

WNF Bílá kniha: Naturopatické filosofie, principy a teorie

Poděkování

Světová naturopatická federace (WNF) velmi oceňuje spolupráci následujících naturopatických vzdělávacích institucí při poskytování požadovaných údajů pro Bílou knihu WNF: Naturopatické filosofie, principy a teorie; Bastyr University, USA; Canadian College of Naturopathic Medicine (CCNM), Kanada; Collège Européen de Naturopathie Traditionnelle Holistique (CENATHO), Francie; Centro Andaluz de Naturopatía (CEAN), Španělsko; Naturopatska Sola (SAEKA), Slovinsko; Wellpark College of Natural Therapies, Nový Zéland.

Rádi bychom také poděkovali jednotlivcům a organizacím, které se podílely na dvou předchozích průzkumech, které poskytly základy pro tento projekt. Tyto organizace jsou uvedeny ve dvou zprávách o průzkumu, které lze nalézt na adrese <http://worldnaturopathicfederation.org/wnf-publications/>.

Tuto iniciativu vedl výbor WNF Naturopathic Roots (Naturopatické kořeny), který zahrnoval členy Heilpraktiker, naturopaty a naturopatické lékaře (ND):

Tina Hausser, Heilpraktiker, naturopat (Španělsko)

Dr. Iva Lloyd, naturopatický lékař (ND) (Kanada)

Dr. JoAnn Yánez, ND, MPH, CAE (USA)

Phillip Cottingham, naturopat (Nový Zéland)

Roger Newman Turner, naturopat (Velká Británie)

Alfredo Abascal, naturopat (Uruguay)

Všechna práva vyhrazena. Publikace Světové naturopatické federace jsou k dispozici na internetových stránkách www.worldnaturopathicfederation.org.

Žádosti o povolení reprodukovat nebo překládat publikace WNF - ať již pro prodej nebo pro nekomerční distribuci musí být zaslány na adresu info@worldnaturopathicfederation.org.

Světová naturopatická federace přijala všechna možná opatření k ověření informací v této zprávě. Publikovaný materiál je však distribuován bez jakékoliv záruky, ať již vyjádřené nebo implicitní. Odpovědnost za interpretaci a používání materiálu nese čtenář. Světová naturopatická federace odpovědná není v žádném případě zodpovědná za škody způsobené použitím tohoto materiálu.

© World Naturopathic Federation září 2017

Obsah

Poděkování.....	1
Úvod	3
Proces	3
1 Definování globální naturopatické profese	5
1.1 Základy naturopatické profese	5
2 Naturopatická praxe	6
3 Vznik profese	8
4 Naturopatické filosofie	9
4.1 Naturopatická filosofie: Vitalismus	9
4.2 Naturopatická filosofie: Holismus.....	12
5 Naturopatické principy	15
5.1 Naturopatický princip: V první řadě neublížit (<i>primum non nocere</i>)	16
5.2 II. Naturopatický princip: Léčebná síla přírody (<i>vis medicatrix naturae</i>).....	18
5.3 III. Naturopatický princip: Léčit příčinu (<i>tolle causam</i>).....	23
5.4 IV. Naturopatický princip: Léčit celého člověka (<i>tolle totum</i>).....	29
5.5 Popis	29
5.6 V. Naturopatický princip: Lékař jako učitel (<i>docere</i>).....	31
5.7 VI. Naturopatický princip: Prevence nemocí a podpora zdraví.....	33
5.8 VII. Naturopatický princip: Wellbeing	34
6 Naturopatické Teorie	36
6.1 I. Naturopatická teorie: Vitální síla.....	37
6.2 II. Naturopatická teorie: Integrace jednotlivce	37
6.3 III. Naturopatická teorie: Naturopatické léčby	37
6.4 IV. Naturopatická teorie: Význam horečky	38
6.5 V. Naturopatická teorie: Terapeutický postup	39
6.6 VI. Naturopatická teorie: Naturopatická triáda zdraví.....	41
6.7 VII. Naturopatická teorie: Jednota onemocnění	41
6.8 VIII. Naturopatická Teorie: Heringův zákon léčby.....	41
6.9 IX. Naturopatická teorie: Teorie toxemie	42
6.10 X. Naturopatická teorie: Teorie vylučování.....	43
6.11 XI. Naturopatická Teorie: Humorální teorie	44
7 Naturopatické historické odkazy.....	51
8 Naturopatické definice.....	66
9 1970 Shrnutí naturopatických teorií.....	70
9.1 Naturopatické knihy o filosofii, teoriích a zásadách	78
10 Seznam zdrojů Bílé Knihy.....	90

Úvod

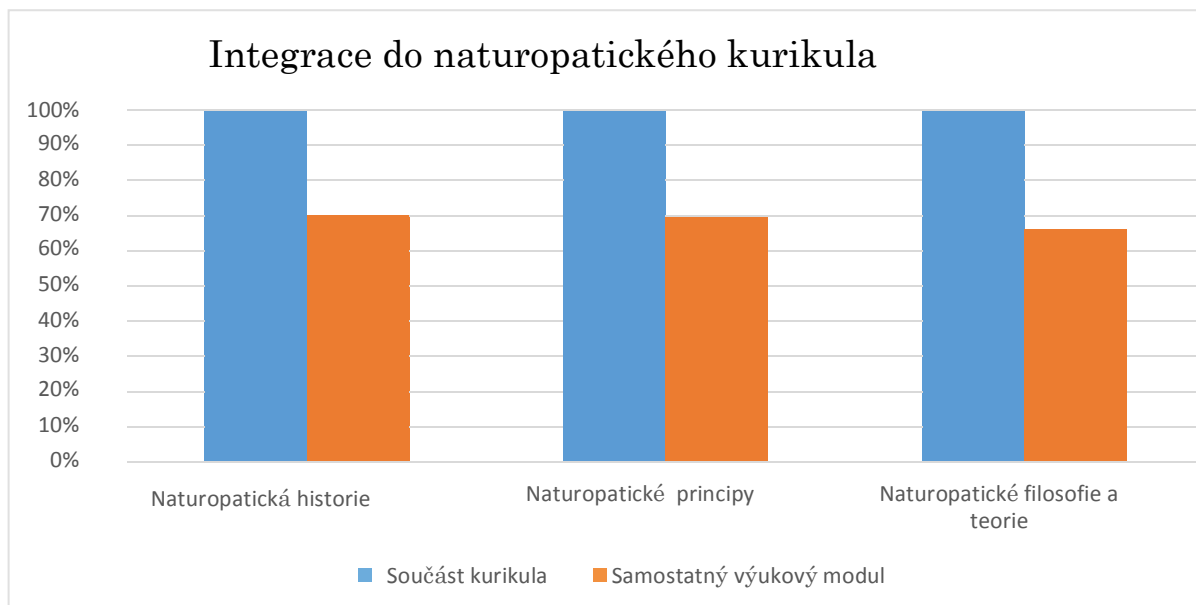
Na základě průzkumů realizovaných WNF v letech 2015 a 2016 bylo prokázáno, že základní koncepty naturopatie jsou v globálním měřítku jednotné. Všechny světové regiony a všechny naturopatické vzdělávací instituce vyučují a praktikují podle základního souboru naturopatických filosofí, zásad a teorií a shodují se v základním souboru naturopatických přístupů.

Tento dokument obsahuje výchozí teorie a koncepce a modernější naturopatické koncepty. Cílem je poskytnout vysvětlení naturopatických filosofí, zásad a teorií, které tvoří základ naturopatické praxe. Jedná se o pracovní dokument, který může být časem změněn tak, aby odrážel vývoj naturopatické profese.

Proces

V roce 2015 provedla WNF průzkum mezi naturopatickými zdravotnickými institucemi, národními naturopatickými organizacemi a regionálními naturopatickými organizacemi, které usilovaly o vyjasnění toho, jak je na celém světě praktikována naturopatie/naturopatická léčba. Výsledky tohoto průzkumu ukázaly extrémně vysoký stupeň konzistence s ohledem na naturopatické filosofie, zásady a teorie a shodu v základním souboru naturopatických přístupů používaných v naturopatii po celém světě. ⁽¹⁾

V roce 2016 byl prvotní průzkum následován podrobnějším průzkumem naturopatických vzdělávacích institucí, který sbíral další informace o tom, co je vyučováno v rámci naturopatických učebních osnov, s ohledem na naturopatické filosofie, zásady a teorie a způsob léčby. [Výsledky průzkumu z roku 2016](#) potvrdily výsledky z roku 2015. Navíc všechny sledované školy prokázaly 100% integraci naturopatické historie, zásad, filosofí a teorií do naturopatických učebních osnov ⁽²⁾.



Graf 1 - Integrace Naturopatických kořenů do Naturopatického kurikula (Q12-15, Q18-19) n=30

Tato *Bílá kniha WNF: Naturopatické filosofie, principy a teorie* byla vytvořena sloučením detailů učebních osnov z pěti naturopatických institucí, které se nacházejí ve třech světových regionech a reprezentují školy, které vzdělávají jak naturopaty, tak i naturopatické lékaře. Mezi spolupracující školy patří: Bastyr University, USA; Canadian College of Naturopathic Medicine (CCNM), Kanada; Collège Européen de Naturopathie Traditionnelle Holistique (CENATHO), Francie; Centro Andaluz de Naturopatía (CEAN), Španělsko; Naturopatska Sola (SAEKA), Slovinsko; a Wellpark College of Natural Therapies, Nový Zéland.

Návrh dokumentu sestavil výbor WNF Naturopathic Roots (Kořeny naturopatie) a poté byl rozeslán všem členům WNF a sponzorům pro zpětnou vazbu. Na Valném shromáždění WNF v roce 2017 byla *Bílá kniha WNF: Naturopatické filosofie, zásady a teorie* schválena členy WNF.

Po zaslání zpětné vazby od členů a sponzorů byl finální dokument schválen výkonnou radou WNF v září 2017.

1 Definování globální naturopatické profese

Následující část je shrnutím globální naturopatické profese. Toto shrnutí bylo zveřejněno v plném znění v červenci 2017 a lze jej najít jako samostatnou publikaci na adrese <http://worldnaturopathicfederation.org/wnf-publications/>

1.1 Základy naturopatické profese

Základy naturopatické profese zahrnují 2 filosofie, 7 zásad a klíčové teorie.

Naturopatické filosofie. Filosofie „vitalismu“ a „holismu“ jsou celosvětově jádrem naturopatické praxe.

Naturopatické zásady: V rámci profese existuje celosvětový konsenzus o naturopatických zásadách. Mírné variace se vztahovaly k odlišné jurisdikci, než k filosofickému přístupu. Hlavní zásady naturopatické praxe zahrnují:

- Léčebná síla přírody (*vis medicatrix naturae*)
- Léčit celého člověka (*tolle totum*)
- Léčit příčinu (*tolle causam*)
- V první řadě neublížit (*primum non nocere*)
- Naturopatický lékař jako učitel (*docere*)
- Podpora zdraví a prevence nemocí
- Wellness

2 Naturopatická praxe

Naturopatie / naturopatická medicína se řídí základními výše uvedenými koncepty a zahrnuje:

Označení: Více než 77 % zemí používá termín *naturopat* a 41 % užívá *naturopatický lékař*⁽¹⁾. Termíny, jako je *Heilpraktiker* nebo *Naturópata*, odrážejí rozdíly v jazycích a místních nařízeních. Naturopatičtí praktici jsou seskupeni podle úrovně jejich vzdělání. Naturopatické profese zahrnují techniky, praktiky, lékaře a výzkumníky.

Naturopatická vyšetření: Naturopatické vyšetření je zaměřeno na pacienta. Cílem je určit faktory přispívající ke zdravotnímu stavu pacienta nebo jeho nemoci. Vyšetření zahrnuje analýzu mnoha faktorů, včetně životního stylu, sociálních, environmentálních, vnějších, genetických a lékařských zásahů. Mezi používané nástroje vyšetření patří důkladné standardní vyšetření nebo vyšetření založené na prezentovaných obtížích, laboratorní testování a tradiční vyšetřovací metody jako je diagnostika jazyka a pulsů. Rozdíly v hodnotících technikách vzájemně souvisí s regionálními postupy a příslušnými předpisy.

Diagnóza: Existují dva primární a vzájemně provázané účely naturopatické diagnózy. Prvním je přesná klasifikace onemocnění pomocí konvenčních technik a / nebo tradičních diagnostických metod a druhým je určení skutečných příčin choroby. Uvědomujeme si, že v některých jurisdikcích existují omezení týkající se používání diagnóz a nemocí.

Způsoby léčby: Existuje silná shoda v sedmi základních naturopatických způsobech, které se v praxi používají:

- Nutriční terapie a úprava stravy / výživové poradenství
- Aplikovaná nutriční terapie (používání doplňků stravy, tradičních léčivých přípravků a produktů přírodní péče)
- Fytoterapie
- Poradenství v oblasti životního stylu
- Vodoléčba
- Homeopatie, včetně komplexní homeopatie
- Fyzické modalities založené na způsobech léčby, které se učí a umožňují v každé jurisdikci, včetně jógy, naturopatické manipulace a technik uvolňování svalů.

Síla naturopatie / naturopatické medicíny spočívá v tom, že jde o integrovaný systém; každá jurisdikce využívá postupy založené na regionálních tradičních postupech péče o zdraví, na úrovni vzdělávání a regulace naturopatie v regionu. Mezi takové způsoby začleněné do praxe patří akupunktura a terapie spojené s dalším vzděláváním, jako jsou intravenózní terapie a předepisování přípravků na předpis.

3 Vznik profese

Globální přístup: Naturopatie je jádrem tradiční medicíny v Evropě. Na konci 18. století se začala praktikovat v Severní Americe, v Asii a v západním Pacifiku, čímž se stala naturopatie prominentní formou tradiční medicíny ve čtyřech regionech světa. V současné době se naturopatie praktikuje ve více než 90 zemích a zahrnuje všechny regiony světa. V celosvětovém měřítku existuje asi 100 000 naturopatických praktiků.⁽³⁾

Naturopatické vzdělávací kurikulum: Přestože existují rozdíly v naturopatických vzdělávacích standardech, všechny naturopatické vzdělávací programy / instituce ukazují, že jejich učební osnovy zahrnují naturopatické filosofie, zásady a teorie, základní vědy, klinické vědy, naturopatické disciplíny a praktickou část. Minimální vzdělávací standard pro naturopatickou praxi stanovený Světovou zdravotnickou organizací (WHO) činí 1 500 hodin.⁽⁴⁾ Podle zprávy Naturopathic Roots (Kořeny naturopatie) z roku 2016 více než 25 % naturopatických vzdělávacích programů nabízí studium na více než 4 000 hodin; 33 % nabízí programy od 3000 do 3999 hodin; a 15 % je mezi 2 000 a 2 999 hodinami.⁽²⁾

Návštěvy naturopatického praktika: Úvodní naturopatická návštěva je obvykle dlouhá jednu až dvě hodiny. Následné kontroly jsou od třiceti minut do jedné hodiny. Více než 75 % praktiků pracuje v samostatných nebo multidisciplinárních klinikách. Stále častěji se stává, že naturopaté / naturopatičtí lékaři pracují na integrovaných klinikách a v nemocničních zařízeních. V současné době neexistuje žádná země, která by zahrnovala naturopatii do veřejné zdravotní péče hrazenou státem. Obecně platí, že návštěvy naturopatických praktiků si hradí klient sám nebo jsou kryty privátním pojištěním.

Výzkum: Výzkum probíhá ve většině vzdělávacích institucí, které mají naturopatický program. Existuje obrovská šíře naturopatického výzkumu, který zahrnuje mnoho různých aspektů naturopatické praxe, stejně jako chorob a nemocí.

Regulace: Cílem regulace je bezpečnost pacientů. Více než 50 % dotázaných zemí má určitou formu regulace a 45 % má ochranu titulu.⁽¹⁾ Třetina zemí nevykázala vůbec žádnou regulaci. Regiony, jako je např. Severní Amerika, mají definovaný rozsah praxe provinčními nebo státními vládami, kdy naturopatičtí lékaři jsou považováni za praktiky primární péče nebo odborníky na prevenci. Zlepšování předpisů na celém světě je klíčovým zájmem WNF.

4 Naturopatické filosofie

Kořeny naturopatie jsou staré tisíce let. Dříve naturopatie vycházela z léčivé moudrosti mnoha kultur, včetně indické (Ayurvéda), čínské (Taoismus), řecké (Corpus Hippocraticum), arabské a evropských Egyptanů (Monastic).⁽⁵⁾ V těchto dávných civilizacích lidé žili v harmonickém vztahu se svým okolím a pochopení nemoci bylo dosaženo pozorováním přírody a tím, jak se prolínala s lidským životem.^(6, 7)

Pro tyto tradiční formy lékařství je společné pochopení toho, že tělo má vrozenou schopnost se léčit - označovanou jako *vitalismus* - a že život, zdraví a nemoc se řídí určitými zákony a zásadami, které jsou logické.⁽⁸⁾ Uznávají, že k dosažení zdraví, je potřeba léčit všechny aspekty jednotlivce a že zdraví závisí na zdravém životním stylu a na čistém životním prostředí - označované jako *holismus*. *Vitalismus* a *holismus* jsou základní naturopatické filosofie, které řídí každý aspekt naturopatického péče.⁽⁹⁾

4.1 Naturopatická filosofie: Vitalismus

4.1.1 Původ

Následující osobnosti položily základy *Vitalismu*:

První známý záznam o Vitalismu v Evropě se objevil ve spisech „Corpus Hippocraticum“, kde se uvádí, že lidé mají vnitřní instinktivní sílu, která je zodpovědná za udržování zdraví. Corpus Hippocraticum také zavedl pojmy *vis medicatrix naturae*, *tolle causam* a uznal terapeutické vlastnosti stravy a bylin.⁽¹⁰⁾

Kolem roku 300 př.n.l. řeční **filosofové Sokratés a Aristotelés** používali pojem „*logos*“ nebo „vůle k životu“, aby popsali tento zásadní princip.⁽¹¹⁾ **Aristotelés** byl filosof, který se snažil vysvětlit postavení lidského těla ve vesmíru, jeho vznik a význam jeho života. Domníval se, že „duše“ oživuje a řídí tělo a přispívá k jeho zdravotnímu stavu.⁽¹²⁾

Hildegarda z Bingen (1098-1179), zvaná svatá Hildegarda, byla německá křesťanka, která lidem nabízela přírodní metody léčby. Ve své knize „*Causae et Curae*“, kterou napsala kolem roku 1150, uvedla, že „*viriditas*“ (vis, síla/vitalita) je základní koncept, který označuje sílu nebo aktivní princip, který dává život a energii zvířatům a rostlinám a také lidským bytostem.^(13, 14)

Moses Maimonides (1135 - 1204) byl filosofem a soudním lékařem královské rodiny v egyptské Káhiře. Na rozdíl od ostatních praktických lékařů (v té době považovaných za filosofy), kteří se zabývali užíváním léků a chirurgií, posílil koncept *vitalismu* a zdůraznil využití stravy, cvičení a pozitivního myšlení jako způsobu dosažení zdraví.⁽¹⁵⁾ Maimonides napsal knihu „*Zachování mládí*“, která byla zcela založena na přírodních metodách a zdokumentovala, jak žít v souladu s životním prostředím.⁽¹⁶⁾

4.1.2 Popis

Vitalismus je ústředním principem ve filosofii naturopatické medicíny.⁽¹⁷⁾ *Vitalismus* nebo Životní síla (*Vital Force*) popisuje inteligenci, která oživuje každého člověka a vztahuje se na síly mimo fyzické já, které řídí život, zdraví a uzdravení. *Vitalismus* předpokládá, že ve všech objektech existuje samoorganizující princip. Životní síla je neviditelná síla, která je rozpoznatelná pouze svými účinky⁽¹⁸⁾.

Pojem „*životní síla*“ dominoval filosofii a vědeckému průzkumu před 17. stoletím.⁽¹⁹⁾ Předpokládá, že se život a jeho formy (morfologie) vyvíjejí z a pod vlivem všeprostupující neviditelné síly, za materiální hmotou. *Vitalismus* je nazýván mnoha různými jmény, jako je *životní síla*, *dech*, *chi*, *qi*, *ki*, *prána* a *mana* v závislosti na konkrétní kultuře nebo tradici. *Vitalismus* je také spojován s pojmy osobní esence, ducha nebo duše.^(18, 20, 21) První lékaři podporovali *vitalismus* tím, že pomáhali přírodě v procesu uzdravení a léčení pomocí stravy, cvičení, vodoléčby a bylin a podporou odstraňování vnitřního odpadu.⁽²²⁾ Naturopatičtí praktici jsou vyškoleni podobným způsobem a jsou učeni, jak vyhodnotit a pracovat s životní silou člověka místo jejího potlačení nebo ignorování. Naturopatická léčba zahrnuje stravu, cvičení, vodoléčbu a používání bylin, ale může zahrnovat i homeopatii, akupunkturu, meditaci, cvičení bdělosti a další formy, které podporují životní sílu člověka.⁽²³⁾

Naturopatický koncept *vitalismu* byl často porovnáván s mechanismem a redukcionismem, které jsou základem konvenční medicíny. *Vitalistický* přístup uznává, že existuje logika symptomů a onemocnění a že hojivé a léčebné režimy jsou nejlepší, když podporují přirozenou léčebnou schopnost těla.⁽⁸⁾ To znamená, že životní síla člověka spolu s *vis medicatrix naturae* obnovuje zdraví.⁽²⁴⁾

Věda, zvláště kvantová fyzika, se vyvinula do té míry, že pojmy jako *vitalismus* jsou považovány za přijatelné a potenciálně měřitelné.⁽²⁵⁾ Moderní *vitalismus* je považován za součást teorie systémů a biomedicínské vědy, které jsou ve svém pohledu zcela *holistické* a které kladou důraz na cirkulaci jako součást kauzality (tj. zpětné vazby).⁽²⁶⁾ Vitálnost organismu je složitá – jak dokazuje její schopnost růst a rozvíjet se, reagovat na podněty, reprodukovat a opravovat sebe sama - a vyžaduje takovou úroveň organizace a koordinace, která naznačuje odlišnou kvalitu, která není snadno vysvětlitelná mechanistickým myšlením.⁽¹⁷⁾

4.1.3 Příspěvek k filosofii Vitalismu

V historii najdeme mnoho tradičních a naturopatických praktiků, kteří psali o a podporovali o konceptu *vitalismu* psali a podporovali ho. Mezi ně patří:

Christoph Wilhelm Hufeland, německý lékař a blízký přítel Samuela Hahnemanna v roce 1797 uvedl:

„Životní síla je bezesporu jednou z nejvšeobsáhlejších, nejnepochopitelnějších a nejmocnějších ze všech sil přírody. Naplňuje a dává vše do pohybu a s největší pravděpodobností je tím velkým zdrojem, ze kterého vycházejí všechny ostatní síly fyzického - nebo přinejmenším organizovaného - světa. Je tím, co vše vytváří, podporuje a obnovuje.“⁽²⁷⁾

Hufeland v tomto hledal nejen dlouhý a zdravější život, ale také etičtější život - morální a fyzické zdraví bylo považováno za propojené a plynoucí ze stejného zdroje, obojí vyznačující se hojností životní síly.

MUDr. Samuel Hahnemann (1755 - 1843), zakladatel *Homeopatie*, uvedl: „Během zdravého stavu člověka duchovní síla, která oživuje hmotné tělo, vládne jako „dynamis“ (řec. síla, moc). Všechny součásti jsou jí úžasně udržovány jako harmonický životně důležitý proces, a to jak v pocitech, tak i ve funkcích, aby naše inteligentní mysl mohla být svobodná a podřídit živoucí zdravé tělesné médium vyššímu účelu naší bytosti.“ Roku 1900 napsal: „Životní síla je duchovní síla, která oživuje hmotné tělo a uchovává všechny části organismu v obdivuhodném, harmonickém, vitálním chodu, co se týče jak pocitů, tak funkcí, aby naše inteligentní a rozumová mysl mohla volně využívat tento živý a zdravý nástroj pro vyšší účely naší existence.“ Při onemocnění je životní síla „zmatená“. Symptomy jsou vnější projevy poruchy. Vzhledem k tomu, že onemocnění má duchovní původ, léčba by měla být také duchovní.“⁽²⁸⁾

Isaac Jennings (1788-1874), americký lékař, popisuje životní sílu jako schopnost člověka snížit *heteropatii* (špatnou cestu, nerovnováhu zdraví, nemoci) a dosáhnout *ortopatie* (správná hygiena, správná cesta, zdraví).⁽²⁹⁾

Adolf Just (1859-1936), německý naturopat, který v roce 1926 dokončil Americkou školu naturopatie, přispěl k *vitalismu* následujícím prohlášením: „Abychom vyléčili nemoci, musíme především usilovat o snížení vnitřního tepla těla. Ale je také nutné stimulovat vitalitu těla, tedy sílu, pomocí které tělo nejprve získává skutečný přínos (opravení) z potravy, ale také vylučuje cizí hmotu (nemocnou hmotu) skrze kůži (pocení), moč, fekálie atd. - síla, která tvoří skutečný život člověka.“⁽³⁰⁾

Juan Esteve Dulin (1887-1978) se narodil ve Francii, kde byl kvůli zdravotním problémům v mládí léčen Paulem Cartonem. Později se stal studentem a dobrým přítelem Paula Cartona. Cestoval po různých zemích Jižní Ameriky až se v roce 1914 se usadil v Argentině. V roce 1917 založil časopis o zdraví „*Salud y Natura*“ a roku 1922 časopis „*Natura*“. V roce 1918 založil Naturopathic Association of Buenos Aires.

V roce 1934 získal Dulin titul naturopata na American School of Naturopathy v New Yorku, založené Benediktem Lustem. Řekl:

„Životní síla spouští reakce funkční normalizace. Základní reakcí funkční normalizace je pročištění vnitřního prostředí a obnovení těch funkcí, které vyžadují životní sílu, přítomnou u všech živých bytostí.“⁽³¹⁾

Robert Walter (1841-1924) byl na konci osmdesátých let 19. století považován za průkopníka naturopatických teorií. Založil Instituci přírodního zdraví ve Wernersville v Pensylvánii. Robert Walter byl současně s Grahamem, Trallem a Tildenem aktivní v hnutí za zdraví ve Spojených státech. Uvedl, že každá živá buňka organizovaného těla je obdařena pudem sebezáchovy udržovaným vlastní silou organismu, která se obecně nazývá „životní silou“, a úspěch jeho funkce je přímo úměrný velikosti této síly a nepřímo úměrný její činnosti. Tendence každého živého organismu je přežít a tzv. „životní síla“ je to, co udržuje tuto tendenci. Když je více vyčerpáno bez doplnění, pud sebezáchovy bude náročnější udržet. Takže musí existovat rovnováha mezi velikostí této síly a její činností. Pokud musíme vykonávat aktivitu, fyzickou, emocionální nebo mentální a můžeme ji provést s nejmenším úsilím, předpokládáme, že budeme mít vždycky dobrou rezervu životní síly.⁽³²⁾

4.2 Naturopatická filosofie: Holismus

4.2.1 Počátek

V letech 428-348 př.n.l., **Platón**, řecký filosof a žák Sokrata, zahrnul do lidského těla pojetí duše. Toto je považováno za začátek *holismu*⁽³³⁾, ústřední filosofie naturopatie a konceptu, který byl později rozšířen do naturopatického principu (*tolle totum*) - léčit člověka jako celek.⁽²¹⁾

Popis

Holistický nebo holismus znamená vše, celé nebo úplné. Je založen na poznání, že celek je větší než souhrn částí. ⁽³³⁾ *Holismus* je založen na pochopení, že všechny entity a systémy ve vesmíru existují jako jednotný celek. Části celku jsou dynamicky vzájemně závislé a vzájemně propojené. Celek je větší než součet jeho částí a nemůže být pochopen zkoumáním jeho izolovaných částí. *Holismus* tvrdí, že části musí být diskutovány jako integrovaný celek, aby byly plně pochopeny.

