

NEMOCI A JEJICH DUCHOVNÍ PŘÍČINY

Najdete nás na webu <http://www.studionaturopatie.cz/>

Základem nemocí jsou dlouhodobé negativní emoce, a to i ty neuvědomované. Akutní silné negativní emoce způsobují akutní zdravotní potíže a emoční stres.

Je několik základních skupin emocí, které ovlivňují biologii těla.

1. skupinou jsou emoce zlosti. Jí je podobný hněv, zuřivost, popuzenost, rozhořčení, nenávisť.

2. skupině negativních emocí dominuje smutek, patří tam žal, zármutek, sklíčenost, melancholie, sebeobviňování, pocit osamělosti, zoufalost.

Takové pocity vědomé či neuvědomované blokují tělesnou energii. Smutek je spojený s depresí, s nízkým tlakem, malou energií a sníženou imunitou.

3. skupinou je strach a k tomu patří úzkost, nervozita, obavy, zděšení, podezřavost, pochybnost, fobie, panika.

Emocionálním konfliktem rozumíme chronické emocionální, nevyřešené a nezpracované, vnitřní trauma - neustálé vnitřní napětí vyvolané vnitřním konfliktem, které odebírá mnoho životní energie. "Sžírání" nejdříve naši mysl a potom i naše tělo

To je velmi zjednodušený výčet toho, jak působí dlouhodobé negativní emocionální vyladění na naše zdraví a jaké nemoci nám způsobuje.

ÚVAHY O NEMOCI

Úvod přednášky Dr. Med. Antona Wille „Gedanken über Gesundheit und Krankheit“ (Úvahy o zdraví a nemoci) nebo Mudr. Jan Hnízdil shodně říkají:

Zkusme se podívat na příznaky nemocí jako na posly, kteří nás na něco upozorňují. Nemoc jako existenciální stav člověka poukazuje ke zdraví. Nemoc mi umožňuje uvědomit si skutečnost, že se mi něčeho nedostává, skutečnost, že neprožívám to, čím jsem ve své podstatě. A tak právě nemoc mě může do hloubky upamatovat na mé bytí a uvědomit si sebe sama. Čím méně sám sebe vnímám, tím více se zaplétám a uchyluji do světa hmoty. Z nejhlubšího trojjediného spojení těla, duše a ducha se dostávám do svázanosti s hmotným světem, s pouhou tělesností.

Nemoc je existenciální stav. Slovo existence, odvozené od latinského ex-stare, nám připomíná, že se nacházíme vně, tj. vně své pravé podstaty. Také biblický příměr vyhnání z ráje poukazuje na existenciální stav stání vně sebe sama (odloučenosti od své podstaty); tak tedy v nemoci, kdy jsme se odloučili sami od sebe, jak v mínění, tak ve víře, necítíme žádné spojení, ale cítíme se zcela ztraceni ve své pomíjivosti. Neboť bez bdělého, čistého vědomí spojení nezávislého na čase se na každý nepříjemný fyzický i psychický symptom pokládá temný stín pomíjivosti. Tak dostává nemoc, ať už vědomě či nevědomky, jakýsi punc blížícího se umírání a smrti. A podle toho, zda člověk žije s vědomím nadčasového spojení se svou podstatou či nikoliv, se může rozhodnout, zda symptom jeho nemoci poukazuje na smrt nebo znamená pouze tělesnou změnu.

Naše lékařství a my všichni děláme, jako by nemoc byla jakousi chybou přírody, protivníkem, proti němuž je třeba bojovat, něčím ošklivým, co je třeba vymýtit. Opačný pohled nám však může přinést nové poselství: nemoc je stav léčení. Co to znamená? Nemoc je stav, z něhož můžeme vykročit směrem ke zdraví. Nemoc je stav, kdy se ocitáme vně sebe sama, nás upomíná a probouzí v nás touhu vrátit se zpátky domů, zpátky k sobě. Tento domov zahrnuje všechny naše touhy po vlasti či míru, po zdraví a štěstí.

