

A decorative graphic on the right side of the page features three overlapping blue circles of varying sizes, arranged vertically. Two thin blue lines intersect at the top left and extend diagonally across the page, framing the circles. The circles have a gradient effect, with the innermost being the darkest blue and the outermost being the lightest.

はじめてのホメオパシー &クラシカルホメオパシ ー基本講座（第1回目）

1「ホメオパシーって？」

今回学ぶのは『ホメオパシーとは何か?』を中心に、
『テキストの使い方』『ABC レメディ』を学びます。
ホメオパシーの考え方は、これまでの健康観とまったく
違うものです。さあ、始めましょう。

CHK クラシカルホメオパシー京都

1-1：健康と病気と症状について

今回学ぶのは『ホメオパシーとは何か？』を中心に、『テキストの使い方』『ABC レメディ』を学びます。ホメオパシーはこれまでの健康観とまったく違うものです。先入観を捨てて学んで下さい。

初めに、皆さんに考えて頂きたいのは・・・

「健康とは？病気とは？そして症状とは？」についてです。

・・・普段、ご自身や家族の健康を心配しているにも関わらず、こうした健康観について考えることは少ないでしょう。この機会に一度考えてみましょう。

1-2：ホメオパシーとは何か？ その基本と歴史

● HOMEOPATHY（同種療法）=HOMEO（同じ）+PATHY（病気）

「似たものが似たものを治す」

「同じ苦しみを持つものが同じ苦しみをもつものを治す」

「健康な人に投与したときある症状を引き起こすことが出来るものを、その症状の患者に投与すると治癒してゆく」・・・理解できますでしょうか？

● 原理の発見=ハーネマン/ホメオパシーの父（200年前のドイツ人医師）

マラリア特効薬「キナ：Chin.」に関する医学権威の薬効記述への疑問からスタート。

「苦いから効く？」と書いてある → そんな馬鹿な！

そこで、彼は”健康な身体”の自分が飲んでみた → 発見！

● 当時の医療の状況＝

”英雄医学”「瀉血」主体の厳しい治療・死人も多かった（ワシントン等）

● 最終的にハーネマンがたどり着いたところ

彼は、ギリシャ時代の医聖ヒポクラテスがこだわった『医師は患者を傷つけてはならない』という考えに強く共感していた。

当初使っていたレメディは、現在のように薄めたものではなく、現物質に近いものを利用していたので、投与すると患者さんが一時的に苦しむことになった。患者を苦しめることに心を痛めたハーネマンは、薬を薄めてみた。ところが薄めることで、当然ながら効果は落ちた。様々な考察の後、彼は薬を薄めると同時に「振蕩（シントウ）」することにした。すると患者の苦しみは減り、且つ薬効は上がることを発見。

やがて、彼は更に（分子がなくなるレベルまで）薄めても効果が出ることに気づいた。

では、一体「レメディ」の何が人の身体に反応するのか？・・・自問を繰り返す内

彼は、レメディは物質レベルだけに作用するものではないことに気づいた。

- その後、欧州での浸透=
 - ・ナポレオンのイタリア遠征でチフス流行→ホメオパシーでは死人なし。正統医学では3分の1が死亡。→フランスで評判！（今も盛ん）
 - ・イギリスでコレラ。死亡率ホメオパシー16%。正統53%。

- 20世紀以降の挫折・停滞=
 - ・アメリカ=1900年代ではホメオパシーを講座に持つ医科大学が40~50%。その比率が1930年代には「0」になる。
（その理由）
 - ・米国医師会の台頭。 ・病原菌の発見。
 - ・2つの世界大戦で傷病者に対する抗生物質・手術の即効性,発展に圧倒された。

