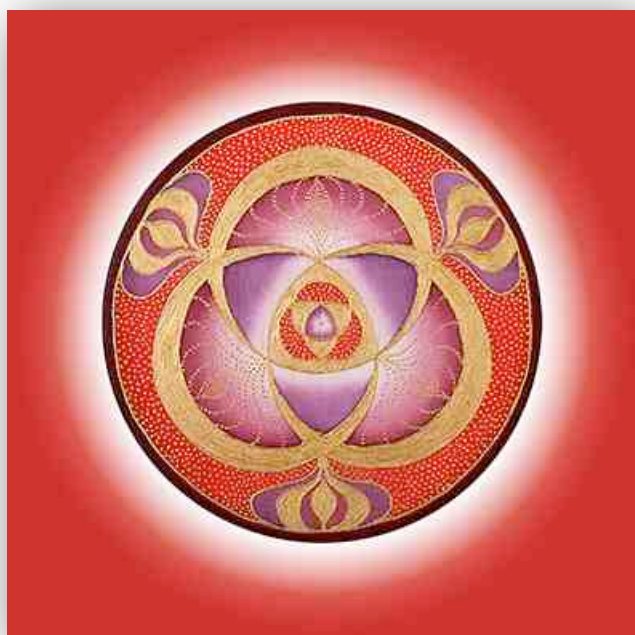


SLOW MOMENTS

V rubrice SLOW MOMENTS VII. se věnuji tématu alternativní medicíny. Ne z hlediska „víkendových“ léčitelů, ale z pohledu lékařů klasické medicíny, kteří z vlastního přesvědčení praktikují také léčebné metody, které se v univerzitních aulách vyučují jen velmi omezeně. Názory lékařů v Německu, Švýcarsku a Česku na služby zdravotních pojišťoven a přístupy jejich pacientů k alternativní medicíně jsou stejně zajímavé a inspirativní jako rozhovor s pražskou terapeutkou Dr. Ivetou Špatenkovou-Skálou, která léčí pomocí malovaných mandal. Její výstava OBRAZY DUŠE probíhá v Galerii Černá labuť ve dnech 20.5. – 21.6.



Rovnováha - Dávám a přijímám radost ze života

zdraví, a ne naše nemoci! Nestálo by za uváženu, dát bonusy těm lidem, kteří se o své zdraví skutečně starají? Kdo například rok nenavštíví lékaře (prevence vyjímaje), dostane vrácenou část zaplaceného pojištění. I některé podniky už přijaly trend podpory zdravého životního stylu. Mohla bych jmenovat ne málo firem v EU, které podporují zdraví svých zaměstnanců různými akcemi: nekuřáci dostávají extra prémii, v kantýnách je ovoce a minerálka zadarmo, podnik platí zaměstnancům sportovní či antistresové kurzy. Příkladem budiž Siemens, který ročně vydává na zvláštní zdravotní kontrolu a školení svých lidí 4 miliony eur. Vždyť statistiky jsou alarmující. Např. německá státní zdravotní pojišťovna AOK uvádí, že popeláři, řezníci, dělníci na stavbě a v lese chybějí průměrně 25 (!) pracovních dní v roce. (Daňoví poradci, inženýři, architekti, lékaři a univerzitní profesori průměrně 7 dnů.) Budeme-li takto pokračovat, můžeme mít jednou více lidí nemocných než zdravých...

Vždyť i po 150 letech jsou aktuální slova faráře a léčitele Sebastiana Kneippa: „Když nebudeme věnovat trochu času svému zdraví, budeme jednou potřebovat hodně času pro své nemoci.“

Lidé chtějí zemřít mladí, ale to – pokud možno – co nejpozději. Protože být mladý je synonymem pro být zdravý, vitální, atraktivní, být fit. Ale „studnu zdraví“ zatím nikdo neobjevil. Její pramínky však protékají všude kolem nás...

Už to slovo samo o sobě říká, že nemocný je člověk, co „ne-má moc“, co nic „ne-může“. Neonemocnět znamená zůstat zdravý. Zůstat zdravý znamená umět se sám postarat o své tělo i svou duši tak, abychom byli schopni rozpoznat signály ještě dřív, než začne svítit červená.