⁽³⁴⁾

Holistický přístup naturopatické praxe si uvědomuje, že duchovní, psychologické, funkční a strukturální aspekty jsou vzájemně závislé a že jedinec se musí léčit s intrapersonální a interpersonální dynamikou. Stejně důležitá je interakce jednotlivců s jejich prostředím, externími a sociálními faktory. ^(8, 24)

Příkladem *holismu* je situace, kdy naturopatický praktik léčí pacienta s vysokým krevním tlakem, poskytuje podpůrnou léčbu srdce, zároveň se zabývá psychologickými faktory a faktory životního stylu, vnějšími faktory a dalšími faktory životního prostředí, které mohou přispívat k hypertenzi. ⁽²³⁾

Holismus je v dnešní literatuře uznáván jako klíčová součást zdraví, a to nejen zdraví jednotlivců, ale i životního prostředí. Zdraví ekosystémů bylo například popsáno jako „komplexní, vícestupňové, dynamické, hierarchické měřítko odolnosti systému, organizace a síly“. ⁽³⁵⁾ Koncepty *holismu* jsou zakomponovány do pojmu „udržitelnost“, což znamená schopnost systému udržovat svou strukturu (organizaci) a funkci (energii) v průběhu času tváří v tvář vnějšímu stresu (odolnost).⁽⁸⁾ Zdravý systém také musí být definován s ohledem na jeho kontext (větší systém, jehož je součástí) i na jeho složky (menší systémy, které ho tvoří).

Přispění k filosofii Holismu

Holismus je koncept, který zahrnuje nejen naturopatickou léčbu, ale také environmentální studia a humanitní vědy. Mnoho filosofů, vědců a praktiků napsalo a teoretizovalo o *holismu*. Mezi hlavní přispěvatele k naturopatickému rozhledu *holismu* patří:

Ve spisech *The Corpus Hippocraticum* (zhruba 400 př.n.l.) najdeme prohlášení o *holismu*, kde se uvádí, že životní prostředí člověka musí být zahrnuto do diagnózy a léčby: ... lidské blaho je pod vlivem životního prostředí, včetně vzduchu, vody a větru; lékař musí posoudit prostředí, ve kterém pacient žije, a začlenit tyto faktory do jakékoli diagnózy nebo léčby; před posouzením pacientů nejprve posoudit jejich okolí. ⁽³⁶⁾

Aristotelés (384-322 př.n.l.), řecký filosof a žák Platóna, byl hlavním přispěvatelem *holismu* následující filosofickou myšlenkou:

„Celek je větší než součet jeho částí.“ ⁽³⁷⁾

Galén z Pergamonu (129-216), řecký lékař, následovník Sokrata, Platóna a Hippokrata, popsal s elementární a humorální teorií *holistickou* představu lidského zdraví v rovnováze tělních tekutin, orgánů, funkcí, temperamentů, emocí a prostředí. Také zahrnoval duši do celku prostřednictvím svého popisu pátého prvku, vzduchu. ⁽³⁸⁾

Hildegarda z Bingenu popsala *holistický* pohled na člověka v přírodním prostředí a jejich vzájemný vliv. Pojmenovala to jako „mikrokosmos“ (lidé) a „makrokosmos“ (příroda). Ve své knize „*Causae et Curae*“ popisuje Hildegarda z Bingenu vztah mezi přírodou (makrokosmem) a člověkem (mikrokosmem):

„Lidská bytost se skládá z prvků. Jak již bylo řečeno, stejně tak, jako prvky současně obsahují svět, tak i prvky tvoří rámec lidského těla.

Jejich proudění a funkce jsou odděleny člověkem tak, aby je obsahoval současně, stejným způsobem, jako jsou rozptýleny a působí ve světě. Oheň, vzduch, země a voda jsou v člověku a člověk je z nich složen. Lidé mají teplo z ohně, krev z vody, vzduch z dechu, ze země maso. Mají také zrak z ohně, sluch ze vzduchu, pohyby z vody a schopnost chodit z prvku země“.⁽³⁹⁾

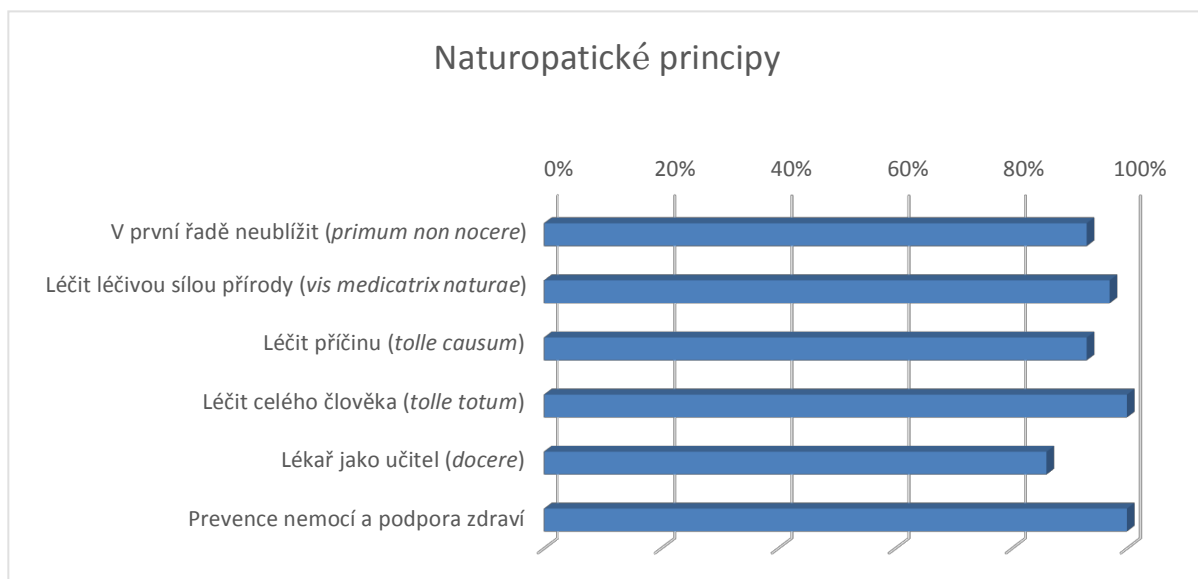
5 Naturopatické principy

Jedinečnost naturopatie vychází z uplatnění sedmi základních principů, které doplňují naturopatické filosofie *vitalismu* a *holismu*.

Šest těchto principů založených na moudrosti předků a přezkumu současných přírodních konceptů napsaných dřívějšími naturopaty a filosofy ⁽²¹⁾ bylo v roce 1986 ustanoveno naturopatickými lékaři v Severní Americe. Sedmá zásada „wellness“ je zahrnuta v učení řady naturopatických škol po celém světě. ⁽²⁾

Naturopatické principy ovlivňují všechny aspekty vyhodnocení, diagnostiky a léčby. Jsou vzájemně provázané a řídí všechny aspekty naturopatické konzultace. ⁽²⁴⁾

Následující graf ze zprávy Naturopathic Roots Report 2016 ⁽²⁾ ukazuje vysokou konzistenci při výuce naturopatických principů ve vzdělávacích institucích po celém světě:



Graf 2 – Naturopatické principy (Q16) n=30

Naturopatické principy jsou:

- I. V první řadě neublížit (*primum non nocere*)
- II. Léčit léčivou silou přírody (*vis medicatrix naturae*)
- III. Léčit příčinu (*tolle causam*)
- IV. Léčit celého člověka (*tolle totum*)
- V. Lékař jako učitel (*docere*)
- VI. Prevence nemocí a podpora zdraví
- VII. Wellness

5.1 Naturopatický princip: V první řadě neublížit (*primum non nocere*)

5.1.1 Počátek

Předpokládá se, že tento koncept pochází ze spisů „*Corpus Hippocraticum*“ kolem roku 400 př. n. l, ve kterých se uvádí:

„U skrytých nevyléčitelných onemocnění by člověk nikdy neměl podávat žádné léky, zdravým lidem by neměly být poskytovány žádné léky, protože v dokonale zdravém těle je vše lékařské škodlivé, lékař se také snaží předcházet škodlivým vlivům v případě onemocnění a naopak iniciovat nebo podporovat vhodnější a přínosnější vlivy.“⁽³⁶⁾

Hippokratova přísaha říká:

„Lékařské úkony budu konat v zájmu a ve prospěch nemocného, dle svých schopností a svého úsudku. Vystříhám se všeho, co by bylo ke škodě a co by nebylo správné. Nepodám nikomu smrtící prostředek, ani kdyby mne o to kdokoli požádal...“⁽³⁶⁾

První zásada „V první řadě neublížit (*primum non nocere*)“, která byla vyvinuta během staletí, zahrnuje mnohem širší řadu rizik a povahu zdravotní péče. Naturopatická teorie a Terapeutický řád byly vyvinuty jako prostředek k tomu, aby praktici nikomu neublížili.

5.1.2 Popis

V první řadě neublížit nebo *primum non nocere* se týká nejen pacienta, ale také životní síly pacienta. Naturopati / naturopatičtí lékaři pracují na základě toho, že existuje hierarchie možností léčby. Při uplatňování principu „V první řadě neublížit“ naturopat / naturopatický lékař vybere léčbu a použije pro každého jednotlivého pacienta ⁽⁸⁾ nejjemnější a neinvazivní strategii k dosažení požadovaného výsledku. V určitých situacích, zvláště pokud je onemocnění v pokročilém stádiu nebo je současný stav kritický, může být nezbytné použít konvenční léčbu nebo léčbu, která představuje riziko nežádoucích účinků. Konvenční léčba může vyžadovat léčbu léky nebo chirurgickou léčbu. ⁽²¹⁾ Často je možné obnovit zdraví změnou životního stylu, řešením environmentálních nebo vnějších faktorů a / nebo řešením sociálních nebo stresových situací. Naturopatická filosofie se soustřeďuje na respektování *holistické* povahy a vitality každého pacienta a na zajištění toho, aby byl léčivý proces podporován spíše než potlačován.⁽²¹⁾ Tento princip byl vysvětlen Louisem Kuhnem ⁽⁴⁰⁾ (jeden z předchůdců naturopatické profese), který uvedl: „Nemoci, pokud jsou potlačeny nebo latentní, vedou pomalu, ale jistě k vážným a zcela nevyléčitelným

zdravotním stavům“.

Princip „V první řadě neublížit“ říká naturopatům / naturopatickým lékařům, že mají učit své pacienty nezbytným poznatkům a povědomí o tom, jak jejich životní styl, životní prostředí, společenské vztahy a všechny aspekty života jsou vzájemně propojené a mají potenciál ovlivňovat jejich zdraví a přispívat k nemoci.⁽⁴¹⁾

Dalším aspektem zásady „V první řadě neublížit“ je identifikace a respektování léčebného záměru a schopnosti každého člověka. Zohlednění pacientova cíle léčby, vitality a konstituce je součástí procesu naturopatické léčby.⁽⁴²⁾

Ačkoli je praktikování naturopatie obecně považováno za velmi bezpečné, žádná forma lékařské praxe, včetně naturopatie, není bez rizika, ať už fyzicky, emocionálně, mentálně nebo eticky. Abychom se řídili zásadou naturopatie: „V první řadě neublížit (*primum non nocere*)“, musí se každý naturopat / naturopatický lékař komplexně vzdělávat v otázkách bezpečnosti, včetně lékových interakcí s bylinnými a nutričními doplňky. Existují dva aspekty „ublížení“⁽⁴³⁾, které si musí každý zdravotník a naturopat / naturopatický lékař uvědomit:

- *Ublížení z neznalosti* - škodlivost látek, škodlivost postupů a etické škody.
- *Ublížení z nedbalosti* - nedostatek informací, na základě kterých se lze moudře rozhodnout, nedostatek následných opatření a podpory.

Praktikování naturopatie je bezpečné, pokud jsou dodržovány standardy vzdělávání a praxe⁽⁴⁴⁾, jako jsou:

- Výběr léčby, která podporuje vrozené léčebné schopnosti těla
- Výběr léčby, které respektuje zákony přírody
- Učit pacienty pochopení a uvědomění si všech faktorů, které přispívají ke zdraví a nemocem
- Volba diagnostických technik, které jsou neinvazivní, kdykoli je to možné
- Vyvarovat se škodlivého potlačení příznaků, kdykoliv je to možné.⁽⁴⁵⁾

5.1.3 Příspěvatelé k principu V první řadě neublížit (*primum non nocere*):

„V první řadě neublížit“ je princip, o kterém se ve zdravotnictví diskutuje v mnoha aspektech. K naturopatickému uplatňování tohoto principu přispěli:

Thomas Sydenham (1624-1689), anglický lékař, často označovaný jako anglický Hippokrates, ve svém „*Latinském aforismu*“ uvedl, že respektuje povinnosti lékaře: „*Primum est ut no nocere*“⁽⁴⁶⁾.

Jared L. Zeff , americký naturopatický lékař, který pomáhá stanovování naturopatických informací od roku 1980, jako je např. teorie vylučování, navrhl teorii terapeutického řádu společně s naturopaty Sniderem, Myersem a Grandperem. V jednom článku píše o tomto principu:

„Jak uplatňujeme princip *V první řadě neublížit?*“ Naše definice nám říká: Naturopatičtí lékaři dodržují tři zásady, aby se zabránilo poškození pacienta:

1. Naturopatičtí lékaři využívají metody a léčivé látky, které minimalizují riziko škodlivých účinků a uplatňují co nejmenší možnou sílu nebo zásahy potřebné k diagnostice onemocnění a obnovení zdraví;
2. Naturopatičtí lékaři se vyhýbají potlačení symptomů, kdykoli je to možné, neboť potlačování obecně narušuje proces hojení;
3. Naturopatičtí lékaři respektují a pracují s *vis medicatrix naturae* při diagnostice, léčbě a poradenství, protože pokud tento samouzdravující proces není respektován, pacient může být poškozen.“⁽⁴¹⁾

5.2 II. Naturopatický princip: Léčebná síla přírody (*vis medicatrix naturae*)

5.2.1 Původ

Koncept *vis medicatrix naturae* začal s „*Corpus Hippocraticum*“ cca v roce 400 př.n.l. Studium medicíny bylo v té době založeno na pozorování přírody a příroda byla považována za sílu obnovující zdraví a rovnováhu člověka. Úkolem lékaře bylo podporovat přírodu v této cestě. Jedním z hlavních cílů bylo: „*Medicus curat, natura sanat*“.

V Aforismu v „*Corpus Hippocraticum*“ se uvádí:

„Přirozená uzdravující síla (*vis*), která stimuluje materiál, vnitřní teplo usazené v těle, je důvodem a zdrojem jeho života.“ ⁽⁴⁷⁾

Paracelsus (1493-1541) švýcarský filosof a lékař o léčivé síle přírody uvedl:

„Život je řízen samoregulační a samoléčivou inteligencí; jeho funkcí je asimilovat do organismu zdravý materiál a bránit ho před invazemi zvenčí. Sedí v žaludku; podobný ohni.“⁽²⁰⁾

Kolem roku 1850 došlo k rozdělení medicíny mezi tradiční lékaře a ty, kteří se věnovali vědě a technologiím. Tradiční lékaři tvrdili, že *vis medicatrix naturae* je ústřední koncepcí nebo zákonem zdraví. Ti, kteří se věnovali vědě a technologii, pokračovali v tom, co je dnes známé jako konvenční medicína. ^(48, 49) Nejedná se o to, že tradiční lékařské praktiky, jako je např. naturopatie, nejsou založeny na vědeckých poznatcích. Je to o tom, že se stále drží původního pojetí zdraví a praxe.

5.2.2 Popis

Termín *vis medicatrix naturae* znamená schopnost těla se samo léčit. Tato léčebná síla je vrozený samoorganizující se proces živých systémů, které vytvářejí, udržují a obnovují zdraví. ⁽⁵⁰⁾

Přestože přírodní lékaři, včetně naturopatických lékařů, byli největšími příznivci této doktríny, tajemství obklopující *léčivou sílu těla* bylo od počátku součástí medicíny. Lékařský historik **Max Neuburger** uvedl: „Existují vrozené nebo přirozené zákony obklopující život, zdraví a nemoc. Tyto zákony zahrnují člověka, který žije v souladu s přírodou a uznává moudrost těla a jeho schopnost samo se uzdravit.“ ⁽⁵¹⁾

Koncept *vis medicatrix naturae* je univerzální a zahrnuje tradiční víry v mnoha oblastech světa. Mezi novozélandskými Maory (původními obyvateli Nového Zélandu) se léčebná síla přírody označuje jako „*Te oranga mai te taiao*“, což znamená „spolehnout se na přirozené procesy a životní síly v léčení“. Termín *taiao* označuje přírodu. *Tai* je přeloženo jako „voda nebo moře“, které označuje hranice země (pobřeží). *Ao* označuje „svět, zemi“. *Oranga* se týká dobrých životních podmínek. Odvozuje se od slova *ora*, který lze přeložit jako „slunce“ (*ra* je slunce), zdroj veškerého života. Termín *wai ora* se také často používá. Maorské slovo „*wai*“ se překládá nejen jako voda, ale také jako duch (*wairua*). *Wai* evokuje tok a „*ora*“ znamená životní sílu. Tento pojem vyvolává pocit proudícího toku životní síly v nás, který není nic jiného než ten samý tok, který protéká veškerou přírodou, celým stvořením. Tudíž příroda je vnímána jako uzdravující síla, ať už je to voda, slunce, země či naše vlastní životní síla.

V tomto smyslu nelze naturopatii oddělit od našeho okolí. Lidé jsou součástí tohoto prostředí, a to je součástí lidské bytosti, protože environmentální vlivy ovlivňují buněčnou stavbu lidské bytosti. ⁽⁵²⁾

Jelikož se naturopat / naturopatický lékař soustřeďuje na usnadnění endemického uzdravení člověka, je jeho úkolem podporovat, usnadňovat a pozvedávat proces *vis medicatrix naturae* tím, že identifikuje a odstraňuje překážky pro zdraví a zotavení podporou tvorby zdravého vnitřního a vnějšího prostředí a zajištěním blahodárného vlivu mysli. ⁽⁸⁾ Naturopatické přesvědčení spočívá v tom, že příznaky jsou často projevem pokusu těla bránit se

a uzdravovat se samo. Když je zjištěna příčina příznaků a překážek léčby, tak dané tělo bude často schopno zahájit proces hojení samo. Pomocí změn v životním stylu pomocí používání přírodních terapií, jako jsou byliny, strava, voda, půst a manipulace s tkáněmi, je podporována *vis medicatrix naturae* nebo léčebná síla těla. ⁽¹⁷⁾

Příklady *vis medicatrix naturae*:

- Při pořezání prstu se rána automaticky začne hojit
- Horečka je přirozená reakce na patogen, chřipku nebo virus
- Na otravu jídlem tělo reaguje zvracením nebo průjmem
- Zlomeniny, když jsou narovnány, se často uzdravují samy
- Po velkých operacích nebo léčbě, jako je chemoterapie nebo ozařování, pokud to ostatní okolnosti dovolí a nedojde ke komplikacím, tělo samo zahájí hojení.

Naturopati se snaží využívat vlastní přirozené léčebné energie organismu použitím terapií, které jsou v souladu s přírodou a v souladu s potřebami pacienta. Zatímco toto je ideální stav, uznává se, že někdy je v případech jako jsou chirurgické zákroky nebo léčení těžkých infekcí, kde jsou aplikovány metody přímo v rozporu s přirozenými procesy léčení, ⁽⁴¹⁾ potřeba, aby naturopat ustoupil od přirozených procesů léčení pro zachování pacientova zdraví.

Naturopati / naturopatičtí lékaři používají *vis medicatrix naturae*

- léčením pacienta, nikoliv nemoci
- odstraněním překážek hojení tím, že identifikují a léčí příčinu onemocnění
- snížením toxického zatížení, což dovolí přirozeným léčebným schopnostem působit
- usměrněním životní síly ke stimulaci obranyschopnosti těla a léčebných schopností
- snížením náchylnosti člověka k onemocnění ⁽⁴¹⁾

5.2.3 Příspěvatelé k principu Léčebná síla přírody (*vis medicatrix naturae*)

Léčebná síla přírody *vis medicatrix naturae* je považována za jednu z nejdůležitějších naturopatických zásad. Mnoho praktiků napsalo a prozkoumalo tento koncept v průběhu let, včetně:

C. W. Hufeland (1762-1836) o léčivé síle přírody řekl: „Pravda o zdraví může být nalezena ve *vis medicatrix naturae*, *vis natura regeneratrix* a *životní síle*.“ ⁽⁵³⁾

Ve své knize „*Lehrbuch der Allgemeinen Heilkunde*“ (1818) uvedl o léčivé síle přírody:

„Lidské tělo má nejen schopnost udržovat si vlastní život, ale také vyřešit poruchy a špatné podmínky. Příroda sama dokáže vyléčit nemoci. Mnozí lidé již byli takto uzdraveni bez veškeré pomoci a stává se to denně. Doktrína o léčivé síle přírody si zaslouží naši největší pozornost, protože tomuto přirozenému účinku se věnuje vše, dokonce i při umělém uzdravení. Ale ano, existují i nemoci, které musíme z této léčby vynechat.“⁽⁵⁴⁾

Russell Thacker Trall (1812-1877), Severní Amerika, byl propagátorem vegetariánské stravy, hydropatie a samoléčebné síly přírody. Trall otevřel v roce 1844 první „*Water Cure Center*“ v NY a v roce 1847 založil „*Hygienic Institute NY*“ a v roce 1852 otevřel „*Hydropathic and Physiological School*“. Jedním z jeho tvrzení bylo:

„... nikdy nesmíme zapomínat, že příroda je tím pravým lékařem.“⁽⁵⁵⁾

Přispěl k významné podpoře zdraví. Ve Spojených státech byl průkopníkem přírodního zdravotního hnutí. Prohlásil, že pokaždé, když je v živém organismu prováděna akce jako důsledek vnějších vlivů, musí být akce připsána životu, který má pravomoc jednat. Trall přispěl následujícím tvrzením: „Příroda je léčivý princip“⁽⁵⁶⁾ To znamená, že to není lék nebo léčba aplikovaná lékařem, kdo léčí, ale je to působení přírody v člověku - *vis medicatrix naturae*.

Henry Lindlahr, ND, MD (1862-1924) se narodil v Německu. Se zdravotními problémy mu pomáhal Kneipp. V USA, kde studoval medicínu, se stal slavným naturopatem a hydroterapeutem. O *vis medicatrix naturae* řekl:

„Je to tato nejvyšší síla a inteligence, působící skrze každý atom, molekulu a buňku v lidském těle, což je skutečný léčitel, *vis medicatrix naturae*, který se vždy snaží opravit, léčit a obnovit překážky a vytvořit normální podmínky uvnitř pacienta a kolem něj, aby léčitel uvnitř mohl dělat svou práci s nejlepším výsledkem.“⁽⁴²⁾

William A. Mitchell, Jr., ND (1947-2007) byl americkým naturopatickým doktorem, učitelem a filosofem a v posledních 30 letech učil na různých naturopatických školách po celé Severní Americe. O *vis* prohlásil:

„*Vis* není oslabená ani posilovaná silou jednotlivce. *Vis medicatrix naturae* existuje interně a univerzálně. „*Vis*“ je rovnice. Výsledek harmonického vyváženého fungování všech systémů na všech úrovních. Hodnoty v rovnici se mohou měnit, a tím ovlivnit, jak silný je jedinec, nebo jak dlouho žije... Ale zákon přírody jednoduše existuje. Úroveň vitality jakékoliv části rovnice se může měnit, ale *vis* je rovnice sama o sobě.“⁽⁵⁷⁾

Roger Newman Turner, ND, DO, anglický naturopat, učitel a spisovatel napsal:

„*Vis* je inherentním, cílevědomým procesem obnovy normality v těle, který je v zásadě stejný bez ohledu na výzvu.“⁽⁵⁸⁾

John Arthur Thomson (1861-1933) skotský naturopat, jehož jasně napsané knihy o biologii a pokusy o nalezení vzájemného vztahu vědy a náboženství vedly k širšímu povědomí veřejnosti o pokroku v biologických vědách. Řekl, že uzdravení je vědomý kontakt s živými a neživými přírodními částmi vnějšího prostředí.

