj korzystamy tutaj z wyższych potencji, zwłaszcza jeśli zdarzenie stanowiące etiologię miało miejsce dawno temu (im dawniej tym wyższa potencia). Niższe potencje mogą być podawane z większą częstotliwością.

Im bardziej remedium pasuje zarówno do etiologii, jak i obrazu symptomów z którymi zgłosił się do nas pacjent, tym większa szansa jest jego skuteczności (np. Natrum sulfuricum dla osoby, która cierpi na stany depresyjne od czasu urazu głowy).

#### **4. Metoda sekwencyjna**

Metoda ta jest wariantem metody etiologicznej. Polega ona na przeanalizowaniu osi czasu pacjenta, a następnie wyodrębnieniu sekwencji traum, które miały miejsce. Traumatyczne zdarzenia te uważane są za czynniki przyczyniające się do obecnego stanu zdrowia (lub choroby) pacjenta.

Przykłady traum z którymi możemy często spotkać się w historii pacjentów:

*U dzieci:*

- komplikacje w ciąży (fizyczne urazy, leki chemiczne, wstrząs emocjonalny matki, itd.)
- komplikacje okołoporodowe (niedotlenienie, uraz głowy, leki chemiczne, itd.)
- separacja od matki, odstawienie od piersi, żłobek, itd.
- strach, doświadczenie przemocy
- szczepienia



→ choroby wieku dziecięcego

→ trudne relacje z rówieśnikami

*U młodzieży:*

→ szkoła, egzaminy, nacisk na osiągnięcia

→ dojrzewanie

→ kwestie związane z samooceną lub ze swoim wyglądem

→ szczepienia

→ relacje z grupą rówieśniczą

→ narkotyki, używki, alkohol

→ strach, doświadczenie przemocy

*U dorosłych:*

→ traumatyczne wydarzenia życiowe (fizyczne lub emocjonalne)

→ strach, doświadczenie przemocy

→ długotrwałe stosowanie leków chemicznych

- długotrwałe zażywanie narkotyków, nadużywanie alkoholu
- obciążenie organizmu toksynami (np. metale ciężkie, pestycydy, itd.)
- przebycie poważnych chorób, infekcji
- zabiegi chirurgiczne

Każde wydarzenie uznawane jest za odrębny „stan ostry“. Korzystając z metody sekwencyjnej odwołujemy się do poszczególnych epizodów, które mamy wyszczególnione w osi czasu pacjenta. Pracujemy w odwrotnej kolejności do pojawienia się traum w życiu człowieka, zatem zaczynamy od tych najświeższych, idąc w kierunku najstarszych. Istotne jest zachowanie kolejności chronologicznej. Dobieramy remedia homeopatyczne na podstawie ich wskazania na poszczególny rodzaj traumy (np. Aconite, Gelsemium, Opium, itd. gdy traumą był silny strach). Jeśli mamy dwukrotny lub więcej epizod tej samej traumy (np. zabieg chirurgiczny) i żadnego innego wydarzenia pomiędzy, możemy wtedy potraktować to jako jedno wydarzenie (przepisując np. Arnikę, Staphysagrię, itd.).

Metoda sekwencyjna jest szczególnie przydatna, gdy mamy ewidentny obraz sekwencji traum, które doprowadziły pacjenta do aktualnego stanu braku równowagi. Dobrze sprawdza się ona zwłaszcza w przypadkach chronicznych.

Stosując metodę sekwencyjną, remedia dobierane są do poszczególnych traum, pod warunkiem, że pasują zarówno do etiologii, jak i pacjenta. Nie ma ograniczeń odnośnie stosowanych remediów, mogą to być zarówno polichresty (remedia o szerokim spektrum zastosowań), jak i nozody - w zależności od przypadku. Dobierane remedia tworzą sekwencję, mogą być podawane w schemacie np. rano-wieczór-rano (w odstępach mniej więcej 12-godzinnych).

Zarówno potęca, jak i częstotliwość powtórzeń zależne są od intensywności objawów (a w zasadzie do intensywności reakcji pacjenta na poszczególne traумы, których doświadczył). Różne traумы mogą wymagać różnych potencji, w zależności od sytuacji.

## 5. Metoda izopatyczna

Metoda ta skupia się na doborze remedium homeopatycznego wykonanego z substancji wywołującej dolegliwość u konkretnego pacjenta. Może być to substancja na którą dany człowiek jest nadwrażliwy, jak np. mleko, gluten, pyłki, itd. Może być to również remedium wykonane z wydzielin człowieka chorującego na daną chorobę (np. nozod krztuśca). Jeśli stosowane jest remedium wykonane z wydzielin lub chorych tkanek samego pacjenta, nazywamy to *autonozodem*. Podejście to może być znane jako *auto-izopatia*.

Korzystając z izopatii, wykorzystujemy remedia wykonane z substancji, które normalnie nie byłyby szkodliwe dla innych osób, gdyż same w sobie nie są one toksyczne (np. mleko, gluten, pyłki, itd.), natomiast wywołują one negatywne reakcje u naszego pacjenta.

*Warto zastosować metodę izopatyczną, gdy:*

- mamy uzasadnione podejrzenie, że jakaś konkretna substancja wywołuje negatywne symptomy u danego człowieka (np. gluten wywołuje ból brzucha i wzdęcia)
- wcześniej zastosowane, odpowiednio dobrane remedium nie przyniosło poprawy (np. Lycopodium nie pomogło we wzdęciach i bólu brzucha po spożywaniu pszenicy)
- gdy objawy pacjenta są spójne z powszechnie dostrzeganymi efektami ubocznymi jakiejś substancji (np. wzdęcia, biegunki, zaparcia, mdłości, uczucie pełności, migrenowe bóle głowy, wysypka po spożyciu glutenu przez osoby z nietolerancją tego białka)

Korzystając z metody izopatycznej, zazwyczaj używamy niższych potencji (np. 6C-30C, 6X-30X) jako pojedyncza lub często powtarzana dawka. Opcjonalnie możemy zastosować remedium w rosnących potencjach, np. 30C, 200C, 1M, 10M na przestrzeni kilku dni lub tygodni, aby usunąć etiologię (przyczynę powstania problemu- np. epizod przejedzenia się glutenem przez osobę z nietolerancją).

## 6. Metoda tautopatyczna

Tautopatia jest odmianą izopatii, z tą różnicą, że tautopatia wykorzystuje remedia wykonywane z leków chemicznych lub innych toksyn. Stosujemy ją u pacjentów, których objawy są wynikiem zatrucia organizmu (np. lekami chemicznymi, szczepieniami, gazami, pyłami, itd). Najlepsze efekty mają miejsce po podaniu remediów wykonanych z tej samej (identycznej) toksyny, która przyczyniła się do powstania problemów zdrowotnych u pacjenta.

