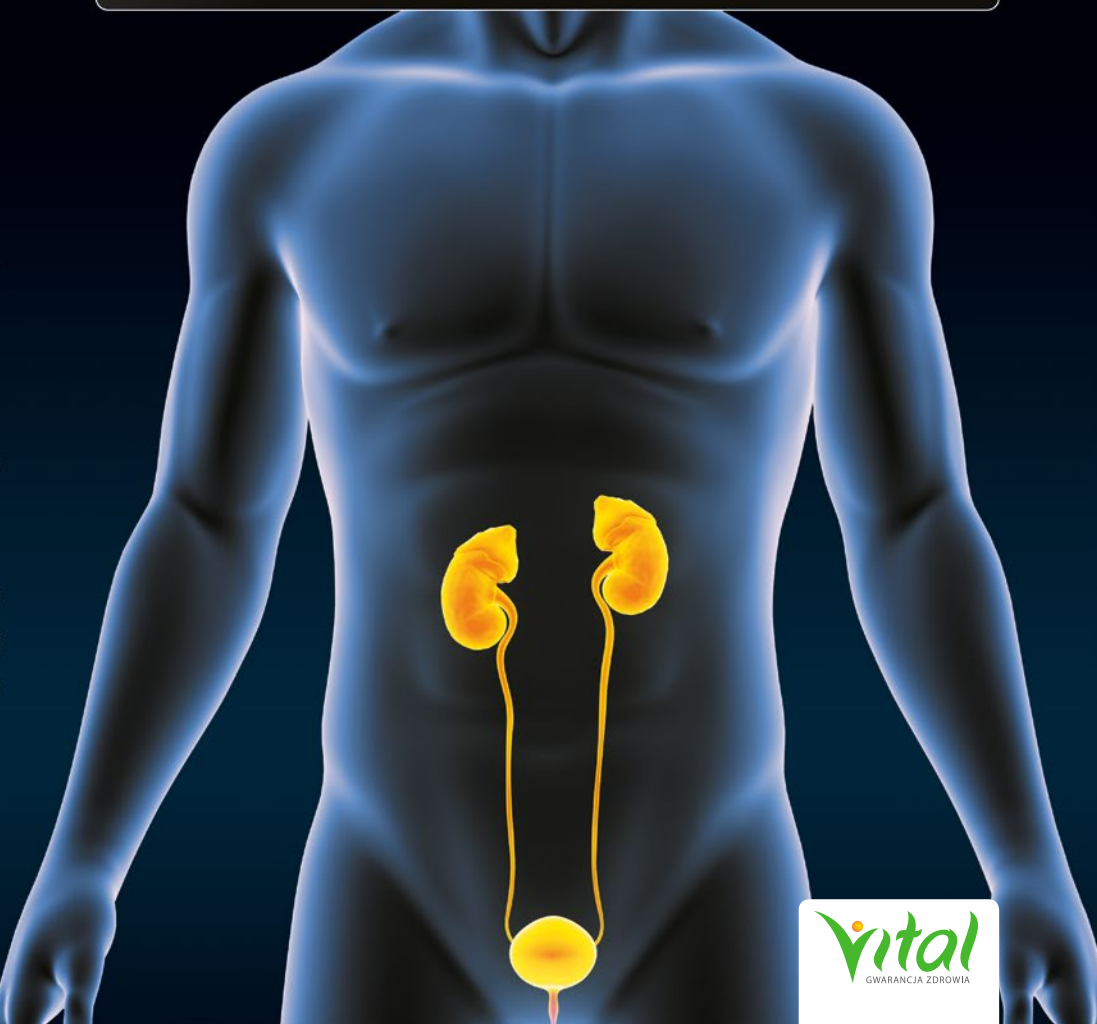


dr Rosina Sonnenschmidt

Nerki i pęcherz

Oczyszczanie, filtracja,
wytwarzanie hormonów i witaminy D



Nerki i pęcherz

dr Rosina Sonnenschmidt

Nerki i pęcherz

Oczyszczanie, filtracja,
wytwarzanie hormonów i witaminy D

REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Piotr Lewiński

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2020
ISBN 978-83-8168-360-9

Tytuł oryginału: *Kidneys and Bladder – Basis of Self-Realisation*

Copyright © 2011 Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2, 79400 Kandern, Germany

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2018
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem, zanim rozpoczniesz jakiegokolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca ani autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.vitalni24.pl – detal
strona wydawnictwa: www.wydawnictwovital.pl
Więcej informacji znajdziesz na portalu www.odzywianie24.pl

PRINTED IN POLAND

Spis treści

O serii <i>Medycyna holistyczna</i>	7
Przedmowa	15
1. Krag czynnościowy nerki-pęcherza z perspektywy chińskiej	23
2. Krag czynnościowy nerki-pęcherza z perspektywy zachodniej	35
3. Rytm i harmonia nerek	45
4. Energia nerek z perspektywy duchowej	63
5. Nerka – cud fizjologii	91
6. Homeopatia dla kręgu czynnościowego nerki-pęcherza	103
6.1. Tematy związane z układem moczowym	108
6.2. Strażnicy progę w leczeniu homeopatycznym	121
6.3. Pęcherz moczowy i rozwiązania związanych z nim konfliktów	124
6.4. Nadnercza, związane z nimi konflikty i terapie	130

7. Naturopatyczne leczenie kręgu czynnościowego nerki-pęcherza	147
7.1. Dieta	150
7.2. Leki roślinne	161
7.3. Oleje ryzolowe	167
7.4. Odkwaszenie krwi i tkanek	172
Refleksje końcowe	177
Dodatek	187
Bibliografia	190
Spis rycin i tabel	193
Curriculum Vitae dr Rosiny Sonnenschmidt	195



O serii *Medycyna holistyczna*

Temat „narząd – konflikt – uzdrawianie” stanowi syntezę mojego holistycznego sposobu myślenia i leczenia. Wielka popularność tej problematyki, o której przekonałam się podczas moich seminariów oraz na podstawie reakcji na tę serię książek, pokazuje, jak wielu kompetentnych terapeutów ceni szerokie podejście w traktowaniu układów narządowych. Bardzo gorąco zareagowali oni na mój entuzjazm dla fizjologii oraz zagadnień emocjonalnych, mentalnych i duchowych, które kryją się za manifestacjami w narządach fizycznych i nasuwają możliwości twórczych rozwiązań. Eliminuje to niepotrzebne podziały, do których doszło na scenie terapeutycznej. Chciałam połączyć wszystko w harmonijną całość – czy chodziło o różne spojrzenia na homeopatię, współdziałanie między różnymi rodzajami terapii czy prawa fizjologii – i to mi się udało. Moje kursy przesyca radość wzajemnego doceniania kompetencji, humoru i kreatywności w podejściu do chronicznych dolegliwości. Kiedy paraliżujący lęk przed coraz bardziej destrukcyjnymi chorobami naszego

wieku ustąpi miejsca wolnemu duchowi sztuki uzdrawiania, będzie mogła rozkwitnąć radość naszej pracy terapeutycznej.