„Co mám na mysli léčebnou silou přírody? Odkazuji se na způsob, jakým příroda slouží naší mysli, více nebo méně postižena spěchem a ruchem civilizace, a pomáhá stabilizovat a obohacovat náš život. Za prioritní považuji, že existují hluboce zakořeněné, staré a dalekosáhlé vztahy mezi člověkem a přírodou, které nemůžeme ignorovat bez ztráty... kdybychom se drželi toho, co známe, bylo by méně „psychopatologie každodenního života“... přestáváme využívat velmi silný potenciál *vis medicatrix naturae*, pokud přestaneme žasnout nad vznešeností hvězdné oblohy, tajemstvím hor, mořem, které je neustále jiné, způsobem letu orla ve vzduchu, nejobyčejnější květinou, která vane ve větru, pohledem do psího oka.“⁽⁵⁹⁾

Joe Pizzorno, ND ze Spojených států, je naturopatický lékař, pedagog, výzkumník a skvělý řečník. Je zakládajícím prezidentem univerzity Bastyr. Pizzorno o *vis* říká:

„*Vis medicatrix naturae* je projevem univerzálního vědomí v biologické podobě. Naše životní prostředí, přesvědčení, interakce s ostatními, činnosti, životní styl, strava atd. modifikují projev *vis* jako naši vitalitu, ale *vis* samotná je neměnná. Čím více se harmonizujeme s *vis*, tím se naše vědomí více rozšiřuje.“⁽⁶⁰⁾

Nadace Naturopathic Medicine Project je mezinárodní spolupráce více než 200 autorů. Ti o *vis* uvádějí:

„*Vis medicatrix naturae*“ je rovnice; přírodní zákon a komplexní systém léčení. „*Vis medicatrix naturae*“ je založena a ovlivněna jednotným polem vytvořeným jak příčinou vzestupnou, tak příčinou sestupnou pocházejícími z Ducha. Toto chování přírodního zákona lze pozorovat prostřednictvím fenoménů tradičních zákonů léčby (např. dvojí účinek, podobnosti, jednota onemocnění a léčení, potlačení, léčebná reakce, terapeutický řád, Heringova pravidla atd.). Může se to nazývat léčebnou silou a procesem přírody. Vědomé i materiální vstupy ovlivňují „*Vis medicatrix naturae*“. *Vis* = životní síla. Vitální síla a životní síla mohou být to stejné. Vitální síla není to stejné jako „*Vis medicatrix naturae*“. Vitální síla posiluje v lidském organismu „*Vis medicatrix naturae*“.“⁽⁶¹⁾

5.3 III. Naturopatický princip: Léčit příčinu (*tolle causam*)

5.3.1 Původ

Ačkoli počet faktorů, které byly identifikovány jako příčiny zdraví i nemoci, rostl exponenciálně, „*Corpus Hippocraticum*“ nejprve zdůraznil důležitost identifikace a léčby příčiny nemoci v následujícím tvrzení:

„Příčiny nemocí jsou: 1. vnitřní dispozice, 2. špatný způsob života, 3. klima a životní prostředí.“⁽³⁶⁾

Thomas Alva Edison (1847-1931) o (*tolle causam*) uvedl:

„Lékař budoucnosti neposkytne pacientovi žádný lék, ale zajímá svého pacienta do péče o celého člověka, správnou stravu a prevenci onemocnění.“⁽⁶²⁾

Existuje řada teorií, které přispívají k zásadě Léčit příčinu (*tolle causam*), včetně: Humorální teorie⁽³⁶⁾, Teorie toxemie⁽⁶³⁾ a Jednoty onemocnění⁽⁴²⁾.

5.3.2 Popis

Léčit příčinu (*tolle causam*) je zásada, která zdůrazňuje důležitost identifikace a léčby příčiny nemoci. Je založena na poznání, že zdraví a nemoci jsou logické; dějí se z nějakého důvodu.⁽⁸⁾

Identifikace hlavní příčiny onemocnění a přitěžujících faktorů je základním aspektem naturopatické péče. V současné době existuje více faktorů. Během terapeutické konzultace, naturopat / naturopatický lékař zkoumá řadu faktorů, které ovlivňují zdraví a onemocnění, včetně genetiky, životního stylu, sociálních a environmentálních podmínek, vnějších a lékařských zákroků.⁽⁸⁾ Naturopatický pohled spočívá v tom, že zdraví se zlepšuje snížením počtu faktorů, které napomáhají tělu k nerovnováze a narušují jeho normální fungování a schopnost se léčit. Naturopatická léčba zahrnuje poučení pacientů o tom, že návrat k jednoduššímu a zdravějšímu způsobu života je nejlepší lék.⁽⁴¹⁾

Identifikace a léčba základní příčiny nemoci přesto však neznamená lineární kauzalitu mezi událostmi v životě člověka a chorobou. Lidská bytost je komplexní, dynamický a integrovaný systém a ke zdraví a nemocem přispívá nahromadění mnoha faktorů. Například určitá událost může být primárním spouštěčem, který inicioval nebo zesílil sérii příznaků, ale celkový zdravotní stav člověka, jeho odolnost, životní styl, vliv environmentálního působení, podpora rodiny a komunity atd. To vše hraje roli ve schopnosti zvládat narušující faktory a stresové situace.⁽⁸⁾ Složitě fungování těla následuje koncept vzájemné přičinnosti a uznává, že dopad každé konkrétní události je kontextuální a individuální.⁽⁶⁴⁾

Léčit příčinu znamená dívat se pod a za symptomy, na hlubší původy a důvody náchylnosti k nemoci a indikovat správné postupy, které umožní tuto náchylnost léčit.⁽⁸⁾ Horečka představuje přesvědčivý příklad ilustrující tento komplexní přístup. Horečka je symptomem onemocnění spíše než onemocněním. V jistém smyslu by mohla být nazývána „pozitivním symptomem“ v tom smyslu, že jde o normální fyziologickou odpověď na infekci.⁽⁶⁵⁾ Jinými příklady „pozitivních symptomů“ mohou být: zvracení při otravě jídlem (kdy se tělo snaží zbavit se škodlivé látky); průjem, také při otravě jídlem (kde dochází k eliminaci na druhém konci trávicího traktu).⁽⁶⁶⁾

Pro léčbu příčiny symptomů, je důležité pochopit nejen fyziologii a patologii každého člověka, ale pochopit emocionální stavy a jak člověk přemýšlí o zdraví a nemoci. ⁽⁸⁾ Cílem naturopatického posouzení je určit konkrétní spouštěč, situaci, environmentální faktor nebo chování, které vyvolalo narušení zdraví nebo způsobilo onemocnění, které je třeba řešit. ⁽²⁴⁾

Tělo přirozeně kompenzuje vše, co způsobuje vnitřní funkční přetížení. Tato kompenzace se projevuje jako symptomy a jako narušení zdraví. Symptomy jsou považovány za projevy přirozeného pokusu těla o uzdravení. Tělo je složité a přesto logické. Zobrazuje symptomy, které poskytují mapu k hlavní příčině. Například když jsou ledviny nebo játra přetíženy, je běžné, že se u člověka objeví kožní potíže. Umístění kožních problémů poskytne vodítko pro lokalizaci přetíženého orgánu. ⁽⁶⁷⁾

Existují situace, kdy fyzická manifestace příznaků a jejich odpovídající příčina naznačují přímou korelaci, jindy zase korelace není tak jasná. Často, když pacient popisuje své příznaky, použije somatické metaforu nebo verbálně a podvědomě propojí symptomy s událostmi. ⁽⁸⁾ Například pacient si vzpomene, že se mu potí dlaně a jeho srdce zrychlí vždy, když musí mluvit s určitou osobou nebo řečnit na veřejnosti. Nebo osoba spojí symptomy s určitou událostí, například „Moje bolest je horší od té doby, kdy došlo ke změně v práci.“ Primárním problémem, který je třeba řešit jsou emoce spojené s událostí, nikoliv pouze současné symptomy.

K nalezení příčiny nemoci se používají standardní i nekonvenční metody hodnocení a diagnostiky. Použité techniky vycházejí z výuky a rozsahu praxe specifické pro každý region a mohou zahrnovat: ⁽⁸⁾

- podrobnou anamnézu
- informace týkající se stravy, emočního stavu, cvičení a dalších faktorů životního stylu
- informace, které se týkají vystavení se životnímu prostředí a konkrétním environmentálním podmínkám spojených s místem, kde tato osoba žije
- přehled předchozích nehod, úrazů, lékařských zákroků, atd.
- diagnostické techniky včetně diagnostiky jazyka a pulsu, iridologie a další diagnostické metody, které odpovídají výuce v regionu. Např. praktikující v Evropě jsou obvykle školeni v iridologii. Mnoho oblastí světa do výuky zahrnuje diagnostiku jazyka a pulsu.
- fyzikální vyšetření se provádí pomocí běžných diagnostických metod

- v některých oblastech světa, jako je Severní Amerika, jsou naturopatičtí lékaři často lékaři primární péče, to zahrnuje i gynekologické vyšetření
- běžně se používají laboratorní testy, v závislosti na jurisdikci mohou zahrnovat krevní testy, analýzu moči, testování vlasů, stolice a jiných sekretů. Někteří naturopati / naturopatičtí lékaři mají vystudovanou odbornost k použití a vyhodnocení zpráv a skenů z rentgenu jako součásti hodnocení zdravotního profilu pacienta
- v závislosti na rozsahu praxe naturopata / naturopatického lékaře a jurisdikci může být požadováno postoupení pacienta buď k praktickému lékaři nebo specialistovi.

Existuje spousta podobností v tom, jak naturopatické profese zkoumají *tolle causam* a sociální determinanty zdraví.

5.3.3 Příspěvatelé k principu Léčit příčinu (*tolle causam*)

Léčit příčinu (*tolle causam*) je ústřední zásadou naturopatické praxe. Naturopaté / naturopatičtí lékaři ale i další odborníci, zkoumají příčiny onemocnění. Mezi klíčové příspěvatele z naturopatických profesí patří:

Hildegarda z Bingen (1098-1779) popisuje ve své knize „*Causae et Curae*“ obecné fungování lidského organismu jako rovnováhu vnitřních sekrecí, jejichž změna způsobuje různá onemocnění. ^(14, 39)

Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836) píše o příčinách onemocnění ve své knize *Lehrbuch der allgemeinen Heilkunde*: „Rozlišování mezi nejbližší, vzdálenou, likvidační a excitační příčinou onemocnění je komplex více než jen jedné příčiny, což je potřeba při léčení brát v úvahu.“⁽⁵⁴⁾

5.3.4 Následující teorie předcházely a podílely se na principu Léčit příčinu (*tolle causam*).

H. Benjamin (1896-1966), anglický naturopat, v roce 1936 publikoval svou práci „*Everybody's Guide to Nature Cure*“, kde stanovil zásady naturopatie, které byly pro něho nejzákladnější:

1. Podle Benjamina je nejzákladnější zásadou to, „že všechny formy onemocnění jsou způsobeny stejnou příčinou, tj. akumulací zbytkových látek a tělesných odpadů v systému, které se v těle jednotlivce kvůli špatným životním návykům usazovaly po mnoho let.“ Z toho vyplývá, že „jedinou příčinou vyléčení choroby je použití metod, které umožňují systému zbavit se těchto toxických nánosů, které brání každodennímu provozu lidského stroje.“

2. Organismus se vždy snaží dosáhnout blahobytu jednotlivce „takže příznaky všech akutních onemocnění (od nachlazení až po břišní tyfus) jsou pouze pokusy organismu o odstranění nahromaděných odpadních látek (z nichž některé jsou zděděné), které brání jeho řádnému fungování.“
3. Třetí Benjaminova teorie spočívá v tom, že „organismus může sám o sobě způsobit návrat do normálního stavu, který nazýváme zdraví, pokud se používají vhodné prostředky k usnadnění jeho výkonu.“ Přiměřené prostředky pro usnadnění obnovy organismu navržené naturopatií jsou podle Benjaminova: půst, exaktní strava, vodoléčba, fyzická a hygienická opatření pro posilování organismu obecně a psychoterapie. ⁽⁶⁸⁾

Juan Esteve Dulin napsal v roce 1958 „The Naturopathic Criterion“⁽⁶⁹⁾, kde se uvádí:

- A) Původem všech onemocnění jsou chyby v našem způsobu života.
- B) Přírodní zákony jsou skutečnými zásadními imperativy, které nelze porušit bez následků. Dýchání, pohyb, jídlo a eliminace odpadů metabolismu jsou základní aktivity naší existence. Plicní a kožní dýchání, čištění a pigmentace pokožky, pohyb a odpočinek, racionální strava a řádná eliminace, se sebekontrolou nad svými návyky a vášněmi jsou jednoznačně hlavními faktory našeho zdraví a naší dlouhověkosti.
- C) Hlavními příčinami onemocnění je nedostatečná znalost problematiky a špatné návyky.
- D) Množina funkčních nerovnováh, které zahrnujeme do termínu choroby, je vždy výrazem úsilí, které organismus činí k obraně před patogenními faktory nebo k přizpůsobení se antifyzilogickým podmínkám života.
- E) Mezi příčiny všech onemocnění nepochybně patří špatný vzduch, sedavý životní styl, fyzické nebo duševní přetížení, nedostatky nebo nadbytky, intoxikace nebo acidóza a demineralizace, zvyky, nekontrolované vášně a neřesti, vnější nákazy a nehody.
- F) Tělo se dokáže více či méně dobře bránit proti těmto patogenním faktorům, podle dědičné vitality každého z nás. Narozením si přinášíme sílu neznámé podstaty (vitální sílu), která určuje přirozenou imunitu vůči infekcím, hojení ran a léčení onemocnění.
- G) Symptomy jsou přirozenou obranou. Nemoce jsou krizí humorálního očištění, organického čištění a toxické eliminace a je to *natura mediatric*, která chrání, imunizuje a léčí.

- H) Terapeutickým posláním je pomáhat přírodě. Všechny nemoci se uzdravují vyprazdňováním, ústy, konečníkem, močovým měchýřem nebo jinými vylučovacími orgány. Potní žlázy jsou hlavní vylučovací a čistící orgán.
- I) Zkoumejte své chování jako příčinu svého zdravotního stavu.
- J) Úsilí o šíření přírodní hygieny u široké veřejnosti a zvýšení důvěry v přírodní léčbu bude vždy málo. Juan Esteve Dulin uzavírá tento text přímým odkazem na naturopatii v následujícím smyslu:

„Skutečná příčina uznání Naturopatie, v průběhu času a po celém světě, spočívá více než v jejím teoretickém základu, v přirozené aplikaci přírodních činitelů (vzduch, světlo, cvičení, odpočinek, helioterapie a hydroterapie, pěst a správně podávaná a alkalická strava s eventuální pomocí léčivých rostlin), která stačí k dosažení normalizace zdraví, zatímco je to ještě stále možné.“⁽⁶⁹⁾

Dulin dále říká: „Účinnost Naturopatie je nesporná a užívání konvenčních léčiv a operací by mělo být vyhrazeno, jak tvrdil doktor Paul Carton, pro extrémní případy, které by se v kultuře naturopatie měly vyskytovat stále vzácněji.“⁽⁷⁰⁾

5.3.5 Níže jsou uvedeny příklady modelů, které popisují princip Léčit příčinu (tolle causam).

Root Cause - 5 Whys („Kořenová příčina – 5krát proč“) byl vyvinut **Sakichim Toyodou** (1867-1930).

Hlavní příčinu či povahu problému i jeho řešení se může podařit odhalit při opakování otázky „Why? (Proč?)“ pětikrát po sobě.⁽⁷¹⁾



Obrázek 1: 5 Whys v klinické praxi (s laskavým svolením Phillipa Cottinghama)

Faktory ovlivňující zdraví a nemoc

V roce 2009 seskupila naturopatická lékařka **Iva Lloyd** ⁽⁸⁾ faktory ovlivňující zdraví a nemoci do následujících kategorií: osobní esence (spiritualita), genetika / gravidita, životní styl, sociální, environmentální, externí a fyziologické faktory a lékařské intervence.

Pojem „faktory ovlivňující zdraví a nemoc“ ukazuje, že každý faktor může buď podporovat zdraví, nebo přispívat k nemoci v závislosti na tom, do jaké míry je v souladu s konstitucí člověka, zda-li je vhodný pro jednotlivce daného věku a období jeho života, včetně dopadu životního prostředí. Mezi faktory ovlivňující zdraví a nemoci patří:

- Osobní esence
- Genetické / gestační faktory
- Životní styl
- Sociální faktory
- Faktory prostředí
- Vnější faktory
- Dopad lékařského zákroku
- Fyziologie, jelikož se týká přirozených potřeb a progresu onemocnění.



Obrázek 2: Faktory ovlivňující zdraví a nemoc (s laskavým svolením Dr. Ivy Lloyd, ND), [http://www.ndhealthfacts.org/wiki/Category:Factors That Influence Health](http://www.ndhealthfacts.org/wiki/Category:Factors_That_Influence_Health)

5.4 IV. Naturopatický princip: Léčit celého člověka (tolle totum)

5.4.1 Počátek

„Opatrný lékař... předtím, než se pokusí podat svému pacientovi léky, tak musí prozkoumat nejen chorobu, kterou chce léčit, ale také pacientovy zvyky ve zdraví a jeho fyzickou konstituci“. **Cicero** (106-43 př.n.l.) ⁽⁷²⁾

5.5 Popis

Léčit celého člověka (*tolle totum*) je holistický koncept, který uznává, že celek je víc než součet jeho částí. Každý jedinec je jedinečný svojí vnímavostí a způsobem, kterým ukazuje disharmonii a nemoc. Je to harmonické fungování všech aspektů uvnitř jedince, s ostatními a se svým prostředím, které je nezbytné pro zdraví. ⁽⁸⁾

Nemoc ovlivňuje celého člověka, ne pouze specifický orgán nebo systém. Zdraví a nemoc jsou výsledkem komplexního propojení všech aspektů člověka, jeho života a prostředí. Mentální, emocionální, funkční, strukturální a spirituální aspekty jednotlivce jsou nerozdělitelný celek, který je propojený a vzájemně závislý na rodině, komunitě a prostředí. Tento koncept je viděn v mnohých tradičních modelech zdraví jako je např. **Whare Tapa Wha** model novozélandských Maorů. Jakýkoliv vzorec disharmonie v jakémkoliv aspektu člověka rezonuje napříč všemi úrovněmi bytí.

Naturopatický přístup je zaměřen na pacienta, což se odráží ve faktu, že návštěva pacienta u naturopata trvá většinou jednu až dvě hodiny a následující konzultace mezi půl hodinou až hodinou. Delší konzultace napomáhají hlubšímu porozumění pacientovým zdravotním problémům, jejich vlivu na pacienta na všech úrovních a příčinám, které vedly k jejich rozvoji. Podstata naturopatických konzultací vyžaduje mnoho přemýšlení a analýz, aby byly pochopeny klíčové faktory a jejich vliv na pacientův stav a průvodní symptomy. ⁽²⁴⁾

Když je člověk léčen jako celek, tak zhodnocení jeho stavu musí zahrnovat všechny faktory včetně naturopatické zásady Léčit příčinu (*tolle causam*), včetně určení nutričního statusu, faktorů životního stylu, rodinné historie, genetických faktorů, mentálního a emocionálního stavu, spirituality, vlivů životního prostředí, externích faktorů, minulých zranění, nehod, zdravotních ošetření, komunity, sociálního statusu, vzdělávacích a pracovních faktorů. Léčení celého člověka obsahuje také cílení na všechny aspekty člověka, jak interně, tak externě. ^(8,24)

Konstituce člověka tvoří základ. Reprezentuje jeho přirozené tendence, jeho základní stavbu, vzhled a dispozice. Reprezentuje jeho vrozené silné a slabé stránky. Je určena již při početí, ale je ovlivňována i během života naučeným chováním, získanými zkušenostmi, dále životním stylem a prostředím člověka. Konstituce člověka indikuje jeho potenciál k uzdravení, jeho odolnost a náchylnost vůči chorobám. Naturopatická praxe je podobná východní medicíně tím, že uznává pacientovu jedinečnost a integraci všech částí, které obsahují klíč k dosažení a udržení zdraví.

Náchylnost k nemocem bývá často ovlivněna předchozími zraněními, přesvědčením a myšlenkami. Pokud člověk věří, že nemoc a nízká úroveň zdraví přichází s věkem, tak pokles ozdravného potenciálu může být odrazem jeho přesvědčení spíše než jeho aktuálního zdravotního stavu. Pokud člověk věří, že bude trpět stejnými symptomy a onemocněními jako jeho rodiče, tak je větší pravděpodobnost, že se to stane. Cílem zachování zdraví je podpora a udržování silných stránek, přizpůsobení a vybalancování těch slabých. ⁽⁸⁾

K léčení celého člověka se často odkazuje jako k spojení mysli a těla a o této problematice bylo napsáno mnoho v různých oborech. Z naturopatické perspektivy *Tolle totum* silně souvisí s naturopatickou filosofií *holismu*.

5.5.1 Doplnující koncepty / Modely, jak Léčit jako celek

V roce 2009 naturopatická lékařka **Iva Lloyd** vytvořila model „ozubeného kola“ k popisu Léčit celého člověka (*tolle totum*) – Obr. 3. Model obsahuje psychologické, funkční a strukturální aspekty člověka provázané s osobní podstatou spirituálního aspektu jedince.

Vnější ozubené kolo souvisí s individuálním vzájemným působením s kauzálními faktory nemoci – osobní podstata, genetika a těhotenství, životní styl, sociální, přírodní, externí a lékařské intervence.



Obrázek 3: Model ozubeného kola (se souhlasem lékařky Ivy Lloyd, ND)

5.6 V. Naturopatický princip: Lékař jako učitel (docere)

5.6.1 Počátek

Thomas Edison (1847 – 1931) napsal,

„Lékař budoucnosti nebude léčit lidské tělo pomocí léků, ale spíše vzbudí zájem svých pacientů o péči o lidské tělo a stravu a o příčinu a prevenci onemocnění.“⁽⁶²⁾

Henry Lindlahr (1862 – 1924) řekl, že úspěšný lékař budoucnosti bude muset více učit nežli předepisovat léky.⁽⁴²⁾

5.6.2 Popis

„*Docere*“ nebo „doctor“ pochází z latinského slova „učit.“ Role naturopata / naturopatického lékaře je vzdělávat ostatní ve faktorech, které ovlivňují zdraví a nemoc tak, aby byl každý jednotlivec informován o důsledku své volby a aby byl lépe schopen udržet si vlastní zdraví. Zdraví je ovlivněno skrze pacientovy volby v oblasti výživy, pohybu, spirituality, držení těla, hygieny, odpočinku, spánku, klidu mysli a v sociálních, pracovních a environmentálních situacích.⁽¹⁷⁾

Naturopatická konzultace se soustředí u pacienta více než na nemoc samotnou na to, proč se u pacienta objevily symptomy a neduhy a jaký je jeho vztah k nim. Naturopaté / naturopatičtí lékaři se snaží vzdělávat pacienta a podporovat ho v zodpovědnosti za své vlastní zdraví. Dokáží rozpoznat terapeutickou hodnotu spjatou se vztahem lékař vs. pacient. *Docere* zahrnuje spolupráci s pacientem a dalšími odborníky v oblasti zdravotní péče.⁽²⁴⁾

Učení potřebuje čas. Z toho plyne, že většina návštěv naturopata je delších a umožňuje tak dostatečný čas pro naturopata / naturopatického lékaře vzdělávat a učit pacienta, jak si vytvořit a udržet životní styl a jaké uskutečnit změny, aby dosáhl zdraví. Mnoho pacientů touží pochopit, proč jsou nemocní, co mohou udělat pro zlepšení situace a co musí do budoucna změnit. Je to pacientovo uvědomění a pochopení, které rozhoduje o dlouhodobém zdraví, a nikoliv úroveň znalostí naturopata/naturopatického lékaře.

5.7 VI. Naturopatický princip: Prevence nemocí a podpora zdraví

5.7.1 Počátek

Hygiene, Diaita a modus vivendi, popsané v Corpus Hippocraticum⁽⁴⁵⁾, měly hlubší smysl v rámci uzdravování a udržování zdraví. Účelem těchto zdravých životních stylů byla prevence nerovnováhy sil a podpora zdraví.

5.7.2 Popis

Naturopatičtí praktici podporují a zdůrazňují prevenci onemocnění a podporu zdraví jako jednu ze svých zásad. Podpora zdraví byla popsána jako:

„...proces umožňující lidem zvýšit kontrolu nad svým zdravím a jeho klíčovými faktory, a tím pádem zlepšit svůj celkový zdravotní stav. Je to primární funkce veřejného zdraví a přispívá ke zvládnutí přenosných a nepřenosných nemocí a dalšího ohrožení zdraví.“⁽⁷⁴⁾

Prevence nemoci a podpora zdraví zahrnuje propagaci zdravého životního stylu, analýzu rizikových faktorů, určení náchylnosti k onemocnění a zajištění vhodných léčebných zákroků. Zahrnuje také vyhodnocení faktorů životního prostředí a externích faktorů, které mohou ovlivňovat zdraví, určení vlivu sociálních vazeb a komunity na zdraví a stejně tak vlivu genetických a dědičných faktorů. Také se nesmí opomenout vliv různých léčebných zákroků v průběhu života. Životní styl je jeden z hlavních faktorů v prevenci a podpoře zdraví a také v prevenci menších zdravotních problémů, které mohou vést k vážnějším či chronickým onemocněním.⁽⁴¹⁾

Podpora zdraví a prevence nemoci musí být u každého naturopata / naturopatického lékaře na prvním místě. Jejich zodpovědností je být „proaktivní“ v udržování zdraví, spíše než být pouze „reaktivní“ v léčení nemoci. Onemocnění jsou léčena přímo, ale role naturopata / naturopatického lékaře je především zvýšit povědomí a poučit každého pacienta o změnách nutných k řešení jejich příznaků a onemocnění. Cílem je prevence nebo zpomalení progresu nemoci a zamezení nežádoucím vedlejším účinkům konvenční léčby.⁽⁷⁵⁻⁸⁰⁾

Prevence nemoci a podpora zdraví je kontinuální proces ⁽⁸¹⁾ :

- začíná při početí a pokračuje celý život;
- je udržován díky homeostatickým mechanismům těla;
- zahrnuje všechny aspekty člověka – jeho životní styl, emocionální a mentální zdraví, rodinu, komunitu; a také bere v potaz prostředí, kde člověk žije a také jak žít v souladu s přírodou.

5.7.3 Hlavní přispěvatelé k principu Prevence nemoci a podpory zdraví

Níže zmínění jsou prvními naturopaty, kteří propagovali koncept prevence nemoci a podpory zdraví a kteří zajistili, aby tento koncept získal své oprávněné místo v naturopatické praxi.

Adolf Just (1859-1936) hovořil o tom, že zachování zdraví je důležitější než léčba nemoci. O prevenci mluvil jako o udržování zdraví. Jeden z jeho výroků zní:

„Všechna pozornost směřuje ke zdraví, nikoliv k nemoci.“ ⁽³⁰⁾

Henry Lindahr (1862-1924) byl naturopat, který komentoval fakt, že lidé si začínají uvědomovat, že je jednodušší a výhodnější zajistit prevenci nemoci než ji léčit. ⁽⁸²⁾

5.8 VII. Naturopatický princip: Wellbeing

5.8.1 Počátek

Princip Wellbeing byl přidán jako další z principů mnoha naturopatickými vzdělávacími institucemi včetně Wellpark College na Novém Zélandě ⁽⁵²⁾ a Bastyr University v USA. ⁽⁸³⁾

5.8.2 Popis

Anglické slovo *wellbeing*, které popisuje sedmý naturopatický princip Wellbeing je tvořeno dvěma slovy „well“ = dobře a „being“ = bytí. Koncept „dobrého bytí“ indikuje, že se nejedná pouze o fyzickém zdraví, ale zahrnuje také psychologické a spirituální zdraví, které tvoří wellbeing kompletním. ⁽⁸⁴⁾

Ačkoli se kritéria pro „dobré bytí“ liší, tak mezi zahrnuté koncepty patří vášeň a láska k tomu, co denně děláme, finanční jistota, fyzická vitalita, pocit hrlosti při přispívání své komunitě, kvalita vztahů a další. Jako součást naturopatické konzultace, převážně první návštěvy, je vhodné se zeptat pacienta, jak byl vychováván a jak definuje blahobyt. Je to právě pacientovo vnímání „wellbeing“ či „dobrého bytí“, které je nejdůležitější. ⁽²⁴⁾

Stav dobré nálady a zdraví následuje po vytvoření a udržení pacientova optimálního zdraví a rovnováhy. Je to stav dobrého zdraví charakterizovaný pozitivními emocemi, myšlenkami a jednáním. Tento stav je vlastní každému, bez ohledu na onemocnění. Pokud je stav dobrého zdraví a nálady jednotlivcem rozpoznán a zažit, tak se uzdraví rychleji než přímo samotnou léčbou.