Jeśli jakiś lek chemiczny lub toksyna znane są ze swoich efektów ubocznych, wtedy uzasadnione jest wykorzystanie ich w potencji u pacjentów, których symptomy zbliżone są do owych efektów ubocznych (np. kwas salicylowy w potencji u osób z wrzodami żołądka, lub aspartam u osób z guzami mózgu, itd.).

Jeśli człowiek nie ma możliwości odstawienia jakiegoś leku chemicznego, wtedy remedium tautopatyczne (wykonane z tego właśnie leku) może być również podawane równolegle. Jeśli człowiek zażywa np. statyny to możemy równolegle podać tej osobie remedium tautopatyczne wykonane z tego leku. Celem takiego działania jest zminimalizowanie efektów ubocznych powstałych na skutek zażywania toksycznej chemii. Niejednokrotnie może się okazać, iż pacjent będzie wtedy potrzebował niższych dawek leku do uzyskania pełnych efektów terapeutycznych.

Remedia tautopatyczne często przepisywane są równolegle z homeopatycznym wsparciem organów (np. wątroby, nerek, itd.).

Warto zastosować metodę tautopatyczną, gdy:

- toksyna wywołuje negatywne symptomy u danego człowieka (np. wrzody żołądka od długotrwałego stosowania aspiryny lub bezsenność po lekach sterydowych)
- wcześniej zastosowane, odpowiednio dobrane remedium nie przyniosło poprawy
- pacjent jest w trakcie odstawiania leku chemicznego
- objawy pacjenta są spójne z powszechnie dostrzeganymi efektami ubocznymi jakiejś toksyny (np. wyżej wspomniane wrzody żołądka od długotrwałego stosowania aspiryny lub bezsenność po lekach sterydowych)

Korzystając z metody tautopatycznej, zazwyczaj korzystamy z niższych potencji (np. 6C-30C, 6X-30X) jako pojedyncza lub często powtarzana dawka. Możemy wykorzystać również sekwencję rosnących potencji, np. 30C, 200C, 1M, 10M na przestrzeni kilku dni lub tygodni, aby wspomóc organizm w detoksykacji oraz powrocie do równowagi.

## **7. Metoda CEASE**

Metoda CEASE (skrót od: „Complete Elimination of Autistic Spectrum Expression“) została opracowana przez holenderskiego lekarza Tinusa Smitsa. Można określić ją jako jedną z wersji metody izopatycznej czy tautopatycznej. Podobnie jak inne metody koncentrujące się na detoksykacji, CEASE służy do usuwania potencjalnych przeszkód (w postaci toksyn) stojących na drodze do wyzdrowienia.

Metoda CEASE opiera się na podawaniu sekwencji remediów tautopatycznych (lub izopatycznych) w rosnących potencjach. Wykorzystywane potencje to 30C, 200C, 1M i 10M. Remedium dawkowane jest dwa razy w tygodniu, np. co poniedziałek i czwartek. Należy zacząć od najniższej potencji, stopniowo przechodząc do coraz wyższej.

Istnieją dwa schematy jakie możemy wykorzystać: *schemat sztywny* oraz *schemat elastyczny*. Schemat sztywny polega na podawaniu każdej z potencji przez jeden lub dwa tygodnie (czyli dwie do czterech dawek łącznie), bez względu na reakcje organizmu. Schemat elastyczny polega na podawaniu tej samej potencji (również dwa razy w tygodniu) do czasu ustąpienia reakcji organizmu. Reakcjami może być np. biegunka, wysypka, gorączka, itd. Jeśli nie ma reakcji na dwie dawki z rzędu to przechodzimy do wyższej potencji.

Dobierane jest również remedium w sposób bardziej całościowy (tzw. „remedium sobotnie“), dopasowane do całości pacjenta. To remedium może odpowiadać np. warstwie konstytucyjnej lub warstwie fundamentalnej (patrz: metoda warstw).

Remedium sobotnie dobierane jest raczej w wyższej potencji (30C-10M) i ma ono na celu całościowe wsparcie organizmu podczas detoksykacji.

Warto również rozważyć wsparcie organów eliminacji toksyn (np. wątroby i nerek) podczas stosowania protokołu CEASE. Celem tego jest usprawnienie eliminacji toksyn przez organizm oraz minimalizowanie pogorszeń.

## **8. Metoda profilaktyczna**

Już Hahnemann jako pierwszy zastosował metodę profilaktyczną w swojej praktyce. Wykorzystał on remedium homeopatyczne Belladonna jako profilaktykę przeciwko szkarlatynie. Boenninghausen skutecznie zapobiegał ospie prawdziwej stosując nozod homeopatyczny Variolinum.

Większość doświadczeń związanych z homeoprofilaktyką sięga czasów, gdy szczepienia ochronne nie były znane. Ówczesni homeopaci dostrzegali spadek zachorowalności oraz łagodniejszy przebieg chorób u osób, które otrzymały profilaktyczną dawkę nozodu homeopatycznego.

Nigdy nie prowadzono skrupulatnych badań nad efektywnością homeopatycznej profilaktyki, istnieją natomiast przesłanki aby sądzić, iż mogą być one przydatne jako profilaktyka w czasach epidemii.

Na początku XX wieku, wraz z rozwojem możliwości podróżowania, wzrosło również ryzyko kontaktu z tropikalnymi patogenami. W ramach profilaktyki, homeopaci również przepisywali nozody homeopatyczne wykonane z tychże patogenów. W dzisiejszych czasach mamy do czynienia z dużą dostępnością szczepień, zabiegów stomatologicznych oraz chirurgii. Niektórzy homeopaci profilaktycznie przepisują remedia homeopatyczne osobom mającym poddać się tego typu zabiegom. Celem takiego działania ma być zmniejszenie negatywnego oddziaływania interwencji medycznej na organizm człowieka.

*Warto zastosować metodę profilaktyczną, gdy:*

- istnieje ryzyko kontaktu z nowym patogenem (np. podczas podróży do krajów tropikalnych)
- człowiek poddany będzie procedurom medycznym (jak np. szczepienie, zabieg chirurgiczny lub stomatologiczny)

Korzystając z metody profilaktycznej, zazwyczaj korzystamy z potencji 30C lub 200C jako pojedyncza dawka. W razie potrzeby możemy zastosować dwie do trzech dawek w odstępach około 12 godzin.

## **9. Detoks terapeutyczny**

Detoks terapeutyczny może być postrzegany zarówno jako element metody warstw, jak i samodzielna metoda. Celem tej metody jest wsparcie organizmu pacjenta w usuwaniu toksyn z organizmu. Toksyny te mogą mieć wpływ na stan zdrowia pacjenta i/lub powodować występowanie symptomów. Procedura postępowania jest identyczna jak przy warstwie toksycznej (patrz: metoda warstw). Z detoksu możemy korzystać na każdym

etapie współpracy z pacjentem, nawet jeśli nie dostrzegamy ewidentnej patologii w organizmie.