Ochrana zdraví je naší základní prioritou. Uvědomit by si to mohly i zdravotní pojišťovny – vždyť ony pojišťují naše

I. NAŠE ZDRAVÍ

Na naše zdraví mají zásadní vliv dva průmysly: potravinářský a farmaceutický. Ty jsou vedeny několika málo světovými koncerny, které v boji o naše peníze používají dvojsečné zbraně, na obou stranách s velmi ostrými hroty. Mohou nám pomoci zůstat zdraví či nás vyléčit, nebo naopak mohou nemoc způsobit či její rozšíření podpořit. Rozhodnutí, který hrot se nás dotkne, leží jen v našich rukou. Je však udivující, jak lehce se necháváme zmanipulovat.

Nakupování v supermarketech je praktické, nezávislé na dni a hodině, je zde vše pohromadě. Ušetříme čas a myslíme si, že i peníze. Jak rádi uvěříme reklamě o vitamínech, pravotočivých bakteriích, snižování cholesterolu, nulovém tuku a přírodním cukru...

Dobře víme, jak důležité jsou pro naše zdraví omega 3-mastné kyseliny. Je známo, že jedna z nejvyšších koncentrací se nachází ve lněných semínkách a oleji. Proč je však v supermarketu nenajdeme? Protože v systému supermarketů nemá lněný olej žádné místo. Oni potřebují všechno jen ve velkých množstvích a s dlouhou životností. To lněný olej nespĺňuje – je sensibilní a vydrží jen 3 měsíce. Také není levný... Výsledkem je, že do auta kupujeme dražší olej, než užíváme doma v kuchyni.

A skutečně můžeme věřit tomu, že naší střevní flóře pomohou bakterie, které jsou v jogurtu vyrobeném z homogenizovaného a pasterizovaného mléka, jehož doba spotřeby je ještě dodatečně prodloužena termickým procesem ESL (3 sekundy zahřátí na 120 °C)? Kolik nemocných ví, že EU doporučuje uvést na obalech margarínů, že pacienti, kteří užívají tablety na snížení cholesterolu, mohou konzumovat margarín (konkrétně Becel pro.activ) pouze pod dohledem lékaře? A zdravý člověk by ho kvůli fytosteroidům neměl používat vůbec... A proč dnes máme stále více úmrtí na předávkování vitamíny, ale pramálo na nedostatek vitamínů? (Umělé vitamíny jsou totiž přidávány do mnoha potravin, i takových, kde nejsou vůbec zapotřebí – např. do cornflakes, kakaa, hotových jídel, polévek, dokonce i pitné vody...).

II. HISTORIE LÉČITELSTVÍ

Původní obyvatelé různých kontinentů, i když je dělí tisíce kilometrů, zvyklostí a mýtů, mají všichni jedno společné – velmi úzký vztah k přírodě. A to především z magického a léčitelského hlediska. Je to na nich i vidět. Chodí rovně se vzpřímenou hlavou a nosí v sobě určitou hrdost a důstojnost, kterou dnes u samozvaně „civilizovaných“ národů stále více postrádám – náš životní styl a naše cíle nám ohýbají bolestivá záda natolik, že mnozí na konci čekají se sklopenou hlavou na nůž či bílou pilulku s vírou, že jim pomůže.

Etnomedicína je ovšem pro mnohé neznámý pojem a ze zásady ji odmítají podle přísloví – co sedlák nezná, to nejí. Např. pojmy tibetská medicína, šamanismus či léčivé metody původních národů v nás vyvolávají velmi vzdálené představy. Tyto léčebné metody vyrostly na půdě naprosto odlišných kultur, odlišných náboženství i zvyků. A jejich někdy pro nás neznámé a často i těžko vyslovitelné názvy nám na víře nepřidají. Např. TČM má v registru 11 000 bylinek, ovšem v EU je uznáno jen asi 330 druhů a jejich počet stále klesá. Nechci polemizovat o tom, do jaké míry jsou všechny bylinky zdraví prospěšné... Mám přítelkyni, která si nechala vynosit děti-dvojčata americkou matkou. Po dobu celého „těhotenství“ užívala čínské bylinky, aby potom mohla své děti kojit. A skutečně. Mléko naběhlo a ona

kojila 6 měsíců. Kdybych to sama neviděla, nikdy bych neuvěřila! Přesto... Jestliže např. nejstarší doložená léčebná metoda, 5000 let stará indická ajurvéda, přežila nájezdy muslimů a později kolonizaci Angličanů, musí v sobě mít něco, co stojí za pozornost. Stejně jako dva tisíce let stará TČM, která byla v Číně na začátku 20. století z politických důvodů dokonce zakázána. Krátké přerušení tradic však nemá tak ničivé důsledky jako přerušení na několik století, jako se to stalo v Evropě.