Existuje obrovské množství průzkumů, které spojují stav duševní pohody s celkovým a fyzickým zdravím.

5.8.3 Příspěvatelé k principu *Wellbeing*

Následující jednotlivci přispěli je konceptu *Wellbeing* a jeho důležitosti pro celkové zdraví:

Joseph Campbell (1904-1987) americký mytolog, spisovatel a lector, známý nejvíce pro svou mytologickou a náboženskou práci, uvedl:

„Pokud následuješ svou blaženost, tak ses vydal na cestu,
která tu byla po celou dobu a čekala na tebe, a žiješ život,
který bys měl žít.“⁽⁸⁵⁾

Diener, Suh, Lucas a Smith (1999) – Pozitiva a negativa mají obrovský vliv na samotné zdraví. Diskuse na toto téma odkazují na zmapování pozitivních a negativních komponentů subjektivního wellbeing. Pozitivní vlivy (a odpovídající negativní v závorce) zahrnují: radost (vinu a stud), euforii (smutek), hrdost (úzkost a obavy/zlost), náklonost (stres), štěstí (depresi) a extázi (závist). I když se mohou vyskytnout otázky ohledně platnosti některých vlivů, tak vznikly z dlouhé historie studia subjektivního wellbeing a jsou všeobecně uznávanými koncepty. Stojí za to zvážit, jak moc jsou tyto vlivy spojené s kvalitou našich vztahů. Určitá korelace by se dala najít u většiny z nich.⁽⁸⁶⁾

Massimini & Fave (2000) – *Wellbeing* je také charakterizováno jako: hluboký smysl zapojení a soustředění se na svůj účel nebo cíl; vnitřní motivace, která přesahuje možné rozptýlení a zpochybňování, kdy má člověk schopnost vyrovnat se s výzvami a splnit daný cíl.⁽⁸⁷⁾

6 Naturopatické teorie

Naturopatie / naturopatická medicína je ve své podstatě založená na filosofii *vitalismu* a *holismu* a na sedmi naturopatických principech.

Od samého počátku hledali ti, kteří se starali o zdraví druhých, teorie a pravidla, která řídí uzdravování a pomáhají pochopit podstatu zdraví a nemoci. Naturopatická praxe vždy byla a bude stavěna kolem filosofii, zásad a teorií. Například v roce 1970 **Marchesseau** a **Jauvais** popsali 24 zásad. Jejich přehled najdete na straně 70.

Od 80. let bylo odvedeno velké množství práce na sjednocení a stanovení naturopatických zákonů, teorií a zásad, které byly do té doby popsány. Podle celosvětového průzkumu Světové naturopatické federace z roku 2016 na naturopatických vzdělávacích institucích byly následující naturopatické teorie po celém světě označeny jako běžné pro naturopatickou praxi. ⁽²⁾

Vyučované naturopatické filozofie a teorie

- I. Vitální síla a teorie vitality
- II. Integrace jedince
- III. Naturopatické léčby – detoxikace, revitalizace, stabilizace, regenerace
- IV. Význam horečky
- V. Terapeutický postup
- VI. Naturopatická triáda zdraví
- VII. Jednota onemocnění
- VIII. Heringův zákon léčby
- IX. Teorie toxémie
- X. Teorie vylučování
- XI. Humorální teorie

Cílem nastínění naturopatických filosofii, zásad a teorií je vyhnout se překrývání jednotlivých částí a ujasnit vhodné zařazení klíčových konceptů. Např. Integrace jedince a Naturopatická triáda zdraví jsou propojeny v naturopatickém principu Léčit celého člověka (*tolle totum*).

Některé naturopatické teorie jsou koncepty užívané napříč naturopatickou praxí, jako je Humorální teorie. Další naturopatické teorie, jako je Jednota onemocnění a Teorie toxémie, jsou koncepty, které byly zařazeny do naturopatického principu Léčit příčinu (*tolle causam*). Zbývající naturopatické teorie – Naturopatické léčby, Význam horečky, Terapeutický postup, Heringův zákon léčby a Teorie vylučování jsou užívány jako průvodce naturopatickou léčbou.

6.1 I. Naturopatická teorie: Vitální síla

Vitální síla a Teorie vitality jsou zahrnuty do naturopatické filosofie *vitalismu* a filosofie *Léčivé síly přírody* (*vis medicatrix naturae*). Podrobnější informace viz dané kapitoly.

6.2 II. Naturopatická teorie: Integrace jednotlivce

Integrace jednotlivce je považována za naturopatický princip *Léčit celého člověka*. Podrobnější informace viz daná kapitola.

6.3 III. Naturopatická teorie: Naturopatické léčby

6.3.1 Počátek

V roce 1980 španělský naturopat, **José Oriol Ávila Montesó** ⁽⁸⁸⁾ publikoval práci: „Jak funguje naturopatie“, ve které ustanovil následující principy známé dnes jako *Naturopatické léčby*.

6.3.2 Popis

Naturopatické léčby zahrnují terapeutický přístup obsahující detoxikaci, revitalizaci, stabilizaci a regeneraci jak fyzického, tak mentálního aspektu každého pacienta jako součást každého setkání s pacientem.

Při jakékoli terapeutické technice je nezbytné mít na mysli, že léčíte člověka a ne nemoc, a tím pádem je nezbytné u každého nemocného člověka klást důraz na vyšetření a celostní léčbu.

Vhledem k vzájemnému vztahu těla a mysli je nezbytné pracovat na obou úrovních: fyzické i mentální. Ve všech ohledech je během terapeutické konzultace potřeba se zaměřit na fyzickou i psychickou stránku pacienta jako součást vybalancovaného fungování lidského organismu. Aby toto bylo možné, je třeba podniknout následující kroky:

1. Prozkoumat a eliminovat škodlivé návyky
 - a. Fyzické příčiny mohou zahrnovat: kouření, konzumaci alkoholu, kolových nápojů, stimulantů, kávy, drog, pečiva a bílého cukru, nedostatek fyzické aktivity, špatné držení těla, atd.
 - b. Psychické důvody mohou zahrnovat: nervozitu a psychické napětí, přehnané ambice, spěch, negativní pocity, atd.

2. Detoxikace

- a. Léčba užívaná při detoxikaci může zahrnovat půst, trofoterapii, léčbu ovocem, geoterapii, fytoterapii, koupele, klystýry, cvičení, okysličení, vývary, atd.
- b. Mentální detoxikace může zahrnovat vhodnou četbu, meditaci, autosugesci, skupinovou terapii atd.

3. Revitalizace

- a. Fyzická terapie užívaná k revitalizaci pacienta zahrnuje práci s tělem, jako jsou masáže, sport, opalování a koupele, fytoterapii, konzumaci čerstvého a sušeného ovoce, salátů, vitaminové suplementy, akupunkturu atd.
- b. Psychická terapie užívaná k revitalizaci zahrnuje jógu, motivaci k osobní kreativitě, hudební terapii, koníčky, umění, sociální práci atd.

4. Stabilizace

- a. Fyzická terapie užívaná ke stabilizaci pacientova zdraví zahrnuje vhodný stravovací režim, odpovídající hydrataci, správné držení těla, dýchání, cvičení, lymfatickou drenáž, atd.
- b. Psychická terapie užívaná ke stabilizaci pacientova zdraví zahrnuje mindfulness, pozitivní postoj sama k sobě, afirmace atd.

5. Regenerace

- a. Fyzické terapie užívané k regeneraci pacienta zahrnují užívání léčivých bylin, homeopatik, tkáňových solí, suplementů atd.
- b. Psychické terapie užívané k regeneraci pacienta a zvýšení pacientovy odolnosti zahrnují kognitivně-behaviorální terapii, meditaci a poradenství.

I když je vhodné následovat výše zmíněné pořadí, tak se tato stádia mohou v mnoha případech překrývat. Avšak je důležité je rozlišovat, aby mohla být správně aplikována.

6.4 IV. Naturopatická teorie: Význam horečky

6.4.1 Počátek

Před více než 2 tis. lety Hippokrates prohlásil: „Horečka je strojem Přírody, který si přináší na bitevní pole, aby odstranila svého nepřítele.“⁽⁸⁹⁾

6.4.2 Popis

Horečku chápeme jako znamení pracujícího těla, které se léčí a zabíjí patogeny. Všechny akutní nemoci jsou znamením vrozené schopnosti těla léčit a čistit se. Cílem je podpořit tento proces, nikoliv potlačit, pokud člověku neubližuje.

V naturopatii je horečka obecně podporována a občas stimulována, pokud víme, že příčinou onemocnění je patogen. Cílem léčení je pomoci pacientovi, aby horečkou mohl patogeny přirozeně zničit. Horečka, hlavně u dětí, se monitoruje, abychom si byli jistí, že je zvládnutelná. Není potlačována, ale může být snížena, pokud je příliš vysoká na to, aby ji pacient zvládnul.

6.4.3 Hlavní přispěvatelé k Teorii o významu horečky

Odehrálo se již mnoho debat a diskuzí ohledně role horečky ve zdraví a nemoci.⁽⁹⁰⁾ Níže jsou uvedeny příklady lékařů, kteří propagovali koncept terapeutického použití horečky.

Thomas Sydenham (1624-1689) byl anglickým lékařem a autorem publikace „*Observationes Medicae*“, která byla po dvě století učebnicí medicíny. Proto se mu začalo přezdívat „Anglický Hippokrates“. Byl zjevně Hippokratem velmi ovlivněn a o horečce napsal:

„Horečka je nástrojem přírody.“⁽⁴⁶⁾

Herbert M. Shelton (1895-1985), americký naturopat o horečce řekl:

„Samotná horečka je nezbytnou součástí akutního procesu, je užitečná a konstruktivní... Přítomnost horečky je znakem jednak vracejícího se zdraví, druhak důkazem, že tělo má stále dostatek vitální síly, aby zvládlo těžký boj proti nepřátelům života.“⁽⁹¹⁾

6.5 V. Naturopatická teorie: Terapeutický postup

6.5.1 Počátek

Terapeutický postup byl navržen jako naturopatická teorie **Jaredem L. Zeffem** společně **Pamelou Snider** v roce 1977. V roce 1998 spolupracovali s AANMC (Americká asociace naturopatických lékařských škol) školami na vývoji této teorie. V článku od Zeffa, Snidera a Stephena M. Myerse, byl Terapeutický postup popsán v detailech jako hierarchie léčení.⁽⁴¹⁾

6.5.2 Popis

Terapeutický postup je přirozená hierarchie terapeutických zákroků založená na pozorování povahy procesu uzdravení, a to od antických dob až po současnost. Sleduje přirozenou posloupnost metod naturopatické medicíny a jejich aplikaci.

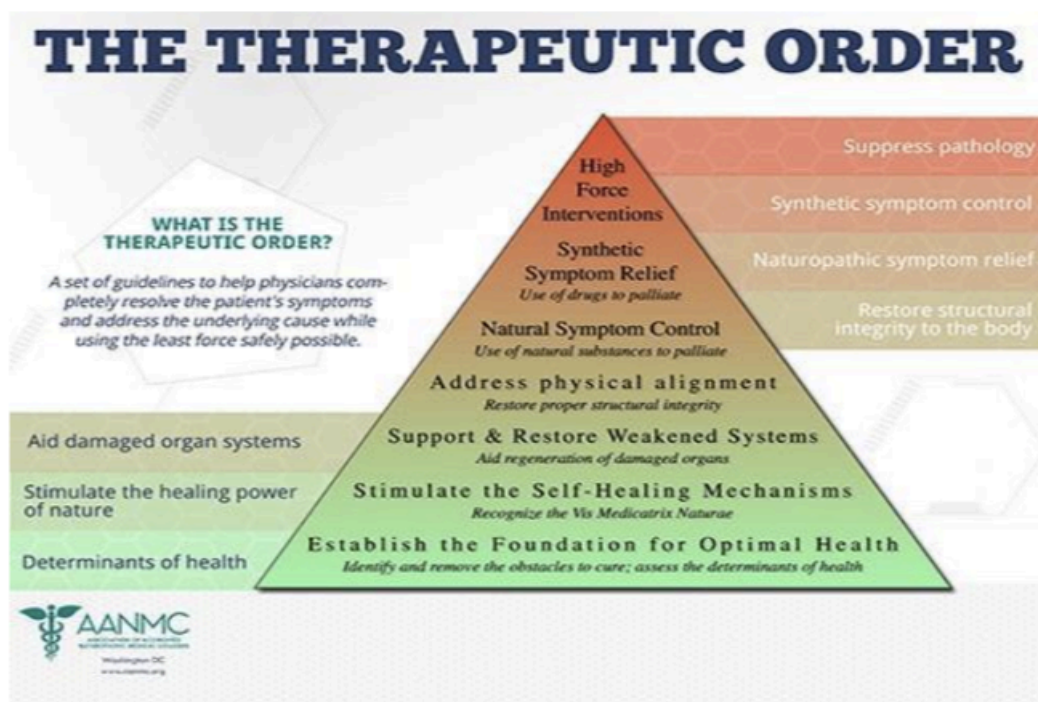
Základem naturopatického terapeutického postupu je to, že tělo samo přirozeně ovládá svoje léčení za použití té nejmenší možné síly. Terapeutický postup je přirozené pořadí, ve kterém by měly být aplikovány naturopatické terapie, aby poskytly co největší přínos s co nejmenším potenciálem ublížení.

Podle Terapeutického postupu je nejlepší doporučit průběh léčby v následujícím pořadí.

1. Odstranit překážky zdraví – např. špatná strava, málo spánku, zažívací problémy, chronický stres, spirituální disharmonie atd.
2. Stimulovat Vis či přirozenou schopnost těla uzdravit se s využitím terapií jako je výživa, hydroterapie, homeopatie a akupunktura.
3. Posilovat oslabené systémy, tkáně a orgány s využitím bylinných přípravků, doplňků stravy, homeopatie a dalších přírodních terapií. V této fázi je cílem posílení imunitního systému, snížení toxicity, normalizace zánětlivých funkcí, optimalizace metabolických funkcí, vyrovnaní regulačních systémů, zlepšení regenerace, harmonizace životní síly a další.
4. Nápravit strukturální integritu s využitím naturopatické manipulace, zlepšení držení těla, cvičení a další.
5. Použít přírodní látky k obnově organismu a regeneraci dle potřeby.
6. Použít farmakologické látky k zastavení progresivní patologie, pokud je potřeba.
7. Použít nebo postoupit pacienta ke specialistovi pro aplikaci invazivních metod jako jsou operace, radiace, chemoterapie atd., pokud je to nutné. Využít podpůrných terapií ke snížení vedlejších účinků a podpoře zotavení.

6.5.3 Výhody konceptu Terapeutického postupu

Americká asociace naturopatických lékařských škol (AANMC) znázornila Terapeutický postup v následujícím grafu:



Obrázek 4: Terapeutický postup

6.6 VI. Naturopatická teorie: Naturopatická triáda zdraví

Naturopatická triáda zdraví se zaměřuje na mysl, tělo a ducha. Tato teorie je součástí naturopatického principu *Léčit celého člověka*.

6.7 VII. Naturopatická teorie: Jednota onemocnění

Jednota onemocnění je teorie popsaná **Henrym Lindlahrem** v jeho knize z roku 1922 „*Nature Cure: Philosophy and Practice Based on the Unity of Disease and Cure*.“ (Přírodní léčba: Filosofie a praxe založená na jednotě onemocnění a léčby.) Ve své knize Lindlahr uvádí, že všechna onemocnění, kromě těch způsobených nehodami, mohou být zpětně vysledována ke třem primárním projevům - snížené vitalitě, abnormální kompozici krve a lymfy a akumulaci odpadního materiálu a jedů v těle. ⁽⁴²⁾ Koncept Jednota onemocnění je zahrnut v zásadě *Léčit příčinu (tolle causum)*.

6.8 VIII. Naturopatická Teorie: Heringův zákon léčby

6.8.1 Počátek

Teorie Heringova zákonu léčby je druhým zákonem léčby v *homeopatii*. Tím prvním je *Similia similibus curantur*, neboli „podobné se léčí podobným“. ⁽²⁷⁾

6.8.2 Popis

Heringův zákon dostředivé evoluce ⁽⁹²⁾ tvrdí, že opravdová nemoc se vždy vyvíjí z periferních částí do středu, z vnějšího do vnitřního prostředí, ze spodní oblasti vzhůru. Heringův zákon také ukazuje směr léčby, která probíhá v opačném směru následujícím způsobem:

- Léčba musí probíhat ze středu do periferních částí.
- Ze zhora dolů.
- Z nitra ven.
- Z více důležitých do méně důležitých orgánů.
- Z hlavy do rukou a nohou.

Tato teorie věří, že symptomy, které následují tuto cestu trvale odejdou. To znamená, že symptomy, které mizí v opačném pořadí, než přišly, tak zmizí navždy.

6.9 IX. Naturopatická teorie: Teorie toxemie

6.9.1 Počátek

Teorie toxemie byla vyjádřena **Dr. Johnem Henry Tildenem** (1851-1940), americkým naturopatem. Tilden rozpoznal roli stresu ve vzniku zdravotních problémů dávno předtím, než byla tato myšlenka akceptována. Všimnul si, že zdraví je zasaženo, když je nervová energie rozptýlena a tělo není dostatečně schopné zbavovat se toxických produktů metabolismu.⁽⁶³⁾

6.9.2 Popis

Tilden se domníval, že jediným skrytým důvodem zhoršení zdraví je vnitřní intoxikace těla, neboli toxémie. Podle něj je každé onemocnění úsilím přírody eliminovat toxémii nebo toxemickou krizi. Nervózní energie se může stát toxickou kvůli konzumaci nevhodného jídla, přejídání se, užíváním stimulantů jako jsou káva a alkohol a také kvůli dalším zdrojům stresu, jako je mentální a emoční napětí.⁽⁶³⁾

Vyvinul model Sedm stádií ztráty zdraví ⁽⁶³⁾ z fyziologického pohledu. Jeho koncept sloužil jako startovací bod pro vypracování pozdějších modelů naturopatické intervence. Tilden definoval stadia následovně:

1. **Vyčerpání:** nedostatek nervové energie = vitální síly
2. **Toxémie:** snížená eliminace toxinů produkovaných vlastním metabolismem, přijatá strava, absorbce střevními bakteriemi, chemikálie ve stravě, vzduch, voda, léky
3. **Podráždění:** způsobené tlakem zadržované vody, nedostatkem kyslíku a výživy, buňky začínají rozesílat známky bolesti, podráždění tkání
4. **Zánět:** způsobený stagnací a toxiny
5. **Tvorba vředů:** degenerace buněk a tkání, často otevřené skrz kůži
6. **Zatvrdlina:** tkáně se chrání ztvrdnutím a zapouzdřením
7. **Plíseň:** paraziti, rakovinotvorné bujení

6.10 X. Naturopatická teorie: Teorie vylučování

6.10.1 Počátek

Teorie vylučování naznačuje, že za účelem nastartování zdraví musí být nedřívě odstraněny z těla uložené toxické látky stimulováním vylučovacích cest. Myšlenka, že toxiny v těle jsou příčinou onemocnění, byla posílena pracemi *Christopha Wilhelma Hufelanda* ⁽⁹³⁾, *Samuela Thomsona* ⁽⁹⁴⁾, *Johanna Schrotheho* ⁽⁹⁵⁾, *Vincenta Priessnitze*, ⁽⁹⁶⁾ *Louise Kuhneho* ⁽⁹⁷⁾, *Johna Henryho Tildena* ⁽⁶³⁾ a Nadací Naturopathic Medicine Project⁽⁹⁸⁾ (viz v sekci přispěvatelé).

6.10.2 Popis

Teorie vylučování uvádí, že správné vylučování a odstranění toxinů je pro celkové zdraví nezbytné. Odstranění toxinů je často zejména u chronických onemocnění prvním nutným zaměřením léčby. Eliminace toxinů napomáhá vitalitě a jejím důsledkům; nedostatek eliminace blokuje vitalitu nebo vitální sílu.

Mezi primární vylučovací cesty patří plíce (dech), ledviny (moč), střeva (stolice), kůže (pocení), menstruace / ejakulace a hlas (mluvení)⁽⁸⁾. Sekundární vylučovací cesty zahrnují všechny další způsoby, kterými tělo vylučuje toxiny - nosní výtok, oční výtok, kožní vyrážky atd.

Součástí naturopatického hodnocení zdravotního stavu je určení účinnosti vylučovacích cest. Čistá, zdravá strava a dostatečné množství vody jsou zásadní, ale léčba musí také aktivovat a normalizovat vylučovací funkce při naturopatické aplikaci výživných potravin, hydratace, bylin, vodoléčby, tkáňových solí, baňkování, péče o pleť, lymfodrenáže atd. Organismus využije eliminační cesty nebo vylučovací orgány, které jsou nejdostupnější, a tento systém je používán i v naturopatické praxi. Například vždy použijeme alespoň dva vylučovací orgány, pokožku a nějaký další (plíce, ledviny, tlusté střevo).

6.10.3 *Příspěvatelé k Teorii vylučování*

O důležitosti eliminace toxinů se diskutuje už po staletí. Níže je uvedeno několik praktiků, kteří zdůrazňovali důležitost eliminace toxinů a kteří přispěli k Teorii vylučování:

Prieto (1927-1994) - *Princip selektivní eliminace*. Všechny škodlivé látky, které jsou zavedeny do živého prostředí, jsou neutralizovány a eliminovány cestami a takovým způsobem, aby došlo k minimálnímu opotřebení těla. ⁽⁹³⁾

Hufeland (1762-1836) ve své knize „*Lehrbuch der Allgemeinen Heilkunde*“⁽⁵⁴⁾ píše o vylučovacích orgánech - střevech, kůži, sliznici, ledvinách a plicích - tak, že zajištění vylučování těmito orgány je jednou z nejdůležitějších částí praktické medicíny.

Samuel Thomson (1769-1843) byl americký botanik. Popsal následující teorie o eliminačních orgánech a toxinech: detoxikace a eliminace jako jedna důležitá cesta zdraví; využití rostlin a koupelí k detoxikaci skrze eliminační orgány. ⁽⁹⁴⁾

Johann Schroth (1798-1856), rakouský naturopat, otevřel sanatoria v Lindewiese a Gräfenberg jako jedna z prvních terapeutických center s detoxikačními kúrami s bylinami, výživou a celotělovými zábaly, které jsou známé dodnes. ⁽⁹⁵⁾

Vincent Priessnitz (1799-1851) byl rakouský farmář a naturopat. Uvedl, že všechna onemocnění, která nejsou způsobena úrazem, pocházejí z cizích látek nebo špatných nálad, a dále prohlásil: žádná účinná léčba nemůže být provedena bez vyloučení patologických látek z těla. Hlavní vyloučení podle něj probíhá skrz kůži pomocí použití hydroterapie. Další teorie Priessnitze spočívala v tom, že pokožka, která pokrývá naše tělo, je jedním z nejdůležitějších orgánů (vylučovacích orgánů), jehož normální činnost je nezbytná pro udržení nebo obnovu zdraví. ⁽⁹⁶⁾

Louis Kuhne (1835-1901), německý naturopat, prohlásil, že každá nemoc je způsobena toxiny, které nejsou vyloučeny. ⁽⁹⁹⁾

John Henry Tilden (1851-1940) byl americký lékař známý jako propagátor toxémie. Uvedl, že onemocnění jsou způsobena toxiny v krvi. Podle jeho názoru je každá nemoc snahou přírody o vyloučení toxinů skrze vylučovací orgány. ⁽⁶³⁾

6.11 XI. Naturopatická Teorie: Humorální teorie

Humorální teorie byla nedílnou součástí počátku naturopatie. Vysvětluje elementární teorii o lidském těle. Humorální teorie je koncept, který zahrnuje všechny aspekty naturopatické terapeutické konzultace - včetně vyhodnocení, diagnózy a léčby. ⁽¹⁰⁰⁾

6.11.1 Počátek

Humorální teorie byla identifikována a vytvořena rannými filozofy. **Empedoklés** (495-435 př.n.l.), řecký filozof, byl prvním, kdo definoval všechny přírodní jevy podle čtyř prvků - vzduch, oheň, země a voda. ⁽¹⁰¹⁾

V „*Corpus Hippocraticum*“ ⁽³⁶⁾ skupina studentů a spisovatelů kolem **Hippokrata** (460-377 př.n.l.) propojila prvky v makrokosmu s tělesnými tekutinami uvnitř mikrokosmu, kde každý prvek odpovídá tělesné tekutině a každá tekutina odpovídá specifickému orgánu.

V letech 130-200 n.l. **Galén z Pergamonu**, známý jako **Galén**, řecký lékař a následovník Sokrata, Platona a Hippokrata, spojil 4 prvky humoralismu se 4 temperamenty jednotlivců. Také představil prvek Éter, který integroval vitální sílu do pochopení lidského těla. ⁽³⁸⁾

Koncem 18. stol. německý lékař a humorální terapeut **Christoph Wilhelm Hufeland** (1762-1836) dále rozvinul teorii čtyř elementů, čtyř temperamentů a čtyř humorů od Hippokrata, Galéna a Hildegardy z Bingen a doplnil teorii citlivosti / podrážděnosti a vlastnosti při aplikaci na lidské zdraví. ⁽⁵³⁾

6.11.2 Popis

Empedoklés (495-435 př.n.l.) byl řeckým filozofem. Vysvětlil, že příroda, vesmír a obloha jsou složeny ze čtyř elementů - vzduchu, ohně, vody a země. Když jsou všechny čtyři elementy v rovnováze, vidíme přírodu, lidstvo a vesmír ve zdraví. Popsal teorie o příčině, vnímání, myšlení, stejně jako vysvětlení globálních jevů a biologických procesů - první přístupy naturopatického myšlení. ⁽¹⁰¹⁾

Spis „*Corpus Hippocraticum*“ ⁽³⁶⁾ propojil filozofii čtyř prvků se čtyřmi tělesnými tekutinami označovanými jako humory: prvek vzduchu byl spojen s krví; oheň byl považován za žlutou žluč; země byla považována za černou žluč a voda jako prvek hlenu. Dále bylo vysvětleno, že každá ze čtyř tekutin má svůj původ v určitém orgánu: krev patří k srdci; žlutá žluč k játrům; černá žluč ke slezině a hlen k mozku. Tekutina každého člověka se pak vztahuje k dalším organickým systémům a koncepcím zdraví a nemoci:

1. **Krev:** srdce, krevní oběh, žilní poruchy, anémie, kardiovaskulární onemocnění, dýchací trakt.
2. **Žlutá žluč:** játra, žlučník, svalová a kosterní soustava, záněty, zvýšená kyselost, podráždění kůže a sliznic.
3. **Černá žluč:** slezina, nervový systém, degenerace, náchylnost k suchosti a tvrdosti, kameny, intoxikace.
4. **Hlen:** mozek, trávicí systém, lymfatický systém, imunitní systém, ledviny, zadržování vody, stagnace lymfy.