Koncepcja terapii holistycznej nakierowana jest nie tyle na metody uzdrawiania, ile na obraz własny człowieka, który nosimy w sobie. Jakie jest moje wewnętrzne oparcie, które wytrzymuje życiowe burze? Czy jestem zintegrowany z większą całością natury? Czy ufam jej mądrości i jej odzwierciedleniu w istotach ludzkich? Czy lubię ludzi jako przedstawicieli mojego gatunku ze wszystkimi ich właściwościami i aberracjami? Każdy z nas musi odpowiedzieć sobie na te pytania, zarówno w życiu, jak i w zawodzie medycznym. Moje własne doświadczenia życiowe nauczyły mnie dostrzegać za zewnętrznymi pozorami pozytywny potencjał każdego człowieka. W rezultacie wierzę, że istnieje zarówno „zewnątrzna” chora osoba znajdująca się przede mną, jak i całkowicie nietknięta osoba duchowa, która (podobnie jak ja, podobnie jak my wszyscy) poszukuje wewnętrznego skarbu, jedności, pokoju i natury światła – jakkolwiek TO nazwiemy. Kto nie wybrał w swoim życiu drogi choroby, aby lepiej zrozumieć sens istnienia? Kto nie zdobył duchowych wglądów poprzez cierpienie? Tyle że wglądy te są wolne od religijnej czy filozoficznej nadbudowy, wyznań wiary, przykazań i zakazów. Niezależnie od tego, jak wygląda ten proces, uzdrowienie oznacza wolność i swobodę. Kiedy my – jako terapeuci i uzdrowiciele – uznajemy, że mamy te właściwości, akceptujemy też, że inni ludzie mogą zachorować, że niekiedy chorują bardzo poważnie albo nawet trzeba im towarzyszyć w umieraniu.

Dla mnie znalezienie odpowiedzi na te pytania zgodne jest z moją drogą życiową, co oznacza przejście z poziomu prowadzenia terapii do poziomu sztuki uzdrawiania. Sztuka jest dążeniem do najwyższego porządku i dawaniem mu wyrazu. Artysta ma

taką intencję, ale o tym, czy będzie to sztuką, decydują widzowie bądź słuchacze doświadczający oddziaływania jego dzieł i dalszych tego efektów. To więcej niż tylko kwestia gustu! To samo dotyczy sztuki uzdrawiania. Do jakiego poziomu uzdrawiania dążę? Jakie są moje najgłębsze intencje w sztuce leczenia? Dla mnie jest to duchowe zadanie dotarcia do ludzkiej duszy. Właśnie dlatego zawsze inspiruję pacjentów do kreatywnego procesu autoekspresji, gdyż jest on strawą dla duszy. Zawsze odpowiada to mojej intencji przerzucenia wielkiego mostu między poziomem materialnym, fizjologicznym i patofizjologicznym a duchowym punktem widzenia, a także włączania w odpowiedniej do tematu formie aspektu artystycznego.

Uważam, że jest rzeczą fascynującą i inspirującą przyjrzenie się najpierw potencjałowi, który człowiek ze sobą przynosi, źródłom, z których może czerpać, by żyć i zapanować nad swoim życiem. Zdarza się, że dostęp do tego źródła jest chwilowo niemożliwy dla świadomości z powodu kryzysu lub choroby. Ale to źródło wciąż tam jest. Co więcej, „głos”, który nazywamy Wyższą Jaźnią albo intuicją, przemawia wyraźnym językiem i zwraca na siebie uwagę – i to nawet w formie gwałtownych objawów choroby i bólu. Nasza uwaga jest skupiona na zewnątrz, ku komuś lub czemuś, więc nie słyszymy w tym momencie głosu tego źródła, podążamy zamiast tego własną ścieżką cierpienia. Jest to bardzo ludzkie i wszyscy doświadczyliśmy już tego w różnym stopniu. Ktoś, kto wylądował w takim ślepych zaułku, powinien być potraktowany holistycznie, co oznacza dla mnie widzenie więcej, zdolność wyczuwania, słyszenia i zagładania niejako za kulisy, aby postrzegać, jakimi właściwościami, zdolnościami, darami i talentami – słowem: pozytywnym potencjałem – dysponuje dana osoba, aby wydobyć się z takiego niekorzystnego

położenia. W ten sposób pewnego dnia odłoni się przed nią głębsze znaczenie choroby.

Podczas szkoleń dla jasnowidzów i uzdrowicieli, jakie opracowałam i prowadzę od piętnastu lat wspólnie z Haraldem Knausem, zauważamy stały wzrost liczby terapeutów chcących wykształcić u siebie dokładnie te zdolności. To coś więcej niż tylko fascynacja możliwością postrzegania dzięki zmysłom wewnętrznym znacznie więcej, niż to umożliwiają zmysły fizyczne. Nade wszystko jest wspaniałą sprawą dla naszego własnego duchowego wzrostu móc dostrzec poprzez chorobę, cierpienie i udrękę to, co całe i zdrowe. Te pozytywne siły rozwijają się jedynie dzięki aktowi postrzegania tego poziomu. Możliwości sukcesu pracy terapeutycznej zostają wzmocnione, ponieważ widzimy nie tylko to, co pozostaje w opłakanym stanie, lecz także wnoszony przez pacjenta potencjał odzyskania pełni zdrowia. W ten sposób wyłania się holistyczna świadomość, którą nazywam świadomością duchową, ponieważ ponownie z ufnością integruje się ona z większą całością natury, której odzwierciedleniem jest ludzki organizm. Stanie się uczniem natury oznacza codzienny zachwyt i pokorę. A to dlatego, że gdy ciało zdrowieje w połączeniu z umysłem, przyćmiewa wszelkie leki i środki, które wymyśliłszy w sztuce leczenia.