*Warto zastosować detoks, gdy:*

- istnieje historia długotrwałego stosowania leków chemicznych (syntetyczne hormony, leki na nadciśnienie, itd.)
- istnieje historia zażywania narkotyków przez pacjenta
- w stanach ostrych i przewlekłych
- gdy pacjent wystawiony był na działanie dużej ilości toksyn (np. środowiskowych)

Korzystając z metody detoksu terapeutycznego, zazwyczaj korzystamy z niższych potencji (np. 6C-30C, 6X-30X). Powtórzenia dawek remedium są częste, nawet do czterech razy na dobę. Warto włączyć również remedia mające wskazanie na wątrobę oraz nerki (jak np. *Chelidonium*, *Nux vomica*, *Berberis vulgaris*, itd.).

## **10. Wsparcie organów**

Metoda ta opiera się na zidentyfikowaniu, który organ (lub organy) w organizmie pacjenta mogą być osłabione. Następnie dobieramy remedium homeopatyczne, mające wskazanie na ten właśnie organ, w celu poprawy jego funkcjonowania.

Dobierając remedium kierujemy się zarówno wskazaniem obrazu remedium na dany organ (np. *Chelidonium* lub *Nux vomica* na wątrobę, *Lobelia inflata* na płuca, *Berberis vulgaris* na nerki, itd.) jak i symptomami odczuwanymi/ prezentowanymi przez pacjenta.

W tej metodzie często korzystamy z grupy remediów zwanych *sarkodami* (wykonanych ze zdrowych tkanek lub hormonów). Pomagają one ukierunkować oddziaływanie



pozostałych remediów na wskazany organ. Możemy również wykorzystywać sole Schusslera oraz zioła.

*Warto zastosować wsparcie organów, gdy:*

- dany organ lub system wymaga oczyszczenia lub wzmocnienia (nie jest wskazane stosowanie tego podejścia gdy nie mamy do czynienia z obciążeniem organizmu toksynami lub dysfunkcją organu)
- naszym celem jest wzmocnienie organu i chcemy to zrobić równoległe ze stosowaniem innych remediów homeopatycznych
- mamy do czynienia z długotrwałym stosowaniem leków chemicznych lub narkotyków
- chcemy uniknąć lub zminimalizować pogorszenie
- pacjent jest zbyt słaby lub zbyt wrażliwy aby zastosować inną metodę
- wspieramy pacjenta w stanach chronicznych

Wsparcie organów może być stosowane równoległe z innymi metodami. Jest wyjątkowo przydatne w czasie detoksykacji, pomaga zminimalizować pogorszenie podczas gdy organizm usuwa toksyny.

Możemy wykorzystywać nalewki ziołowe, jak również sole Schusslera. Remedia homeopatyczne ze wskazaniem na konkretny organ mogą być przepisywane w niskich potencjach, np. 3X (znana również jako D3) lub 6X (znana również jako D6). Wykorzystujemy wtedy regularne powtórzenia dawek, np. trzy razy na dobę, najczęściej w postaci płynnej (granulki homeopatycznego remedium rozpuszczone w wodzie).

## **Podsumowanie:**

W dzisiejszych czasach homeopaci potrzebują zapoznania się z różnymi metodami pracy po to, aby móc skutecznie pomagać swoim pacjentom. Sztuką jest dobór odpowiedniej metody do konkretnego człowieka po to, aby wspomóc go w samouzdrawianiu w sposób szybki, łagodny oraz trwały.

Żadna z metod nie jest wystarczająca ani kompletna sama w sobie, każda posiada pewne ograniczenia. Jednakże zrozumienie różnych metod daje wolność do bycia kreatywnym w swojej pracy. To właśnie ta kreatywność powoduje, że homeopatia jako dziedzina wciąż ewoluuje, zmienia się i rozwija. Sądzę, iż jest to konieczne, zwłaszcza w dzisiejszych czasach, gdy pacjenci są coraz bardziej obciążeni toksynami, a ich organizmy coraz bardziej stłumione interwencjami farmakologicznymi.

*Kluczowe jest zrozumienie:*

- której metody używamy i po co
- czemu ma służyć zapisane remedium (lub remedia) homeopatyczne
- co chcemy osiągnąć i czego się spodziewamy
- jakie będą nasze dalsze kroki jeśli zapisane remedia nie pomogą

Często wśród homeopatów istnieje obawa przed pogorszeniem u pacjenta. Problem jednak nie tkwi w samych remediach, a w sposobie korzystania z nich. Klucz tkwi w doborze odpowiedniej metody (lub metod) do konkretnego przypadku, w konkretnym momencie. Celem homeopatii nie jest samo usunięcie objawu - to jest domena farmakologii. Homeopatia ma wspierać organizm energetycznie w procesie samouzdrawiania.

Nie ma lepszych i gorszych metod. Żadna metoda nie stanowi też definicji homeopatii. Na każdą z metod jest odpowiedni czas oraz miejsce, zarówno na metodę klasyczną, jak i np. tautopatię. Spory wśród homeopatów, dotyczące wyższości jednej metody nad drugą są pozbawione sensu. W mojej opinii, nie służą one niczemu poza karmieniem ego.



## Dodatkowe narzędzia obserwacyjne

Wywiad jest podstawowym sposobem zbierania informacji przez homeopatę. Jednym z bardziej przydatnych narzędzi w organizacji informacji odnośnie pacjenta jest opisana wcześniej *oś czasu*. Różni homeopaci korzystają z różnych dodatkowych metod pomagających na jak najpełniejszą analizę przypadku. Oprócz wywiadu możemy stosować np. biorezonans, irydologię (diagnoza na podstawie tęczówki oka), kinezylogię, wyniki badań laboratoryjnych (głównie dla lekarzy homeopatów), pierwiastkową analizę włosa, itp.

Pamiętać należy, że żadna z wyżej wymienionych metod nie zastępuje wywiadu homeopatycznego, a stanowić może jedynie jego uzupełnienie. Uważam, że nie ma nic złego w sięganiu po dodatkowe narzędzia po to, aby lepiej zrozumieć przypadek pacjenta.

Chciałbym skupić się na jednym, niezwykle wartościowym narzędziu obserwacyjnym, jakim jest dobowy zegar narządów. Jednocześnie pragnę zaznaczyć, iż ja jestem homeopatą, a nie ekspertem zajmującym się Tradycyjną Medycyną Chińską. Postaram się podzielić swoim spojrzeniem i pokazać jak możemy wykorzystać to narzędzie przy analizie przypadku homeopatycznego.

## Tradycyjna Medycyna Chińska (TMC)

Zagadnienia związane z TMC chciałbym poruszyć wyłącznie w takim stopniu, w jakim mogą one wzbogacić wywiad homeopatyczny a następnie analizę oraz dobór remedium homeopatycznego.

TMC to jeden z najstarszych systemów uzdrawiania znanych ludzkości. Niektóre źródła podają, iż działa on nieprzerwanie od co najmniej 4,000 lat. Jest to metoda holistyczna, traktująca człowieka jako jedność ciała, umysłu i duszy. TMC, podobnie jak homeopatia, jest energetycznym systemem uzdrawiania. W homeopatii mówimy o sile życiowej, w TMC o Chi. To właśnie zakłócenie równowagi i harmonii Chi jest przyczyną dolegliwości. Dysharmonia energii uważana jest za przyczynę destabilizacji procesów zachodzących w ciele.