- 近年=”復活”の兆し
 - ・現代医学は緊急医療と一部感染症には卓効があるが、次第に比率が増え始めた”慢性病”には効果がない。また抗生物質の過剰使用から”耐性菌”が、でて以来、これまでの方法では限界がある。=と医療専門家も考えるようになってきている。
 - ・ホメオパシー=一見進歩がないように見えた。しかし徹底した「実証主義」の療法！
 - ・「量的」アプローチと共に「質的」アプローチも効果があるのではないかという研究者の増加。「モノ（量）」→「情報（質）」の働きに注目されるべき？

- 盛んな地域=英・仏・独・オーストリア・スウェーデンなど欧州。そしてインド・オーストラリア・南米・アメリカ（州によって事情は違う）。つまり世界中。

1-3 : ホメオパシーの基本原理

- 人が元々持っている「VITAL・FORCE (以後 V・F) : 生命エネルギー」の力を発揮させること。従って薬物のような副作用が起きない。(自然界のモノ[植物・動物・鉱物]のエネルギーをかりて、人の自然治癒力の発現を促す療法=考え方は漢方にとても似ている。その違いは、漢方はいくまで”量”の世界の療法であること)
- 「V・F とは何か？」
東洋的に言うところの”氣”の概念に近い。生命(いのち)そのものの力。
(目に見えないから科学として認めにくい)
「生=秩序と再生の連続」VS「死=腐敗と分解へ変化」
- 生きている限り=「中心」から外に向かう連続した”ある力”がある。これが心身の不調を修正し健康を維持しようとする。怪我や病気からの自然な回復など。
- 「症状」とは、忌み嫌う悪いものではなく、元々治癒の現れ(始まり)
→それを手助けしてやる。その後押しには「類似したもの」が力を発揮する。「類似したもの」によって、人が元々持ち合わせている自然治癒力が働き始める。(自然法則)
「逆のもの」などで症状を悪いものとして抑制してしまうと病は内部に押し込められ、将来に問題を先送りすることになる。痛み・熱・下痢・嘔吐・発疹等の症状は健康だからこそ起きて来る。
- 痛み・熱。下痢・嘔吐・発疹等の症状=治癒の現れ/治癒の回路=まるでドミノ倒しのように「中心から外に」向かって絶え間なく「治癒力」が働いている証拠。
- 現代医学との関連
アロパシー(現代医学)は「一時的に症状を抑制・緩和している内に本来の自分の力で治してゆくもの」であり、この考え方は悪いものではない。アロパシー(現代医学)とホメオパシーそれぞれの長所短所を見極めて場合に依じて使いこなすことが大切である。
★現代医学は”症状抑制の療法”、ホメオパシーは”症状開放の療法”とも表現できる。

1-4 : レメディとは？

ホメオパシーによる変化は気のせいではない。その証拠に一番よく利用され、変化が期待できるのは乳幼児と動物(植物)。

- 類似療法とは？=「その人のエネルギー」と類似(共鳴)する「自然界のエネルギー(レメディ)」を投与することと考える。

人は本来「健康な状態」にあるが、何故かある日「病気の状態」になる。「病気の状態（中心の乱れ）」を「健康な状態」に戻すものがレメディである。類似したレメディは、中心の乱れを健全な姿に戻して行くことが出来る。