Před dvěma tisíci lety bylo na území dnešní Evropy přírodní léčitelství na velmi vysoké úrovni. Např. to, co se zachovalo z poznatků keltských kmenů, obzvláště jejich elity, druidských kněží, udivuje dodnes. Hluboké znalosti druidů se týkaly nejen léčení pomocí drahokamů, světla, zvuků a barvy, talismanů a energetických míst, ale především silou bylinek. Všechna starodávná (pohanská) náboženství vyznávala mnohobožství; každá rostlina patřila jednomu bohu. Proto mělo tehdy bylinkářství tak významné postavení. Léčitelé mužského pohlaví se nazývali wicca, což znamená dobrý muž a čarodějník. Ženy pak byly čarodějky, bohyně, bylinkářky, vědmy, zaříkávačky, bosorky... ponechme jim název čarodějnice.

Avšak s příchodem křesťanství dochází postupně k silnému zásahu do pohanské víry. Církev, která začala hlásat víru v jednoho boha, označila pohanské bohy a jejich vyznavače za ďábla. (Figurku, která předtím v žádném náboženství neexistovala.) Inkvizice je začala pronásledovat, a když papež v roce 1252 povolil mučení při vyšetřování, značně stoupla příznání a potažmo i úmrtí vyslýchaných. V období reformace v 16. stol., kdy měla Evropa asi 80 miliónů obyvatel, již pohanství existovalo jen na odlehlém venkově a těch několik málo vyznavačů čarodějnického kultu žilo v utajení. Odhaduje se (čísla se velmi liší), že celkem proběhly asi 3 miliony procesů a bylo upáleno, oběšeno a umučeno do 100 tisíc lidí obviněných z čarodějnictví. A s nimi byly upáleny nejen hluboké poznatky z magie, ale také z bylinkářství a přírodního léčitelství, které se po staletí přenášely z generace na generaci. Poslední zákon proti čarodějnicím byl zrušen v Anglii v roce 1951, avšak jejich pronásledování pokračovalo částečně až do současnosti, dokonce i u nás. Zajímavým způsobem toto téma zpracovává např. Kateřina Tučková ve svém románu „Žítkovské bohyně“.

Snad právě proto, že kořeny evropského léčitelství byly tak drasticky vytrhány, pátráme po jiných léčebných metodách a při jejich hledání jsme otevřeni i těm „cizokrajným“.

Když se Beatles v roce 1968 vrátili z několikadenního pobytu v Indii, přivezli s sebou nejen 48 nových písní a zájem o Hare Krišna a meditaci, ale také o ajurvédu. Ne, to není sprosté slovo, ale také to není jenom wellness. Je to nauka o životě, která říká jak žít, aby naše tělo i duše zůstaly co nejdéle zdravé. Ajurvéda má ve světě



Beatles v Rishikesh v Indii, 1968.

stále více příznivců, což zajisté souvisí i s tím, že nic nezakazuje – pouze doporučuje a nezahaluje se do příkázání, dogmat a výhrůžek. A je oproštěna od jakéhokoliv náboženství. Obdivuji a ráda podporuji lidi, kteří nechodí pouze po vyšlapaných cestičkách, ale v zájmu rozvoje společenského vědění jsou ochotni nahlédnout i do zatím neprobádaných a nejistých zákoutí. Budiž pochválen například záměr JUDr. Petra Vyroubala, který zredukoval svou práci v advokátní kanceláři, aby se mohl plně věnovat svému záměru – výstavbě 1. ajurvédského sanatoria v Česku na Orlíku.

Například ve Švýcarsku patří ajurvéda už léta k používaným léčebným metodám, jak říká jeden z nejuznávanějších lékařů ajurvédy, dr. Hans Rhyner. Jeho kniha NOVÁ AYURVÉDA z roku 2004 se stala ajurvédskou biblí.

DR. HANS RHYNER: Ve Švýcarsku existuje hodně druhů pojištění. Jednou z možností je tzv. „doplňkové“ pojištění pro léčbu alternativní medicínou. Většina pojišťoven potom hradí též terapeutickou léčbu ajurvédou, což otevírá přístup k ajurvédě i lidem s průměrnými nebo nízkými příjmy. Ve švýcarské praxi mám mezi zákazníky jak příjemce sociálních dávek, tak i ty nejlépe vydělávající. Ale tyto platby platí jen pro úkony u nás. Proto Švýčary v drahých sanatoriích a klinikách v zahraničí moc nenajdete.