Obserwacja przebiegu chorób i kuracji pozwoliła mi poczynić pewne spostrzeżenia:

- Miejsce w układzie narządu, gdzie objawia się choroba, ma głębsze znaczenie.
- Poziom świadomości, na którym powstają wzorce myślowe, jest blisko związany z wibracjami emocjonalnymi i komórkowymi. Dlatego właśnie choroba objawia się fizycznie dokładnie w miejscu o optymalnej korespondencji energii i materii.

- W stanie zdrowia wszystkie układy narządów współbrzmia harmonijnie niczym utwór muzyczny, ponieważ tworzą synergie i podlegają prawom harmonicznym.
- Skupiska komórek należące do danego narządu także mają własny „głos” – własną częstotliwość, ruchliwość lub rytm – jak w utworze muzyki polifonicznej.
- Wspólna tożsamość naturalnej częstotliwości komórkowej (narządu), emocji i wzorca myślowego tworzą ludzki temat lub potencjał. Można go przekształcić w konflikt bądź rozwiązanie: może on uczynić zdrowym albo chorym.
- Konflikt jest umiejscowiony dokładnie tam, gdzie można też znaleźć rozwiązanie. Przełożenie tego na rzeczywistość jest realnym procesem leczenia. W rezultacie nie wystarczy być świadomym rozwiązania w teorii; trzeba go też doświadczyć i przeżyć, aby stało się realne.
- Organizm dysponuje niezwykle inteligentnymi mechanizmami samoregulacji. Podejmuje dzięki nim próby leczenia, które nazywam rozwiązaniami biologicznymi. Jednak takie rozwiązanie nie oznacza jeszcze uzdrowienia. Tylko rozwiązanie inteligentne przeprowadzane przez całą świadomość powoduje uleczenie na poziomie mentalnym, emocjonalnym i fizycznym.
- Każda chroniczna choroba rozpoczyna się od jakiegoś nieszkodliwego ludzkiego tematu, przeważnie związanego ze skórą w sensie zarówno dosłownym, jak i przenośnym. Ale ponieważ nie jest on rozwiązywany ani na poziomie mentalnym, ani emocjonalnym, staje się coraz bardziej rozległy i intensywny, stopniowo zapadając w odpowiednią manifestację komórkową. W tym procesie system energetyczny człowieka wykorzystuje dla przetrwania sensowne strategie kompensacji.

- Moją misję terapeutę postrzegam jako stopniowe dawanie fizycznych, emocjonalnych i mentalnych impulsów na drodze do uleczenia najpoważniejszej manifestacji choroby, aby cały system energetyczny przechodził na coraz mniej poważny poziom, aż choroba opuści go przez skórę.

Na początku mojej pracy terapeutki konkluzje te doprowadziły mnie do źródeł Tradycyjnej Medycyny Chińskiej z jej teorią odpowiedniości – dlatego tematowi temu poświęciłam trochę miejsca w każdym tomie tej serii. W ciągu 4500 lat pomysłowa teoria odpowiedniości została rozwinięta dzięki coraz bardziej wysubtelnianemu ujęciu, według którego układ narządu/meridian oraz problematyka mentalna/emocjonalna tworzą nierozdzielną całość. Życie przebiega w rytmach i cyklach. Procesami tymi zawiadują biegunowe siły (yin – yang). Wglądy te uzyskano bez pomocy mikroskopów, ultrasonografii, tomografii mózgu i sekcji zwłok. Dzięki mistrzostwu obserwacji według zasady hermetycznej „jako na górze, tako na dole; jako wewnątrz, tako na zewnątrz” oraz powiązaniu tych odkryć Chińczycy stworzyli tę naturalną naukę, która do dzisiaj pozostaje aktualna. Tworzy ona podstawy mojego homeopatycznego sposobu myślenia i działania, bo pozwala niejako jednym rzutem oka sklasyfikować zależność narząd – konflikt – rozwiązanie/uzdrowienie. Odwoływanie się do cyklicznej świadomości z chińskiej teorii odpowiedniości chroni mnie przed popadaniem w liniowe myślenie typu „objaw – lekarstwo, objaw – lekarstwo” (które przeważa niestety w homeopatii), a zarazem pomaga postrzegać i leczyć różne poziomy istnienia człowieka, a także duchowy aspekt jego narządów.

Oprócz chińskiej klasyfikacji narząd – konflikt – rozwiązanie uwzględniam też oczywiście w mojej pracy aktualne dokonania

neurofizjologii i badań nad mózgiem. Ta ostatnia dyscyplina intensywnie eksplorowała przede wszystkim zależności między narządem a konfliktem i czyni to nadal.

Struktura i treść poszczególnych tomów tej serii zostały tak opracowane, aby korzyści z lektury wynieśli zarówno terapeuci, jak i laicy. Podejmują one następujące tematy:

- układ narządowy z perspektywy fizjologicznej i duchowej;
- choroby związane z danym układem narządowym;
- tematy emocjonalne/mentalne danego układu narządowego;
- związane z danym narządem konflikty i ich rozwiązania;
- homeopatia miazmatyczna, organotropowa i konstytucjonalna;
- zalecenia dietetyczne;
- terapie naturopatyczne.

Nacisk kładziony w różnych tomach na poszczególne tematy bardzo się może różnić, ale zawsze tworzą one wszechstronny, niedogmatyczny, elastyczny mentalny „organizm”, który – mam taką nadzieję – nadal będzie inspirować moich kolegów do własnych przemyśleń i działań. W końcu takie jest właśnie głębsze znaczenie mojej działalności szkoleniowej. W konsekwencji nie zamieszczam tutaj opisów fizjologii organizmu, ponieważ każdy może przeczytać o tym w książkach medycznych. Moje wysiłki skupiam na próbach uwolnienia układów narządowych organizmu od obiektywizacji i traktowaniu ich jako żywe istoty mające określone cechy i potencjał do konfliktów i rozwiązań oraz wpisania tego w szerszy kontekst. W procesie tym pozwalam sobie na pełną swobodę twórczych punktów widzenia i skojarzeń, gdyż podtrzymuje to moje zdumienie cudem natury i duchowym dostępem do fizycznego ciała.