Spis popisuje, že léčba určitých tělesných tekutin nebo kapalin souvisí s jejich původem, organickými systémy a náchylností a musí zahrnovat léčbu organického systému a souvisejících konceptů.

Filosofové dále vysvětlovali, že každý ze čtyř humorů má určité vlastnosti:

- krev je mokrá a teplá
- žlutá žluč je teplá a suchá
- černá žluč je suchá a studená
- hlen je studený a mokrý.

Každý ze čtyř humorů je také spojen s určitým ročním obdobím. Během daného ročního období je vždy aktivnější odpovídající humor:

- krev je aktivní na jaře
- žlutá žluč v létě
- černá žluč na podzim
- hlen v zimě.

Podle **Galéna** ⁽³⁸⁾ mohou být jednotlivci zařazeni do čtyř hlavních skupin – čtyř temperamentů: sangvinik, cholerik, melancholik a flegmatik. Galén propojil fyzické funkce s emocionálními charakteristikami a také popsal pátý prvek jako „Pneuma“ (éter), který propojuje ducha, životní sílu a duši člověka. Po zasazení duše do celku a popsání temperamentů člověka se tento koncept stal *holistickým systémem* těla a mysli.

Každá ze 4 tekutin je spojena s určitým temperamentem:

- krev - sangvinik
- žlutá žluč - cholerik
- černá žluč - melancholik
- hlen - flegmatik.

Tyto korelace (viz obrázek „Galénova tabulka“ níže) pomáhají porozumět vzájemným vztahům funkcí a charakteristik každé osoby, poskytují vodítko ke vztahu mezi symptomy a příčinou onemocnění a pomáhají stanovit vhodný lék nebo léčebný přístup.

Krev je také známá jako sídlo *životní síly*, protože zahrnuje všechny čtyři humory v určitém poměru. Humorální teorie popisující tělesné funkce, stavy a patologické mechanismy byla dominantním pojetím v chápání zdraví a léčbě onemocnění až do doby vzniku buněčné patologie v 19. století.

Vyvážené složení těchto tekutin se nazývá „eukrazie“ nebo homeostáza. Situace, kdy je jeden humorální aspekt v nadbytku nebo nedostatku, se nazývá dyskrazie

nebo heterostáza. V závislosti na stavu eukrazie nebo dyskrazie je výsledkem buď zdraví nebo nemoc. Podle této teorie jsou zdravotní stav a přirozené příčiny onemocnění založeny na rovnováze nebo nerovnováze následujících přírodních sil v člověku: 4 prvky, 4 tělesné tekutiny (humory), síla nebo nedostatek *životní síly*. Zdraví je obnoveno vyrovnaváním přirozených tendencí těla, to znamená aktivací *vis medicatrix naturae*. Úkolem lékaře je podporovat přirozené léčebné schopnosti těla. Jedním z hlavních výroků v té době bylo: „*Medicus curat, natura sanat*“⁽¹⁰²⁾.

Hippokrates byl mistrem v detailním pozorování nemocných jedinců za účelem získání jasného obrazu o příčině a zejména prognóze celého procesu. Dnes bychom to nazvali „*naturopatickým vyhodnocením*“. Začleňoval způsob života (*modus vivendi*), životní prostředí, klima, bydliště, vodu, věk a stravu nemocného, aby ovlivnil kvalitu a směs čtyř tělesných tekutin a přivedl tělo do „eukrazie“. Dával taková doporučení pro obnovu zdraví, která respektují všechny výše uvedené faktory. Bylinná medicína a vodoléčba byly také uvedeny ve spisu „*Corpus Hippocraticum*“ jako způsoby dosažení těchto cílů⁽¹⁰²⁾.

Ve svém ústředním díle „*Metodi medendi*“ **Galén** uvádí, že všechny jevy v přírodě a v člověku mají konkrétní účel. Ve starověku a ve středověku byla tato doktrína nedílnou součástí léčby nemocných. Dokonce i **Albrecht Dürer** v roce 1526 znázornil ve své malbě „čtyři apoštoly“ jako čtyři temperamenty. V té době byla medicína propojením umění, filosofie, vědy a technologie. Aplikace přírodních metod respektováním individuálních stavů a přírodních zákonů k obnově zdraví byla ve zdravotnictví běžným modelem myšlení. Galén představil první systematické vyšetření pomocí diagnostických technik a jako první popsal specifické vlastnosti pulzu. Pulz je přímým odrazem životní síly, která odráží směs 4 tělesných tekutin a rovnováhu lidských funkcí a energií.⁽¹⁰³⁾

Galén také popsal 4 kvality - horkou, vlhkou, studenou a suchou. Tyto kvality hrají důležitou roli při charakterizování stavu člověka. Jakákoli nerovnováha má svou příčinu(y). Stejně kvality mohou být použity k popisu rostlin, potravin, bylin a jiných naturopatických léků nebo léčby. Kvality se odrážejí v celém těle a jsou zrcadleny v pulzu, tváři, tělesných funkcích, symptomech a onemocněních. Posouzením kvalit u pacienta je praktik schopen zvolit správný lék a léčbu.⁽³⁸⁾

Níže uvedená tabulka znázorňuje vztah mezi elementy a kvalitami a jak souvisí s různými aspekty zdraví a života.

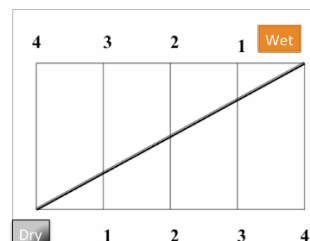
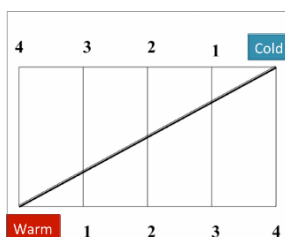
Antique – 4 humors theory – Humorism and it's assignments

- ✧ 4 organs as the source of the 4 body liquids
- ✧ 4 main qualities which describe the liquids
- ✧ 4 seasons

Galen's chart of assignments										
Element	Fluid	Qualities	Temperaments	Colour	Taste	Organ	Season	Age	Fever	Gender
Air	Blood	warm & wet	Sanguine	Red	Sweet	Heart	Spring	Youth	Continuous fever	(none)
Fire	Yellow bile	warm & dry	Choleric	Yellow	Bitter	Liver	Summer	Young man	Tertiana - every 3 rd day	male
Earth	Black bile	cold & dry	Melancholic	Black	Spicy & sour	Spleen	Fall	Old man	Quartana - every 4 th day	(none)
Water	Phlegm	cold & wet	Phlegmatic	White	Salty	Brain	Winter	Very old man	Quotidiana - every day	female

Obrázek 5: Tabulka humorálních teorií

Kvality v humoralismu, jak jsou popsány **Galénem**, jsou užitečné při naturopatické diagnostice a léčbě v mnoha oblastech světa. Existují 4 hlavní kvality: teplá, mokrá, suchá, studená ve 4 různých stupních 1 - 4:



Obrázek 6: 4 stupně 4 hlavních kvalit (s laskavým svolením Tiny Hausser)

Pokud má potravina nebo bylina kvalitu s účinkem ve stupni 4, je tento účinek silný a protikladná kvalita není přítomna. Pokud je v stupni 1, je účinek mírněn stálou přítomností opačné kvality. Kvality mají různé účinky na tělesné funkce, tkáně, orgány a tekutiny:

- **Teplá:** rozpouštění, zahřátí až do rozpálení (ve stupni 4), urychlení, aktivace, dynamizace, konzumace, ve stupni 1-2 zvlhčování, ve stupni 3-4 vysychání.
- **Studená:** zhutňování, ochlazování, zpomalování, redukce, hromadění, tvrdnutí, tuhnutí, vysoušení.
- **Suchá:** vysoušení, aktivace pohybů tekutin, odvod, tvrdnutí, rozdělování, strukturování

- **Vlhká:** zvlhčování, změkčování, vyživování, uklidňování, relaxace, snižování aktivní energie.

Při použití humorální teorie je cílem naturopatické léčby zvolit přístup k léčbě, který přivede jedince zpět do eukratického nebo homeostatického stavu. ⁽¹⁰²⁾

6.11.3 Příspěvatelé Humorální teorie

Humorální teorie byla a stále je používána jako ústřední teorie naturopatických praktiků, zejména v Evropě. Mezi hlavní příspěvatele k této teorii patří:

Hildegarda z Bingen (1098 - 1179). Převzala humorální teorii pro léčbu výživou a bylinami, zejména při detoxikaci těla a mysli. Tyto koncepty popisuje ve své knize „*Causae et Curae*“ ⁽³⁹⁾.

Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836) přidal k humorální teorii teorii „Citlivosti“ a „Podrážděnosti“. Domníval se, že pochopení nervového systému je základem pro určení příčiny onemocnění a pro výběr správného podnětu k léčbě osoby. Termín „citlivost“ byl použit k popisu příjmu a schopnosti nervového systému přijímat podněty zvenčí. „Podrážděnost“ související s reakcemi na stimuly uvnitř těla a schopností svalového systému reagovat na podnět. Obě síly, přijímání a reakce jsou zásadní pro normální funkce a zdraví a jsou součástí životní síly. ⁽⁵⁴⁾

Sebastian Kneipp (1821-1897), německý hydroterapeut, propagátor zdraví, bylinkář a výživový poradce, aplikoval naturopatické metody podle humorální teorie. Uvedl, že „nemoc leží v krvi, a proto ve všech tělesných tekutinách, protože v krvi jsou všechny čtyři hlavní tekutiny.“ Také uvedl: „Zdraví závisí na normálním a pravidelném oběhu krve, který je dosažen hydroterapií, výživou a bylinami.“ ⁽¹⁰⁴⁾

Ingo Wilhelm Müller, německý univerzitní profesor a lékař, napsal učebnici humorální teorie v roce 1993 s názvem „*Humoralmedizin, Physiologische, pathologische und therapeutische Grundlagen der galenistischen Heilkunst*“ (Humoralismus, fyziologické, patologické a terapeutické základy galenických léčení). Popisuje teorii humoralismu, pulzní diagnostiky, tradiční fytoterapii s využitím přidružených kvalit bylin, pouštění žilou a jiných naturopatických léčeb souvisejících s humoralismem. ⁽¹⁰⁵⁾

Až do 19. století se k obnovení rovnováhy a eukrazie v rámci humorální teorie používaly metody ⁽¹⁰⁵⁾ jako pouštění žilou, pocení, podpora močení, podpora vyprazdňování, podpora zvracení a používání bylin a výživy.

Bylinné léky a potraviny byly hlavními nástroji, ale začaly se rozšiřovat také chirurgické metody. Kromě pouštění žilou nadále zahrnovala naturopatická léčba metody původně spojené s humorální teorií.⁽¹⁰⁶⁾ Mnozí naturopatičtí lékaři i nadále předepisují bylinné léky a potraviny podle jejich humorálních vlastností. To znamená, zda jsou horké, studené, suché nebo vlhké a zda jsou sladké, hořké, kořeněné a kyselé nebo slané. Byliny a potraviny jsou popsány s cílem vytvořit rovnováhu a eukrazii. Například pokud je stav člověka označen známkami nadměrného horka a sucha, budou předepsány byliny a potraviny, které jsou ochlazující a vlhké.

7 Naturopatické historické odkazy

Následující tabulka a naturopatická historická časová osa je přehledem některých klíčových osobností, které přispěly k filosofiím, teoriím a zásadám, které tvoří naturopatii / naturopatickou medicínu.

Tabulka ukazuje, že historický vývoj naturopatie má své kořeny v Evropě a v práci filosofů té doby. Filosofické koncepce, teorie o zdraví a nemocech a zásady, které řídí hodnocení zdravotního stavu a léčbu, zůstaly v průběhu času základem naturopatie / naturopatické medicíny.

Datum	Region světa	Přispěvatelé	Přehled příspěvků
624-546 př.n.l.	Evropa	Thales z Miletu , řecký filosof	Propojení zdraví a nemoci s přírodou se stalo součástí vědeckého myšlení. Teorie a znalosti o zdraví a chorobách pocházely ze smyslových zkušeností a pozorování přírodních procesů. Thales je uznáván jako filosof, který udělal průlom od pochopení světa a vesmíru pomocí mytologických vysvětlení až po objevení důvodů pro existenci přírodních jevů podle teorií a hypotéz, ergo vědy. V jeho době se chápání změnilo z přesvědčení, že všechny nemoci jsou způsobeny mystickými důvody, k pozorování přírodních příčin onemocnění.
495-435 př.n.l.	Evropa	Empedoklés , řecký filosof	Definoval přírodní fenomén čtyř elementů.
469-399 př.n.l.	Evropa	Sokratés , řecký filosoof, učitel Platóna a idol Galéna (viz níže)	Sokratés dal lidskou bytost do středu svých teorií. Jeho vztah k naturopatii je vidět v teorii, že lidské bytosti jsou středem všeho a nikoli mystiky - zdůraznil tuto důležitou změnu filosofického pohledu. Zdravý rozum, spravedlnost, povědomí o „dobru“ dává lidským bytostem schopnost ospravedlňovat, zkoumat, pozorovat a oceňovat fakta, ale vždy se skromným významem. Takže jeho nejdůležitější

			věta byla: „vědět, že nevíme, posunuje lidstvo kupředu“.
460-377 př.n.l.	Evropa	Hippokratés , řecký filosof	Všechny předchozí filosofické teorie byly zásadní pro systematický myšlenkový model, který byl vyvinut jako „ <i>Corpus Hippocraticum</i> “ v rámci skupiny studentů a spisovatelů okolo Hippokrata. Hippokratés je známý jako „otec naturopatie“. <i>Corpus Hippocraticum</i> je sbírka 61 textů napsaných různými osobami té doby, o filosofii čtyř elementů, humoralismu (teorie čtyř tělesných tekutin) a naturopatických přístupech, jako jsou: - Lidé mají uvnitř instinktivní sílu, která udržuje zdraví, <i>životní sílu</i> . - Medicína je založena na studiu přírody. - Nemoci jsou způsobeny přirozenými důvody.
428-348 př.n.l.	Evropa	Platón , řecký filosof a žák Sokrata	Platón uznal, že lidské tělo má duši. Představil <i>holistický</i> pohled na člověka, což bylo počátkem <i>holismu</i> , filosofie, která byla později začleněna do naturopatických zásad, Léčit celou osobu (<i>tolle totum</i>).
384-322 př.n.l.	Evropa	Aristotelés , řecký filosof a student Platóna	Aristotelés byl následovníkem <i>holismu</i> a představil filosofickou teorii <i>vitalismu</i> . Byl přesvědčen, že <i>vitalismus</i> je jádrem všeho živého. Jeho citace o <i>holismu</i> : „ <i>Celek je větší než součet částí</i> “.
40-90 n.l.	Evropa	Dioscorides , řecký filosof	Spisy Dioscorida o rostlinách a jiných přírodních léčivech (ilustrovaná kniha „ <i>De Materia Medica</i> “) se zaměřují na systematickou aplikaci bylin v léčbě nemocí. Napsal první encyklopedii přírodních léčiv, která je stále – o 1600 let později - důležitá a ovlivňuje farmaceutické a botanické znalosti.

130-200 n.l.	Evropa	Galén z Pergamonu , řecký lékař, následovník Sokrata, Platóna a Hippokrata	Galén z Pergamonu vyvinul filosofii 4 prvků a teorii <i>humoralismu</i> založenou na charakteristice člověka. Představil 4 temperamenty: flegmatik, cholerik, sangvinik a melancholik.
začátek – polovina 12. stol.	Evropa	Hildegarda z Bingen (1098-1179), německá křesťanka, „svatá Hildegarda“	Ve středověku Hildegarda z Bingen dále rozvinula humorální teorii do praxe. Její pojednání o přírodních metodách a bylinách mají velký význam i dnes a jsou aplikovány naturopatickými profesionály, zejména v Německu. K obnovení zdraví člověka a jeho detoxikaci na fyzické a mentální úrovni používala zejména byliny, výživu a naturopatické kúry. Hildegarda ve své knize „ <i>Causae et Curae</i> “ popisuje příčiny a naturopatické léčení nemocí. Svatá Hildegarda byla první osobou v historii, která přeložila latinské názvy bylin do populárních jmen, a tak je přivedla k běžnému používání.
12. stol.	Evropa, východní Středomoří	Averroës (1126-1198) španělso-arabský filosof a lékař	Averroës se narodil v Córdobě, ve Španělsku, zemřel v Marrákeši v Maroku. Ve své době přispěl k posílení <i>holismu</i> . Averroës je známý jako „Komentátor Aristotela“. Představoval Aristotelovu filosofii racionalismu a logického myšlení o vztahu mezi příčinou, vlivem a znalostí. Trval na tom, že jevy se řídí přírodními zákony.

12. stol.	Evropa, východní Středomoří	Moses Maimonides (1135-1204) egyptský filosof a lékař	Maimonides se narodil v Córdobě ve Španělsku, ale v mládí odešel do Egypta studovat medicínu a také se stal rabínem. Přispěl k posílení <i>vitalismu</i> a byl stoupencem humorální teorie díla „ <i>Corpus Hippocraticum</i> “ a Galéna. Zdůrazňoval využití stravy, cvičení a pozitivního myšlení ve vztahu ke zdraví.
počátek 16. stol.	Evropa	Paracelsus (1493-1541), švýcarský filosof a lékař	Paracelsus byl vyškolen jako alchymista a vyvinul naturopatickou metodu známou jako „ <i>spagyric</i> “, která je ještě dnes používána některými naturopaty. Přispěl k teorii tří základních látek života: rtuti, síry a soli. Paracelsus předpokládal, že onemocnění je způsobeno nerovnováhou jedné z těchto tří látek a že předepisování ekvivalentního spagyrického léku může obnovit rovnováhu.
počátek - polovina 16. stol.	Evropa	Hieronymus Bock (1498- 1554), Tabernaemontanus (1522- 1590), Leonhart Fuchs (1501- 1566)	Bock a jeho studenti Tabernaemontanus a Leonhart Fuchs publikovali řadu učebnic o tradičním bylinářství: „ <i>Das Kreütter Buch</i> “, „ <i>Neuw Kreuterbuch</i> “, „ <i>De Historia Stirpium commentarii insignes</i> “. Jejich spisy zdůrazňují použití bylin v rámci přírodních zákonů. Rostliny jsou popsány s kvalitami (horká, studená, suchá, mokrá), přičemž tato teorie má přímou vazbu na teorii čtyř elementů, temperamentů a humorů, které jsou také založeny na těchto primárních kvalitách. Tyto knihy jsou stále používány jako studijní základy v tradiční fytoterapii.

konec 17.stol.	Evropa	Sigmund Hahn (1664-1742), lékař a hydroterapeut	Hahn je považován za zakladatele <i>hydrotherapie</i> v Německu. V r. 1732 publikoval „ <i>Der Perswälder Gesundbrunnen</i> “, kde popsal kúru se studenou vodou. Hahn učil své dva syny, kteří dále rozvíjeli teorii svého otce.
začátek 18.stol.	Evropa	Johann Sigmund Hahn (1696-1773), hydroterapeut	Německý lékař a syn Sigmunda Hahna, přispěl k léčebným koncepcím vodoléčby. Johann Sigmund Hahn napsal knihu „ <i>Unterricht von Krafft und Würckung des Frischen Wassers in die Leiber der Menschen, besonders der Krancken</i> “ o vodě jako léčebném stimulu. Jeho kniha sloužila jako předloha pro Priessnitze a Kneippa.
konec 18.stol.	Evropa	Samuel Hahnemann (1755-1835), lékař a zakladatel <i>homeopatie</i>	Je považován za „otce“ <i>homeopatie</i> a vycházel z myšlenek Galenické medicíny a Doktríny signatur, které poprvé popsal Culpeper na začátku 17. stol. <i>Homeopatie</i> je založená na teorii „ <i>similia similibus curentur</i> “ (léčení podobným) s aktivací vlastní sebeléčivé síly člověka „ <i>vis natura regeneratrix</i> “ tím, že poskytne na patogenní faktor odpovídající homeopatický lék (simillimum), který je zředěn a potencován, ale v čisté tinktuře by vyvolal stejný patologický proces. Homeopatické prostředky jsou založeny na bylinných, minerálních nebo živočišných látkách. Hlavní text: „ <i>Organon der Heilkunst</i> “.

konec 18. stol.	Evropa	Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836), lékař a humorální terapeut	Hufeland rozvinul teorii výživy (<i>makrobiotická strava</i>). Dále rozvinul teorie „ <i>Sensibility</i> “ a „ <i>Irritability</i> “ jakožto důležitých faktorů pro funkce zdraví. Popsal naturopatické léčení jako: „Pravdu o zdraví lze nalézt ve <i>vis medicatrix naturae</i> (hojivá síla přírody), <i>vis regeneratrix</i> (sebeléčivá síla) a <i>vis vitalis</i> (životní síla).“
konec 18. stol.	Severní Amerika	Samuel Thomson (1769-1843), bylinář	Thomson je považován za průkopníka „Hnutí fytoterapeutů“ ve Spojených státech. Popsal své teorie jako: 1. Detoxikace a eliminace jako důležité cesty ke zdraví a 2. Používání rostlin a koupelí k obnově zdraví. Také se hlásil k <i>vitalismu</i> , popisoval životní sílu jako „vitální hojení“. Systematizoval rostlinné recepty a zdravotní systém nazvaný „Thomsonova vylepšená botanická praxe medicíny“, jenž si nechal patentovat a patent v roce 1840 v USA prodal více než 100 000 krát. Přispěl k podpoře zdraví mnoha lidí.
začátek 19.stol.	Severní Amerika	Isaac Jennings (1788-1874), lékař	Jennings používal ve svých přírodních kúrách čistou vodu, zdůrazňoval důležitost hygieny a <i>životní síly</i> lidského těla. Podílel se na teorii <i>ortopatie</i> (rovnováhy zdraví), <i>heteropatie</i> (nerovnováhy zdraví) a <i>životní síly</i> .
začátek 19. stol.	Severní Amerika	Sylvester Graham (1794-1851), hygienik	Graham založil školu zaměřenou na zdravou výživu, cvičení a „přiměřený životní styl“. Přispěl k hnutí <i>přírodní hygieny</i> .
polovina 19. stol.	Evropa	Lorenz Gleich (1798-1865), německý lékař	Gleich byl první člověk, který definoval německý výraz „Naturheilkunde“, který byl později přeložen jako Naturopatie .

polovina 19. stol.	Severní Amerika	William Alcott (1798- 1859), hygienik	Alcott založil myšlenkovou školu zaměřenou na zdravou výživu, cvičení a „přiměřený životní styl“. Přispěl k <i>vegetariánskému hnutí</i> .
začátek 19. stol.	Evropa	Vincent Priessnitz , (1799- 1851), hydroterapeut	Priessnitz byl jako známý „otec vodoléčby“ a obhájce léčby studenou vodou.
polovina 19. stol.	Evropa	Buněční patologové (Günzberg, Remak, Virchow)	V polovině 19. století, v návaznosti na pokroky ve vědě, došlo k rozdělení ve způsobu praktikování medicíny. Praktici, kteří tíhli k vědeckému, mechanistickému a redukcionistickému přístupu ke zdraví a nemocem, vytvořili to, co je známé jako konvenční medicína. Praktici, kteří se věnovali znalostem tradiční medicíny a praktikovali v souladu s filosofií vitalismu, holismu a zásad <i>vis medicatrix naturae, tolle causam</i> a <i>tolle totum</i> založili naturopatickou profesi a stali se známými jako <i>naturopaté, naturopatičtí lékaři</i> nebo <i>Heilpraktiker</i> .
polovina 19. stol.	Severní Amerika	Russell Thacker Trall (1812-1877)	Trall byl propagátorem <i>vegetariánské stravy, hydropatie</i> a sebeléčivé síly přírody. V roce 1844 otevřel první „centrum vodoléčby“ v NY; v roce 1847 založil Trall „Hygienický institut NY“ a v roce 1852 otevřel „Školu hydropatie a fyziologie“. Jedním z jeho výroků bylo: „Příroda je princip, který léčí“. Významně přispěl k podpoře zdraví.

polovina 19.stol.	Evropa	Wilhelm Heinrich Schuessler (1821-1898), německý homeopat	Zakladatel <i>systému tkáňových solí</i> (Biochemie) Schuessler přispěl k teorii, že nedostatek specifického minerálu způsobuje příznaky, které mohou být léčeny stejnou solí v homeopatické účinnosti. Účinek je založen spíše na fyziologicko-biochemických funkcích než na principu simillimum homeopatie.
polovina 19. stol.	Evropa	Sebastian Kneipp , (1821-1897), německý hydroterapeut a kněz	Kneipp byl propagátor <i>hydroterapie</i> (horké a studené), výživy, bylinné medicíny a zdraví. Byl mentorem významných profesionálních naturopatů, jako jsou Benedict Lust a Henry Lindlahr. V roce 1848 zdůraznil důležitost výživy, když uvedl: „Cesta k vašemu zdraví vede přes kuchyň, ne přes lékárny“. Naturopatii přispěl následujícími teoriemi: 1. Voda je element stimulující lidské zdraví; 2. Nemoci se nalézají v krvi, a proto ve všech tělesných tekutinách, protože v krvi jsou všechny čtyři hlavní tekutiny; 3. Zdraví závisí na normálním a pravidelném oběhu krve; 4. Stimulace vodou zajišťuje pravidelný oběh krve. Jedním z účinků studené lázně je posílení slabého organismu a obnovení činnosti, neboť voda, vhodně aplikovaná, nevytahuje teplo z těla, ale udržuje a stimuluje přirozené teplo.