Dr. Hans Rhyner

III. ALTERNATIVNÍ VERSUS KLASICKÁ MEDICÍNA

Pojem alternativní medicína je trochu zavádějící. Snad příhodnější by byl pojem „jiná“ medicína. „Alternativní“ totiž znamená volbu mezi dvěma variantami. Buď – anebo. Podle německé Allensbachovy studie z roku 2002 však pouze 4 % obyvatel užívají v případě nemoci výlučně alternativní medicínu. (Naopak 32 % tento způsob jednoznačně odmítá.) Mluvíme-li o medicíně všeobecně, zahrnuje tři základní pilíře: prevenci, diagnostiku a terapii. Pojem klasická (konvenční, školní, alopatická, moderní) medicína je jednoznačný. Lehký přístup k informacím, nemožnost vyléčit některá trápení a stále rostoucí nespokojenost se zdravotním systémem však vedou k tomu, že lidé vyhledávají i jiné léčebné metody.

Alternativní medicínu můžeme shrnout do tří základních odvětví:

1. Komplementární – doplňková medicína zahrnuje všechny obory, které mohou doprovázet nebo doplňovat klasickou medicínu. Např. antroposofie, ajurvéda, tradiční čínská medicína (dále TČM), homeopatie a další.
2. Do nekonvenční medicíny patří hlavně diagnostiky, které klasická medicína neuznává. Např. biorezonanční terapie, diagnostika duhovky, kineziologie, radiestezie apod.
3. Samostatnou kapitolu tvoří léčitelé. To jsou lidé, kteří vykonávají léčení bez toho, že by měli medicínské vzdělání. Výčet oborů, jimž se léčitelé věnují, by byl dlouhý. Jednodušší je napsat, co léčitelé dělat nesmějí:
 - léčit nemoci, které je třeba hlásit (záškrt, tuberkulóza, malárie apod.),
 - léčit nemoci, které se přenášejí pohlavním stykem,
 - léčit jakékoliv onemocnění v ústní dutině,

- provádět gynekologické prohlídky a pomoc při porodu,
- podávat omamné látky a léky, které jsou na předpis,
- vystavovat úmrtní list.

Do jejich působení spadají metody jako interpretace aury, Bachova terapie, reiki, magnetická pole, aromaterapie, Feldenkraisova metoda, masáže shiatsu, hypnóza, jóga a řada dalších.

Koncepty alternativních medicín jsou jen zřídka tak exaktně definované jako metody klasické medicíny. Nabídka víkendových seminářů, po jejichž absolvování se jako mávnutím proutku zrodí nový léčitel, na věrohodnosti alternativních metod moc nepřidává. Při hlubším pohledu dokonce zjistíme, že některé postupy si výrazně protiřečí. Kromě toho mnohým metodám často chybí spolehlivé vědecké studie. Obzvláště tento poslední bod je hlavním důvodem, proč řada klasických lékařů alternativní metody jednoznačně odmítá. Proč se však některé studie – za obrovské finanční podpory farmaceutického průmyslu – provádějí a některé ne? Kdo profituje z toho, když někdo pomáhá léčit bez přístrojů a drahých léků?

Klasická medicína dosáhla značných úspěchů v diagnostice a v řešení akutních problémů. Poté by však měla nastoupit terapie založená na rozpoznání příčin vzniklé nerovnováhy a nejen na potlačování jejích symptomů. A právě toto je základní motto alternativní medicíny. (Klasického lékaře jen těžko přesvědčíte, že bolest ramene může mít původ třeba v nesprávném zubařském zákroku.)

Dalším cílem alternativní medicíny je léčit člověka jako celek a s individuálním přístupem – protože co vyhovuje mě, nemusí vyhovovat tobě. V tomto směru však značně pokročila i klasická medicína. Jedná se o takzvanou personalistickou medicínu. Používá se hlavně při léčení nádorů, protože právě ty si hledají – dokonce i během léčení – velmi individuální cesty. U jednotlivých pacientů se musí nejdříve rozluštit dědičný materiál v rakovinných buňkách a prozkoumat, jak v nich působí na molekulární mechanismy. Pak se dají cíleně vytvořit individuální medikamenty, které napadnou tyto změněné biologické procesy. Tento druh medicíny je ovšem jak časově, tak finančně velmi náročný.