Organizm człowieka jest najwyżej rozwiniętym spośród wszystkich istniejących ciał, które wyrażają się poprzez zachowanie. Jest zdolny do autoekspresji i rozpoznawania rzeczywistości, która daleko wykracza poza sferę czysto zmysłowego postrzegania. Przy użyciu pamięci, wyobraźni i intuicji organizm człowieka jest w stanie zrozumieć prawa naturalne, a przez to wykorzystać do swego wzrostu, a nade wszystko duchowego rozwoju energie uważane na ogół za tajemnicze... Ludzkie ciało jest, ściśle rzecz biorąc, najdoskonalszym instrumentem samorealizacji świadomości.

Harish Johari,
Chakras: Energy Centres of Transformation



Przedmowa

Przejście od układu oddechowego (tom 4) do kręgu czynnościowego nerki (tom 5) wydaje się oczywiste, jeśli uprzytomnimy sobie holistyczną zależność między obydwoma układami: noworodek bierze pierwszy oddech, wkraczając na scenę życia, a co za tym idzie, samorealizacji. Oddech to życie. Oddech to bycie świadomym. Jak tylko inkarnujemy się w przestrzeni i czasie, żyjemy w „polu siły” terażniejszości, przeszłości i przyszości. W świadomości cyklicznej jest miejsce na myśl czy – nawet lepiej – doświadczenie, że nawet noworodek ma jakąś przeszłość, czyli okres prenatalny. W medycynie chińskiej „przedurodzeniową siłę twórczą” kojarzy się z energią nerki. Jakie zdolności ludzie przynoszą, jakie dary, talenty i właściwości? Słowem: jakim dysponują potencjałem dla opanowania swego życia w tym wcieleniu? Można je znaleźć w głębi podświadomości niczym nieoszlifowany diament. Samourzeczywistnienie bazuje na tym potencjale. Pytanie tylko, JAK jest on wykorzystywany i realizowany. Energia nerki reprezentuje

CO, czyli zasób możliwości. Na wglądzie tym opiera się zawarte w *Fauście* stwierdzenie Goethego:

*To, coś po ojcach odziedziczył w spadku,
Jeśli chcesz posiąść, zdobądź jeszcze raz!*

(tłum. F. Konopka)

Wgląd ten, wyrażony tak lakonicznie, trafia w samo sedno: przychodzimy na ten świat z niewidzialnym plecakiem pełnym możliwości. Oczywiście zawiera on także nasze predyspozycje do zdrowia i choroby. Jest to „oczywiste”, ponieważ wcielenie zachodzi w przestrzeni i czasie, w którym obowiązują biegunowe, a jednocześnie cykliczne/rytmiczne siły życia i umierania, wzrostu i rozkładu, zatem potencjalnie każde stworzenie może też zachorować. Kiedy już dzięki poczęciu weszliśmy w cykl istnienia, wymagamy ciała, żeby świadomie doświadczać tych praw natury. Jak to bardzo trafnie ujął fizyk kwantowy David Pribram*, możemy doświadczyć wszystkiego, co jest udziałem człowieka – cierpienia, radości, szczęścia, nieszczęścia, choroby, uzdrowienia i oświecenia, umyślnego morderstwa i przypadkowego zabójstwa, a także tworzenia sztuki i kultury, wojny i pokoju – w „jawnej formie istnienia”. Jak tylko pojawimy się na Ziemi, tworzymy naszą własną rzeczywistość za pomocą naszej świadomości. Stajemy się tym, co myślimy, czujemy i tym, jak działamy – zależnie od skarbów potencjału, które ujawnimy i zrealizujemy. Jesteśmy zintegrowani ze strumieniem życia, który z kolei osadzony jest w większej całości, w naturze i jej prawach. Nie ma w niebie postaci boga z brodą, który gniewnie spogląda z góry, gotów w każdej chwili ukarać nas, ponieważ rzekomo urodziliśmy się grzesznikami. Te

* Zapewne pomyłka Autorki. Wybitny fizyk kwantowy nazywał się David Bohm, natomiast Karl H. Pribram był badaczem mózgu. Obaj panowie przez pewien czas współpracowali nad tzw. holonomiczną teorią mózgu – przyp. tłum.

monoteistyczne wytwory lękliwej wyobraźni są dziełem człowieka. Jesteśmy inkarnowani, mamy więc swój udział w sile twórczej i powołujemy do życia wszystko, co odpowiada naszej osobistej świadomości – zarówno indywidualnie, jak i zbiorowo. Kiedy czujemy się zagrożeni i manipulowani przez siły zewnętrzne – a jest to temat cię energii nerek – to patrząc z wyższej perspektywy, można stwierdzić, że sami do tego dopuściliśmy. Podczas szkolenia w kinezylogii usłyszałem te jakże trafne słowa:

*Jeśli odwiedza cię wampir,
znaczy to, że zostawiłeś otwarte okno.*

Oczywiste jest, że w życiu istnieją moce wspierające i destrukcyjne. Podejmowanie decyzji, w które z nich zaangażujemy naszą siłę twórczą, to trwający przez całe życie proces samorealizacji. To, dlaczego musimy najpierw doświadczyć pewnych negatywnych energii, aby wyciągnąć z tego pozytywną lekcję, jest niezrozumiałe dla świadomości ego albo racjonalnego umysłu. Jednak pod koniec życia nie pytamy już, jak podążaliśmy ścieżką uświadomienia sobie siebie i jak bardzo na pozór nadłożyliśmy drogi z powodu rozczarowań, chorób czy niedoli. Zamiast tego możemy w ostatnim momencie nauczyć się cieszyć z tego, że obraliśmy własną drogę.

W okresie naszego życia, który rozpoczyna się w chwili narodzin, najważniejszym zadaniem energii nerek jest zapewnienie nam poczucia bezpieczeństwa jako części większej całości i jego stabilizacja, a także umożliwienie akceptacji tego życia i dostrzeżenia w nim głębszego sensu. Nie ulega wątpliwości, że jest to wielkie zadanie!

Przychodzimy na świat doskonale wyposażeni do tego, aby urzeczywistnić życie pełne znaczenia, szczęśliwe i twórcze. Ale każdy z nas rodzi się też ze swoją piętą achillesową, wewnętrzną

słabością, która czyni nas podatnymi na zranienie. To właśnie ten „punkt” daje dostęp śmierci, toteż póki mamy ciało, pozostajemy istotami śmiertelnymi.