Na przestrzeni wieków, specjaliści od TMC stworzyli anatomiczny model funkcjonowania ludzkiego organizmu. Model ten znacznie odbiega od współczesnego, akademickiego pojęcia anatomii. W TMC mowa jest raczej o obiegach czynnościowych, a nie o samych tkankach czy narządach. Każdy narząd ma przypisane pewne funkcje oraz cechy duchowe/ emocjonalne. Warunkiem zdrowia jest harmonijny przepływ Chi pomiędzy poszczególnymi obiegami czynnościowymi.

Yin i Yang symbolizują biegunowość i przeciwstawność, której można przyporządkować wszystkie procesy na tym świecie (pierwiastek męski i żeński, dzień i noc, ciepło i zimno, itd.). Yin jest pustką, wnętrzem i zimnem. Yang jest pełnią, zewnętrzem i gorącem. Oba bieguny równoważą się i kontrolują nawzajem, w każdym aspekcie życia. Utrata równowagi pomiędzy dwoma biegunami Yin i Yang prowadzi do powstania chorób zarówno fizycznych jak i duchowych.

*Do narządów Yin* (zang, oznaczający „stały”) zaliczamy: płuca, serce, śledzionę, wątrobę i nerki. Są to tak zwane narządy magazynujące. Nazywane są tak dlatego, że uważa się, iż pobierają, magazynują oraz przekształcają one różne formy qi.

Do narządów Yang (fu, oznaczający „pusty”) zaliczamy: jelito grube, jelito cienkie, żołądek, pęcherzyk żółciowy i pęcherz moczowy. Są to tak zwane narządy pracujące. Ich funkcją jest trawienie, asymilacja substancji odżywczych oraz wydalanie zbędnych produktów z organizmu.

Do każdego narządu Yin (zang) przyporządkowany jest organ Yang (fu):

Narządy Yin (zang)	Narządy Yang (fu)
Wątroba	Pęcherzyk żółciowy
Serce	Jelito cienkie
Osierdzie	Potrójny ogrzewacz
Śledziona + trzustka	Żołądek + dwunastnica
Płuca	Jelito grube
Nerki	Pęcherz moczowy

### 1. Zegar organów

Najbardziej użytecznym aspektem TMC dla nas, homeopatów, jest moim zdaniem dobowy zegar narządów. Dzięki niemu można lepiej rozpoznawać zarówno choroby fizyczne jak i duchowe/ psychiczne. Zgodnie z założeniami dobowego zegara narządów, energia płynie harmonijnie przez poszczególne systemy w dwugodzinnych blokach. Każdy z systemów ma swoją fazę szczytową (maksymalny przepływ Chi) oraz fazę odpoczynku (minimalny przepływ), oddzielone są one od siebie o 12 godzin. Cały cykl rozpoczyna się w płucach, o godzinie 3:00 rano.

*Poszczególne przedziały czasowe:*

Pora dnia	Faza szczytowa	Faza odpoczynku
23:00 - 01:00	Pęcherzyk żółciowy	Serce
01:00 - 03:00	Wątroba	Jelito cienkie

03:00 - 05:00	Płuca	Pęcherz moczowy
05:00 - 07:00	Jelito grube	Nerki
07:00 - 09:00	Żołądek	Osierdzie
09:00 - 11:00	Śledziona	Potrójny ogrzewacz
11:00 - 13:00	Serce	Pęcherzyk żółciowy
13:00 - 15:00	Jelito cienkie	Wątroba
15:00 - 17:00	Pęcherz moczowy	Płuca
17:00 - 19:00	Nerki	Jelito grube
19:00 - 21:00	Osierdzie	Żołądek
21:00 - 23:00	Potrójny ogrzewacz	Śledziona

### 1.1 Płuca

- faza szczytowa: 3:00 – 5:00
- faza odpoczynku: 15:00 – 17:00

Płuca pobierają tlen, a następnie przekazują go do krwi. Mają one również na celu wyprowadzenie dwutlenku węgla z organizmu. Jako najwyżej położony narząd w ciele, płuca stanowią centrum rozdzielcze energii. Dzięki wymianie powietrza są one połączeniem ciała ze światem zewnętrznym. To płuca decydują co może trafić do organizmu, a co ma zostać z niego wydalone. Płuca chronią organizm przed chorobami, mają zatem również funkcję ochronną. Skraplają też parę wodną, dzięki czemu regulują temperaturę oraz wilgotność organizmu (skroplona wilgoć wędruje następnie do nerek). Problemy z oddawaniem moczu, lub też zatrzymanie wody w organizmie może być rozpatrywane przez pryzmat obiegu czynnościowego płuc.

Objawy takie jak kaszel, astma, duszność są związane z obiegiem czynnościowym płuc. Płuca zarządzają powierzchnią ciała, czyli skórą. Problemy skórne lub te związane z błonami śluzowymi czy potliwością mogą być oznaką dysharmonii energii płuc. Osłabiona odporność i podatność na choroby zakaźne, jak również podatność na negatywne

nastroje innych osób świadczą o osłabieniu energii płuc, gdyż płuca reprezentują tarczę ochronną naszego organizmu.

Emocją przypisaną obiegowi czynnościowemu płuc jest *smutek i żal*. Płuca stanowią też symbol naszej niezależności. Nie bez powodu mówi się „żyć pełną piersią”. Gdy żyjemy podporządkowani innym, wbrew własnej woli to często możemy zaobserwować zachwianie równowagi w obiegu czynnościowym płuc.

Obieg czynnościowy płuc może być w homeopatii łączony z miazmą tuberkulinową.

## 1.2 Jelito grube

- faza szczytowa: 5:00 – 7:00
- faza odpoczynku: 17:00 – 19:00

Obieg czynnościowy jelita grubego łączony jest z obiegiem czynnościowym płuc. Jelito grube jest odpowiedzialne za wydalanie tego, co jest nam już niepotrzebne. Usuwając z organizmu odpady, jelito grube dokańcza lub uzupełnia pracę płuc. Umożliwia pozbycie się zbędnego balastu oraz przygotowuje przestrzeń do przyjęcia nowych treści.

Jelito grube zarządza błonami śluzowymi organizmu, stanowi również barierę ochronną dla patogenów (bakterii i wirusów). Jako ostatnia część przewodu pokarmowego, wchłania pozostałości wody z resztek, tym samym przyczyniając się do zachowania równowagi płynów w organizmie.

Oslabienie energii jelita grubego może przejawiać się jako zatwardzenie, wzdęcia, zastoje oraz hemoroidy. Możemy zaobserwować też problemy z błonami śluzowymi (w tym zatok), bóle głowy, napięcie mięśniowe, sztywność karku, spowolnienie procesów myślowych.