Německá lékařka českého původu Dr. Barbara Miller působí jako křehká víla, která potřebuje ochránit. Ale když se s ní začnete bavit, zjistíte, že je to spíš naopak. Celým svým tělem i duší je zastáncem zdravého způsobu života, obzvláště syrové stravy, a výsledky jejího léčení pomocí hypnózy, akupunktury, energetické terapie a efektivních mikroorganismů jsou víc než pozoruhodné. V Berlíně je také spolumajitelkou 1. veganské bio restaurace „La Mano Verde“.



Dr. Barbara Miller

DR. BARBARA MILLER: Lidé si stále intenzivněji uvědomují, že za své zdraví mohou a musejí převzít větší zodpovědnost. Že ani sobě, ani svému tělu nemohou donekonečna škodit špatnými životními návyky a pak jít jednoduše k lékaři, nechat si předepsat pár tabletek a

pokračovat stejným způsobem dál. S tímto uvědoměním roste i ochota lidí vyvinout iniciativu a energii a investovat peníze do vlastního zdraví.

Zdravotní pojišťovny v Německu sice za tímto vývojem pokulhávají, ale směr je pozitivní. Jsem si jistá, že do programů pojišťoven bude zahrnováno stále více a více alternativních metod. Toto hnutí již dosáhlo takové síly, že ho nelze dále zadržovat.

Jako lékařka působící kdysi na chirurgii si uvědomuji, že pro mne neexistuje žádné buď anebo, žádné černobílé vidění. Oba póly medicíny mají své opodstatnění a oba jsou nutné. Důležité je, že se nesmí přísahat slepě na jednu možnost a fanaticky ji bránit, ale v každém jednotlivém případě je třeba rozhodnout, jaký postup bude pro pacienta nejlepší. Přesto si musíme připustit, že školní medicína se často zabývá pouze symptomy. Snižovat vysoký tlak léčivý je stejné jako vypnout červeně svítící kontrolku na panelu auta, protože vám leze na nervy. Kdybyste se podívali pod kapotu a odstranili příčinu, kontrolka by sama zhasla. Celostní medicína tak činí: snaží se odhalit příčinu, proč tělo reaguje vysokým tlakem. Pokud se zjistí příčina a odstraní se, normalizuje se i krevní tlak a člověk je zdravější – bez léků, bez vedlejších účinků, bez následných poškození.

IV. ROZHOVOR S DR. IVETOU ŠPATENKOVOU-SKÁLOVOU O LÉČENÍ POMOCÍ MANDAL

Pokud vím, jste klasická lékařka, ale nikdy jste nepraktikovala.

IŠS: *Vystudovala jsem Univerzitu Karlovu, poté jsem pracovala u firmy, která zařizovala lékařské praxe a potom několik let u farmaceutické firmy. Po mateřské jsem se tam však vrátit nechtěla; nevyhovovaly mi jejich praktiky. A tak jsme doma s mým bývalým manželem, také lékařem, zařídili vodoléčebné zařízení „floating“. Lidé k nám začali chodit s různými nemocemi, proto jsme přidali léčbu bylinami a později pomocí mandal. Dnes se věnuji terapii sebepoznáním a velkou částí mé práce je právě tvorba mandal. Každý z mých hedvábných obrazů vzniklých inspirovanou malbou je vlastně takovým léčitelem.*



Dr. Iveta Špatenková-Skálová

Vzpomínáte si na první impuls, který vás k mandalám přivedl?

IŠS: *Tato otázka je samozřejmě nasnadě. Já bych to ale nechápala jako impuls. Ono se to samo vplížilo a srostlo s mým životem. Vždy jsem tíhla k malování a dlouho jsem uvažovala, zda budu studovat medicínu, nebo uměleckou školu. K mandalám jsem se dostala přes zájem o východní filozofie. S tím souvisí i hledání cesty k sobě a ke svému okolí.*

A jak jste přišla na to, že mandaly léčí?

IŠS: *To se vyvinulo... Studovala jsem nejen mnichy, kteří mandaly malují, ale také např. C. G. Junga. Vše se pak poskládalo jako skládačka. Dnes je to 15 let, já jsem namalovala víc než tisíc mandal a těch zpětných vazeb je opravdu hodně. To mi ukazuje, že to není slepá ulice.*

Můžete mi přiblížit, jak děláte diagnózu pomocí mandal?