Ale cykl inkarnacji to nie tylko to, co wnosimy ze sobą w życie, urzeczywistniamy i nabywamy. Każdego z nas czeka też moment wielkiego puszczenia, umierania, kiedy (ponownie) pozostawiamy to, co pożyczyliśmy na ten żywot – nasze ciało. Umierając, pozostawiamy za sobą wszystko, co jest częścią ziemskiej egzystencji, w tym choroby oraz chore, słabe czy niepełnosprawne ciało. Ten wehikuł – świątynia, w której świadomość miała możliwość dojrzewać pod każdym względem – spełnił swój cel. Teraz, jak mówi Pribram, przychodzi (znowu) kolej na „ukryte formy istnienia”. Czasem jesteśmy widoczni (inkarnowani), a czasem niewidoczni (pozbawieni fizycznego ciała). Pozostaje wówczas JESTEM. Istnieje instancja życia, która nie rodzi się i nie umiera. Jest to zasada życiowa, która trwa wiecznie. Ją także nosimy w sobie. Zadaniem czasu wcielenia na Ziemi jest świadome jej doświadczanie. To dlatego ludzie od zarania dziejów rozwijali trening świadomości.

Żaden układ narządowy nie sięga tak głęboko do korzeni naszego istnienia, jak krąg czynnościowy nerki. Skąd przychodzimy? Dokąd zmierzamy? Kim jesteśmy? Są to pytania o sens, nad którymi nie możemy dyskutować intelektualnie, ale musimy ich samemu doświadczyć, aby znaleźć na nie własną odpowiedź. Tematy nerek są znaczące, jak to zostanie wyjaśnione w następnych częściach książki. Kluczowe funkcje duchowe nerek – zachowanie istniejącego stanu, bezpieczeństwo, stabilność i wsparcie – bezpośrednio wpływają na naszą ziemską egzystencję. Co wspiera nas i daje poczucie bezpieczeństwa? Na czym możemy polegać? Co najbardziej podkopuje nasze bezpieczeństwo? Przegląd historii kultury europejskiej daje najbardziej jasną odpowiedź na

te pytania dla ludzi Zachodu. Przeraza nas to, co niewidzialne, tajemnicze i nieuchwytnie. Doświadczamy tego jako zagrożenia. To dlatego w okresie od 1231 do 1956 roku mieliśmy instytucję inkwizycji, niezliczone polowania na czarownice, liczne wojny i tępienie wszystkich tych, którzy nie pasowali do ograniczonego, zdogmatyzowanego obrazu świata. Lęk to wielki temat cień kręgu czynnościowego nerki. Lęk przed niepewnym dotyka też naszych nerek, podobnie jak każdy przypadek niepewności i dezorientacji. To dlatego niektórzy ludzie muszą przy każdym uchu trzymać telefon komórkowy, dzięki czemu mogą w dowolnej chwili mówić innym, gdzie są i jakimi błahostkami się zajmują. Ucho jest klawiszem funkcyjnym albo miejscem otwarcia dla nerki. Konsekwencje tego są już chyba dla nas oczywiste.

Z drugiej strony żaden inny układ narządowy nie jest lepiej przystosowany do tego, aby dawać nam poczucie bezpieczeństwa względem tego, co instynktownie odczuwamy, intuicyjnie przeczuwamy, postrzegamy dzięki naszej wrażliwości i co podpowiada nam inspiracja. Z pewnością istnieje instancja wyższa niż nasza „jaźń ego”. Intensywne zajmowanie się kręgiem czynnościowym nerki poszerza duchowe horyzonty o wgląd, że doświadczany fizycznie, obliczalny świat jest niczym pięćdziesiątówka unosząca się na oceanie bezgranicznych sił twórczych. To, co tu postrzegamy dzięki zmysłom jasnowidzenia i intuicji, jest znacznie bezpieczniejsze i bogatsze niż ograniczona perspektywa pięćdziesiątówkowej wysepki. W końcu cudownym aspektem tego życia jest to, że mamy dostęp do rzeczy należących na pozór do sfer ciemnych, niepewnych i mglistych. Dzięki intuicyjnemu odpowiednikowi pięciu zmysłów fizycznych jesteśmy najlepiej wyposażeni, by móc się przekonać, iż wzrost i rozpad, życie i umieranie to procesy cykliczne, które zmieniają tylko nasz zewnętrzny strój. Sfera niewidzialna albo „tamten świat”

mieści się w świecie widzialnym, a nie gdzieś na zewnątrz. Potrzeba całego życia, aby przejrzeć na wskroś i rozpuścić bariery i oddzielające ściany wzniesione przez intelekt lub świadomość ego. Dopóki mamy obsesję na punkcie tego, co da się zmierzyć, dotknąć i policzyć, będziemy potrzebować systemów wiary, dogmatów oraz siewców strachu. Daje to fałszywe poczucie bezpieczeństwa i wytycza granice stworzone przez ludzi. Wyklucza to tę ludzką cechę, która ponownie upłynnia rzeczy zablokowane, sztywne i wyschnięte: poczucie humoru. Gdzie jest poczucie humoru, tam działa wewnętrzna moc. Gdzie nie jest ono dozwolone, możliwa jest sytuacja, że ludzie mają władzę nad innymi, bo konstrukt władzy wyrasta z wewnętrznego poczucia małości i nicości. Są to także tematy nerki. Kiedy coś dotyka nas głęboko, dotyka naszych nerek. Jest to temat egzystencjalny związany z niebezpieczeństwem utraty gruntu pod nogami i nagłym wglądem, że nie ma nic więcej do odkrycia poza rzeczywistością obrazu świata pięćdziesiątki.