★症状は「原因」ではなく「ひとつの結果」に過ぎないことについて考えて見ましょう。

- レメディの希釈＝例えば「30C」などあまりに薄くて分子はない。濃度から言うと「10の60乗分の1」ホメオパスがよく利用するのは6C、30C、200C、1M（1000C）
- 作り方＝100倍に薄める毎に振蕩（シントウ／振り叩く）する。その毎に分子はなくなって行く。その代わりにエネルギーレベルが高まると考えられる。
（既存の科学による裏づけはいまだ出来ていない。あるのは仮説と臨床だけ。）
- 薄め方の差＝一般にはC法（100倍法）。D法（＝X法／10倍法）もある。
- 「本来人は自然に治って行く力を持っているはず」
病気になるのは、本来自然にあるべき「治癒のドミノ倒しの流れ（自然治癒力）」がどこかで滞っている。その「滞りを作っている邪魔」を連れ去ってくれるのがレメディの働き。
（鍼灸に似ている）
- 「その人」と共鳴する「レメディ」を探す＝「問診」「観察」「周りの意見」等。
その方法は「現れている症状」と「その人の全体像（中心の乱れ）」の両方を捉える。
- 重要度＝精神＞身体全体＞身体的症状の順番
（その人とは？を考えてみると理解しやすい）
- レメディの効果
 - ・レメディがマッチすれば「一時的悪化」がある。一般に急性症状は短時間。慢性症状はやや長時間。これは、病気の状態（中心の乱れ）から健康な状態に戻る時の一時的な反応。その一時的な反応（悪化）を乗り越えることが必要になって来る。（下記、ヘリングの法則を参照）
 - ・マッチしなければ何も起きない。

★但し必要以上にレメディを使うと別の問題が出てくることに注意。（後述）

- ・合っているかどうか（類似）の見極め方（全てが一時的悪化とは限らないので注意！）

「ヘリングの法則」を覚えましょう。治癒が起きているかどうかの見極めになります。

- 「ヘリングの治癒の法則」＝いずれも一時的である。期間は個人差・症状にもよる。非常に大切な法則ですが、すぐに覚えるのは難しいので少しずつ覚えて下さい。

- 1) 心から身体へ（まず最初に内面が良くなる---->やがて身体面が良くなって行く）
- 2) 中から外へ（熱・下痢・胃のむかつき・嘔吐・発疹など）
- 3) 上から下へ（頭・顔から首・身体へ、お腹から膝へなど）
- 4) 重要なところからそうでないところへ（内臓から四肢へなど）
- 5) 期近な症状から古い症状に順番に

1-5 : レメディをどう探すのか？

◆レメディを探す方向性2つ（ホメオパスがレメディをどう探すか？）

- 「マテリア・メディカ」と「レパートリー」でレメディを見つける。

「マテリアメディカ」というレメディの薬効書と「レパートリー」という”症状別のレメディ検索辞書”がある。この2つを使い「その人の症状と全体像に最も類似したレメディ」を見つけて行く。（テキスト参照）

- ポテンシー（6C、30C、200C、1M（1000C）などの選択。

これはかなりの勉強と経験が必要なので、基本講座では扱わない。基本的には「その人」のエネルギーレベルに合わせるという考え方。（一般に子供や妊婦はハイポテンシー。ご老人・弱った病人にはローポテンシー。”30C”はちょうど真ん中のレベル）

◆「その人」の「症状像（全体像）」を捉える

- 症状像（全体像＝中心の乱れ）を捉える。

「今」「その人」「何が」その症状をもたらしているのか？（”真の原因”に注目）

「いつから？」ということがその原因のヒントになることが多い。

重要視すべきことは「精神＞身体全体＞身体の部分的症状」の順番。

★「全体像」が類似していれば何らかの変化が期待できる。

- セルフケアの際のレメディの選沢ミス様々・・・

1. 相手を観察しないで自分の先入観でみてしまう
2. 経過を待てない
3. 頻度多く次々とレメディを投与してしまう
4. 治癒の一時的な悪化を症状と間違えて処方してしまう。（発熱に対して熱のレメディ等）

（「ヘリングの治癒の法則」を元に判断して下さい。） 等

根本的には、ホメオパシーへの理解が不十分なために起きるミスが多い。

それで、ホメオパシーは役に立たないと早合点している方が非常に多い。

（上記4. の勘違いが非常に多い。）

1-6 : 実践しながら次第に学んでいく～セルフケアでは実践が大切！

- 出来るだけレメディを使ってみましょう。自分でも試してみて「一定の時間を開けてどんな反応があったのか？」その経過を書き留めましょう。この繰り返しが重要です。
 - ・必ずしも問診をするということに囚われず、常に「人を見る」習慣が大切です。
- ★使うことでレメディに対する理解が更に深まります。でも飲みすぎには注意して下さい。