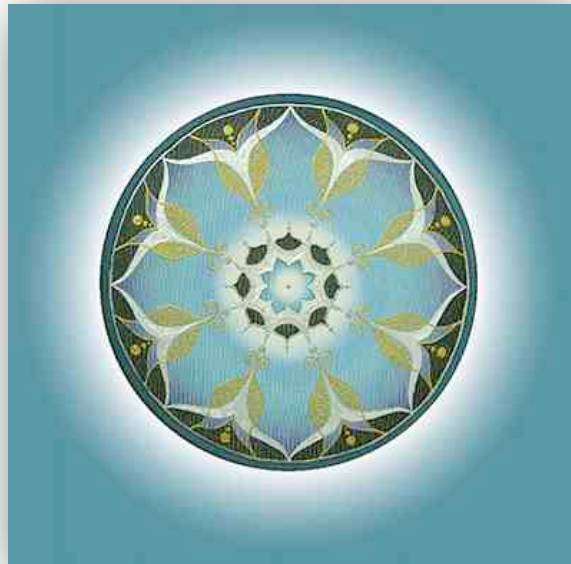
IŠS: *Mám vytvořených asi 60 kartiček s různými barvami a symboly. Klient se na ně v klidu podívá a já vnímám, jak na ně reaguje. Na některé pozitivně, na jiné negativně, některé ho třeba i rozčílí, tady mě píchlo u žaludku, tady u srdce... A já podle reakcí poznám, co tomu člověku chybí. Klienty v průběhu terapie často nechávám namalovat mandalu jako obraz svého nitra, protože taková mandala poskytne náhled do jeho nevědomí.*

A na základě toho mu pak namalujete mandalu tzv. ušitou na tělo?

IŠS: *Ano, dalo by se to tak říct. Ale nemaluji mandaly jen pro nemocné, můžu udělat mandalu třeba i pro posílení energie. Všechny moje mandaly však mají společný cíl – sebepoznání.*

Co je to, co u mandal léčí?

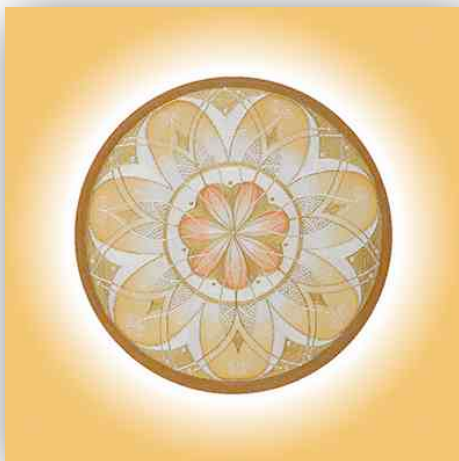
IŠS: *Zjednodušeně řečeno je to kombinace barev a její koncentrický tvar, pravidelné vyrovnané směřování do bodu uprostřed. Mandala aktivizuje vnitřní řád, vnitřní vyrovnanost a odhaluje to, co je zavalené spoustou chaosu, komplexů a společensko-rodinnou zátěží. Je to pomocník... Takové vodítko dostat se k vnitřnímu světu.*



Ticho věčnosti - Probouzení vlastní vůle
důvěřující Vyšší vůli

Existují vyjímeční lidé, jejichž názory jsou nám "normálním" lidem někdy hodně vzdálené. Když mluvíte o těch barvách, vzpomínám si na odpověď jednoho lékaře na otázku, v čem vidí budoucnost nových léčebných metod: „V lékařském výzkumu jsme dosáhli strašně mnoho, ale nemyslím, že v dohledné době můžeme očekávat nějaké převratné novinky. Já věřím, že nové objevy a šance leží v léčení světlem a zvukem, obzvláště pomocí velmi vysokých světelných vln a tónů. Nemám na mysli klasickou hudbu, ale velmi vysoké tóny.“

IŠS: *To je ale nádhera, tohle si uvědomit.*



Královna andělů - Bezpečí -
transformace strachu

Četla jsem, že v roce 2010 bylo v Německu vypsáno 39 % nemocenských z důvodu psychických problémů. Obrovský nárůst oproti roku 2002, kdy jich bylo 24 %.

IŠS: *Tomu naprosto věřím. Čím dál více lidí ke mně chodí se spirituální krizí. Už to nejsou jen starosti typu – manžel mi je nevěrný, nerozumím si s tchýní, ale lidé si uvědomují, že jejich problémy mají mnohem hlubší kořeny.*

A co byste poradila lidem, aby ty problémy neměli, aby k vám nemuseli chodit?