Poniższe słowa wprowadzające napisał genialny obserwator natury ludzkiej, który potrafił też z humorem i głębią ukazać sens życia w formie poetyckiej – William Szekspir:

*Świat jest teatrem, aktorami ludzie,
Którzy kolejno wchodzą i znikają.
Każdy tam aktor niejedną gra rolę,
Bo siedem wieków dramat życia składa.
W pierwszym więc akcie słabe niemowlętko
Na piersiach mamki ślini się i kwili;
Następnie student z teką, zaptakany,
Z rumianą twarzą jak poranne niebo,
Ślimaczym krokiem wlecz się do szkoły;*

*Potem kochanek jak miech wzdychający
Pisze sonety do brwi swej kochanki;
Z kolei żołnierz, dziwnych przekleństw pełny,
Z brodą jak kozioł, drażliwym honorem,
Żywy, gwałtowny, do sporów pochopny
Leci w gardzieli armat szukać sławy,
Tej pustej bańki; następnie więc sędzia
Z okrągłym brzuchem, na kapłonach spasty,
Z surowym okiem, podstrzyżoną brodą,
Zdań mądrych pełny i nowych przykładów,
Gra swoją rolę; później, w szóstym wieku,
Chudy pantalon w pantoflach się zjawia,
Nos w okulary ujął, a u boku
Sakwy zawiesił; w przestronnych pończochach,
Które zachował od lat swej młodości
Gubią się drżące, pokurczone łydki,
Głos męski wrócił do dziecka dyszkantu,
Cienki, świszczący jak piszczałki tony;
Aż i na koniec przychodzi akt siódmy,
Koniec historii zdarzeń dziwnych pełnej
Pamięć zagasta w drugim niemowlęctwie,
Bez zębów, oczu, smaku, bez wszystkiego.*

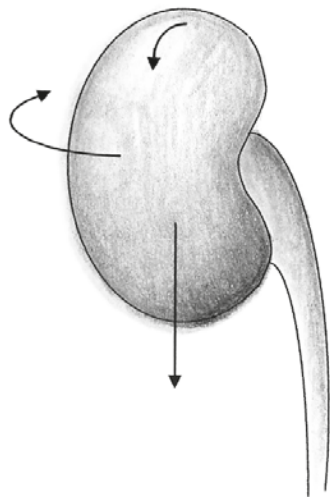
William Szekspir,
Jak wam się podoba, akt 2, scena 7
(tłum. Leon Ulrich)

Osteopatii trzewnej zawdzięczamy wiedzę o tym, jak poruszają się nerki – w górę i w dół oraz jak wahadło – na skutek ruchu przepony. Aby jednak w pełnym zakresie zrozumieć tematy kojarzone z tym narządem, należy dokładnie przyjrzeć się jego lokalizacji. Nerki leżą z boku ciała po obu stronach kręgosłupa pomiędzy dwunastym kręgiem piersiowym a trzecim kręgiem lędźwiowym. Prawa nerka („wodna” u osób praworęcznych) znajduje się mniej więcej 2,5 centymetra niżej niż lewa („ziemna”). Ich grzbiety dotykają odnóg przepony (jedenaście i dwunaste żebro), mięśnia czworobocznego lędźwi oraz mięśnia poprzecznego brzucha. Zapewnia to też oparcie i mechanikę nerek – zależne od napięcia klatki żeber oraz muskulatury brzusznej i lędźwiowej. Na mechanikę prawej nerki wpływa dodatkowo wewnętrzne napięcie wątroby. Od strony przyśrodkowej nerki mają kontakt z mięśniem lędźwiowym większym i mniejszym (*musculus psoas major* i *minor*). Uzasadnia to typowy test mięśnia lędźwiowego stosowany w metodzie Touch for Health (Dotyk dla Zdrowia).

Dzięki kontaktowi z mięśniem lędźwiowym, który służy jako przewodnica, oraz z powodu umocowania przez naczynia nerka obniża się, przesuwając na zewnątrz i do przodu podczas wydechu. W swoim ruchu podąża wzdłuż mięśnia lędźwiowego do trzeciego kręgu lędźwiowego. Kapsuła nadnercza towarzyszy ruchowi nerki. Podczas wydechu nerka ponownie podnosi się i przemieszcza ku środkowi i tyłowi ciała. Otaczająca nerkę tkanka tłuszczowa jest bardzo ważna dla tego ruchu, gdyż umożliwia delikatne przemieszczenie.

Brazzo,
Viszerale Automobilisation

Aktywność przepony zapewnia rytm opisanemu wyżej ruchowi nerek w górę i w dół. Pokazuje to też korelację między narządami oddechowymi a nerkami.



Ryc. 4. Kierunki ruchu nerki podczas wdechu

Interakcja pomiędzy oddychaniem przeponowym a napięciem mięśni brzucha umożliwia też zachowanie pozycji nerek podczas podskoków, energicznych ruchów tanecznych oraz sprintu lub biegów długodystansowych. To, czy nerki nadmiernie obniżą się albo nawet zaczną wędrować, zależy od jakości oddychania. Dotyczy to zwłaszcza prawej nerki.

Naturalny zakres ruchu nerki odpowiada mniej więcej wysokości jednego kręgu, czyli odcinkowi 3-4 centymetrów. Typ ruchu wynika z rytmu przepony i oddechu.

Przy częstotliwości mniej więcej 20 tysięcy ruchów dziennie nerka pokonuje łączny dystans ponad 600 metrów.

Barral, Mercier,
Lehrbuch der Viszeralen Osteopathie

Oznacza to mniej więcej 25 metrów na godzinę. Liczby te pokazują, że nerki stale „podróżują”, a ich ruchy w górę i w dół bardzo dobrze odpowiadają wahaniom strumienia życia.

Dochodzi do tego trzecia składowa w postaci kołysania tam i z powrotem dolnego bieguna nerki w płaszczynie czołowej,

przy czym oś ruchu przebiega przez górny biegun nerki. Można to porównać z ruchem wycieraczki samochodowej umocowanej na górnym końcu. Podczas wdechu nerka porusza się w dół, a jednocześnie odchyła się od osi centralnej na zewnątrz. Podczas wydechu ruch jest dokładnie przeciwny.

Barral, Mercier,

Lehrbuch der Viszeralen Osteopathie

To stwierdzenie pomoże nam też wyraźniej dostrzec relację ciało/umysł dla tematów nerki: jeśli w organizmie występuje za dużo wody (emocjonalność), nie możemy podejmować decyzji, ponieważ straciliśmy z oczu ograniczające wybrzeże. Nie znajdujemy oparcia i płyniemy w oceanie naszych uczuć, skręcając to w jedną stronę, to w drugą, szukając pomocnych dłoni. Zdolność i niezdolność podejmowania decyzji to życiowy temat ludzi, których piętą achillesową są nerki. Dotyczy to także siły wewnętrznej i słabości energii nerki, a także każdej innej osoby w określonych sytuacjach życiowych.

Ale istnieje też inny punkt widzenia na wahadłowy ruch nerek wywodzący się z tak zwanej terapii harmonicznej, gdzie ten ruch nazywa się harmonią przeciwieństw.