Pokud ji tedy vnímáme takto, pak je nemoc velkým poselstvím, poselstvím léčení. Ukazuje člověku, kdo vlastně je a kam kráčí. Když dospějeme k tomuto poznání, ztrácí na důležitosti a významu otázka, **proč** k nám nemoc přišla. Proč je otázka, která nás zavádí zpět do minulosti. Na její místo pak může nastoupit otázka po smyslu nemoci, tedy **k čemu nás nemoc potkala, co nám přináší a kam nás vede**. Proč nás vždy zavádí do stavu hloubavého klidu či pocitů viny z toho, co jsme udělali. Naproti tomu otázka k čemu nás staví na nohy a ukazuje nám směr.

Čas v našem životě nabude významné hodnoty, pokud si budeme vědomi, co všechno můžeme milovat, za co všechno můžeme být vděční a z čeho všeho se můžeme v životě radovat. Láska, vděčnost a radost ze života staví naši věčnost nepodléhající času. V dnešním lékařsko-terapeutickém jednání velmi často a mnohostranně chybí platná odpověď na otázku k čemu? Toto jednání a přístup je orientovaný pouze vědecko-materialisticky, ale vůbec nejeví známky lidskosti a duchovnosti. Chybí v něm člověk jako smysluplný koncept. A tím je to, k čemu se člověk do tohoto světa vlastně narodil. V tomto bodě selhává každá terapie, pokud není schopna pacientovi říci, k čemu se vlastně narodil a co je smyslem jeho života.

A tím se dostáváme k jádru, k základní myšlence a rozhodující otázce: **otázce po smyslu života**. Odpověď, s níž se ztotožňuji, zní: objevení duchovního rozměru života prostřednictvím oduševnělého těla. To předpokládá od lékaře i terapeuta, že chce-li člověka smysluplně ošetřit, musí ho poznat a uznávat jako celek jednotu těla, duše i jeho duchovní součásti.

CO JE NEMOC A LÉČENÍ

výňatek z úvah M. Schneider – Ins Wort gebracht („Vyjádřeno slovy“)

Nemoc vzniká tam, kde je přeslechnuta duše, protože duše k nám promlouvá skrze tělo.

Je to výzva k zastavení se na své cestě, naslouchání svému nitru, výzva k pozornosti k sobě a pochopení sebe sama skrze zklidnění, uvědomění a procitování při cestě do nitra a opětovnému nabírání sil. Nutí nás k zamýšlení nad svým dosavadním životem, chce po nás, abychom se podívali, odkud a kam kráčíme, a našli své místo v životě. Nemoc jako řeč duše poukazuje na to, že náš dosavadní život vyžaduje změnu, neboť jsme dosud málo zohledňovali své předurčení zakotvené v hloubce naší bytosti a přehlíželi naši duchovní podstatu. Nemoc je láska, kterou k nám promlouvá Bůh, abychom postupně dokázali naši duchovní podstatu pochopit a realizovat.

K příčinám nemocí patří neklid duše, nedostatečný pocit bezpečí, nadměrná ctižádost, útlak či potlačování sebe sama jako následek sebehodnocení, přetěžování sebe sama, nepřiměřenost v jednání a konání a pocity viny. Dalšími spolupříčinami těžkých onemocnění orgánů, způsobených velkým nedostatkem vitální síly v těle, jsou trvalé trápení, strádání či nenaplněná touha. Ten, kdo se nemoci postaví, prokazuje přítomnost zdravých sil ve své duši. Rezignace vůči nemoci naopak ukazuje na vyčerpání a trvalý nedostatek síly. Díváme-li se na nemoc jako na zlo, podlamuje takový postoj naši důvěru v uzdravení, a pak nám hrozí, že jí podlehne. Každé takovéto zdánlivé zlo je nám však dáno pro mnohem vyšší cíl, kterým není nic menšího, než uzdravení naší duše.

Nemoc nám slouží tak dlouho, dokud nenaplní své poslání pomoci nám nalézt svou cestu k vnitřnímu řádu. Smyslem a účelem nemoci, kterou jsme dostali, je posílení osobnosti na duchovní úrovni. Nemohoucnost, kterou nemoc je, nám přináší stále nové situace k získání zkušeností, k nimž bychom ve stavu zdraví nikdy nemohli dojít. Tím se stáváme citlivějšími a více připravenými k novým náhledům na život.