Emocjonalnie, jelito grube łączy się z *odpuszczeniem*. Problemy związane z jelitem grubym kojarzone są z potrzebą sprawowania kontroli nad biegiem wydarzeń życiowych.



Osoby z zaburzoną energią jelita grubego mogą mieć problem z rozstawianiem się z rzeczami oraz sytuacjami, które już im nie służą.

### 1.3 Żołądek

- faza szczytowa: 7:00 – 9:00
- faza odpoczynku: 19:00 – 21:00

Obieg czynnościowy żołądka połączony jest z obiegiem czynnościowym śledziony i trzustki. Odpowiada on za przyjmowanie pożywienia, wysyłając składniki odżywcze do śledziony i trzustki lub w dół do jelit w celu eliminacji resztek. Żołądek odpowiedzialny jest za szeroko rozumiane przyswajanie- zarówno substancji odżywczych, jak i nowych informacji.

Oslabienie energii żołądka może manifestować się odbijaniem, wymiotami, zgagą, bólami żołądka, migreną, wzdęciami czy kolką jelitową.

Emocjonalnie, żołądek łączony jest z *niepokojem*. Oprócz przyjmowania pokarmu z jamy ustnej, odpowiada on za przyswajanie odżywienia emocjonalnego. Czujemy się dobrze, gdy otrzymujemy dostatecznie dużo pożywienia. Żołądek może być również łączony z energią matczynej miłości. Jej niedosyt może powodować uczucie ssania w żołądku czy też pustki. W żołądku „trawimy” informacje napływające z zewnątrz oraz nasze własne myśli czy uczucia. W tym miejscu albo je przyjmujemy albo odrzucamy.

### 1.4 Śledziona- trzustka

- faza szczytowa: 9:00 – 11:00
- faza odpoczynku: 21:00 – 23:00

Obieg czynnościowy śledziony - trzustki postrzegany jest jako najważniejszy organ trawienny. Zarządza on przekształcaniem oraz transportem energii pochodzącej z pożywienia do wszystkich pozostałych obiegów czynnościowych. Śledziona

odpowiedzialna jest za odpowiedni przepływ krwi, esencji pożywienia oraz soków w organizmie. Jeśli energia śledziona jest zrównoważona i prawidłowo spełnia ona swoje funkcje przekształcania oraz transportu energii pożywienia, organizm będzie odpowiednio ukrwiony, a układ trawienny silny.

Śledziona nadzoruje mięśnie oraz kończyny, pomaga też utrzymać narządy wewnętrzne we właściwej pozycji.

Niedobór energii śledziona może prowadzić do ogólnego osłabienia, spadku apetytu, bledzi oraz zawrotów głowy.

Zaburzenie równowagi śledziona może prowadzić do niedoborów energii oraz krwi w organizmie. Jeśli dotyczy to układu pokarmowego, można zaobserwować objawy takie jak wzdęcia, biegunka czy niedożywienie. Jeśli energia śledziona jest osłabiona, mogą występować trudności z utrzymaniem krwi w naczyniach, a w efekcie do objawów takich jak łatwo pojawiające się siniaki, krwotoki z nosa, wymiotowanie krwią, krwawienie dziąseł, krwotoki z nosa, nadmiernie obfite krwawienie miesiączkowe, itd. Wiele problemów dotyczących chronicznego krwawienia może być eliminowanych poprzez wsparcie śledziona.

Otwarcie dla śledziona są usta. Jeśli energia jest zrównoważona, osoba bez problemu będzie w stanie wyczuwać wszystkie pięć smaków, a jej usta będą czerwone i wilgotne. Osłabienie energii śledziona może ujawniać się w zaburzeniu odczuwania smaków oraz bledych ustach.

Emocją przypisaną obiegowi czynnościowemu śledziona jest *niepokój, rozdrażnienie oraz ciągłe rozmyślanie*.

Obieg czynnościowy śledziona może być w homeopatii łączony z miazmą psoryczną.

## 1.5 Serce

- faza szczytowa: 11:00 – 13:00
- faza odpoczynku: 23:00 – 01:00

Serce zarządza krwią oraz naczyniami krwionośnymi. Stanowi ono schronienie dla shen (czyli umysłu), przenika ciało świadomością oraz emocjami. Brak równowagi w sercu może prowadzić do bezsenności, osłabienia pamięci czy trudności z koncentracją. W bardziej ekstremalnych przypadkach może prowadzić do hysterii, irracjonalnych zachowań, a nawet szaleństwa.

Język przyporządkowany jest obiegowi czynnościowemu serca. Po jego wyglądzie możemy zaobserwować brak harmonii (np. fioletowy język). Serce zarządza krwią, zatem wygląd twarzy może wiele zdradzać- blada twarz może oznaczać osłabienie serca, fioletowe zabarwienie twarzy może sugerować zastój krwi. Dysharmonia serca może również manifestować się w ucisku w klatce piersiowej, spłyceniem oddechu, bólu oraz kołataniu serca.

Emocjonalnie, serce łączy się z *miłością*. Tak jak krew daje życie, tak i miłość nadaje życiu kierunek i znaczenie. Przeciwnością miłości jest strach i nienawiść. Im więcej człowiek akceptuje samego siebie, tym więcej ma w sobie miłości. Im więcej ma w sobie miłości, tym mniej w nim strachu. Bez miłości strach zamienia się w nienawiść. Serce symbolizuje zarówno miłość romantyczną, jak i miłość w aspekcie duchowym/ religijnym. Trudne wydarzenia emocjonalne mogą powodować odcięcie się od serca i miłości, co w efekcie prowadzi do samotności, cynizmu, nadmiernego krytycyzmu, a nawet agresji.

Obieg czynnościowy serca może być w homeopatii łączony z miazmą syfilityczną.

## 1.6 Jelito cienkie

- faza szczytowa: 13:00 – 15:00
- faza odpoczynku: 01:00 – 03:00

Obieg czynnościowy jelita cienkiego łączony jest z obiegiem czynnościowym serca (podobnie jak obieg czynnościowy jelita grubego łączony jest z płucami). Jelito cienkie przyjmuje rozdrobniony pokarm z żołądka, a następnie dokonuje selekcji. Oddziela to co jest "czyste" od tego co jest „nieczyste”. Czysta część zostaje wchłonięta przez błony śluzowe jelita cienkiego, a następnie odsyłana jest do śledziony. Część nieczysta trafia do jelita grubego w celu wydalenia.

Zaburzenia równowagi jelita cienkiego mogą się objawiać poprzez wzdęcia, bóle brzucha, problemami z wypróżnieniem (biegunka lub zatwardzenie), bóle głowy czy sztywność karku. Serce pobiera nadmierne gorąco z serca i kieruje je w dół, stąd też można wnioskować, iż niektóre dolegliwości serca mogą się manifestować w stanach zapalnych jelita cienkiego.