To kołysanie między dwoma biegunami można też porównać w obszarze fizjologicznym z wpływem pola magnetycznego, który służy utrzymaniu funkcji organizmu na stałym poziomie albo ich regulacji na wartości średnie. Jest to ciągły proces dialektyczny, który prowadzi od tezy do antytezy i syntezy, która na nowo staje się tezą. Jednak różne sytuacje funkcjonalne można skorygować jako tezę i antytezę w taki sposób, aby wynikł z tego stan równowagi. Jest to więc odpowiednik stanu harmonicznego w sensie elementarnej zasady porządku. Harmonia przeciwieństw nie jest tylko idealnym wymogiem, ale pierwotnym

elementem w makrokosmosie i mikrokosmosie istniejącym jako nieskończenie obszerna kategoria egzystencji cechująca się wyżej wspomnianymi właściwościami biegunowości i równowagi.

Weiers,

Naturgerechte physikalische Therapie

Odnosi się to w stu procentach do nerek. Ich pozorna złożoność i zróżnicowanie nie powinny przesłaniać faktu, że ich elementy strukturalne i funkcje bioenergetyczne utrzymują biegunowe proporcje w doskonałej równowadze.

Według medycyny chińskiej i jej teorii odpowiedniości nerka oraz pęcherz należą do elementu wody. Występuje też jednak pośredni związek z elementem powietrza spowodowany przez zmiany lokalizacji nerek pod wpływem ruchów przepony. Kiedy wykonujemy całym ciałem te same ruchy w górę i w dół co nerki, opuszczamy ziemię i nie kroczymy już, nie spacerujemy i nie biegniemy, lecz podskakujemy lub skaczemy. Dzięki elastyczności kostek (związek nerka-stopa!) jesteśmy w stanie skakać do góry, przewyciężając na kilka sekund przywiązanie do ziemi, czyli siłę grawitacji. Skacząc i podskakując bez żadnych pomocy technicznych, spędzamy króciutki czas w żywiole, którego najpilniej potrzebujemy do życia: w powietrzu. A cóż wyrażają skoki i podskoki, jak nie chęć życia, dziecięcą radość i ambicje sportowe?

Jeśli weźmiemy pod uwagę, że nerki mają reprezentować pierwotną siłę funkcjonalności narządów płciowych, to skoki i podskoki symbolizują zmysłowy składnik „użytkowania” tych narządów i promują pragnienie seksualności. I dokładnie tutaj znajdujemy główny temat cień w kulturze Zachodu. Kiedy w 1231 roku powołano inkwizycję, z pewnością nie miała ona służyć wykorzenieniu przesądów (raczej sama je tworzyła!), ale stanowiła instancję kontrolną w dziedzinie życia seksualnego. W okresie działalności tej oficjalnej instytucji kościelnej nie

tylko karano torturami i śmiercią praktyki seksualne odbiegające od normy, ale też jak najsurowiej kontrolowano mężczyzn i kobiety, by tak rzec, u samych źródeł ich siły życiowej. Na przykład dozwolone były tańce procesyjne, ale nie te obejmujące skoki. W szczególności taniec volta (szybki, skoczny taniec) został zakazany pod karą śmierci. Ponieważ tańcząca para dla zachowania równowagi podczas volty trzymała się za ręce, zahamowani seksualnie duchowni przypuszczali, że mogą się one ześlizgiwać na strefy erogenne – co z pewnością często z upodobaniem robiły – więc stwierdzili: „Volta jest tańcem diabelskim, albowiem ludzie wzajemnie dotykają swoich miejsc wstydliwych”. W dzisiejszych czasach trudno nam sobie wyobrazić, co to znaczy przywiązać człowieka do ziemi, zabraniając mu podskoków, gdyż wyraża to jego radość życia. Po obejrzeniu filmu *Imię róży* czujemy, jak działał wówczas zakaz humoru, śmiechu i tańca. Z drugiej strony widzimy, jak swobodnie oddychają, śmieją się i krzyczą z radości dzieci, kiedy podskakują dla przezwyciężenia wczesnodziecięcej niepewności w chodzeniu i trudności w utrzymaniu równowagi.

Ludzie, którzy już nie skaczą, nie tańczą i nie podskakują z radości, nie przeżywają też swojej pierwotnej siły nerek. Stłumienie qi nerek wywołuje lęk przed wszystkim i wszystkimi. A to rodzi właśnie występki, który pozwalał inkwizycji siać przerażenie przez ponad 600 lat: denuncjację.

Ponieważ aktywność nerek, ich ukrwienie i ruch zależą od oddychania przeponowego, a to w stanie zdrowia odpowiada proporcji kwinty 2 do 3, dochodzimy do głównej funkcji nerek: przetwarzania moczu. Definiuje to nerkę jako narząd wydalania. Jej produkt odpływa do pęcherza, a stamtąd przez cewkę moczową jest usuwany z organizmu. Aktywność nerek jest cudem natury, gdyż oddziela czyste od nieczystego dzięki wielu etapom filtrowania, a ten proces wydalniczy rozpoczyna się we wnętrzu

narządu. Ten główny proces transformacji, przekształcenie i internalizację wrażeń z zewnątrz można porównać do natury oktawy w terapii harmonicznej.

Na pierwszy rzut oka może się wydać zdumiewające, że nazywamy oktawę interwałem dla procesu życiowego „izolacji ku wnętrzu”. Oktawa stanowi wyjątek wśród pozostałych interwałów... Jej specyfika polega między innymi na tym, że ma skrzydła drzwi otwierające się równie dobrze na zewnątrz, co do wewnątrz. Z tej perspektywy odpowiada procesowi życiowemu, który pozwala nam dotrzeć bliżej wnętrza.

Pfrogner,
Die Sieben Lebensprozesse

Nawet jeśli wydaje się to cokolwiek skomplikowane, filozofia antropozoficzna porównuje ten proces ze „świadomością naszej jaźni” (Rudolf Steiner). Oktawa jest w rzeczywistości odpowiednim interwałem dla doświadczania jaźni, ponieważ ton podstawowy (ego) brzmi podobnie o oktawę wyżej (Wyższa Jaźń), nie jest jednak tym samym tonem.

A ponieważ proces wydalania zachodzi nawet w naszym organizmie i posiadamy narządy wydalnicze, istnieje możliwość, by nasz organizm był samodzielną, doświadczającą siebie istotą. Zatem proces wydalniczy reprezentuje ważne procesy ludzkiego życia – mianowicie te, dzięki którym żywy organizm jest samodzielny... Także w tym punkcie nasuwa się porównanie z oktawą. Czyż skala nie jest samodzielnym organizmem tylko dzięki oktawie?

