

STŘEVA

Tenké střevo je tady proto, aby v něm pokračovalo vstřebávání živin z přijímané potravy. Právě v něm probíhá vlastní zažívání: rozklad částic potravy na jednotlivé prvky a vstřebávání výživných látek do krve.

Činnost tenkého střeva připomíná činnost našeho vědomí při recepci nové informace. Ve svém vědomí analyzujeme a vstřebáváme nové myšlenky a situace.

V tlustém střevě proces vstřebávání potravy končí: definitivně se tam štěpí vláknina, vstřebává se zbytková tekutina a nestrávené zbytky se připravují na vyměšování. Tlusté střevo symbolizuje naši schopnost zbavovat se všeho starého a nepotřebného.

Zácpa

Zadržování kalu ve střevě ukazuje na neochotu zbavit se starých myšlenek, emocí a citů. Znamená to ustrnutí v minulosti. Domníváte se, že vaše limity a potřeby jsou dané a bojíte se ve svém životě od něčeho oprostít, protože máte obavu, že tuto ztrátu nebudete schopni nahradit něčím jiným.

Jste připoutáni k minulosti, k bolestivým vzpomínkám na minulé prožitky a traumata.

Pravděpodobně se bojíte přerušit svazky a vztahy, které vám už nic nedávají. Bojíte se opustit práci, která se vám nelíbí. Je vám zatěžko zbavovat se starých bezcenných věcí. Radím: Vyhoďte z domova všechny ty staré krámy a udělejte místo pro nové. Uklid'te si v počítači, všechny nepotřebné informace v něm smažte. Udělejte si místo na pracovním stole. Nahlas si přitom opakujte mantru: „Snadno a lehce se zbavím všeho starého, uvolním si místo, abych do svého života vpustil(a) nové blahodárné zážitky.“

Uvedu zde jeden velmi zajímavý případ: Přišla ke mně jednou žena asi třicetiletá. Už od školních let trpěla na úpornou zácpu. Projímadla jí nepomáhala. Klystýr připadal v úvahu jen občas, pokud už nešlo jinak. Pomocí hypnózy jsme se dostali do stavu změněného vědomí a jeho přeprogramováním se povedlo zbavit ji starých a zbytečných obav, které v sobě ukrývala. Už další den její střevo začalo pracovat normálně.

V některých případech zácpa znamená lakotu a chamtivost po penězích, neochotu cokoliv darovat, snahu udržet si věci za každou cenu. Tento případ se léčí štedrostí. Naučte se rozdávat, s lehkostí se loučit s penězi. Uvědomte si, že peníze byly stvořeny proto, aby jejich pomocí bylo snadnější uskutečňovat směnu materiálních statků a služeb. Když kupujeme zboží a služby, podporujeme tím jiné lidi našimi penězi, a tak zvyšujeme tok světového bohatství.

Plynatost (meteorismus)

Plynatost vzniká zpravidla potom, co sníme těžko stravitelné jídlo, nebo mnoho různého jídla.

„Pane doktore,“ svěřuje se jeden můj pacient.

„Po přečtení vaší knihy jsem si začal pozorněji všímat svého zdraví a upozoroval jsem jednu zvláštnost.

Jakmile začnu prožívat příliš mnoho událostí v krátkém okamžiku, zvláště takových, které jsou pro mne těžko stravitelné, objeví se u mne plynatost a nafoukne se mi břicho.“

Nejlepším lékem na plynatost je klid a cílevědomost. Stanovte si před sebou vlastní cíle. Aktivně ovlivňujte události svého života a konejte, nebuďte pasivní. Přitom ale na sebe neberte příliš mnoho povinností. Nerozptylujte se maličkostmi. A neberte život tak vážně.

Průjem (kolitida)

Už dříve jsem psal o tom, že v normálních podmínkách si náš organismus extrahuje z kousků potravy, postupujících tenkým střevem, všechny potřebné látky. Zbytek postupuje do tlustého střeva a vylučuje se z těla ven.

Máte-li problémy s tenkým střevem, znamená to, že máte sklon hledat ve druhých lidech to špatné a jste příliš kritičtí k ostatním. Někde hluboko ve vašem nitru je skryta nedůvěra k okolnímu světu. Bojíte se o svou existenci. Možná máte strach, že se vám něčeho nedostane, nebo že snad umřete hladu.

Dá se tvrdit, že tenké střevo slouží jako indikátor úrovně strachu a obav. Velký strach a neklid se téměř jistě odrazí na tenkém střevě. Jste-li spoutaní obavami, těžko můžete správně hodnotit situace, které nastávají. Všechno kolem se na vás bude valit, všechny události budou vámi procházet, aniž byste je byli s to vstřebat. Dostaví se pocit marnosti a bezvýchodnosti žití na tomto světě. Strach vám nedovolí správně se postavit k výzvám, které před vás život staví. Vzpomeňte na rčení: *nadělal si do kalhot strachem*. Stává se to před nepříjemnými událostmi, které nás čekají (například u studentů před zkouškami a podobně).

Nedávno jsem se setkal se zajímavým případem.