polovina 19. stol.	Evropa	Ignaz von Peczely (1826- 1911), Maďarsko, iridolog a homeopat	Peczely je považován za otce <i>iridologie</i> . Byl lékařem a homeopatem a léta studoval oči svých pacientů, zejména změny v duhovkách po operacích. V roce 1886 vydal první grafiku topografie duhovky.
polovina 19. stol.	Evropa	Louis Kuhne (1835-1901), německý naturopat	Známý svou <i>detoxikační vodoléčbou studenou vodou</i> . Kuhne přispěl k teorii, že každá nemoc je způsobena toxiny a že živé tělo má <i>životní sílu</i> , což je jediná síla schopná léčit.
konec 19. stol.	Severní Amerika	Dr. John Henry Tilden (1851- 1940)	Tilden používal rané přírodní metody a léky. Byl propagátorem zdraví a vydavatel časopisu „ <i>Health Review and Critique</i> “ (1926). Přispěl k teorii Toxémie, kde popsal 7 stádií ztráty zdraví způsobené toxemií.
konec 19. stol.	Severní Amerika	John Harvey Kellogg (1852-1943) lékař	Jako student Tralla, Kellogg později promoval jako lékař, ale propagoval naturopatický způsob života. Publikoval měsíčník „ <i>Health Reformer</i> “ a později „ <i>Good Health</i> “. Byl součástí zdravotního hnutí na konci 19. a počátku 20. století.
konec 19. stol.	Evropa	Leopold Emanuel Felke (1856- 1926), iridolog a homeopat	Felke byl německý pastor. Převzal léčby od Priessnitze, Kneippa, Justa a Kuhna, léčil pomocí různých přírodních stimulů jako je hlína, voda, světlo a vzduch a vyvinul slavnou „ <i>Felkeho kúru</i> “.

konec 19. stol.	Evropa	<i>Magdalena Madaus</i> (1857-1925), německá iridoložka a homeopatka	Madaus je známá jako zakladatelka komplexní <i>homeopatie</i> , která kombinuje jednotlivé homeopatické léky do nového komplexu. Její synové Gerhard, Friedemund a Hans Madaus otevřeli v roce 1919 homeopatickou společnost Madaus GmbH a propagovali tento systém.
konec 19. stol.	Evropa	<i>Adolf Just</i> (1859-1936), německý naturopat	Just přispěl k teorii, že veškerá pozornost by měla být věnována zdraví a nikoliv nemocem. Toto byl opět návrat k podpoře zdraví namísto léčení nemocí.
konec 19. stol.	Evropa, Severní Amerika	<i>Dr. Henry Lindlahr</i> (1862-1924), lékař a naturopat	Lindlahr se narodil v Německu a pro své zdravotní obtíže byl léčen Kneippem. Když se zotavil, odešel do USA, kde studoval medicínu a stal se slavným naturopatem a hydroterapeutem. Publikoval populární časopis „ <i>Nature Cure</i> “ (1924). Přispěl k <i>teorii dvojího efektu stimulu</i> .
konec 19. stol.	západní Pacifik	<i>James Neil</i>	Neil byl skotský lékař, který studoval na Bennet Eclectic College v USA. Napsal knihu „ <i>NZ Family Herb Doctor</i> “ (1889), která obsahovala kombinaci domorodých bylin z tradičního lékařského přístupu Nového Zélandu nazvaného <i>Rongoa</i> v kombinaci s naturopatickou léčbou jako např. evropskými bylinnými léky. Zavedení naturopatie na Novém Zélandu je příkladem <i>integrace naturopatie</i> do stávajícího tradičního zdravotního systému země.

konec 19. stol.	západní Pacifik	Matka představen á Marie Henriette Suzanne Aubert (1835-1926)	Po příchodu na Nový Zéland (původem z Saint-Symphorien-de-Lay, Loire, Francie) studovala Matka Aubert obor chemie a nativní botaniky. Jejimi učitelkami byly především <i>Maori tohunga wahine (Maorské léčitelky)</i> . Matka Aubert vyvinula specifické bylinné receptury a byla propagátorkou využití přírody k léčení zdravotních obtíží.
konec 19. stol.	Asie	Mohandas Karamchan d Gandhi (1869 -1948), indický humanista a naturopat	Gandhi přispěl k hnutí za lidská práva a ke konceptu přírodního zdraví. Podílel se na rozvoji naturopatie v Indii. Naturopatické znalosti přišly do Indie přes Acharaya Pucca Venkata Ramaiaha , který studoval v Německu kolem roku 1880 u Louise Kuhneho . Gandhi oživil naturopatii ve 40. letech. Založil v roce 1946 <i>Nisargopachar Ashram - Naturopathic Center</i> , ayurvédské a naturopatické centrum v Urulikanchan, Pune. Toto centrum je příkladem integrace naturopatie do stávajícího tradičního zdravotního systému země.
konec 19.stol. — začátek 20. stol.	Severní Amerika	Benedict Lust (1872-1945), student Kneippa	Lust je v USA uznáván jako „otec naturopatie“. Byl zakladatelem American School of Naturopathy v New Yorku (1900), která byla první školou zaměřenou na vyučování naturopatie. Jeho první studenti absolvovali v roce 1902. V roce 1919 založil první <i>Americkou naturopatickou asociaci</i> .

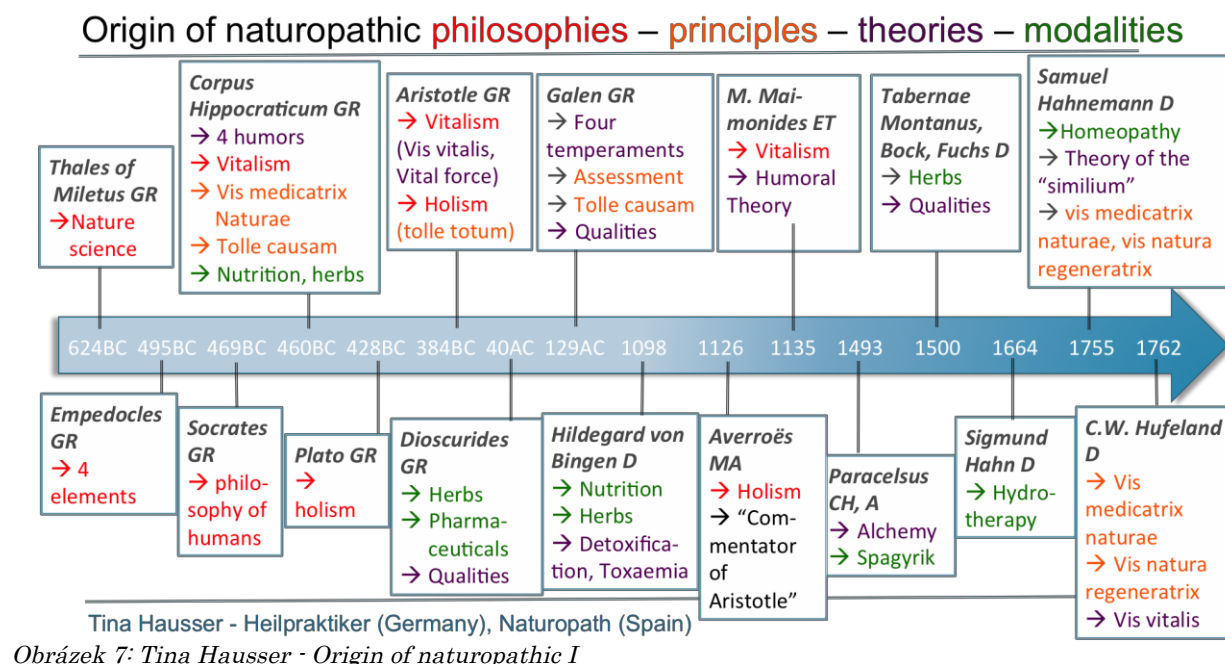
začátek 20. stol.	Severní Amerika	Herbert Shelton , ND (1895-1985)	Shelton absolvoval Americkou školu naturopatie a propagoval <i>raw stravu</i> . Přenesl naturopatii do Francie. Mezi jeho publikace patří: <i>„Fundamentals of Nature Cure“</i> a <i>„The Science and Fine Art of Fasting“</i> .
1895	Evropa Severní Amerika	John Scheel (1857-1927), německý homeopat	Scheel poprvé použil termín <i>„naturopatie“</i> k popisu svého systému medicíny. Studoval v Evropě metody Kuhneho a Kneippa , přinesl je do USA a otevřel Sanatorium Badekur v New Yorku.

začátek 20. stol.	Evropa	James C Thomson (1887-1960)	Thomson studoval u Lindlahru v Chicagu. Založil kliniku Kingston v Edinburghu a Edinburgh School of Natural Therapeutics. Prosazoval „přímou“ přírodní léčbu oproti používání bylinných, homeopatických léků a výživových doplňků. Ve Velké Británii přispěl také k naturopatickému principu „podpora zdraví“.
začátek - polovin a 20. stol.	Evropa	Stanley Lief (1892-1963)	Stejně jako Thomson kvůli špatnému zdraví vycestoval Lief do USA, aby vyhledal pomoc od Bernarra Macfeddena , u něhož také později studoval. Lief spolupracoval s Lindlahem v Chicagu a vrátil se do Anglie, kde založil Champneys Nature Cure Clinic (1928) a British College of Naturopathy and Osteopathy (1936) v Londýně. Lief také založil a editoval „ <i>Health for All</i> “, populární časopis o zdraví a přispěl ve Velké Británii k naturopatickému principu „podpora zdraví“.
1936	Evropa	H. Benjamin (1896-1966), anglický naturopat	Benjamin vydal „ <i>Everybody's Guide to Nature Cure</i> “, kde stanovil základní zásady naturopatie, které přispěly k principu Léčit příčinu (<i>tolle causam</i>) a k Teorii naturopatické léčby.
1958	Latinská Amerika	Juan Esteve Dulin (1887-1979)	V roce 1935 absolvoval Dulin školu American School of Naturopathy. V roce 1958 zformuloval „ <i>Naturopathic Criterion</i> “, který byl publikován v <i>Encyclopaedia of Health</i> , strana 97. Svazek VII, č. 65 v roce 1958. Jeho práce přispěla k naturopatickému principu Léčit příčinu (<i>tolle causam</i>).

	Severní Amerika	Joseph Pizzorno	Pizzorno absolvoval National College of Naturopathic Medicine v roce 1975. Poté revitalizoval naturopatické koncepty ve své učebnici „ <i>Textbook of Naturopathic Medicine</i> “ a mnoha dalších publikacích.
1986	Severní Amerika	Jared Zeff a Pamela Snider	Zeff a Snider vedli tým naturopatických lékařů ze Severní Ameriky ve stanovování šesti naturopatických principů. Tyto principy byly v roce 1986 přijaty jak American Association of Naturopathic Physicians, tak Canadian Association of Naturopathic Doctors a později byly přijaty globálně.

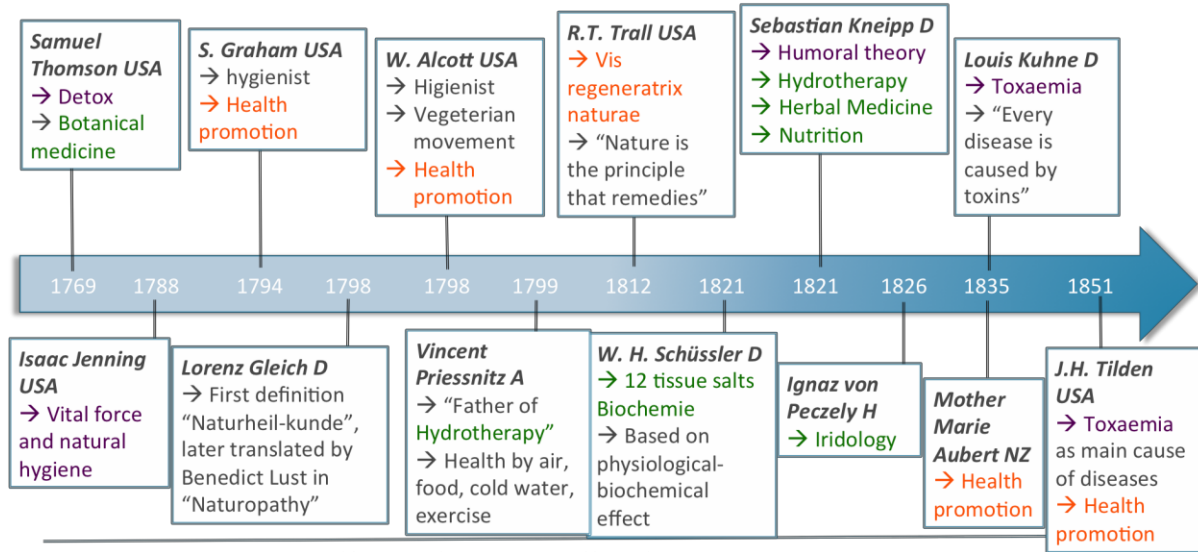
Výše uvedená naturopatická časová osa zdůrazňuje vývoj naturopatických filosofií, zásad, teorií a modalit v průběhu posledních 2000 let. Není to vyčerpávající seznam, protože během této doby existovalo i mnoho jiných vlivných praktiků. Věříme však, že to, co si z tohoto souhrnu odnesete, bude povědomí o soudržnosti konceptů v průběhu času a jak základy naturopatické praxe, kam patří filosofie, zásady a teorie, nejenže přežily zkoušku časem, ale opět se stávají centrem zájmu zdravotní péče.

Níže je uveden model zobrazující výše uvedené klíčové přispěvatele. Tento schematický model navrhla Tina Hausser, Heilpraktiker v Německu a naturopat ve Španělsku.



Obrázek 7: Tina Hausser - Origin of naturopathic I

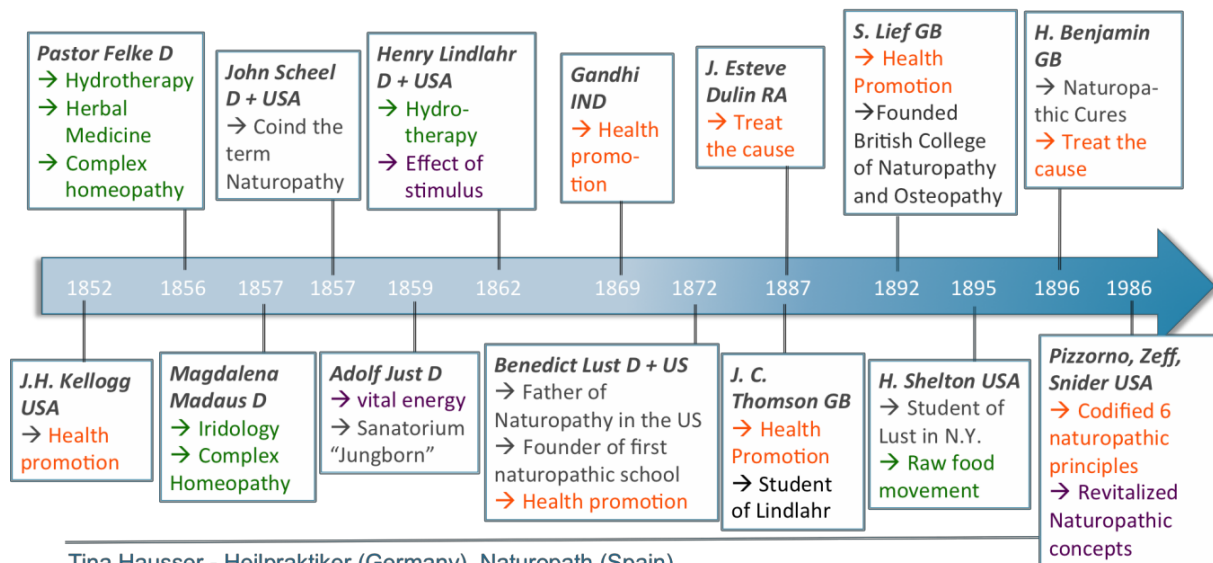
Origin of naturopathic philosophies – principles – theories – modalities



Tina Hausser - Heilpraktiker (Germany), Naturopath (Spain)

Obrázek 8: Tina Hausser - Origin of naturopathic II

Origin of naturopathic philosophies – principles – theories – modalities



Tina Hausser - Heilpraktiker (Germany), Naturopath (Spain)

Obrázek 9: Tina Hausser - Origin of naturopathic III

8 Naturopatické definice

Naturopatie / naturopatická medicína je systém tradiční medicíny. Zkoumáním toho, jak byla naturopatie / naturopatická medicína definována v průběhu času, lze chápat její základy a rozsah. Naturopatie byla praktikována o mnoho let dříve, než byla oficiálně definována, ale postoje byly vždy konzistentní. Níže naleznete některé významné definice naturopatie:

Datum	Příspěvatel	Definice
1850	Lorenz Gleich lékař	Gleich byl německý lékař. Byl prvním člověkem, který definoval naturopatii německým výrazem „<i>Naturheilkunde</i>“⁽¹⁰⁶⁾, který byl později přeložen do angličtiny jako „Naturopathy“ jako: a) teorie přirozených instinktů („instinktivně správně řízené chování lidí ve zdraví a nemoci“) b) přirozený způsob života („přírodní současný způsob života řízený instinkty“); c) přirozené metody uzdravování. Lorenz Gleich publikoval řadu textů v roce 1851, 1853 a 1855 s názvem „<i>Grundwesen der Naturheilkunde</i>“⁽¹⁰⁷⁾, který se promítá do „<i>Fundamentals of Naturopathy</i>“.
1905	Benedict Lust zakladatel tradiční naturopatie	„Naturopatie je významná škola léčení, která uplatňuje přínosnost přírodních sil vody, vzduchu, slunečního světla, síly země, elektřiny, magnetismu, cvičení, odpočinku, správné stravy, různých druhů mechanického ošetření, jako jsou masáže, osteopatie a chiropraxe a mentální a morální vědy.“⁽¹⁰⁸⁾

1905	<i>Benedict Lust</i> zakladatel tradiční naturopatie	„Naturopatie je považována za odbornou disciplínu, jejímž cílem je na individuální úrovni sebekontrola zdraví a na společenské úrovni kultura zdraví. Pochopení toho, že člověk (jednotlivec-příroda-společnost) prožívá své zkušenosti a zdraví ve větší či menší míře v neustálé interakci se svým přírodním a sociálním prostředím.“ ⁽¹⁰⁹⁾
1920	<i>J. E. Cummins</i>	„Naturopatie je věda, umění a filosofie přizpůsobování rámce zdraví, nápravy duševních vlivů a doplňování těla potřebnými prvky. Osteopatie, chiropraxe, mechanoterapie, dietetika, křesťanská věda a také další jednooborové systémy, všechny dělají pro zdraví něco prospěšného a získávají mnoho přívrženců. Nelze ale popřít, že tato odvětví mají svá omezení a z toho důvodu nakonec vytvářejí prostor pro systém, který bude zahrnovat to nejlepší ze všech zásadních principů - a tento systém je naturopatie.“ ⁽¹¹⁰⁾
Začátek 20.let	<i>Edward Earle Purinton</i>	„Naturopatie je dokonalou vědou o lidské celistvosti a zahrnuje všechny činitele, metody, systémy, režimy, praktiky a ideály přírodního původu, díky nimž může být lidské zdraví obnoveno, posilováno a udržováno.“ ⁽¹¹⁰⁾
1922	<i>Professor Platen</i>	V „ <i>The Golden Book of Health</i> “ Platen uvádí: „Zásadou naturopatie je, že lidská bytost je součástí přírody, která je úzce spojena s Velkým Vším a je tedy podřízena přírodním zákonům.“ ⁽¹¹¹⁾
1925	<i>Benedict Lust</i>	„Naturopatie je matka přírodní terapie vše zahrnující. Je to základní platforma všech metod léčby.“ ⁽¹¹²⁾

2004	<i>Canadian Association of Naturopathic Doctors (CAND)</i>	Naturopatická medicína je významný systém primární zdravotní péče, který spojuje moderní vědecké poznatky s tradičními a přírodními formami medicíny. Naturopatická filosofie je stimulovat léčivou sílu těla a léčit původní příčinu onemocnění. Symptomy onemocnění jsou vnímány jako varovné signály nesprávného fungování těla a nepříznivých zvyků životního stylu. Naturopatická medicína zdůrazňuje nemoc jako proces spíše než jako entitu. ⁽¹¹³⁾
2006	<i>Naturopaths of New Zealand</i>	Naturopatie je „zastřešujícím termínem“, který zahrnuje VŠECHNY přirozené léčebné postupy, které používají naši profesionální členové ⁽¹¹⁴⁾ .
2008	<i>FENA and OMNES</i>	Naturopatie představuje západní tradiční praktiky zaměřené na zachování a optimalizaci celkového zdraví jednotlivce, stejně jako na pomoc tělu se přirozeně léčit ⁽¹¹⁵⁾ .
2010	<i>OCN-FENACO</i>	„Naturopatie je disciplína, která systematizuje vědecké, technologické a praktické znalosti o zdraví v jeho přirozeném rozměru. Poskytuje zásadní pomoc založenou na metodách a jednoduchých a přirozených technologiích, vědecky založených, společensky přijatelných a ekologicky udržitelných.“ ⁽¹¹⁶⁾
2010	<i>General Council and Register of Naturopaths, UK</i>	Naturopatická medicína je systém primární zdravotní péče, který pracuje s úsilím jednotlivce směřujícím k optimálnímu projevu fyziologického, tělesného a duševního / emočního zdraví. ⁽¹¹⁷⁾

2013	<i>American Association of Naturopathic Physicians (AANP)</i>	Naturopatická medicína je významný systém primární zdravotní péče - umění, věda a prevence, diagnostiky a léčby stavů lidské mysli a těla. ⁽¹¹⁸⁾
2015	<i>CEAN Spain</i>	„Naturopatie je disciplína, která systematizuje vědecké, technologické a praxiologické poznatky o zdraví ve jeho přirozeném aspektu.“
2015	<i>FENAHMAN</i>	„Naturopatie je filosofie, umění a základní věda zahrnující studium, znalosti, vyučování a uplatňování zákonů života s cílem zachovat, obnovit nebo optimalizovat zdraví přírodními prostředky.“ ⁽¹¹⁹⁾

9 1970 Shrnutí naturopatických teorií

Níže uvádíme příklad předchozí snahy o upevnění a objasnění naturopatických teorií a konceptů. V přehledu níže je zachován původní jazyk.

V roce 1970 **Marchesseau a Jauvais** ⁽¹²⁰⁾ pracovali na systematizaci základních zásad naturopatie tím, že je strukturovali do zákonů. V průběhu let byly mnohé z těchto zásad začleněny do naturopatických filosofí, principů a teorií.

Naturopatická teorie (zákon)	Začleněno do:	Popis
Životní síla, popsána Dr. Robertem Walterem (1841-1924) ⁽³²⁾	Filosofie <i>Vitalismu</i>	Živá hmota je obdařena instinktem zachování (a opravy), nazvaným „životní síla“, která není ani chemické ani mechanické, ale biologické povahy a jejíž úspěch je přímo úměrný její energii. Vitální (nebo biologické) zákony se projevují fyzikálně-chemickými procesy, ale v jistých ohledech unikají od determinismu chemie a mechaniky. Živá hmota je schopná reakcí, které jsou jí vlastní.
Inteligence životní síly, popsána Yeo .	Filosofie <i>Vitalismu</i>	Životní síla je vždy vykonávána v nejlepším zájmu organismu, a to jak ve stavu zdraví, tak ve vnitřních mechanismech jeho obnovy. Např. v úplném půstu se tělo vyživuje autolýzou, nadbytečnými tkáněmi, které jsou méně užitečné; když je půst prodloužen, tak si vždy vybírá dle nejmenší užitečnosti. Tento proces je regulován a nic ho nemůže změnit.

Životní síla je nervového původu^(121, 122)	Filosofie <i>Vitalismu</i>	Aktivita nervů funguje dobře, když je biologické (tj. specifické a přirozené) prostředí harmonické. Tato rovnováha se projevuje ve všech aspektech (morfológická, biologická a psychologická). V opačném případě boj proti „stresujícímu“ životu v antispecifickém a nepřirozeném prostředí vyčerpává a celý organismus degeneruje navzdory vnějším změnám.
--	---------------------------------------	--

Příčina onemocnění	Princip Léčit příčinu (tolle causam)	Onemocnění pochází ze „stresu“ antibiologického prostředí (z umělých potravin, z nedostatku čistého vzduchu, živoucího a čistého vzduchu, nedostatečného cvičení, nedostatku slunce, psychoneurózního napětí, atd.), které ruší harmonické fungování síly. Ta se pak musí zabývat léčením (tj. obnovení fungování) pomocí reakce k obnovení „opotřebení“. Tyto samoléčebné reakce, které jsou nezbytné pro prodloužení existence bytí, se na první pohled zdají neuspořádané, ale není tomu tak. Představují jediné prostředky a nejjistější způsoby léčby.
Spisy Dr. Paula Cartona o Příčinách nemocí (pokračování)	Principy Léčivá síla přírody (<i>vis medicatrix naturae</i>) a Léčit příčinu (<i>tolle causam</i>)	Všechna naše klasická onemocnění jsou obecně symptomatická onemocnění organické obrany, řízená „vitální silou“ k vyčištění vnitřního prostředí a léčení. Jakákoliv terapie, která potlačuje nebo utlačuje příznaky obrany onemocnění, zvyšuje vnitřní hladinu toxinů. Nemoc sama roste, a tím se zhoršuje. Toto přitížení, represivní akce, vyvolává agresivnější činnost vitální síly a způsobuje relaps (častokrát nebezpečnější) nebo patologický přenos na jiný orgán. Když se uvolní životní síla, minimalizuje zmatek a přizpůsobí se co nejlépe „cizím látkám“. Ve skutečnosti bojuje s nevybouchnutými jedy, neutralizuje je (skleróza) nebo je uchovává (zapouzdření), co nejlépe může. Nakonec, když je životní síla utlačovaná a oslabena, pak se choroba dostává do polohy rakovinového vývoje, mikrobiální invaze apod. Onemocnění je jediné. Tato jednotka také vyžaduje léčebnou jednotku. Přírodní léčba

		metodou zdraví (slovo „léčba“ je falešné) vyžaduje nejprve detoxikaci, potom revitalizaci a nakonec stabilizaci. Detoxikace působí pomocí vylučovacích orgánů (přirozených nebo uměle vyvolaných) k odstranění cizích látek. Detoxikační kůry se týkají především kůže, ledvin, plic a střev. Tyto kůry jsou regulovány podle důležitosti dostupnou životní silou. Diagnóza je proto zbytečná. Cílem revitalizace je vykompenzovat nedostatky způsobené toxemií.
Spisy Dr. Tissota ⁽¹²⁴⁾	<i>Humorální teorie a Teorie toxémie</i>	Mikroby nejsou příčinou onemocnění. Narodí se mutací našich buněk. Neexistují žádné aseptické organismy. Existuje skupina dobrých mikrobů, která se vyvíjí pod vlivem škodlivého prostředí, ve kterém se nacházejí. V našich buněčných částicích existují mikroby nebo staré mikroby, které mohou mít různé aspekty s humorálními úpravami, proměnlivými podle idiosynkrasií. Jinými slovy, pod více či méně špatným vlivem jedů z humorálních tekutin, které námi proudí, se naše vlastní histologické prvky obrátily proti cestě evoluce, která již proběhla. Opět jsou to, co byly na úsvitu života; viry, bakterie atd. (Involute nebo regrese).