Na poziomie emocjonalnym, jelito cienkie łączone jest z *przyjmowaniem lub odrzucaniem obrazów, wrażeń czy też myśli docierających do naszej świadomości*. To ono decyduje co jest dla nas pożyteczne, a co szkodliwe. Czynniki powodujące sprzeczność, konflikt lub nieszczęście mogą manifestować się w dolegliwościach jelita cienkiego.

### **1.7 Pęcherz moczowy**

- faza szczytowa: 15:00 – 17:00
- faza odpoczynku: 03:00 – 05:00

Pęcherz moczowy łączony jest z obiegiem czynnościowym nerek. Pęcherz przyjmuje odfiltrowane odpady z nerek, a następnie usuwa je z organizmu. Rolą pęcherza jest pozbywanie się nieczystego płynu z organizmu.

Dysharmonia energii pęcherza może przejawiać się w infekcjach dróg moczowych, nietrzymaniem moczu, bólem pęcherza, nocnymi potami, problemami z prostatą.

Emocjonalnie, pęcherz łączy się z *uwalnianiem niechcianych, negatywnych emocji*. Problemy manifestujące się w tym obszarze ciała mogą mieć związek z irytacją, poczuciem skrzywdzenia, złością oraz strachem który nie znajduje drogi ujęcia.

## 1.8 Nerki

- faza szczytowa: 17:00 – 19:00
- faza odpoczynku: 05:00 – 07:00

Nerki uważane są za miejsce, w którym zlokalizowana jest energia urodzeniowa człowieka. Jest to energia odziedziczona po rodzicach, która uważana jest za źródło życia. Odpowiedzialna jest ona za narodziny, wzrost, rozwój, rozmnażanie (seksualność i płodność) oraz starzenie się człowieka. Niedobór energii nerek może się manifestować u dzieci w zaburzeniach rozwoju oraz wzrostu. U osób dorosłych niedobór przejawiać się może w osteoporozie, osłabionych zębach, suchej i szorstkiej skórze, problemach z uszami lub słuchem, impotencji lub osłabionym popędzie seksualnym.

Nerki regulują gospodarkę wodną oraz mineralną organizmu. Pomagają również oczyszczać organizm z toksyn oraz końcowych produktów przemiany materii. Ze względów religijnych, Chińczycy nie przeprowadzali sekcji zwłok. Nie do końca rozumieli czynnościową różnicę pomiędzy nerkami, a nadnerczami. Nadnercza odgrywają ogromną rolę w sytuacjach kryzysu, aktywując tryb walki i ucieczki. Zarządzają one również układem odpornościowym oraz regulują procesy zapalne.

Z perspektywy energetycznej, nerki zarządzają kośćmi (również zębami) oraz włosami. Otwarcie dla meridianu nerek są uszy. Wiele dolegliwości uszu może świadczyć o osłabieniu energii nerek. Podobnie jest jeśli chodzi o słabe kości, osteoporozę, przedwczesne siwienie lub starzenie się organizmu. Pamiętać należy, iż nadnercza produkują hormon stresu kortyzol, a jego nadmiar prowadzi do osteoporozy. Elementem nerek jest woda, tam skrapla się wilgoć z płuc. Od zdrowych nerek w pewnym stopniu zależy zdrowy oddech (zaburzenia energii nerek mogą też manifestować się np. astmą).

Emocjonalnie, nerki dają człowiekowi siłę, wytrwałość oraz umiejętność panowania nad stresem. Niedobór energii nerek może przejawiać się *strachem, niezdecydowaniem, bojaźliwością i lękliwością*. Należy mieć na uwadze, że nerki i nadnercza uważane są za jeden obieg czynnościowy, przy czym nadnercza wydzielają adrenalinę w odpowiedzi na strach i zagrożenie. Jest to naturalna reakcja mająca na celu adaptację do przetrwania w trudnych warunkach.

Mocz symbolizuje emocje, które już nie są nam potrzebne i nam nie służą. Problemy z nerkami i pęcherzem często pojawiają się wtedy, gdy mam problem z odpuszczeniem negatywnych emocji. Stają się one zablokowane, dochodzi do ich zatrzymania. Nerki związane są z emocją strachu- zwłaszcza strachu związanego ze związkami, niewyrażonym żalem czy emocjonalną niepewnością.

Obieg czynnościowy nerek może być w homeopatii łączony z miazmą sykotyczną.

### **1.9 Potrójny ogrzewacz i osierdzie**

- faza szczytowa: 19:00 – 23:00
- faza odpoczynku: 07:00 – 11:00

Meridiany osierdzia oraz potrójnego ogrzewacza uznawane są za obiegi funkcjonalne. Nie jest do nich podporządkowany żaden fizyczny organ z współczesnej anatomii. O ile ten obieg funkcjonalny ma swoje znaczenie diagnostyczne dla ekspertów zajmujących się TMC, o tyle nie widzę potrzeby zgłębiania tego zagadnienia w odniesieniu do homeopatii.

### **1.10 Pęcherzyk żółciowy**

- faza szczytowa: 23:00 – 01:00
- faza odpoczynku: 11:00 – 13:00

Obieg czynnościowy pęcherzyka żółciowego łączy się z obiegiem czynnościowym wątroby. Rolą pęcherzyka żółciowego jest magazynowanie żółci, która produkowana jest przez wątrobę. Jest ona niezbędna do trawienia tłuszczów. Niedobór żółci oznacza, iż trawienie będzie zachodzić wolniej. Symbolicznie, przy problemach z pęcherzykiem żółciowym, można zastanowić się co jest tak trudnego do przetrawienia i przyswojenia na poziomie emocjonalnym u pacjenta.

Woreczek żółciowy wraz z wątrobą kontrolują ściegna oraz więzadła. Wiele dolegliwości w tych obszarach może ulec poprawie dzięki wsparciu wątroby oraz woreczka żółciowego.

Emocjonalnie woreczek żółciowy łączy się z odwagą, asertywnością, oraz zdolnością podejmowania decyzji. Osłabienie energii tego obiegu czynnościowego może skutkować *bojaźliwością, brakiem stanowczości, drażliwością i niekonsekwencją*. Czasem określa się osobę jako „zgorzkniałą”, czyli niezadowoloną z życia, rozżaloną i nadmiernie krytykującą siebie i innych. Zgorzknienie może symbolicznie odnosić się do gorzkiego smaku jaki ma żółć, a zatem do emocji obiegu czynnościowego wątroby oraz woreczka żółciowego. Gdy powstają kamienie żółciowe i dochodzi do zatkania dróg żółciowych, mamy do czynienia z intensywnym bólem. Kamienie żółciowe są twardymi złogami, które mogą symbolizować „stwardnienie” emocjonalne. Dochodzi do nich najczęściej, gdy osoba próbuje zadowolić innych, jednocześnie tłumiąc emocje żalu i rozgoryczenia za to, że nie czuje się doceniana. Tak jak powolny jest fizyczny proces powstawania kamieni żółciowych, tak też powoli narasta na przestrzeni lat w człowieku zgorzknienie emocjonalne.