Naplnění touhy po vyléčení od nás vyžaduje naprosto bezpodmínečné ztotožnění sebe sama se svým uzdravením bez jakýchkoliv podmínek a pochybností. Na cestě do nitra se postupně otevíráme

poznání a porozumění příčině nemoci a svému životnímu úkolu. Léčení se děje v naprostém odevzdání a otevření, bez jakýchkoliv úmyslů a podmínek, s přístupem „ať se stane Tvá vůle“, neboť ve skutečnosti je to Boží láska, která nás dovede k celistvosti, léčení a uzdravení.

JÁTRA A ŽLUČNÍK

Játra ukazují náš vztah ke světu a k lidem, to, jak dovedeme milovat, jak dovedeme tolerovat nedostatky druhých, ustupovat, je-li třeba, i když náš názor je blíž k pravdě. Stav našich jater ukazuje, zda s pokorou přijímáme úkoly a výzvy, které před nás život staví, jak soustavně je umíme naplňovat a do jaké míry umíme být Radovánkem. Játra jsou producentem a barometrem naší nálady, přičemž se nejedná o osobní náladu, ale o to, zda vidíme v životě smysl, o základní ladění našeho života, základní temperament.

Játra jsou centrem psychické látkové přeměny.

Mají mnoho funkcí:

- produkovat energii
- ukládat energii
- provádět látkovou přeměnu bílkovin
- zbavovat tělo jedů

Játra oslabuje nezřízenost, přehnaná rozpínavost, příliš jídla, pití, sexu. Vyzývají nás hledat správnou míru, učí nás střídmosti. Ukazují nám, jak učinit stravitelným to, co je tučné (bujné). Podílejí se na výrazu agrese jako sídlo ošklivosti a zloby, učí nás zbavit se jedovatosti.

Játra mají ohromnou regenerační schopnost, tak i pro nás není nikdy pozdě stát se opět malými dětmi, radovat se a být pouhou LÁSKOU.

Léčivá formulka jater: **Znám pouze lásku, klid a radost...**

Žlučník ukazuje na naši spokojenost.

Pokud umíme vnímat svůj život pozitivně, jako příležitost, školu a cestu, nemusíme se zlobit a rozčilovat "špatným" chováním druhých, jejich "divnými" názory a hodnotami. Žlučník je agresivní orgán, i člověk s nemocným žlučníkem je agresivní, neustále podrážděný, zlostný a vzteklý, navíc proto, že tuto zlobu neumí nebo nechce adekvátně vyjádřit.

Žlučník nás učí pracovat aktivně s agresí, nepoužít ji jako frontální útok, ale protivníka "namydlit", strávit, zkrotit, co bují a je přebytečné, zbytečné.

Léčivá formulka žlučníku: **Dávej a nic za to nechtěj...**

LEDVINY A MOČOVÝ MĚCHÝŘ

Ledviny

jsou dvě. Ve dvou žijí lidé - manželé, partneři, milenci. Lze žít i sám, ale není to již život, v němž by se člověk mohl plně rozvinout a uplatnit, protože nejdůležitější pro každého je vztah. Ledviny jsou ve své tělesné funkci zeslabovány nebo posilovány kvalitou našich partnerských vztahů s nejbližšími i s ostatními lidmi, zvířaty a rostlinami. Ledviny filtrují krev a vytvářejí moč a to asi v poměru 850:1. Stejně tak bychom měli přistupovat k setkáním, rozhovorům a problémům my - vybrat si jen tu část, ze které získáme nějakou zkušenost, dobrou radu, směr a orientaci pro svou další cestu životem - ostatní je přebytný balast.

Všechny problémy s ledvinami jsou problémy se vztahy. Rozdávejte lásku a pochopení, pohladte a pomazlete, nikdy toho není dost. Pokud nebudete dávat dost lásky, ledviny se ozvou bolestí písku nebo kamenů. Važte si svých nejbližších a obdarovávají je láskou, nezneužívejte nikoho ve vztahu, nemějte strach o vztah - nebudete mít oslabené ledviny.