Pravidla somatiky podle by Dr. James C. Thomson⁽¹²⁵⁾	<i>Vitalismus</i>	Jediným kritériem zdravotního stavu je to, které měří vitalitu nebo životní sílu. Vitálnost je tedy vztah mezi hmotou živých látek v těle a hmotou mrtvých, inertních nebo cizích látek (které mají být vyloučeny). Jak se toxemie zvyšuje, životní síla klesá. Naopak, pokud je toxemie nízká, životní síla je velká. Všechno, co bojuje proti životní síle a jejímu racionálnímu projevu, má tendenci ji zmenšovat. Větší množství jídla přijmutého během nemoci, léky potlačující symptomy, strach z umírání atd. jsou příklady toho, co bylo řečeno.
Spisy Dr. Henryho Lindlahrda^(42, 66, 82, 126)	Princip Léčit příčinu (<i>tolle causam</i>)	Všechno, co je zavedeno do našeho těla, je buď přijato, nebo odmítnuto. Co je přijato je jídlo; co je odmítáno, je jed.
Spisy Dr. Russella Thackera Tralla^(55, 56, 67)	Princip Léčivá síla přírody (<i>vis medicatrix naturae</i>)	Kdykoli náš organismus vykonává nějakou aktivitu, musí to být přičítáno neživé (inertní) věci. Taková aktivita zmizí se smrtí. Léky nemají žádný vliv na mrtvé. Toxické léky, které jsou vlastně jedy, nepůsobí v těle díky známým aktivním zásadám. Naopak je to organismus, který za cenu plýtvání životní síly reaguje, aby se chránil před touto agresí a aby pokud možno vyloučil cizorodé látky, které se k této nemoci připojily. Ale někdy podlehně opakovaným útokům léků.
Spisy Dr. P. V. Marchesseaua⁽¹²⁷⁾	Princip Léčivá síla přírody (<i>vis medicatrix naturae</i>) a Teorie vylučování	Onemocnění je životně důležitá činnost těla, jehož první stupeň se projevuje povrchovým výtokem. Ve druhém stupni onemocnění, jak se „vitalita“ snižuje, dochází k eliminaci na úrovni vnitřních orgánů. Konečné stádium je přesycení bez eliminace (impregnace tkání nebo onemocnění třetího stupně).

		Během toxémie je onemocnění vždy inteligentní a životně důležitá rezistence, ve všech svých stupních. Je to abnormální stav organismu, na který odpovídá správná životně důležitá činnost. Pokud život (organismus) vyvolá nemoc, všechny příznaky a mikroby, nazývané patogeny, zmizí rychle, lépe, spontánně. Čím akutnější je onemocnění, tím silnější jsou vitální obranné prostředky. Čím je onemocnění chroničtější, tím slabší je obrana. Výraz „léčivé onemocnění“ je úměrný životnímu potenciálu. Z nejmenších otrav mají nejmladší lidé silné poruchy (povrch), což je známkou silné vitality (vysoký potenciál). Na druhou stranu starší lidé postupně ztrácejí ve svých orgánech reakce, což svědčí o snížené, téměř neexistující (nízký potenciál) vitalitě. Léky, které uklidňují, redukují a marní potenciál života, paralyzují nervová centra skrze humorální přetížení.
Spisy Dr. P.V. Marchesseaua (pokračování)	Princip Léčivá síla přírody (<i>vis medicatrix naturae</i>) a Teorie vylučování	Mírná (snesitelná) bolest by měla být respektována. Tělo zodpovědné za odolání eliminaci je nejsilnější, což neznamena, že nemůže být přetíženo, ani že nevyžaduje účelný odpočinek. O toto se příroda postará tím, že povzbudí zástupné vylučovací orgány (přenos eliminace dalšího vylučovacího orgánu).

<i>Law of the Biologist</i>, jak popsal Louis Kuhne na konci 18. stol ⁽⁹⁷⁾	<i>Humorální teorie</i>	Hluboká neduživost je obecná a není místní. Je reprezentována humorálním přetížením. Humory jsou organické kapaliny (krev, lymfa a buněčná tekutina). Toxémie je hmota z mrtvých látek, které jsou cizí pro život buňky. Krize je životně důležitá reakce k odstranění toxického odpadu (čištění). Humorální přetížení vzniká hlavně z odpadu a zbytků způsobených nevhodnými potravinami a neustálým vyčerpáním, které paralyzuje eliminační funkci vylučovacích orgánů (ledvin, močového měchýře, střev, kůže, plic) bloádou, více či méně částečnou. Trávicí sekrece, asimilace a potlačená eliminace postupně zvyšují hladinu toxinu na bod tolerance, který je individuální a pak se projevuje „krizí“.
Spisy Dr. G. Jauvais ⁽¹²⁸⁾	<i>Teorie Toxémie</i>	Je to nejslabší článek nejsilnějšího proudu, který podporuje uvolňování toxinu (humorální vyčištění). Jakákoli symptomatická medikace těžko upravuje výskyt onemocnění, ale má vliv na toxiny v lymfě tím, že je zvyšuje. Přitěžující okolnosti přechází z povrchu do nejhlubších rovin organismu a tkáň se mění v následujícím pořadí: podráždění, zánět, nachlazení, tvrdnutí, vřed, otok, rakovina, toto pořadí ukazuje ztrátu životní síly. Probouzení této síly se provádí vyvoláním povrchové eliminace a přesunem léčby z chronického do akutního stavu, přeměnou chronické choroby v pozadí na akutní chorobu na povrchu, za předpokladu, že je pro pacienta biologicky nebo životně snesitelná.

<i>Zákon ortopatie nebo Přírodní hygiena podle Dr. Isaaca Jenningsse z poloviny 18.st.⁽¹²⁹⁾</i>	Princip Léčivá síla přírody (<i>vis medicatrix naturae</i>) a teorie: Naturopatické léčby	Přímou úlevou od onemocnění je přivodit návrat k standartní fyziologii skrz řadu očist, případně pomocí neutralizace reziduí v tkáních uvnitř těla. Onemocnění je správným krokem, vždy směřujícím k dobrému konci. Léčebná síla je vlastní každé živé buňce. Tato síla je výsledkem potenciálu vitality, bez zbytečného opotřebení životní síly; jinými slovy: podráždění, přejídání, únava, toxické látky, léky atd. ... oslabují životní sílu. Během onemocnění tělo potřebuje veškerou životní sílu k boji s humorálním přetížením a zastavení invaze. Léčebná síla je v nás. Všechny léčebné terapie a metody (farmaceutické či přírodní) jsou pouze nápomocné k obnově našeho organismu, řízené životní silou (která je inteligentní, ať chceme či nechceme).
---	--	--

9.1 Naturopatické knihy o filosofii, teoriích a zásadách

Následující knihy byly zařazeny do seznamu odkazů podle prvního a druhého průzkumu WNF a byly zde zahrnuty jako seznam zdrojů ze škol, které se podílely na tomto dokumentu.

Allen, Colene. *Handbook of Naturology Suggestions: Beginning One's Natural Healing Journey*. 2009. ISBN: 978-1449511524. (English)

https://www.amazon.com/gp/product/144951152X/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=144951152X

American Naturopathic Association. *Naturopath and Herald of Health*. 1944. (English)

Beck T. *Hippokrates Erkenntnisse*. 1907 (German)

<https://archive.org/stream/hippokrateserke00hippgoog#page/n9/mode/2up>

Bilz, Friedrich Eduard. *The Natural Method of Healing, a new and complete guide to health*. 1888. ISBN: 978-1141176946. (English)

<https://archive.org/stream/naturalmethodhe00bilzgoog#page/n28/mode/2up>

Bilz, Friedrich Eduard. *Das neue Naturheilverfahren-2 Bände Jubiläumsausgabe*. ASIN: B005XVQIKM. 1900 (German)

https://www.amazon.de/Naturheilverfahren-Gesundheitsführung-Jubiläums-Ausgabe-Original-Leinenbände-Rückenvergoldung/dp/B005XVQIKM/ref=sr_1_54?s=books&ie=UTF8&qid=1479042109&sr=1-54&keywords=bilz+das+neue+naturheilverfahren

Bingen, v. Hildegard. *Causae et Curae*. ISBN: 978-3701302116. 1992.

(German): <https://www.amazon.de/Heilkunde-Causae-Curae-Heilung-Krankheiten/dp/3701302111>

(Latin): <https://archive.org/stream/hildegardiscaus00hildgoog#page/n12/mode/2up>

Bingen, v. Hildegard. *Libro de las Causas y Remedios*. 2013 (Spanish):

http://www.hildegardiana.es/5pdf/causas_y_remedios.pdf

Block, M. Daniel. *The Revolution of Naturopathic Medicine: Remaining True to Our Philosophy*. ISBN: 978-0973140620 2003. (English):

https://www.amazon.ca/gp/product/0973140623/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0973140623

Bodeker G., Burford G., Grundy C., and Ong C.K. *WHO Global Atlas of Traditional, Complementary and Alternative Medicine*. ISBN: 978-9241562867. 2005 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/9241562862/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=9241562862

Boenninghausen, C.v. *Aphorismen des Hippokrates nebst den Glossen eines Homöopathen*. 1863 (German)

<https://archive.org/stream/dieaphorismendes00hipp#page/n7/mode/2up>

Boice, Judith. *Pocket Guide to Naturopathic Medicine*. ISBN: 978-8173032431. 2002 (English)

Brauchle, Alfred. *Die Geschichte der Naturheilkunde in Lebensbildern*. 1951 (German)

https://www.amazon.de/Geschichte-Naturheilkunde-Lebensbildern- Alfred-Brauchle/dp/B0000BGS9F/ref=sr_1_1?s=books-intl-de&ie=UTF8&qid=1478511834&sr=8-1&keywords=Geschichte+der+naturheilkunde+in+lebensbildern

Carton, Paul. *L'essentiel de la médecine d'Hippocrate*. ISBN: 81800001. 1996 (French)

https://books.google.es/books/about/L_essentiel_de_la_doctrine_d_Hippocrate.htm?id=rSxPAAAYAAJ&redir_esc=y

Carton, Paul. *Conduite et diagnostic des tempéraments*. ISBN: 80300007. 1999 (French)

<http://www.chire.fr/A-127339-diagnostic-et-conduite-des-temperaments.aspx>

Chaitow, Leon. *Naturopathic Physical Medicine: Theory and Practice for Manual Therapists and Naturopaths*. ISBN: 978-0443103902. 2008 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/0443103909/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0443103909

Cordingley, Ernest. *Principles and Practice of Naturopathy*. ISBN: B0008CBVF8. 1925 (English)

<http://www.lulu.com/shop/dr-ernest-w-cordingley/the-principles-and-practice-of-naturopathy/paperback/product-676221.html#detailsSection>

Czeranko, Sussanna. *Origins of Naturopathic Medicine*. ISBN: 978-0977143528. 2013 (English)

<https://www.amazon.com/Origins-Naturopathic-Medicine-Sussanna-Czeranko/dp/097714352X>

Czeranko, Sussanna. *Philosophy of Naturopathic Medicine*. ISBN: 978- 0977143535. 2013 (English)

<https://www.amazon.com/Philosophy-Naturopathic-Medicine-Sussanna-Czeranko/dp/0977143538>

Dunn, Jon. *The Family Guide to Naturopathic Medicine*. ISBN: 978-0578051451. 2010 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/0578051451/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0578051451

Durville, Henri. *La vraie médecine*. ISBN: 978-2913695405. 1999 (French)

<https://www.amazon.fr/vraie-médecine-Henri-Durville/dp/291369540X>

Ebstein, E. *Hippokrates-Grundsätze seiner Schhriftensammlung*. 1964 (German)

<https://archive.org/stream/hippokratesgrund00hippuoft#page/n3/mode/2up>

El-Hashemy Shehab, Skowron Jared, Sorenson Linda. *Textbook of Naturopathic Family Medicine & Integrative Primary Care: Standards & Guidelines*. ISBN: 978-1897025437. 2007 (English)

https://www.amazon.com/gp/product/1897025432/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=1897025432

Esteve Dulin, J. *Guia de la Salud*. 1962 (Spanish)

<https://www.todocoleccion.net/libros-segunda-mano-medicina/guia-salud-juan-esteve-dulin~x56347903>

FENAHMAN. *Livre blanc de la Naturopathie* (en France).

ISBN: 978 2 913492 58 5. 2008 (French)

<http://www.yvesmichel.org/product-page/sante/livre-blanc-de-la-naturopathie/>

Fuchs, Dr. R. *Hippokrates sämtliche Werke*. 1990 (German)

<https://archive.org/stream/hippokratessmmt02hippgooog#page/n6/mode/2up>

Galen. *Method of Medicine Vol I, Books 1-4*. ISBN: 978-0674996526. 2011 (English)

<https://www.amazon.com/Galen-Method-Medicine-Classical-Library/dp/0674996526>

Galen. *Method of Medicine, Books 5-9*. ISBN: 978-0674996793. 2011 (English)

https://www.amazon.com/Galen-Method-Medicine-Classical-Library/dp/0674996798/ref=pd_sim_14_1?encoding=UTF8&pd_rd_i=0674996798&pd_rd_r=SYB3P3KY5KR13QVWS0X0&pd_rd_w=Y9P3q&pd_rd_wg=YcKGI&psc=1&refRID=SYB3P3KY5KR13QVWS0X0

Galen. *Method of Medicine, Volume III: Books 10-14*. ISBN: 978-0674996809.

(English) https://www.amazon.com/Galen-Method-Medicine-Classical-Library/dp/0674996801/ref=pd_sim_14_1?encoding=UTF8&pd_rd_i=0674996801&pd_rd_r=TXDJYWV81DP1V443XS8Z&pd_rd_w=leVzr&pd_rd_wg=Rffna&psc=1&refRID=TXDJYWV81DP1V443XS8Z

Galen. *On the Natural Faculties*. ISBN: 978-0674990784. 1916 (English)

https://www.amazon.com/Galen-Natural-Faculties-Classical-Library/dp/0674990781/ref=pd_sbs_14_img_1?encoding=UTF8&psc=1&refRID=3P5W7TT9SMVVSSF4XBGR

Gilbert C, Murphy K. *The Healing Power of What?* 2013 (English)

<http://ndnr.com/education-web-articles/the-healing-power-of-what/>

Graham, Sylvester. *Lectures on the Science of Human Life*.

ISBN: 978- 1146836319. 1939 (English)

<https://archive.org/stream/lecturesonscienc00grah#page/n5/mode/2up>

Grimes, J. Melanie. Dr. John Bastyr: *Philosophy and Practice*.

ISBN: 978- 0965955041. 2005 (English)

https://www.amazon.com/gp/product/0965955044/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=nhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=0965955044

Hahn, Johann Sigmund. *Unterricht von Krafft und Würckung Des Frischen*

Wassers in die Leiber der Menschen. ISBN: urn:nbn:de:gbv:3:1-297717 Persistent Identifier (URN) 1743 (German)

<http://digitale.bibliothek.uni-halle.de/vd18/content/titleinfo/4304258>

Hahn, Theodor. Hahn's Water Doctor (English) Hahn, Theodor. *Der Naturarzt*.

1870 (German)

https://archive.org/stream/bub_gb_eq5DAAAcAAJ#page/n3/mode/2up

Hahnemann, Samuel. *Organon of Medicine*. 1901 (English)

<https://archive.org/details/organonmedicine00hahngoog>

Hahnemann, Samuel. *Organon der Heilkunst*, 6. Auflage, 1992 (German)

https://epub.ub.uni-muenchen.de/18397/1/Schmidt_18397.pdf

Holtum, Ronald. *A Thesis on the Philosophy of Naturopathy* (English)

Hufeland, Christoph Wilhelm. *The Art of Prolonging Human Life*.

ISBN: 978- 0766167186. 1798 (English)

<https://archive.org/stream/artofprolongingl00hufe#page/n39/mode/2up>

Hufeland, Christoph Wilhelm. *Enchirdion medicum*. 1852 (English)

<https://archive.org/stream/61540520R.nlm.nih.gov/61540520R#page/n3/mode/2up>

Hufeland, Christoph Wilhelm. *Enchiridion medicum or the practice of medicine: the result of fifty years`experience*. 1844 (English)

<https://archive.org/stream/62720890R.nlm.nih.gov/62720890R#page/n33/mode/2up>

Hufeland, Chrostoph Wilhelm. *Lehrbuch der allgemeinen Heilkunde*.

ISBN: 9783776013702. 1830 (German)

<https://archive.org/stream/lehrbuchderallge00hufe#page/n3/mode/2up>

Hufeland, C.W. *Pathologie*. 1799 (German)

<https://archive.org/details/pathologie00hufe>

Just, Adolph . *Return to Nature*. ASIN: B00089L566. 1912 (English)

<https://archive.org/stream/returntonaturetr00just#page/n7/mode/2up>

Katzoff, Simon Louis. *Timely Truths on Human Health*. ISBN: 978-1295639212. 1921 (English)

<https://archive.org/details/timelytruthsonh00katzgoog>

Kieffer, Daniel. *Encyclopédie historique de la naturopathie*.

ISBN: 978- 2883535299. 2007 (French)

<https://www.amazon.fr/Encyclop%C3%A9die-historique-naturopathie-pionniers-naturopathes/dp/2883535299>

Kieffer, Daniel. *Naturopathie*. ISBN: 978-2733911280. 2010 (French)

<https://www.amazon.fr/Naturopathie-Daniel-Kieffer/dp/2733911287>

Kirchfeld Friedhelm and Boyle Wade. *Nature Doctors: Pioneers in Naturopathic Medicine*. ISBN: 978-0977143504. 2005 (English)

https://www.amazon.com/gp/product/0977143503/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=0977143503

Kneipp, Sebastian. *Meine Wasserkur*. ISBN: 978-3431029819. 2002 (German)

<https://www.amazon.de/Meine-Wasserkur-Sebastian-Kneipp/dp/3431029817>

Kneipp, Sebastian. *Thus shalt thou live*. ISBN: 978-1332284788. 2015 (English)

<https://www.amazon.com/Thus-Shalt-Thou-Live-Rational/dp/1332284787>

Kneipp, Sebastian. *My Will a legacy to the healthy and the sick*.

ISBN: 978- 0787305055. 1895 (English)

<https://archive.org/stream/mywilllegacytohe00knei#page/n7/mode/2up>

Kneipp, Sebastian. *Codicil to my will for the healthy and the sick*.

ISBN: 978- 1428606586. 1896 (English)

<https://archive.org/stream/39002086176451.med.yale.edu#page/n5/mode/2up>

Kneipp, Sebastian. *The Kneipp Cure*. 1896 (English)

<https://archive.org/details/39002086176469.med.yale.edu>

Kneipp, Sebastian. *The Water Cure*. 1886 (English)

<https://archive.org/stream/b20417299#page/n11/mode/2up>

Kneipp, Sebastian. *Mi cura de agua*. 1892 (Spanish)

<https://archive.org/stream/micuradeaguahig00pedrgoog#page/n10/mode/2up>

Kneipp, Sebastian. *Ma cure d'eau*. ISBN: 978-2012584686. 1897 (French)

<https://www.amazon.fr/guérison-maladies-conservation-populaire-Éd-1897/dp/2012584683>

Koenig, Carola. *Specialized Hydro-, Balneo-and Medicinal Bath Therapy*.

ISBN: 978-0595365081. 2005 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/0595365086/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0595365086

Kuehn, M., Klemme, H. *BIO Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836)*. 2010 (English)

<http://users.manchester.edu/FacStaff/SSNaragon/Kant/Bio/FullBio/HufelandCWF.html>

Kuhne, Louis. *Die neue Heilwissenschaft oder die Lehre von der Einheit aller Krankheiten*. 1893 (German)

<https://archive.org/stream/dieneueheilwiss01kuhngoog#page/n8/mode/2up>

Kuhne, Louis. *The New Science of Healing*. ASiN: 8171171567. 1891 (English)

<https://archive.org/stream/neonaturopathyne00kuhn#page/n3/mode/2up>

Kuhne, Louis. *Science of Facial Expression*. ISBN: 978-07873051781942 (English)

<https://archive.org/stream/36530740R.nlm.nih.gov/36530740R#page/n5/mode/2up>

Kuhne, Louis. *La nueva ciencia de curar*. 1894 (Spanish)

<https://www.abebooks.co.uk/servlet/BookDetailsPL?bi=20791605617&searchurl=tn%3Dla%2Bnueva%2Bciencia%2Bde%2Bcurar%26sortby%3D17%26an%3Dlouis%2Bkuhne>

Kuhne, Louis. *La Nouvelle Science De Guérir*. ISBN: 978-2354710019. 2007 (French)

https://www.amazon.fr/Nouvelle-Science-Guérir-médicaments-opérations/dp/2354710011/ref=sr_1_1?s=books&ie=UTF8&qid=1480347054&sr=1-1

Lahmann, Henry. *Scientific Treatise on Nature Cure*. 1891 (English)

Lazarides, Linda. *A Textbook of Modern Naturopathy*. ISBN: 978-1450549929. 2010 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/0953804658/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0953804658

Léaud-Zachoval Dominick. *La naturopathie au quotidien*. ISBN: 978- 2913281202. 1998 (French)

<https://www.amazon.fr/Naturopathie-au-quotidien-D-L%C3%A9aud-Zachoval/dp/2913281206>

Lindlahr, Henry. *Philosophy of Natural Therapeutics*. ISBN: 978-1162628752. 1919 (English)

<https://archive.org/stream/philosophyofnatu00lind/page/n5/mode/2up>

Lindlahr, Henry. *Lindlahr's Nature Cure / Nature Cure: Philosophy and Practice Based on the Unity of Disease and Cure*. ISBN: 978-1603863889. 1924 (English)

<https://archive.org/stream/naturecure00lindgoog/page/n6/mode/2up>

Lindlahr, Henry. *Iris Diagnosis and other diagnostic methods*. 1919 (English)

<https://archive.org/stream/iridiagnosisand00lindgoog/page/n12/mode/2up>

Lloyd, Iva. *The Energetics of Health, a Naturopathic Assessment*. ISBN: 978- 0443069550. 2009 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/0443069557/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961 &creativeASIN=0443069557

Lloyd, Iva. *The History of Naturopathic Medicine, a Canadian perspective*. ISBN: 978-1-55278-778-6. 2009 (English)

<http://www.naturopathicfoundations.ca/practitioners/dr-iva-lloyd-bsch-rpe-nd/publications/the-history-of-naturopathic-medicine/>

Logan AC, Selhub EM. *Vis Medicatrix naturae: does nature "minister to the mind"?* 2012 (English)

<https://www.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1751-0759-6-11?site=bpsmedicine.biomedcentral.com>

Lust Benedict, Boyd Anita, Yarnell Eric and Zeff Jared. *Collected Works of Benedict Lust ND, Founder of Naturopathic Medicine*. ISBN: 978-1933350042. 2006 (English)

https://www.amazon.com/gp/product/1933350040/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=1933350040

Lust, Benedict. *Foundation of Youth or Curing by Water How You May Quickly Overcome Acute and Chronic Illness By The Use of the Biological Blood-Washing Bath*. ISBN: 978-0766178984. 1923 (English)

Lust, Benedict. *The Blood-Washing Method, a Resorative & Creative Revelation for Ideal Perfection*. B0019K6HD4. 1923 (English)

Lust, Benedict. *Naturopathic Treatment of Disease (Volume 1)*. ASIN: B003161P50. 1930 (English)

Lust, Benedict. *Nature's Path America's Pioneer Cure Magazine Journal*. 1938 (English)

Lust, Benedict. *Universal Naturopathic Encyclopedia Directory*. ASIN: B0008CBVBW. 1918-19 (English)

<https://archive.org/stream/universalnaturop00lust#page/n5/mode/2up>

Lutheritz, Dr. K. *Systeme der Aerzte von Hippokrates bis Brown (Hippokrates, Asklepiades und Celsus)*. 1810 (German)

<https://archive.org/details/b28742710>

Lutheritz, Dr. K. *Systeme der Aerzte von Hippokrates bis Brown (Zweiter Band)*. 1811 (German)

<https://archive.org/stream/systemederrztevo02unse#page/n7/mode/2up>

Marchesseau, P.V. *Cours complet de Biologie naturopathique*. 1970 (French)

https://books.google.es/books/about/Cours_complet_de_biologie_naturopathique.html?id=qzw1QwAACAAJ&redir_esc=y

Metcalf, Richard. *Life of Vincent Priessnitz*. 1898 (English)

<https://archive.org/stream/b28146086#page/n3/mode/2up>

Müller, Ingo Wilhelm. *Humoralmedizin*. ISBN: 3-7760-1322-2. 1993 (German)
https://books.google.es/books/about/Humoralmedizin.html?id=jf1wHQAACAAJ&redir_esc=y

Neuburger, M. *Geschichte der Medizin*. 1911 (German)
<https://archive.org/details/geschichtedermed02neub>

Newman Turner, Roger. *Naturopathic Medicine: Treating the whole person*. ISBN: 0-9539151-0-7. 2000 (English)
https://www.amazon.com/Naturopathic-Medicine-Treating-Person-1991-05-01/dp/B01K17CWAU/ref=asap_bc?ie=UTF8

Newman Turner, Roger. *La médecine naturopathe*. 1984 (French)

OCN FENACO. *Libro Blanco de la Naturopatía en España*. 2010 (Spanish)
<https://clanicatural.wordpress.com/2016/11/13/libro-blanco-de-la-naturopatia/>

OCN FENACO. *White book of the naturopathic profession in Spain*. 2010 (English)
<https://clanicatural.wordpress.com/2016/11/13/libro-blanco-de-la-naturopatia/>

Pizzorno Joseph E, Murray Michael. *Textbook of Natural Medicine e-dition: Text with continually updated online reference, 2-volume set*. ISBN: 978-0443069413. 2005 (English)
https://www.amazon.ca/gp/product/0443069417/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0443069417

Pizzorno Joseph, Murray Micheal, Joiner-Bey Herb. *The Clinician's Handbook of Natural Medicine*. ISBN: 978-0443067235. 2007 (English)
https://www.amazon.ca/gp/product/0443067236/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=0443067236

Priessnitz, Vincent. *The Cold Water Cure, its principles, theories and practice*. ISBN: 978-1145745179. 1842 (English)
https://www.amazon.com/gp/product/1145745172/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=1145745172

Priessnitz, Vincent. *Hydropathy: Or, the Cold Water Cure As Practised by Vincent Priessnitz, at Gräefenberg*. ISBN: 978-1142525750. 1843 (English)
<https://archive.org/stream/hydropathyorcol00clargoog#page/n0/mode/2up>