### 1.11 Wątroba

- faza szczytowa: 01:00 – 03:00
- faza odpoczynku: 13:00 – 15:00

Wątroba jest największym gruczołem organizmu i jednym z najważniejszych organów układu pokarmowego. Uczestniczy ona w przemianie materii oraz odgrywa kluczową rolę

w neutralizowaniu toksyn oraz filtracji krwi. Ponadto, produkuje żółć, różnorodne białka i aminokwasy, magazynuje glikogen, pełni również funkcję odpornościową.

W TMC wątroba określana jest „domem duszy”. Odpowiedzialna jest za rozdzielanie oraz harmonijny przepływ qi w organizmie. Wątroba magazynuje życiodajną krew i w razie potrzeby transportuje ją w inne części ciała. Funkcją wątroby jest utrzymywanie równowagi i harmonii w organizmie.

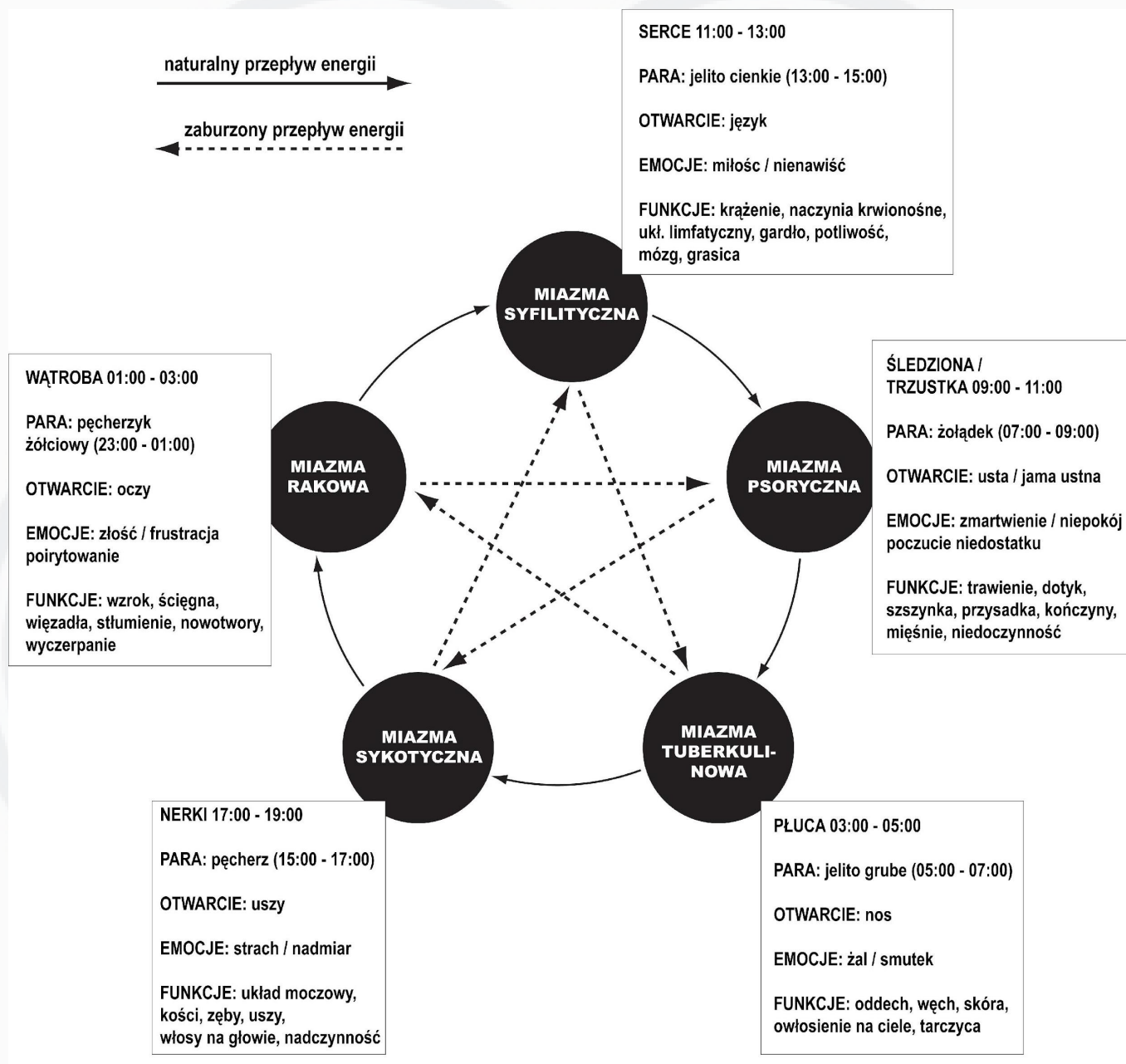
Otwarcie dla meridianu wątroby stanowią oczy. Problemy ze wzrokiem, nawracające zapalenia spojówek, suchość lub swędzenie oczu mogą być rozpatrywane poprzez pryzmat wątroby. Wątroba zarządza mięśniami, ścięgnami oraz stawami. Brak równowagi w wątrobie może skutkować osłabieniem lub bólem mięśni, drętwieniem kończyn, drżeniem mięśni lub naderwanymi ścięgnami. Inne problemy fizyczne, mogące wskazywać na zaburzenie równowagi meridianu wątroby to dolegliwości menstruacyjne, PMS, zaburzenia trawienia, bóle brzucha, migrena, problemy ze słuchem, szumy uszne czy też problemy ze skórą.

Emocjonalnie obieg czynnościowy wątroby łączony jest ze *złością, rozgoryczeniem, wściekłością, frustracją, poczuciem winy czy nienawiścią*. „Ociężała” wątroba może przekładać się na poczucie utraty sensu życia, apatię oraz depresję. Możemy zauważyć uzależnienia, zachowania autodestrukcyjne, trudność w rozgraniczaniu pomiędzy tym co jest dla nas pożyteczne, a co szkodliwe. Warto się zastanowić jakie toksyczne emocje staramy się stłumić toksynami chemicznymi (np. alkoholem, narkotykami, itd.). Stłumiona złość często stanowi podłoże do wszelkich rodzaju nałogów. Oprócz niewyrażonych negatywnych emocji, substancje chemiczne w dodatkowy sposób obciążają wątrobę (np. alkohol, leki chemiczne, narkotyki, nikotyna, itp.).

Zdrowa wątroba wspiera entuzjazm, wewnętrzną siłę, wytrzymałość oraz optymizm.



## Zegar organów w odniesieniu do miazm homeopatycznych



## Wnioski

Zegar organów w ujęciu TMC może być pomocnym narzędziem zarówno podczas prowadzenia wywiadu homeopatycznego, jak i analizy zebranych informacji. Może on pomagać nam w doborze remedium (lub remediów), gdyż stan emocjonalny pacjenta jesteśmy w stanie przełożyć na energetyczne osłabienie konkretnego obiegu czynnościowego. Działa to również w drugą stronę - opowiadanie o zaburzeniach, chorobach czy diagnozach medycznych danego organu przez pacjenta, może naprowadzić nas na odpowiednie pytania odnoszące się do jego/ jej stanu emocjonalnego.