Pfrogner,
Die Sieben Lebensprozesse

Dzięki tym wglądom antropozofia idzie w ślady pradawnych azjatyckich systemów treningu świadomości, w których

świadomość ego i Wyższa Jaźń są symbolizowane przez dźwięk oktawy, w którym nieskończone możliwości sił twórczych są osadzone jako kwinta. Dźwięk kwinty jest pusty, a gdzie jest pustka, może powstać wszystko. Oktawa tworzy ramy dla przestrzeni i czasu na obecne wcielenie.

W praktyce oznacza to, że ludzie z chorobami nerek i pęcherza muszą doświadczyć tego we własnym ciele – w przeciwnym razie pozostanie to dla nich martwą teorią. Podsumowując, dwa szczególne czynniki natury nerki można nazwać esencją kwinty:

1. Możliwość swobodnego ruchu we wszystkich kierunkach – w górę i w dół, na boki, na zewnątrz i do wewnątrz oraz wkoło, tak jak przepona unosi się i obniża podczas oddychania.
2. Uważność odfiltrowywania wszystkiego, co użyteczne dla naszego organizmu, i puszczania reszty. Tak jak oddech powinien płynąć swobodnie, mocz powinien także swobodnie wypływać z ciała.

Bycie chorym oznacza ograniczenie i związaną energię. Uzdrowienie oznacza rozszerzenie i swobodną energię. Proces przechodzenia od jednego bieguna do drugiego jest interakcją twórczych impulsów ze strony terapeuty oraz aktywnego uczestnictwa ze strony pacjenta. Pacjent musi wprawić coś w ruch, doświadczając tego na wszystkich poziomach egzystencji. Jest to szczególnie konieczne u ludzi z chorobami nerek i pęcherza, gdyż muszą oni ponownie nauczyć się ufać wyłącznie własnemu doświadczeniu. Jest to jedyny sposób, aby zyskać samodzielność i odwagę mierzenia się z życiem. Twórcza energia będzie stopniowo uwalniana dzięki własnej aktywności. W języku potocznym nazywa się to bardzo trafnie „odzyskaniem gruntu pod nogami”. Zasadniczym czynnikiem dla sukcesu procesu uzdrawiania jest uczucie budzenia się na rytm życia. Jak tylko znowu zaczniemy świadomie chodzić po

ziemi, stanie przed nami otworem duchowa ścieżka pozwalająca poczuć się częścią większej całości natury i zaufać jej naturalnym prawom. W większej skali jest to proces uznania oktawy – wyższej instancji natury – i swobodnego rozwoju w jej ramach we wszystkich kierunkach, co odpowiada kwincie. Oto kilka prostych ćwiczeń, które zadaję w tym celu pacjentom:

Ćwiczenie nr 1

Doświadczenie oktawy i kwinty podczas chodzenia

Pospaceruj na łonie przyrody. Wybierz wygodne, miarowe tempo. Pochodź przez chwilę, równo oddychając. Patrz wprost przed siebie, na lewo i na prawo, w górę i w dół i poczuj, jak zestrąjasz się z otaczającą przyrodą jako idąca istota ludzka. Jest to moment, kiedy łączysz się jako ton podstawowy z wyższą oktawą natury. To uczucie pozwala ci stać prosto – jesteś rozciągnięty między niebem a ziemią. A teraz zrób coś „szalonego”: zachowując to samo tempo, wykonuj trzy kroki naprzód i dwa wstecz bez odwracania się:

1 2 3 – 1 2 / 1 2 3 – 1 2, i tak dalej.

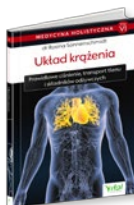
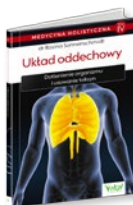
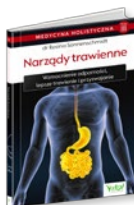
Jest to proste, ale nie łatwe, bo trzeba koordynować ruch nóg, aby nie potknąć się, a także nauczyć się ufać „tylnym oczom” intuicji. Powtórz ten nierówny rytm (3 do 2) czterokrotnie, a następnie idź naprzód w normalny sposób w tempie cztery czwarte. Powtórz ponownie całą sekwencję, włączając ją do spaceru. Oto ten układ kroków:

1 2 3 4 / 1 2 3 4 / 1 2 3 4 / 1 2 3 4 //

1 2 3 – 1 2 / 1 2 3 – 1 2 / 1 2 3 – 1 2 / 1 2 3 – 1 2 //

1 2 3 4 / 1 2 3 4 / 1 2 3 4 / 1 2 3 4 //

Inne książki Autorki:



Dr Rosina Sonnenschmidt – jest najbardziej znaną holistyczną terapeutką w Niemczech. W swojej pracy łączy homeopatię, naturopatię, odżywianie i ćwiczenia umysłowe. Opracowała kinezylogię terapeutyczną dla pacjentów w śpiączce oraz osób cierpiących na demencję czy w zaawansowanym stanie chorób. Jest uznaną i cenioną prelegentką seminariów oraz autorką wielu specjalistycznych publikacji na temat homeopatii i sztuki uzdrawiania.

Autorka opisuje nowe holistyczne metody, które służą do pokonania chorób pęcherza, nerek i dróg moczowych, takich jak:

- kamica nerkowa,
- kłębuszkowe zapalenie nerek,
- niewydolność nerek,
- złośliwe guzy i nadciśnienie naczyniowo-nerkowe,
- zapalenie pęcherza,
- ropne zapalenie miedniczek nerkowych,
- problemy z mikcją i moczeniem nocnym,
- rak nadnerczy,
- zaburzenia nadnerczy jak choroba Addisona i zespół Cushinga.

Poznasz kompleksową terapię naturopatyczną, która obejmuje pomocne sugestie dietetyczne, leki roślinne, niezwykle skuteczne ozonowane oleje roślinne (rizole) oraz odkwaszanie organizmu.

Zadbaj o swoje nerki a oczyścisz cały organizm

Patroni:

MIEŚIĘCZNIK
SZAMAN
CZŁOWIEK • ZDROWIE • NATURA

 **grella.pl**

 **SZTUKATER.PL**

Zdrowe odżywianie
www.odzywianie24.pl

 **Vitalni24.pl**
SKLEP ZE ZDROWIEM