Rademacher, Johann Gottfried. *Rechtfertigung der von den Gelehrten misskannten, verstandesrechten Erfahrungsheillehre der alten scheidekünstigen Geheimärzte und treue Mittheilung des Ergebnisses einer 25jährigen Erprobung dieser Lehre am Krankenbette*. 1847 (German)

<https://archive.org/details/rechtfertigungd02radegoog>

Rausse, JH. *The Spirit of the Gräefenberg Water Cure*. 1838 (English)

Rausse, JH. *Errors of Physicians and Others in the Practice of Water Cure as Remedial Agent in the Prevention and Cure of Medicine*. 1847 (English)

Rausse, JH. *The Water Cure Applied To Every Known Disease*. ISBN: 978-1104408053. 1850 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/1104408058/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=1104408058

Rausse, JH. *Miscellanies to the Graefenberg Water Cure*. 1939 (English)

Roy, Leo. R&D, *Regime and Diet, revitalisation, restoraion directives for lifestyle* (English)

Schlemmer, André. *La méthode naturelle en médecine ; doctrine et applications*. ASIN: B003WTOU5C. 1969 (French)

<https://www.amazon.fr/methode-naturelle-medecine-doctrine-applications/dp/B003WTOU5C>

Shelton, Herbert. *The Hygienic System, Orthopathy*. 1956 (English)

http://www.truthseekerz.com/hygienic_system_orthopathy.Shelton.Vol.VI.pdf

Shelton, Herbert. *Le Jeûne*. ISBN: 978-2702900161. 1994 (French)

<http://naturo-passion.com/wp-content/uploads/2013/09/Shelton-Herbert-Macgolfin-Le-je%C3%BBne.pdf>

Shelton, Herbert. *La santé sans médicaments*. ISBN: 978-2881650918. 2015 (French)

<https://www.amazon.fr/Sant%C3%A9-sans-M%C3%A9dicaments-Herbert-SHELTON/dp/2881650910>

Smith, Fraser. *Fundamental of Naturopathic Medicine*. ISBN: 978-1550822519. 2001 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/1550822802/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=1550822802

Smith, Fraser. *An Introduction to Principles & Practices of Naturopathic Medicine*. ISBN: 1-897025-25-4. 2008 (English)

https://www.amazon.ca/Principles-Practices-Naturopathic-Medicine-Introduction/dp/1897025254/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1310597258&sr=8-1

Spitler, H.R. *Basic Naturopathy*. ASIN: B0010OWK5S. 1948 (English)

Staden, Ludwig. *What is Naturopathy?* 1902 (English)

<https://clanicnatural.files.wordpress.com/2016/11/ph-1902-ludwig-staden-definition-of-naturopathy.pdf>

Sweet, Victoria. *Hildegard of Bingen and the Greening of Medieval Medicine*. 73(3):381-403. 1999 (English)

<https://muse.jhu.edu/article/4342/summary>

Tilden, John Henry. *Toxémie et désintoxication*. ASIN: B0017WBJPA. 1958 (French)

<https://www.amazon.fr/Tox%C3%A9mie-d%C3%A9sintoxication-Wyckaert-Cinquante-pratiques/dp/B0017WBJPA>

Thiel, Robert. *Combining Old and New: Naturopathy for the 21st Century*. ISBN: 978-1885653086. 2001 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/1885653085/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=390961&creativeASIN=1885653085

Thomson JC. *Nature Cure from the Inside the Why of Chronic Disease with Many Case Histories and Home Treatments*. Edinburgy: Kingston Clinic; ND. Available from:

<http://soilandhelath.org/wp-content/uploads/02/0201hyglibcat/020141.thomson.pdf>

Trall, Russell. *Hydropathic Encyclopedia*. ISBN: 978-1178150940. 1849 (English)

https://archive.org/stream/00332063.5900.emory.edu/00332063_5900#page/n5/mode/2up

Trall, Russell. *Hygeiotherapeutics*. ASIN: B00087AMZI. 1861 (English)

Tyrell, Charles Alfred. *The Royal Road to Health*. 1907 (English)

<https://archive.org/stream/royalroadtoheal00tyrrgoog#page/n2/mode/2up>

Vithoulkas, George . *Organon by Hahnemann*. 2016 (English)

<https://www.vithoulkas.com/learning-tools/organon/organon-hahnemann/aphorisms-9-18>

Von Bingen H. *Causae et Curae*. Leipzig, Germany: In aedibus B.G. Tebneri: 1903 Available from:

<https://archive.org/stream/hildegardiscause00hildgoog#page/n140/mode/2up>

Walter, Robert. Standard Series, No. 59: *The Nurtritive Cure*. 1881 (English)

<https://collections.nlm.nih.gov/ext/dw/101223451/PDF/101223451.pdf>

Woolven Linda, Snider Ted. *Family Naturopathic Encyclopedia*. ISBN: 978-1554550777. 2011 (English)

https://www.amazon.ca/gp/product/1554550777/ref=as_li_qf_sp_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfac09-20&linkCode=as2&camp=15121&creative=330641&creativeASIN=1554550777

World Naturopathic Federation. *World Naturopathic Federation Report - Findings from the 1st World Naturopathic Federation Survey*. 2015 (English)

http://worldnaturopathicfederation.org/wp-content/uploads/2015/12/World-Federation-Report_June2015.pdf

World Naturopathic Federation. WNF - *Naturopathic Roots Report - Findings from the Naturopathic Roots Committee Survey*. 2016 (English)

http://worldnaturopathicfederation.org/wp-content/uploads/2015/12/Naturopathic-Roots_final-1.pdf

Zeff L. Jared, Snider Pamela, Pizzorno E. Joseph and Sensenig James. *Naturopathic Medicine: Philosophy and Clinical Theory*. ISBN: 978-0443066788. 2007 (English)

https://www.amazon.com/gp/product/0443066787/ref=as_li_ss_tl?ie=UTF8&tag=ndhealthfacts-20&linkCode=as2&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=0443066787

10 Seznam zdrojů Bílé Knihy

- [1] Lloyd I Hausser T, Wardle J, Parker T, Cottingham P, World Naturopathic Federation. *World Naturopathic Federation Report: Findings from the 1st World Naturopathic Federation survey*. Toronto: World Naturopathic Federation; 2015.
- [2] Hausser T, Lloyd I, Yáñez J, Cottingham P, Turner RN, Abascal A. *WNF Naturopathic Roots Report*. Toronto: World Naturopathic Federation; 2016.
- [3] World Naturopathic Federation. 2016 Naturopathic Numbers Report. Toronto: World Naturopathic Federation; 2016.
- [4] World Health Organisation. *Benchmarks for training in Naturopathy*. Geneva: World Health Organisation; 2010. Report No.: WB 935.
- [5] NA. *History of Naturopathic Medicine Portland, OR*: National University of Natural Medicine; 2017 Available from: <http://nunm.edu/history-of-naturopathic-medicine/>.
- [6] Frawley D. Gods, Sages and Kings: *Vedic Secrets of Ancient Civilization*. 2 ed. Twin Lakes, WI: Lotus Press; 2012.
- [7] Unschuld P. Huang Di Nei Jing Su Wen: *Nature, Knowledge, Imagery in an Ancient Chinese Medical Text*. Berkley, CA: University of California Press; 2003.
- [8] Lloyd I. *The Energetics of Health, a naturopathic perspective*. St Louis: Elsevier, Churchill Livingstone; 2009.
- [9] Jagtenberg T, Evans S, Grant A, Howden I, Lewis M, Singer J. *Evidence-Based Medicine and Naturopathy*. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. 2006;12(3):323-8.
- [10] Marketos SG, Skiadas PK. *The Modern Hippocratic Tradition:: Some Messages for Contemporary Medicine*. Spine. 1999;24(11):1159-63.
- [11] Sallis J. Being and Logos: *Reading the Platonic Dialogues*. Bloomington, IN: Indiana University Press; 1996.
- [12] Charlton W. *Aristotle's Definition of Soul*. Phronesis. 1980;25(2):170-86.
- [13] Sweet V. *Hildegard of Bingen and the greening of medieval medicine*. Bulletin of the History of Medicine. 1999;73(3):381-403.
- [14] Hildegard of Bingen. *Libro de las Causas y remedios de las enfermedades*. Madrid: Hildegardiana, Tina Hausser(Trans); 2013.

- [15] Rosner F. *The medical legacy of Moses Maimonides*. Hoboken, NJ: KTAV Publishing House, Inc.; 1998.
- [16] Gordon HL. *The preservation of youth: essays on health*. Ann Arbor, MI: Philosophical Library; 1958.
- [17] Bradley RS. *Philosophy of naturopathic medicine*. In: Pizzorno J, Murray M, editors. *Textbook of Natural Medicine*. 4 ed. St. Louis, MO: Elsevier; 2013. p. 61-8.
- [18] Kaptchuk TJ. *History of vitalism*. In: Micozzi MS, editor. *Fundamentals of complementary and alternative medicine*. 2 ed. Philadelphia, PA: Churchill Livingstone; 2001. p. 43-56.
- [19] Sloan PR. *Descartes, the sceptics, and the rejection of vitalism in seventeenth-century physiology*. *Studies in History and Philosophy of Science Part A*. 1977;8(1):1-28.
- [20] Wood M. *Vitalism: The history of herbalism, homeopathy and flower essences*. Berkeley, CA: North Atlantic Books; 2005.
- [21] Lloyd I. *The History of Naturopathic Medicine, a Canadian perspective*. Toronto, Canada: McArthur & Company; 2009.
- [22] Whorton JC. *Benedict Lust, naturopathy, and the theory of therapeutic universalism*. *Iron Game History*. 2003;8(2).
- [23] Hechtman L. *Clinical Naturopathic Medicine*. Sydney, Australia: Churchill Livingstone; 2012.
- [24] Connolly G. *Naturopathic Case Taking*. In: Sarris J, Wardle J, editors. *Clinical Naturopathy: An evidence guide to practice*. 2 ed. Sydney, Australia: Churchill Livingstone; 2014. p. 1-18.
- [25] Gieser S. *The Innermost Kernel: Depth psychology and quantum physics. Wolfgang Pauli's dialogue with C.G. Jung*. Berlin, Germany: Springer-Verlag; 2005.
- [26] Capra F. *The Web of Life*. New York, NY: Anchor Books; 1996.
- [27] Hufeland C. *The Art of Prolonging Life*. Philadelphia: Lindsay and Blackiston; 1880.
- [28] Hahnemann S. *Organon of Medicine*. Los Angeles, CA: J.P. Tarcher; 1982.
- [29] Jennings I. *The Philosophy of Human Life*. Pomeroy, WA: Health Research Books; 1996.

- [30] Just A. *Return to Nature: The true natural method of healing and living and the true salvation of the soul - paradise regained*. New York, NY: Benedict Lust; 1903.
- [31] Navarro M. *Fundamentos de Naturopatía*, CEAN curriculum page 41. Tina Hausser(Trans).
- [32] Walter R. *The Nutritive Cure*,. New York, NY: I. K. Funk and Co.; 1881.
- [33] Mezzich JE, Salloum IM. *Towards a Person-Centred Integrative Diagnosis*. Psychiatric Diagnosis: John Wiley & Sons, Ltd; 2009. p. 297- 302.
- [34] Barrett B, Marchand L, Scheder J, Plane MB, Maberry R, Appelbaum D, et al. *Themes of Holism, Empowerment, Access, and Legitimacy Define Complementary, Alternative, and Integrative Medicine in Relation to Conventional Biomedicine*. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. 2003;9(6):937-47.
- [35] Costanza R. Toward and operational definition of ecosystem health. In: Costanza R, Norton B, Haskell B, editors. *Ecosystem Health: New Goals for Environmental Management*. Washington DC: Island Press; 1992. p. 239-56.
- [36] Lutheritz K. *Systeme der Ärzte von Hippokrates bis Brown*. Dresden: Thiel, Tina Hausser(Trans); 1810.
- [37] Biondi PC. *Aristotle - Posterior Analytics II.19* Quebec City, Canada: Les Presses de L'université Laval; 2004.
- [38] Galen. Galen: *Method of medicine - books 1-4*. In: Johnnton I, editor. *Galen: Method of medicine*. Cambridge, MT: Harvard University Press; 2011.
- [39] Von Bingen H. *Causae et Curae*. Leipzig, Germany: In aedibus B.G. Teubneri; 1903.
- [40] Kuhne K, cited in Czerenko S. *Philosophy of Natural Medicine*. Portland,OR: NCNM Press; 2013.
- [41] Zeff J, Snider P, Myers S, DeGrandpre Z. *A Hierarchy of Healing: The Therapeutic Order*. In: Pizzorno J, Murray M, editors. *Textbook of Natural Medicine*. 4 ed. St. Louis: Elsevier; 2013. p. 18-33.
- [42] Lindlahr H. *Nature Cure*. 20 ed. Holicong, PA: Wildside Press; 1922.
- [43] James JT. *A new, evidence-based estimate of patient harms associated with hospital care*. Journal of patient safety. 2013;9(3):122-8.

- [44] Wardle J, Steel A, McIntyre E. *Independent registration for naturopaths and herbalists in Australia: the coming of age of an ancient profession in contemporary healthcare*. Australian Journal of Herbal Medicine. 2013;25(3):101-59.
- [45] Zeff J. Forward to: *The collected works of Benedict Lust*. Wenatchee, WA: Healing Mountain Publishing; 2006.
- [46] Sydenham T, Latham R. *The works of Thomas Sydenham, M.D.* London, UK: The Sydenham Society; 1750.
- [47] Lutheritz K. *Hippokrates Asklepiades und Celsus : Systeme der Medizin*. Dresden: Tina Hausser(Trans); 1810.
- [48] Williams EA. *The physical and the moral: anthropology, physiology, and philosophical medicine in France, 1750-1850*: Cambridge University Press; 2002.
- [49] Coley NG. *Medical chemists and the origins of clinical chemistry in Britain (circa 1750-1850)*. Clinical Chemistry. 2004;50:961+.
- [50] Watson J. *Intentionality and Caring-Healing Consciousness: A Practice of Transpersonal Nursing*. Holistic Nursing Practice. 2002;16(4):12-9.
- [51] Neuburger M. *Geschichte der Medizin*. Stuttgart F. Enke, Tina Hausser(Trans); 1906.
- [52] Cottingham P. *The Core of Naturopathic Philosophy – The essence of health and healing*. [Course material]. In press 2015.
- [53] Hufeland CW. *Enchiridion medicum or the practice of medicine: the result of fifty years`experience*. New York, NY: William Radde; 1844..
- [54] Hufeland CW. *Lehrbuch der allgemeinen Heilkunde*. Jena: Friedrich Frommen, Tina Hausser(Trans); 1830.
- [55] Trall R. *The Hydropathic Encyclopedia: A system of hydropathy and hygiene*. New York, NY: Fowlers and Wells; 1854.
- [56] Trall R. *Diseases of the throat and lungs*. New York, NY: Fowlers and Wells; 1861.
- [57] Gilbert C. *The Vis Medicatrix Naturae*.
- [58] Newman-Turner R. *Naturopathic Medicine: Treating the Whole Person*. London, UK: Thorsons; 1991.

- [59] Logan AC, Selhub EM. *Vis Medicatrix naturae: does nature "minister to the mind"? Biopsychosocial Medicine*. 2012;6:11-.
- [60] Pizzornno J. *Vis Medicatrix Naturae; The Stewardship of Healing*. 2009. Vitalism Conference; London, UK: Octagon Institute; 2013.
- [61] Foundations Project; *The heart of naturopathic medicine*. Unified Energetics 2007 [Available from: [http://wwwFOUNDATIONSproject.com/documents/articles/FoundationsIntevie w.pdf](http://wwwFOUNDATIONSproject.com/documents/articles/FoundationsIntevie%20w.pdf)].
- [62] NA. Wizard Edison. *The Newark Advocate*. 1903 2 January 1903.
- [63] Tilden J. *Toxemia Explained*. Denver, CO: J.H.Tilden; 1935.
- [64] Herman PM, Sherman KJ, Erro JH, Cherkin DC, Milliman B, Adams LA. *A method for describing and evaluating naturopathic whole practice. Alternative Therapies In Health And Medicine*. 2006;12(4):20-8.
- [65] Staden L. *What is Naturopathy?* The Naturopath and Herald of Health. 1902;3(1):15-8.
- [66] Lindlahr H. *How I became acquainted with nature cure*. The Naturopath and Herald of Health. 1918;23(2):122.
- [67] Trall R. *Popular physiology : a familiar exposition of the structures, functions, and relations of the human system, and their application to the preservation of health*. New York, NY: S. R. Wells & Co; 1875.
- [68] Benjamin H. *Everybody's Guide to Nature Cure*. Croydon, UK: Health for All Publishing; 1936.
- [69] Navarro M. *El Criterio Naturopático de Juan Esteve Dulin*. Tina Hausser(Trans).
- [70] Navarro M. *Fundamentos de Naturopatía*, CEAN curriculum page 28. Tina Hausser(Trans).
- [71] Ohno T. *Ask 'why' five times about every matter* Tokiyo, Japan 2006
- [72] Cicero cited in Lloyd I. *Treat the whole person* Toronto, Canada: NDhealthFACTS; 2013 [Available from: http://www.ndhealthfacts.org/wiki/Treat_The_Whole_Person]
- [73] Harmsworth GR, Awatere S. *Indigenous Māori knowledge and perspectives of ecosystems. Ecosystem services in New Zealand— conditions and trends Manaaki Whenua Press, Lincoln, New Zealand*. 2013:274-86.

- [74] World Health Organization. *The Bangkok Charter for Health Promotion in a Globalized World*. Geneva, Switzerland: World Health Organisation Int.; 2005.
- [75] National Prevention Health Promotion and Public Health Council. *Response to the National Prevention and Health Promotion Strategy* Washington, DC: American Association of Naturopathic Physicians; 2017
- [76] NA. *Naturopathic Treatments* Toronto: Canadian Association of Naturopathic Doctors; 2017 [Available from:
<http://www.cand.ca/common-questions-naturopathic-treatments/>].
- [77] Ali A, Katz DL. *Disease Prevention and Health Promotion*. American Journal of Preventive Medicine. 2015;49(5):S230-S40.
- [78] NA. *Naturopaths of New Zealand / Naturopathy Today* Otorohanga, New Zealand: Naturopaths of New Zealand; 2017 [Available from:
<http://www.naturopathsofnz.org.nz/>].
- [79] Cottingham P, Adams J, Vempati R, Dunn J, Sibbritt D. *The characteristics, experiences and perceptions of homeopaths in New Zealand: results from a national survey of practitioners*. Homeopathy.106(1):11-7.
- [80] Schloss J, Steel A, Reid R, Hughes R, Hechtman L. *Submission to the Standing Committee on Health Inquiry into Chronic Disease Prevention and Management in Primary Health Care*. Ashfield, Australia: National Herbalists Association of Australia; 2015.
- [81] DuBois D, Flay B, Fagan M. *Self-esteem enhancement theory: Promoting health across the life span*. In: Diclemente R, Crosby R, Kegler M, editors. *Emerging theories in health promotion, practice and research*. 2 ed. San Francisco, CA: Jossey-Bass; 2009.
- [82] Lindlahr H. *The Practice of Natural Therapeutics*. Chicago,IL: The Lindlahr Publishing Co; 1919.
- [83] NA. *What is naturopathic medicine* Washington DC: American Association of Naturopathic Medical Colleges; 2017 [Available from:
<https://aanmc.org/naturopathic-medicine/>].
- [84] Breslow L. *A Quantitative Approach to the World Health Organization Definition of Health: Physical, Mental and Social Well-being**. International Journal of Epidemiology. 1972;1(4):347-55.
- [85] Campbell J. *The Collected Works of Joseph Campbell*. San Francisco, CA: New World Library; 2014. 120, 49 p.

- [86] Diener E, Suh EM, Lucas RE, Smith HL. *Subjective well-being: Three decades of progress*. Psychological Bulletin. 1999;125(2):276-302.
- [87] Massimini F, Delle Fave A. *Individual development in a bio-cultural perspective*. American Psychologist. 2000;55(1):24-33.
- [88] Montesó JOÁ. *Como actúa la Naturopatía*. Vivir con Salud. 1992;39(214):31.
- [89] Hippocrates cited in, Kluger MJ, Kozak W, Conn CA, Leon LR, Soszynski D. *The Adaptive Value of Fever*. Infectious Disease Clinics. 1996;10(1):1- 20.
- [90] Ray JJ, Schulman CI. *Fever: suppress or let it ride?* Journal of Thoracic Disease. 2015;7(12):E633-E6.
- [91] Shelton H. *The Hygienic System*. San Antonio, TX: Dr. Shelton's Health School; 1939.
- [92] Brien SB, Harrison H, Daniels J, Lewith G. *Monitoring improvement in health during homeopathic intervention*. Development of an assessment tool based on Hering's Law of Cure: the Hering's Law Assessment Tool (HELAT). Homeopathy. 2012;101(1):28-37.
- [93] Navarro M. *Fundamentos de Naturopatía, CEAN curriculum* page 42-43. Tina Hausser(Trans).
- [94] Lloyd JU. *Samuel Thomson and the early history of Thomsonianism*. Bulletin of the Lloyd Library. 1909;11(7).
- [95] Beer A, Uehleke M, Wiebelitz B, Diger KR. *The History of Inpatient Care in German Departments Focussing on Natural Healing. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2013;2013:8.
- [96] Priessnitz V. *Hydropathy; Or, The Cold Water Cure, as Practised by Vincent Priessnitz, at Graefenburg, Silesia, Austria*. London, UK: James Madden and co.; 1843.
- [97] Kuhne L. *The New Science of Healing or the doctrine of the Oneness of all Diseases* Leipzig, Germany: Louis Kuhne; 1899.
- [98] T Kruzel SM, Z De Grandpre, P Orrock, J Zeff, S Thomas, D Thom, K Broderick, S Mathrick Emunctorology. In Snider P. L., Zeff J., Pizzorno J., Myers S., Sensenig J., Turner R. N., Warren D. (Eds.), *Foundations of naturopathic medicine: The healing power of nature*. . Foundations of Naturopathic Medicine & Foundations of Naturopathic Medicine Institute 2010.

- [99] Kirchfeld F, Boyle W. *Nature doctors: pioneers in naturopathic medicine*. Medicina Biologica; 1994.
- [100] McWilliams C. *Naturopathy: its roots in monastic medicine*. Townsend Letter. 2015 2015/06//:90+.
- [101] Masahiro I. *The philosophical influences of Empedocles in the Hippocratic medical treatise De Natura Hominis*. Kagakushi Kenkyu. 2006;45(237):11-22.
- [102] Sykiotis GP, Kallioliass GD, Papavassiliou AG. *Pharmacogenetic Principles in the Hippocratic Writings*. The Journal of Clinical Pharmacology. 2005;45(11):1218-20.
- [103] Prioreschi P. *A history of medicine: Roman medicine*. Edwin Mellen Press; 2003.
- [104] Kneipp S. *My Water Cure: As described for the healing of diseases and the preservation of health*. 2 ed. Edinburgh: William Blackwood and Sons; 1893.
- [105] Müller IW. *Humoralmedizin: physiologische, pathologische und therapeutische Grundlagen der galenistischen Heilkunst*. Karl F. Haug, Tina Hausser(Trans); 1993.
- [106] Herausgeber SU, Hilpert-Muehlig U. *Heilpraktikerverband Bayern, 150 Jahre Naturheilkunde*. Tina Hausser(Trans). 2014.
- [107] Gleich L. *Das Grundwesen der Naturheilkunde*. 1851.
- [108] Lust B. *Universal Naturopathic Encyclopedia Directory and Buyer's Guide*. 1918-1919:page 1179.
- [109] Lust B. *A brief history of natural healing*. In: Czeranko S, editor. *Origins of Naturopathic Medicine*. Portland, OR: NCNM Press; 2013.
- [110] Cordingley E. *Principles and Practice of Naturopathy*. Health Research Reprint. 1924.
- [111] Platen P. *The Golden Book of Health*. 1909.
- [112] L Chaitow EB, P Orrock, M Wallden, P Snider, J Zeff. *Naturopathic Physical Medicine*. Elsevier. 2008.
- [113] NA. CAND. 2017. [Available from: <https://www.cand.ca>
- [114] NA. *Naturopaths of New Zealand Inc*. 2017. [Available from: <http://www.naturopathsofnz.org.nz>

- [115] FENAHMAN. *Livre blanc de la Naturopathie* (en France). 2008; [Available from:
<http://www.yvesmichel.org/product-page/sante/livre-blanc-de-la-naturopathie/>].
- [116] NA. *OCN FENACO*. 2017. [Available from: <http://colegionaturopatas.es>]
- [117] NA. *General Council and Register of Naturopaths*. 2017. [Available from:
<http://gcrn.org.uk>]
- [118] NA. *AANP*. 2017. [Available from: <http://www.naturopathic.org>]
- [119] FENAHMAN. *Code de Deontologie & Charte de la Naturopathie*. 2015.
- [120] Navarro M. *Fundamentos de Naturopatía*, CEAN curriculum page 28. Tina Hausser(Trans).
- [121] Clarke E, Jacyna LS. *Nineteenth-Century Origins of Neuroscientific Concepts*. Berkley, CA: University of California Press; 1987.
- [122] Alvarado CS, Nahm M. *Psychic Phenomena and the Vital Force: Hereward Carrington on "Vital Energy and Psychical Phenomena"*. Journal of the Society for Psychical Research. 2011;75(903):91-103.
- [123] Ouedraogo AP. *Food and the Purification of Society: Dr Paul Carton and vegetarianism in interwar France*. The Society for the Social History of Medicine. 2001;14(2):223-45.
- [124] NA. Books by Tissot, S. A. D. (Samuel Auguste David)
(sorted by popularity): Project Gutenberg; 2017 [Available from:
<http://www.gutenberg.org/ebooks/author/7413>].
- [125] Thomson JC. *Nature Cure from the Inside the Why of Chronic Disease with Many Case Histories and Home Treatments*. Edinburgh: Kingston Clinic; ND. Available from:
<http://soilandhealth.org/wp-content/uploads/02/0201hyglibcat/020141.thomson.pdf>.
- [126] Lindlahr H. *The Philosophy of Natural Therapeutics*. Chicago,IL: The Lindlahr Publishing Co; 1924.
- [127] NA. *Booklets Marchesseau St Sauvart*, France: Ecole Dagere Univers; 2017 [Available from:
<https://translate.google.co.nz/translate?hl=en&sl=fr&u=https://www.ecoledagere.fr/livrets.php&prev=search>].

- [128] Jauvais G. *Biography of Grégoire Jauvais*: Grégoire Jauvais; 2010
[Available from:
<http://www.naturopathe-jauvais.com/gregoire-jauvais-presentation>.
- [129] NA. *What Is Orthopathy?*: International Natural Hygiene Society; 2017
[Available from: <http://www.i-nhs.com/inhs/articles/orthopathy.html>.