Z mojego doświadczenia wynika, że pacjenci czasem sami nie zdają sobie sprawy z odczuwanych (a jeszcze częściej tłumionych!) przez siebie emocji. Nie łączą faktów, że są wściekli, smutni, rozgoryczeni i to może przyczyniać się do ich stanu zdrowia. W mojej ocenie, poszerzanie świadomości pacjenta jest zadaniem homeopaty, w podobnym stopniu jak dobór samego remedium homeopatycznego.

Od świadomości zaczyna się zmiana...

Zegar organów może być wskazówką również z tego względu, że w Materia Medica (wcześniej wspomnianym spisie i opisie obrazów remediów homeopatycznych) mamy podane modalności czasowe. Pewne remedia mają pogorszenie o określonej porze dnia lub nocy (np. Lycopodium około godziny 17:00). Jeśli modalność czasowa zgadza się to z opisem objawów pacjenta, wtedy możemy wesprzeć się zegarem organów w celu ustalenia na czym polega problem. Im więcej mamy informacji do dyspozycji, tym skuteczniejszą strategię powrotu do zdrowia jesteśmy w stanie wdrożyć.

## Podsumowanie

Jakiś czas zastanawiałem się czy jest sens wogóle pisać, a następnie wydawać jakąkolwiek publikację z zakresu homeopatii. Jest przecież tyle „wielkich” nazwisk, autorów, guru... do czasu aż przypomniały mi się słowa jednego z moich nauczycieli z CPH „gurus rarely heal anybody” (tłumaczenie: guru rzadko kiedy kogokolwiek uzdrawiają).

Postanowiłem podzielić się powyższą wiedzą z Wami, gdyż uważam, że jestem Wam to winien. Dla mnie nauka homeopatii w The College of Practical Homeopathy w Londynie (byłem ostatnim rocznikiem studiującym stacjonarnie) było doświadczeniem zmieniającym moje życie, pod wieloma względami. Nabyłem tam niezwykle wartościową wiedzę, stanowiącą moje późniejsze narzędzie pracy. Otrzymałem wsparcie od nauczycieli (zwłaszcza od Ellen Kramer) oraz kolegów i koleżanek uczących się wraz ze mną. Nauczyłem się myśleć, zamiast podążać za utartymi schematami. Byłem systematycznie, z troską ale i stanowczością, wypychany ze swojej strefy komfortu (przyjmowanie przypadków pod okiem superwizjera już na drugim roku studiów!). Wiele argumentów za tym aby kurczowo trzymać się moich obaw i lęków zostało mi wytrąconych z ręki. Pozwolono mi się uczyć, kwestionować wszystko co jest mi przekazywane, zadawać pytania i przede wszystkim- popełniać błędy. Nauka w The College of Practical Homeopathy była dla mnie ogromnym przywilejem, który ostatecznie zaowocował wyrwaniem się z ze sztywnych schematów bezużytecznej pracy biurowej i pozwolił mi stać się wolną, niezależną i samostanowiącą o sobie jednostką.

To właśnie narzędzia wyniesione z CPH pozwoliły mi się rozwijać, zamiast mnie ograniczać. Jak mógłbym nie czuć moralnego obowiązku podzielenia się nimi tutaj z Wami? Czy mam prawo zatrzymać tylko dla siebie coś, co powinno być szeroko dostępne? Czy prawo dostępu do wiedzy powinna mieć wyłącznie niewielka garstka osób płynnie władających językiem angielskim, mająca czas i zasoby na ukończenie studiów w Wielkiej Brytanii? W mojej ocenie nie...

Zdaję sobie sprawę z niekompletności niniejszej publikacji. Jestem świadomy jej ograniczeń. Natomiast celem tej publikacji nigdy nie była dogłębna edukacja

homeopatów, takie założenie byłoby naiwne z mojej strony. Celem natomiast było pokazanie Wam, że świat się nie kończy na metodzie klasycznej w homeopatii.

Jeśli choć jedna osoba praktykująca homeopatię, po przeczytaniu niniejszej publikacji postanowi pójść dalej w swoich poszukiwaniach to będzie to dla mnie sukces. Jeśli choć jedna osoba otworzy się, uwolni od sztywnego schematu postępowania, odrzuci lęki i zakwestionuje stare, dogmatyczne podejście to będzie oznaczać, że mój czas i energia nie poszły na marne.

Z całego serca życzę tego Wam i sobie!

## Sugerowana literatura

- 1) Ellen Kramer, *A Practical Guide to Methods of Homeopathic Prescribing*, 2006.
- 2) Ian Watson, *A Guide to the Methodologies of Homeopathy*, 2004.
- 3) Suzy Cohen, *Drug Muggers*, 2011.
- 4) Jon Gamble, *Mastering Homeopathy 3: Obstacles to Cure. Toxicity, Deficiency & Infection*, 2010.
- 5) Dr Jean Elmiger, *Rediscovering Real Medicine*, 2001.
- 6) Jean Cole, Roger Dyson, *Classical Homoeopathy Revisited*, 1997.
- 7) Roger Dyson, Rona Francis, Jóna Ágústa Ragnheiðardóttir, *Obtaining Optimum Health*, 2009
- 8) Tinus Smits, *Autism Beyond Despair. CEASE Therapy*, 2010.
- 9) Ton Jansen, *Fighting Fire With Fire*, 2016.
- 10) Roger Morrison, M.D., *Desktop Companion To Physical Pathology*, 1998.
- 11) Colin Griffith, *The Practical Handbook of Homeopathy. The How, When, Why & Which of Home Prescribing*, 2008.
- 12) Robin Murphy, N.D., *Homeopathic Clinical Repertory, Third Edition*, 2005.
- 13) Robin Murphy, N.D., *Nature's Materia Medica, Third Edition*, 2006.
- 14) Frans Vermeulen, *Concordant Materia Medica*, 2000.
- 15) Li Wu, *Zegar Dobowej Aktywności Narządów według Tradycyjnej Medycyny Chińskiej*, 2020.

## Przydatne narzędzia oraz kursy

- 1) The College of Practical Homeopathy: [www.collegeofpracticalhomeopathy.co.uk](http://www.collegeofpracticalhomeopathy.co.uk)
- 2) Sulis Remedy Maker: [www.sulisinstruments.com](http://www.sulisinstruments.com)
- 3) Vision Homeopathic Software: [www.miccant.com/vision](http://www.miccant.com/vision)
- 4) Materia Medica online <https://abchomeopathy.com/>
- 5) Apteka homeopatyczna Helios <https://www.helios.co.uk/>
- 6) Apteka homeopatyczna Ainsworths <https://www.ainsworths.com/>
- 7) Książki homeopatyczne online, za darmo <https://homeopathybooks.in/>