Léčivá formulka ledvin: V mém životě jsou vždy správné činy. Z každé zkušenosti vychází jen dobro.

Močový měchýř

v sobě hromadí odpadní látky a vylučuje je z těla ven. Zbavme se i my myšlenek, které nepotřebujeme. Stav močového měchýře ukazuje, jak umíme snášet a vypouštět tlak života. Problémy s ním většinou ukazují na rozzlobenost na partnera nebo vůbec opačné pohlaví, obviňování všech. Lehejme večer do postele vyrovnaní s tím, že co se stalo dnes už nezměním, je to minulost a raději se přitulte k partnerovi a věnujte se chvíli, která je právě teď, protože žijeme právě teď, nejdůležitější je, co děláme teď, ne včera ani zítra.

Léčivá formulka močových cest: Opouštím vzorec chování ve svém vědomí, který vyvolal tento stav. Jsem ochotný se změnit. Mám se rád a schvaluji své počínání.

PLÍCE A TLUSTÉ STŘEVO

Plíce

Nádech a výdech v sobě zahrnuje schopnost brát a dávat. Dýchání musí být harmonické, tak i brání a dávání v životě musí být v harmonii. Brání ve smyslu, zda nám ostatní dovolují svobodně dýchat a žít, zda nám k tomu druzí dávají potřebný prostor a čas a nedusí nás a dávání ve smyslu, zda umožňujeme druhým svobodně jednat a uvažovat, zda je nesvazujeme, duchovně neznásilňujeme jejich křehké nitro příkazy a naplňováním ne jejich, ale svých přání, zda je necháváme volně dýchat.

Nedostatek pohlázení, soucítění a lásky rodiče často nahrazují materiálními věcmi, nemají čas se s dítětem posadit a tak mu koupí, co chce a pak říkají, že chce koupit všechno, co vidí, že mu nic není dost. Dítě ale jen volá po pozornosti, potřebuje brát lásku, bezpečí a pocit rodinné harmonie. Když se mu nedostává, dusí se, začínají dýchací potíže. Svobodně, bez potíží dýchat znamená mít všechny rád. Vše vnímat radostně, s láskou. Odpouštět i těm, kteří nás svírají a jejich činy vidět jako nedokonalost ducha a ne jako snahu vědomě nám ublížit a znepříjemnit život. Rodiče, naplňujte své domovy láskou, pro dobro svých dětí i pro štěstí své.

Plíce jsou symbolem kontaktu a komunikace s vnějším světem, po kůži jsou plíce druhým nejvýznamnějším kontaktním orgánem. Dech je naší pupeční šňůrou, která nás pojí s životem samým a se všemi ostatními živými tvory, všichni dýcháme tentýž vzduch.

Léčivá formulka plic: Přijímám život v dokonalé rovnováze.

Tlusté střevo

Střevo je cesta, tlusté střevo zpracovává a zahušťuje odpady – vzpomínky a minulost, ale také z nich odčerpává potřebné – vše, co prožijeme, má svůj smysl na cestě k poznání. Ale ruku na srdce – kdo z nás ve svém životě na něco nepěkného, obtížného a neradostného nevzpomíná, kdo v sobě nenosí nedořešenou minulost? Rodinné rozepře mezi rodiči a dětmi, vzpomínky na nevydařené manželství, na křivdy v zaměstnání, na protěžování druhých na náš úkor, to vše v sobě nosíme zdánlivě zapomenuté. Když se o situaci nebavíme, jsme v klidu, ale její nepatrné připomenutí si těchto životních bolestí a pocitů ublížení v nás vyvolává strach, malou, ale skutečnou touhu po odplatě, po splacení bolesti bolestí. Chceme, aby se těm, kteří nám ublížili, přihodilo v životě něco podobného. A tak se šíříme navzájem, ničíme druhé i sebe.