● 具体的なレメディの飲み方

通常は水では飲みません。「舌下でゆっくり溶かす」前後 15 分程度は口にものをいれない。薬物使用、歯磨き、歯の治療前後は避ける。レメディ服用時は臭いの強いものは避ける。珈琲、お酒、タバコも控える方が良い。基本的に 30C レベルなら「1日1粒」で充分。多くて1日3つくらいまで。飲み過ぎないこと。

- ★必要以上に飲みすぎると「プルービング※」になる。(但し、適度ならすぐに治まる)
本来は副作用のないものだが、レメディを使いすぎると、その後の処方が難しくなることがあるので注意して下さい。

※プルービング=2つの意味があります。

- 1) マテリアメディカ（薬効書）の基本的情報となるもの
= 「健康な人に与えた場合起きる変化」の実症情報データ。
- 2) レメディの飲み過ぎによる弊害のこと。(日本ではこれが多く見られる)

- セルフケアをする場合には無理はしないこと。「困ったら病院へ」が原則。
 - ・急性症状が出ている時に、レメディを与えても変化せず、当初の症状がドンドン悪化したり、新たな強い症状が出て来たときは、病院へ行くこと。病院の治療後からでもホメオパシー的に対応出来ることは多くあります。

- ホメオパシーは、非常に安全なものですが、2つのことに注意することが大切です。

1. ホメオパシーだけを過信し過ぎないこと。特に救急時には、ホメオパシーより、現代医学（アロパシー・アンティパシー）の方が優れている。
2. レメディを飲みすぎると弊害が起きる可能性があります。ホメオパシーの基本原則は、「一度に種類だけを使い、その使用量は、出来るだけ少ないように心がけること。」です。
(シングルレメディ・ミニマムドーズの原則)

1-7: テキストを使ってみましょう

『クラシカルホメオパシーレシピ』（簡単マテリアメディカ+レパートリー）の使い方

★クラシカルホメオパシー基本講座では「この”症状”にはこの”レメディ”」という公式的な理解をしすぎないように工夫しています。そういう勉強の仕方では適切なレメディを見つけられません。なかなか当たらないのはそこに原因があります。ほとんどの場合、ホメオパシーの効果がないのは、レメディのせいではなく、「選び方が間違っている」だけなのです。個々の症状に捉われすぎず、よく観察して、できるだけ「全体」を観ましょう。

★考え方の前提として、治癒は、レメディが起こすのではなく、自らの”バイタル・フォース V・F”であることを忘れないで下さい。レメディはサプリメントではありません。多く飲むと効果的ということではありません。これは”量”の問題ではなく”質”の問題なのです。

★テキスト「ホメオパシー・レシピ」の具体的な使い方

1. 「日々の不調索引」で、レメディの見当をつける
2. 「レメディのマテリアメディカ」で、これとは思うレメディをいくつか見つけて、その個々レメディの全体を読んでみる。全体が一番似ているものをまずは1粒飲んでみる。
3. 選んだレメディを1粒飲んだら、よく観察する。急性では2～3時間は様子を見る。
4. 何か良い変化が現れたら、同じレメディをもう1粒追加して、さらに様子を見る。
5. 何も変化がないなら、再度、レメディを選び直す。

『ABC レメディ』（マテリア・メディカ参照のこと）

A=Acon. アコナイト→「突然の」症状に（風邪・他のいかなる症状にも）

B=Bell. ベラドンナ→「突然の拡張的」症状に（同上／顔が赤く高熱）

C=Cham. カモミラ→「もう我慢できない！」（子供・女性のヒステリー）

★今日は急性症状に良い3つのレメディだけは覚えて帰りましょう。

（クラシカルホメオパシー基本講座 1 終了）