

Cartas a Mis Pacientes



Ilustración: José Luis Alcover Lillo.

M. Gloria Alcover Lillo*

Higiene, homeopaticidad, nutrición y humanización

Dime lo que comes, y te diré quién eres

Queridos pacientes:

Creo que nos conviene seguir con el tema de la higiene vital para formar un criterio más amplio y, así, poder distinguir en nuestra vida entre aquello que es una falsa enfermedad y una verdadera enfermedad.

De acuerdo con la profunda observación del doctor Samuel Hahnemann (el descubridor de la Homeopatía), una falsa enfermedad es un estado de existencia del hombre que padece un sufrimiento (latín: *patior*, “sufrir”; griego: *pathos*, “experimentar un sufrimiento”. Por eso no se puede llamar “cliente” al paciente. Cliente es alguien que, aunque esté sano, necesita algo; el término proviene del indoeuropeo *klei*). Este “padecer” tiene sus características evidentes: tipo de dolor o alteración del ánimo, modalidades, horarios, peculiaridades, por ejemplo un dolor de cabeza que se repite cada fin de semana, con deseo de ir a la cama y estar en completa oscuridad y gran agotamiento, irascibilidad y aversión a la compañía; frío en las manos y los pies, náuseas y vómito violento de cualquier cosa que come; dolor que viene de repente y se va de la misma forma. Y además, que está situado en la historia de la vida de un hombre concreto, individual e irrepetible.

Estos mismos síntomas, vistos así, sin más profundidad, podrían pertenecer a una verdadera o a una falsa enfermedad. Sin embargo, la característica de una **falsa enfermedad** es

*La autora es médico cirujano por la Universidad Complutense de Madrid (España), con especialidad en Ginecología y Obstetricia; además, tiene la especialidad en Homeopatía por la Escuela de Posgrado de Homeopatía de México, A.C., y es miembro de honor de la Universidad de Sevilla, la Academia Médico Homeopática de Barcelona, la Escuela Médico Homeopática Rumana, la Escuela Médico Homeopática Ecuatoriana, la Escuela Médico Homeopática de Bogotá y el Instituto G. Páez de Bogotá.

que está ligada a una **causa externa**. Por ejemplo: si este dolor de cabeza le viene al paciente cuando tiene que convivir con sus hermanos, a los que no soporta. En este caso, cuando se va con sus amigos, no le viene el dolor de cabeza (como dice un refrán español: “muerto el perro, se acabó la sarna”).

Sin embargo, la característica para que sea una **verdadera enfermedad** es que no tiene relación con una causa externa, sino que es un modo de sufrir —en este caso, periódico, reiterativo, persistente, que **viene del interior**, sin ningún desencadenante físico ni psíquico que lo estimule. Y como todas las verdaderas enfermedades tiende a una **cronicidad** que no se modifica ni con la forma de vida más serena y tranquilizadora, ni con los cambios de vida más adecuados, ni con las mejores condiciones higiénicas. Frecuentemente lo ha padecido también alguien de la familia. Y la causa inicial se pierde en la lejanía del tiempo. Es un modo de sufrir que pareciera tener **un movimiento perverso propio**.

Esta forma profunda de sufrir, generalmente de naturaleza hereditaria, es lo que en Homeopatía se llamará —explicaremos más adelante— **estructura miasmática del paciente y estado miasmático hereditario**, que es, en definitiva, lo que se tiene que curar para que no se organice y declare lo que todos nosotros llamamos comúnmente “enfermedad”. Algo parecido a lo que en la medicina tradicional se ha entendido como **diátesis (pre-disposición a enfermarse de una manera determinada)**. Una realidad del modo de sufrir que médicos antropólogos de la altura de Rof Carballo llamaron la **urdimbre** estructural del paciente. Y así, de la misma forma, en la medicina tradicional se reconoce el sufrimiento, tanto físico como mental **exógeno** (generado desde fuera) o **endógeno** (generado desde el interior).

Todo esto es importante para comprender la higiene vital, para comprender que cuando nos enfermamos o sufrimos lo primero que debemos hacer es utilizar el sentido común para saber si estamos **recibiendo algo** que no nos es adecuado, que no **nos pertenece**. O sí, por el contrario, vivimos de acuerdo a lo que nos es necesario y por ello podemos verificar que el sufrimiento, aparentemente, no tiene explicación. ¿Por qué? Porque si nuestra vida no es higiénica, tendremos que, con un gesto de instinto vital y lógica elemental, darnos lo que necesitamos. Eso será suficiente para sanar y **no necesitaremos del médico y tampoco de los integradores, bio-medicinales, de cualquier tipo**. Basta con ser coherentes y respetuosos con la propia **persona**. Sin embargo, si nuestra vida es higiénica en líneas generales, entonces la situación será distinta y tendremos que recurrir a un buen médico.