Hleďte si zejména své životní cesty, dokažte odpustit těm, kteří zaseli bolest do vašeho života a svým životem okolí hladíte. Nevytvářejte zlo, vždyť je ho kolem nás už tak tolik. Zbavte se starých problémů a budete mít volnou cestu. Pokud trpíte zácpou, začněte tím, že vyhážete ze svých skříní vše, co jste rok nepotřebovali. Půjde to těžko, ale pomůže vám to zbavit se i starých myšlenek.

Léčivá formulka tlustého střeva: Snadno se zbavuji toho, co už nepotřebuji. Minulost je pryč a já jsem svobodný.

SLINIVKA, SLEZINA A ŽALUDEK

Slinivka

je orgán lásky a její stav nám ukazujeme, jak jsme schopni lásku dávat a přijímat. Láska je sladší než med i cukr. Upřímné políbení či pohlazení od toho, koho zbožňujeme a kdo nás miluje, je živou vodou, která dává a probouzí život i tam, kde jej mnoho není. Vždyť i kámen ožije, promluvíme-li na něj s láskou. Kdo opravdovou, čistou duševní lásku neuměl plně dát, kdo v pravý čas neslyšel prosby druhých, nevnímal jejich potřeby, pouze plnil svá přání, ten trpívá od útlého věku cukrovkou. Sladkost, kterou nedával svým jednáním, je mu ve stravě nyní zakázána, nesmí ji brát. Cukrovkou v pozdějším věku trpí lidé, kteří ve svém současném životě dělali obdobné chyby a prohospodařili své síly. Přeslazovali, upravovali si život k obrazu svému natolik intenzivně, že jim na stáří nezbylo. Dávejte lásku, mluvejte k druhým s láskou, s touhou pomoci. Myslete na ostatní lidi jenom v dobrém.

Léčivá formulka slinivky břišní: Můj život je sladký.

Slezina

je jedním z významných obranných míst těla. Oslabenou slezinu poznáme okamžitě na mandlích. Slezina reaguje při všech infekčních chorobách, nemocech krve a jater, při sebemenším rozladění organismu. Její správná funkce podporuje aktivitu a život. Slezina zachycuje unavené červené krvinky a je filtrem lymfy - zachycuje potravinářská barviva a chemii, zachycuje také naši zlobu a nešvary. Její stav ukazuje naši sympatii k lidem, přírodě, zvířatům, rostlinám. Pokud vše soudíme, hodnotíme, o vše se staráme a nad každým se rozčilujeme, poškodíme si tento měkký a citlivý orgán a nakonec, víte, jak často dochází k úrazům a nehodám s natržením sleziny, pak dojde k jejímu odstranění a protože nic není náhoda, půjde o krátké a velmi silné pročištění. Pokud je poškozená slezina, shromážděné negace musí být pročišťovány tělesným trápením a ztrátami. Nikdy nikoho nesuďte a nekritizujte, přistupujte k lidem se sympatiemi a pochopením.

Léčivá formulka sléziny: Mám se rád a nahlížím na sebe kladně. Souhlasím se vším svým konáním. Důvěřuji, že průběh života bude pro mne příznivý. Jsem v bezpečí. Všechno je v pořádku.

Žaludek

Každá událost v životě člověka učí. Mnohé situace jsou pro nás jako kameny, které nás ubíjejí a které nedokážeme přijmout. Nejsme schopni vydržet tvrdost na nás dopadajících ran, ale nemáme iniciativu a snahu tuto situaci opustit, zmírnit a postupně ji zvládnout. Potom náš žaludek s obtížemi tráví a nestrávení, nezvládnutí situace provází zloba. Projevuje se nejprve zánětem žaludeční sliznice a může se postupně tato zloba nebo neschopnost vyřešení situace zhmotnit žaludečním vředem. Situace, které se nám vysloveně přičítají, se kterými se nedokážeme smířit, přijmout a vstřebat, vracíme a zvracíme - tak vzniká žaludeční neuróza.

Nezávidíme si navzájem, nesrovnávejme se s nikým. Nevadí, že právě teď má někdo vedle vás cosi, co závidět můžete, ale vše se mění. Jděte si svojí cestou, bez závidění a srovnávání se se situací, možnostmi a dary, které dal život druhým.