Byla to žena, která dostávala průjem vždy, když vyšla z domu na ulici. Dokud zůstávala ve svém bytě, cítila se dobře. Ale jen co se začala chystat ven, začalo jí kručet v břiše a střeva začala intenzívně pracovat. Do mé ordinace proto preventivně přijela autem a uklidnila se hned potom, co zjistila, že tady máme toaletu. Při kontaktu s jejím podvědomím vyšlo najevo, že příčina jejich obtíží s průjmem spočívá ve strachu o její děti. „Pane doktore, vy si možná ani neuvědomujete, v jaké době žijeme. Všude

kolem jen samí zloději a násilníci. Jakmile moje holčičky (a vy víte, jak jsou krásné) musejí zůstat po vyučování ve škole dále, jsem tak nervózní, že nemůžu dělat vůbec nic. Nejradši bych byla jako kvočna: seděla bych doma, děti kolem mě a nikam bych je nepouštěla. Tak bych byla spokojená.“
Jakmile jsme pomocí přeprogramování podvědomí nastavili této paní nové vzorce chování, její střeva se uklidnila. Při kontrole za měsíc už má pacientka uvedla, že průjmy úplně zmizely.

Kolitida – to je zánět sliznice tlustého střeva. Doprovází ho obvykle silné bolesti a krvavě sliznatý průjem. Tvrdím, že kolitida vzniká, pokud pacient je plný strachu a bojí se žít vlastním životem.

Určitě znáte rčení *lézt někomu do zadnice*. Hovoří o tom, že jednou z příčin onemocnění střev může být neupřímnost dotyčné osoby, kterou tyto potíže sužují. Jak už jsem zmínil dříve, lstivý člověk, který mermomocí chce něco pro sebe získat, je vždy připraven se ponížovat, zapomenout na svou přirozenost a *vlézt do zadku* tomu, koho právě potřebuje využít. Tím zároveň přichází o svou individualitu.

Je důležité poznat, že každý z nás prožívá svůj vlastní život, prochází svou vlastní a jedinečnou životní cestou a našim posláním je být ztělesněním harmonické součásti, buňkou ve všeobjímajícím organismu vesmíru. Nechtějte se stát někým jiným, chtějte žít svůj vlastní život, buďte osobností a žijte v harmonii s okolním světem, realizujte svůj božský potenciál. Chcete-li normalizovat činnost střev, naučte se nezaujatě analyzovat všechny životní události, které vás potkávají a ze všech situací si vybírejte to dobré a užitečné.

Pokaždé, když budete mít nutkání někoho kritizovat, zadržte a dříve, než k tomu dojde, proveďte následující cvičení: zapište si do bloku pět dobrých vlastností tohoto člověka a povězte o nich ještě ten samý den někomu dalšímu.

Ze všeho nejdůležitější je zbavit se skrytých strachů, obav, naučit se důvěřovat tomuto světu. Ať každý život plyne svou cestou. Božský Otec a Božská Matka na nás myslí, vždy a ve všem.

ANOREXIE

Anorexie je psychickým onemocněním, poruchou příjmu potravy, spojenou se ztrátou chuti k jídlu až po jeho úplné odmítání, což vede k podstatnému snížení tělesné hmotnosti a v nejtěžších případech až ke smrti vyčerpáním. Nejčastěji tímto onemocněním trpí dívky v dospívajícím věku. Odmítají jíst, domnívají se přitom, že jsou tlusté a nehezké. Léčení těchto případů je zvláště obtížné, protože (povětšinou) pacientky si odmítají

přiznat, že jsou nemocné. Moje doporučení tedy směřuje k dospělým, kteří se z nějakého důvodu s touto nemocí setkali. Budeme-li pátrat po podvědomých příčinách této nemoci, hned si všimneme, že se jedná o střet dvou protikladů jedné osobnosti. Jedna část chce být krásnou a přitažlivou, druhá dělá všechno proto, aby se tak nestalo, a dokonce chce umřít. Důležitý je fakt, že onemocnění propuká nejčastěji v době dospívání, což je období, kdy naplno propuká pohlavní diferenciací, přičemž se aktivují v podvědomí programy, spojené s přijímáním sama sebe jako budoucí ženy a matky. Právě v těchto aspektech přijetí sebe a okolního světa se ukrývá pravá příčina anorexie.

Odmítání jídla je ve své podstatě odmítání svého těla, jeho přání a potřeb, snaha zbavit se své ženské přirozenosti a tužeb s ní spojených a také násilné potlačování pudu reprodukce. Mladá dívka v takové situaci dělá vše proto, aby nebyla přitažlivá. Všechny projevy ženskosti, vývoj druhotných pohlavních znaků (zvětšení boků, prsou, menstruace), to všechno jí přímo děsí. Leká ji život v ženském těle. Ráda by se svého nenáviděného ženského těla zbavila.

K vyléčení anorektika budeme potřebovat zkušeného psychoterapeuta a pomoc rodičů pacienta. Rodiče musejí pochopit, že jejich společné dítě je jejich pokračováním a současně jejich vlastním obrazem. Všechno, co svým rodičům dcera demonstruje, je o nich samých. Jinak tomu ani být nemůže. Rodiče anorektika by si měli položit nejprve tyto otázky:

- Co nám svým chováním chce naše dcera říct?
- Jak se odmítání ženskosti projevuje v mém životě?
- Projevuje se u mne odmítání mateřství?
- Jsem spokojen(á) sám se sebou a se svým vnějším vzhledem?
- Máme v naší rodině dobré vztahy? Vládne v ní klid a harmonie?
- Vyskytly se v naší rodině příznaky odmítání ženskosti?
- Jsem spokojen/a se svým životem v rodině?
- Jak a kde projevuji své touhy a nutkání, egocentrismus, tendence manipulovat svými blízkými?

To jsou jen některé otázky, které vám pomohou odhalit příčiny onemocnění vašeho dítěte. Buďte sami k sobě upřímní, hledejte a snažte se doopravdy nalézt příčiny uvnitř sebe. Odpověď na sebe určitě nedá dlouho čekat. Nejvíce pro své dítě uděláte tím, že změníte atmosféru ve své rodině a naplníte svůj životní prostor nezištnou láskou.