Soy consciente de que hoy día, hablar de lo que “nos pertenece” a cada cual es un gran desafío. En este mundo de consumismo brutal hemos perdido el instinto y el sentido común. Por desesperación nos hemos vuelto glotones, con hambre celular y hambre del alma, pero miopes. Como dicen los pensadores, tenemos “muchos instrumentos y pocos fines”. O, visto por la sabiduría popular: “el que mucho abarca, poco aprieta”. Y si, además, aceptamos que la palabra “renunciar” se ha excluido del diccionario interior de nuestra vida, entonces deberíamos optar por reconocer aquello que **nos pertenece**. Parecería lo más fácil, una muy ardua tarea que, sin embargo, tiene todo en contra.

De todos modos, intencionadamente he usado el término **recibir** (del latín: *re*, reiterativo, “repetir algo”, y *capere*,

“tomar, agarrar, capturar”). Es decir: “admitir o recoger dentro de sí algo repetidamente”. He usado este término, digo, intencionadamente, porque quiero insistir verdaderamente en su significado en relación con la higiene, con esta frase inicial que en realidad sintetiza todo: **dime lo que comes y te diré quién eres** (homóloga al refrán español: “de lo que se come, se cría”), comprendiendo bien que “comer” no se refiere al número de calorías sino a la “nutrición vital”.

Las preguntas que nos tenemos que hacer todos son más o menos de este tipo: ¿cuál es el alimento que recibo habitualmente? ¿Cómo nutro a mi cuerpo externo y mi alma interna?

¿Hago ejercicio? ¿Bailo? ¿Canto? ¿Juego? ¿Me divierto de alguna manera, con mi cuerpo, con mi corazón, conmigo mismo, con los demás? ¿Tengo algún proyecto que me realiza y me divierte?

¿Qué similitud tiene lo que hago con lo que soy, con lo que deseo, con lo que me da fuerza, alegría y vida? ¿Lo comparto, sé participar y hacer partícipes a mis allegados de lo que me gusta?

¿Busco lo que “resuena”, es decir, “lo que de verdad siento que deseo, lo que me hace falta” dentro de mí? ¿Realmente sé buscarlo, o espero siempre que alguno lo adivine y me lo dé? ¿Me acerco a los frutos, físicos y morales, que se me “apetecen” (del latín *appetitus*, “tendencia, fuerza que dirige a algo”)? ¿Me las ingenio para conseguir lo que siento que es mío y me da realización?

¿Cómo nutro mi modo de pensar? ¿Cómo nutro mi vida afectiva y mi modo personal de sentir?

¿Cómo cumplo mis sueños, mis ambiciones de realización, en las que siento que **doyle mejor de mí mismo**?

¿Con quién con-vivo, con quién com-parto mi vida? ¿Tengo buenos amigos? ¿Sé hacer vida de familia, es decir, comparto con gusto con mis hijos, mis hermanos, mis allegados... siendo yo hermano, padre, esposo o esposa, o simplemente están allí como artículos de “decoración” en la vitrina familiar?

¿Sé resolver los conflictos a mi alrededor? ¿Sé renunciar a lo que no me pertenece? ¿Sé distinguir lo que me pertenece, de lo que no me pertenece?

En fin, que pareciera un sermón moralista, pero en realidad es un modesto **recuerdo** de cosas fundamentales para enseñorearse un poco de la vida que nos pertenece a cada cual; para alcanzar la higiene y la salud que nos pertenece a cada uno en modo distinto, individual y personal, y que ningún médico o ningún herborista puede suplantar o dar artificialmente. Unas pequeñas reglas de pensamiento, unos *tips* como se dice hoy, para que dejemos de decir: “yo no sé lo qué hago, ni a dónde voy, ni qué sentido tengo aquí en este mundo”, palabras que la mayoría pronunciamos frecuentemente.

¡No nos debemos extrañar de estos discursos! En la antigüedad, la búsqueda de los caminos para alcanzar la virtud fueron motivo de gran empeño para los pensadores y los sabios (que tenían a su cargo educar la ciudad). No por un moralismo inútil o manipulador, sino porque la **virtud** era el

mejor modo de asegurar una vida feliz y longeva, una dignidad al ciudadano y al pueblo, puesto que era la condición del “hombre libre” (virtud, del latín *vi*, “hombre”, aplicado en Roma al hombre libre y a toda la serie de comportamientos que permitían que un hombre fuese libre. De otra manera el hombre se convertía en un “siervo”, ya sea de otro, o bien, de sí mismo).

Sin duda, era algo más de lo que hoy descarnada y reductivamente llamaríamos **medicina preventiva**.

Muchos de ustedes se preguntarán ¿qué tiene que ver esto con la Homeopatía? La Homeopatía es, para la mayor parte de las personas del mundo actual, una “alternativa” entre todas las disciplinas de la salud aceptada o no por los diversos gobiernos de diversos países, según una serie de motivos que, normalmente, el ciudadano desconoce.

Hasta ahí la opinión general del vulgo. Sin embargo, tengo la obligación y el placer de mostrarles otra cosa. La Homeopatía (del griego *homoios*, “semejante”, y *pathos*, “enfermedad”) es el arte y la ciencia de la curación que ha establecido desde 1810 las bases de lo que será la medicina del futuro. Basándose en la experimentación hecha sobre el hombre sano ha descubierto y estructurado los pilares del nuevo “paradigma” que está constituyendo, en modo irreversible, la gran revolución de las medicinas vibratorias. Descubre principios y leyes de curación organizados que constituyen un cuerpo doctrinario y un nuevo *logos* médico; un nuevo modo de comprender todo y de actuar eficazmente.