Léčivá formulka žaludku: Procházím životem bez problémů.

SRDCE A TENKÉ STŘEVO

Srdce je centrum citů a lásky.

Je centrem lidského dění. Vyjadřuje osobnost člověka, jeho chápání a životní názory. Život bez bijícího srdce neexistuje. Srdce pohání radost, víra v krásu dní a událostí, které přijdou. Srdce je středem naší existence, brána z polarit do jednoty, centrum a východisko lásky (schopnosti milovat) a emocí, domov pocitů a místo nejhlubších citů. Srdce ničí bolest, bezútěšné životní situace, v nichž jsme ustrnuli, zloba a nechť žít.

Dávejte do srdcí lidí to, co jim srdce léčí - lásku, štěstí, optimismus a smích. Dávejte druhým i sobě - kdo se pro druhé otevírá, ten od druhých dostává. Posilujte své srdce láskou k sobě - postavte se před zrcadlo a řekněte si upřímně, jak jste krásní a jak se máte rádi. Nedokážete-li to říct sami sobě, nedokážete to vyjádřit ani druhým. Poslouchejte svou intuici, pohladte svého partnera, když máte zrovna chuť, byť se vám zdá, že není právě vhodná chvíle. Vhodná chvíle je stále, on na pohlázení čeká.

Srdce udržuje v pohybu krev, naši životní energii, proto je též ukazatelem toho, jak dokážeme řídit vlastní životní rytmus. Zda příliš netlačíme nebo neustupujeme (projevem je vysoký či nízký krevní tlak).

Léčivá formulka srdce: Moje srdce tluče v rytmu lásky.

Tenké střevo

jako párový orgán srdce je analyzátor a zapisovatel dne. Pomáhá analyzovat životní prožitky a vstřebává je ve formě zkušeností. Pokud příliš pitváte situace, které se přihodily, problémy příliš rozebíráte a hodnotíte z mnoha stran, pak tenké střevo už nemá sílu řádně vstřebat ze stravy pozitivní látky. Stav našeho tenkého střeva je ukazatelem, jak v harmonii přijímáme a zpracováváme materiální

poselství života. Zabývejte se problémy, ale možná dnes nemáte pochopit, proč se něco přihodilo, tak i když ublížíte svému tenkému střevu, nepochopíte nic. Vše má svůj důvod, někdy na to přijdete.

Léčivá formulka tenkého střeva: Přijímám a přizpůsobuji se všemu novému v klidu a s radostí.

Nadváha

je obrana. Je výrazem lidské neschopnosti řešit s pocitem klidu a vědomím správnosti svého konání nashromážděné problémy, podmínky a situace, do nichž se člověk narodil a které se má v životě naučit zvládat. Člověk utíká. Utíká do světa sladkostí, jídla, a přitom ani mnohdy nevnímá, kolik a proč jí. Jen potřebuje potěšit, pohladit, zastřít bolest, zmírnit těžkosti života a jeho zkoušek. I ten kdo příliš nejí a je přitom obézní, je třeba pouze v podvědomí stížen pocitem nutnosti ochrany, obrany před faktem, že život neodpovídá jeho tužbám. Chyba v jednání a uvažování se projeví v dysfunkci žláz s vnitřní sekrecí.

Nebojujte nejprve se svými nadbytečnými kilogramy, i když možná na čas úspěšně, ale zejména v první řadě zvládněte sami sebe. Naučte se milovat svět, jaký je, naučte se chápat smysl životních zkoušek a věřit v krásu příštích chvil. Jestliže toto zvládnete, poté každá dieta a omezení stravy v objemu nebo čase (odhodlání už nejíst večer) budou mít trvalé následky.

Neboť odložíte pouze to, co už nepotřebujete. Přebytný tuk je jako teplý šat, který si dáváte, když se v životě chvějete zimou nelásky a klepete strachem z prožitého či očekávaného. Když v přírodě vysvitne slunce a přijde obrozující jaro, svůj teplý šat odložíte. Obdobně přistupte k odložení přebytných kilogramů. Nesnažte se sundávat Vás chránící kabát (hubnout), jestliže venku (v životě) stále vládne chlad a plískanice nedobrých mezilidských vztahů.