IŠS: *To bych musela začít radit už rodičům. A to není lehké. Kromě osobního a kolektivního nevědomí hrají*

roli také karmické vlivy a celospolečenské problémy. Kdyby se taková rada dala jednoduše vyslovit, tak bych ji hlásala z hlásných věží. Ale hlavně – ta rada je pro každého individuální. Jisté však je, že když se člověk necítí dobře, má se svým potížím věnovat hned v začátcích. Ať si uvědomí, že ve snaze vyhnout se nějakým konfliktům potlačuje sám sebe. Ať si dovolí citlivost, přestože ta někdy bolí. Lidé neumějí pracovat s bolestí, o ní se nemluví ani neučí. A přitom bolest je něco velmi přirozeného. Co však skutečně potřebujeme, je sebepoznání. To stojí na vrcholku pyramidy duševního i fyzického zdraví.

Stalo se, že by byl někdo s vaším léčením nespokojený?

IŠS: *(Úsměv.) To ani nemůžu říci. Ale měla jsem pána, který si u mě koupil mandalu na vztahy a pak chodil několikrát reklamovat, že mu ta mandala ještě žádnou ženu nepřivolala.*

Paní doktorko, kde vy vidíte budoucnost léčení nekonvenčními metodami?

IŠS: *Jednou za rok chodím prodávat své mandaly na festival Evolution. Přichází tam spousta lidí, kteří mají zájem o zdravý životní styl, alternativní myšlenkové směry i osobní rozvoj. Já tak přijdu do styku s mnoha lidmi „z ulice“. A všimla jsem si, že tam chodí opravdu hodně lékařů. Že tomu věří, že si také studují, ale bojí se nebo ani neví, jak na to. Možná kvůli plným čekárnám ani nemají čas. Ale ten osobní zájem mají, to jsem si jednoznačně všimla.*

Věřme, že to je taková vlaštovka, co jaro přináší...

V. A JAK DÁL?

Alternativní versus klasická medicína – to bylo, je a zůstane kontroverzní téma. Snad nejlépe vystihují možnost jejich soužití slova mé přítelkyně Benity: „Onemocněla jsem leukémií a klasická medicína mi zachránila život. Když však bylo moje tělo napumpované chemií, trpěla jsem tak hrozně, že už jsem nechtěla žít. Můj lékař řekl, že ví, jak by mi mohl pomoci, ale vedení jeho nemocnice si nepřeje, aby u nich byly alternativní metody aplikovány. Lékař mě chodil soukromě navštěvovat domů a nemocniční léčbu doplňoval svými zkušenostmi z přírodní medicíny. Že jsem to období přežila, za to vděčím alternativní medicíně.“ Kdo vyléčí, ten má pravdu.

Když se dr. Soňa Foldynová stala dětskou lékařkou, začala sbírat první zkušenosti na obvodě v Ostravě. Nevím, zda i bohaté zkušenosti s romskými pacienty pro ni byly impulsem, že nastoupila cestu důkladného sebevzdělávání, která ani



Dr. Soňa Foldynová

dnes, po 25 letech, nekončí. Má za sebou kurzy TČM, kinezologie, homeopatie, léčení krystaly, reiki i Arolo, cvičí cchi-kung a tai-cthi, zvládá různé masáže, cituje stránky z Luisy Hay i Barbely Mohr, a když se s ní bavíte – ať už o kvantové homeopatii nebo transmisi meditati – máte pocit, že před vámi stojí celistvá bytost.

DR. SOŇA FOLDYNOVÁ: *Lidé, kteří mají povědomost o alternativní léčbě, jí většinou věří, a pokud s ní získají i dobré zkušenosti, jsou ochotni připlatit. Např. když maminky nechtějí dětem opakovaně dávat antibiotika a hormonální spreje. Mám i některé rodiče, kteří se snaží děti léčit pouze homeopaticky nebo jinou „alternativou“. Tato cesta ale také není správná, veškerá léčba by se měla propojovat a pomáhat si navzájem, ne jedno, nebo druhé. Vždyť v životě vše souvisí se vším, nic se neděje náhodně! A pak jsou lidé, kteří o homeopatii slyšeli, myslí si, že to musí fungovat vždy a nejlépe ihned, přijdou pro kuličky – ale nic dalšího pro svou léčbu nejsou ochotni udělat. A ono to nefunguje, ani nemůže. K tomu, aby to fungovalo, je třeba změnit přístup k životu, a hlavně k sobě samému!*

Jsem přesvědčená, že minimálně 80 % nemocí je způsobeno naší psychikou. Něco jsme si možná přinesli se shora před naším narozením, abychom se i s pomocí naší nemoci posunuli dále, ale i to lze v průběhu každého života změnit, zase tou psychikou.