Además, establece con claridad, exactitud y precisión un “método curativo”, es decir, un camino **cierto** en el proceder médico. ¿Por qué afirmo esto? Porque la revelación central de la Homeopatía es el descubrimiento de **cuál es la relación obligatoria entre la serie de síntomas que manifiesta el paciente y el estímulo capaz de desencadenar la reacción curativa**, desde el interior de ese enfermo. Descubre la ley de resonancia aplicada a la necesidad terapéutica. Es decir, la famosa Ley de Similitud, y la demuestra a través de la experimentación repetida, o sea, científicamente. Y a partir de ahí, muchísimas verdades útiles y comprobables relativas a la curación. Una ley que ayudará a todas las disciplinas médicas a afinar su quehacer terapéutico. Porque en el Universo, sin la homeopaticidad, no hay curación verdadera: **el acto terapéutico tiene que ser lo más semejante posible a la necesidad (obvio, ¿no?)**.

Por este motivo quiero que ustedes distingan entre Homeopatía como disciplina alternativa, como corriente “de moda” (tal y como suele presentarse) o como curiosidad curativa... y **homeopaticidad!**

Para no alejarnos del título de esta *Carta a mis pacientes* quiero sintetizar los conceptos haciendo el puente entre **homeopaticidad, nutrición y humanización**: todo lo que **recibimos** contribuye a desarrollar lo que somos: seres humanos. Por lo tanto, lo que entra en nuestra vida, a través del cuerpo, de la mente, del alma o del espíritu contribuye a nuestra realización y nos con-forma. Nos da la **forma**.

Cuando nos enfermamos, todos nos damos cuenta de que nos de-formamos, que perdemos nuestra forma **original**. Es decir, nos damos cuenta de que nos estamos alejando de lo que fuimos, de lo que somos, de lo que quisiéramos ser y de lo que profundamente sentimos que nos pertenece ser. Nos

des-humanizamos y nos des-personalizamos. Incluso, nos degeneramos. De hecho decimos: “es una pena, está como un vegetal”, o bien, se ha vuelto un “animal”. También expresamos frases como “se ha vuelto duro como una piedra”, o bien, “verdaderamente es de acero”, o “es tan débil que se deshace como la cera”, etcétera.

Dicho esto, no es tan difícil comprender cómo **intuitivamente** —no de modo científico y controlado— el ser humano ha buscado y hecho amuletos y talismanes con las piedras, los huesos, los metales, las plantas y todo tipo de energías del Universo para “restituir” el equilibrio perdido. Una forma de homeopaticidad en función de la llamada Teoría de la Signatura, es decir, las semejanzas entre los elementos del universo —potenciales medicamentos— y las necesidades de la persona que sufre. La experiencia servía para favorecer la curación, pero también para constatar que era insuficiente para curar en la mayor parte de los casos. Faltaba conocimiento, método, ciencia y precisión.

Sin embargo, se ha ido comprendiendo que debemos **recibir y elegir lo que recibimos, de modo que sea lo más semejante a lo que necesitamos**. Cuando más semejante, cuanto mayor sea su **homeopaticidad**, más fácilmente encontraremos la “satisfacción adecuada” a la necesidad continua que nos urge de ser lo que tenemos que ser, y ser cada vez más persona y más humanos.

A través de esta **homeopaticidad humanizante** encontraremos la salud de todo lo que constituye, en verdad, una falsa enfermedad, es decir, un sufrimiento que es **real** pero condicionado a un mal vivir y que es aprovechado por el comercio del dolor para sustituir la vida real por la vida artificial, por muy natural que parezca.

Coincidiendo con este momento circular del año (la Pascua), que para las almas secularizadas significa “vacaciones”, y para las almas que mantienen el re-ligé (del latín *Religare*, “re-ligión”) significa “el fruto y sanación trascendente”, no podría dejar de señalar, de acuerdo con nuestro discurso, la conclamada homeopaticidad crística, a través de la cual se ha cumplido la salvación del género humano, tal cual está escrito por sus testimonios:

“...Despreciable y deshecho de hombres...
y con todo, eran nuestras dolencias las que él llevaba
y nuestros dolores los que él soportaba...
Herido por nuestras rebeldías, molido por nuestras culpas...
con sus heridas hemos sido sanados...
anulando la muerte con su muerte y dándonos
la vida con su vida...”

Bueno, por el momento creo que tenemos mucho para reflexionar y para hacer un buen trabajo con todo lo que se ha dicho.

Un abrazo afectuoso, como siempre.

P.D. Me he permitido hacer pequeñas observaciones sobre el significado de ciertas palabras porque, creo, esto ayuda a comprender mejor los conceptos. En momento alguno se pretende aleccionar a nadie. Mi deseo no es “dar lecciones”, sino ayudar a **recordarnos** lo que somos para que podamos tratarnos y comprendernos mejor.