Pokud vím, zdravotní pojišťovny u nás žádné úkony alternativní medicíny neplatí. Dříve platily částečně homeopatii, ale ten program už skončil. O tom, že by se měla platit homeopatická léčba a léky, se léta diskutuje, parlamentem prošlo schválení homeopatie jako součásti medicínského oboru. Ale zatím vůbec není jasné, koho z lidí či lékařů se to bude týkat. Legislativa neurčila, kdo bude ten „homeopat“. Zda lékař se specializací, nebo bakalář s nástavbou... Takže to s úhradou v nějaké dohledné době nevidím. Je to škoda.

Tož, tak je to v tom našem životě na naší krásné Zemi. Každý z nás je zodpovědný sám za sebe, za celý svůj život, ale zároveň ovlivňuje své okolí. Však víš, jak to je: když se něco naučí 100 opic, dostane se to do podvědomí všem opicím na celé zeměkouli. Ale to už jsem daleko od homeopatie... I když možná ani ne.

Náš život nemá pro všechny stejná pravidla. Někdo se vědomě stará o své zdraví a umře dřív než nějaký lump, který si v životě nic neodpustí. Nenechme se zmást těmito příklady a nezajímejme se hlavně o životy druhých, ale především o svůj vlastní. Říká se, že nemoc je výkřik duše o pomoc. Jestli chceme, aby se něco změnilo, musíme začít nejdříve u sebe. Čím hlouběji se podíváme, tím více objevíme – pramen moudrosti, porozumění a probuzení leží v každém z nás. „Cokoli, co můžeme udělat, abychom posilnili naše zdraví, působí lépe než to, co pro nás udělají druzí.“ (David Frawley).

Na druhé straně, ten, který se stará na prvním místě jen o své zdraví, šťastný také nebude. To spíš ten, který dá svému životu smysl a význam. Je však stále těžší najít si v dnešním chaosu místo pro své bytí...



Tento článek může být podnětem pro hlubší porovnání nákladů vynaložených na ochranu zdraví alternativními a klasickými metodami. Také by se vyplatilo porovnat, kolik stojí léčba klasická, kolik alternativní, kolik jejich kombinace – a jaké jsou výsledky takové léčby pro pacienta. Nechci však tímto článkem poučovat, přesvědčovat ani polarizovat. Chci jen poukázat na širokou volbu, kterou nám život – ten nejvzácnější dar Země – nabízí. Protože pevně věřím slovům, která napsala nositelka Nobelovy ceny Matka Tereza v roce 1986 v New Yorku na stěnu léčebny, kterou tam zřídila pro pacienty s aids. A dodnes tam jsou...

**Život je šance, využij ji. Život je krásný, obdivuj ho.
 Život je požitek, vychutnej ho. Život je sen, uskutečni ho.
 Život je výzva, chop se jí. Život je povinnost, splň ji.
 Život je hra, hrej ji. Život je cenný dar, zacházej s ním opatrně.
 Život je bohatství, uchovej ho. Život je láska, užívej si ji.
 Život je hádanka, rozlušti ji. Život je příslib, splň ho.
 Život je smutek, překonej ho. Život je píseň, zazpívej ji.
 Život je boj, přijmi ho. Život je tragédie, postav se jí.
 Život je dobrodružství, buď odvážný. Život je vzácný, nenič ho.
 Život je život, vybojuj si ho.**

KONTAKTY

Autor: Dr. Danuše Siering, dsiering@gmx.net
 Lékaři: Dr. Iveta Špatenková-Skállová, www.monmada.cz
 Dr. Hans Rhyner, www.ayurveda-rhyner.com
 Dr. Barbara Miller, www.PraxisAmKoenigssee.de
 Dr. Soňa Foldynová, tel. 00420 731 7652 12
 Ajurvédské centrum: JUDr. Petr Vyroubal, www.sammati.cz

Další články z rubriky SLOW MOMENTS najdete na: www.dumcernalabut.cz