(z knihy CO NÁM TĚLO ŘÍKÁ aneb po stopách nemocí od Miroslava Hrabici)

Léčivá formulka při nadváze: Jsem v bezpečí tam, kde jsem. Vytvářím si vlastní bezpečí. Mám se ráda a jsem se sebou spokojená. Neustále jsem v bezpečí, ochraňuje mě Boží láska. Právě teď si vytvářím život tak, jak chci. Jsem v bezpečí.

Málo se ví o tom, že močový měchýř je velký kamarád s mozkem. Proto i potíže v něm (epilepsie, nádory, otoky, atd.) řešíme působením na močový měchýř.

Nejznámějším důsledkem dysfunkce ledvin jsou bolesti kolen z vnitřní strany. Jsou to však i potíže s močením, narušená funkce pohlavních orgánů, problémy spojeny s nedostatečným vylučováním toxických látek z těla. Právě ledviny jsou klíčovým orgánem při detoxikaci organismu.

Slabost a dysfunkce žlučníku se projevuje bolestmi velkých kloubů (ramena, kyčle, kolena z vnější strany, lokty) a někdy je napaden i nervový systém. I z vlastní zkušenosti víme, že dysfunkce žlučníku představuje zvýšené riziko úrazů velkých kloubů.

Slabost jater s sebou přináší zhoršení schopnosti vyrovnávat se s vnějšími vlivy, proto v tomto období propukají alergie nejrůznějšího druhu; od alergie na pyl, prach, zvířecí chlupy, až po alergii na tchýni.

Dysfunkce srdce se projevuje dušností, otoky, arytmií, a podobně.

Slabost tenkého střeva se projevuje například zažívacími problémy, bolestmi páteře, plochými nohami, plísňovitostí, kterou podporuje hlavně bílý cukr a sladkosti (plísň vaginální, nehtové, mezi prsty), atd.

Potíže krevního oběhu se mohou projevovat například změnou srdečního rytmu, tepu, ztěžknutím končetin, mravenčením v nich. To mravenčení může být i v rukách i v nohách. Příčinou je zablokovaná krční páteř (nejužší místo, kterým musejí protékat tělní tekutiny). Doporučujeme každé ráno na stoličce mačkat okolí hlavního kloubu pravého palce a pak s ním vytrvale točit, až dojde k jeho uvolnění. Volný hlavní kloub pravého palce = uvolněná krční páteř.

Oslabená slezina se projevuje snížením obranyschopnosti těla, malou odolností proti infekcím, nachlazením, špatným krevním obrazem a stavem bílých krvinek. Slezina se považuje za jakési lymfatické srdce a má velký vliv na všechny pochody v jeho systému.

Slabost slinivky je v slizničních orgánech: od poruch trávení (nadýmání, látková výměna, žaludeční a dvanácterníkové vředy, zácpa) přes dýchací potíže až po poruchy v menstruaci.

Žaludeční potíže bývají většinou následkem problémů slinivky, jater, žlučníku i dvanácterníku. V samotném žaludku to mohou být vředy -projevují se bolestmi v levé části hrudníku (často považovány za bolesti), potížemi těsně po jídle, tlaky v horní části břicha a podobně.

Slabost plic se projevuje v nedostatečnosti samotných plic, většinou špatným dýcháním, spolu s narušením sliznic a v přehnané citlivosti pokožky. K tomu obyčejně přistupují poruchy lymfatického systému, zejména v oblasti hrudní kosti. Proto jsou velmi vhodné lymfatické masáže.

Potíže tlustého střeva nastávají velmi nenápadně menšími mechanickými projevy v pravé, spodní části břicha, které se pak začínají přesunovat do levé strany břicha. Kromě zácpy, v důsledku které dochází k zamořování organismu toxickými látkami je dalším jevem průjem. Při tom je tlusté střevo buď velmi zanesené, takže sliznice téměř s materiály nepřicházejí do kontaktu, nebo jsou sliznice tak slabé, že nedokážou vstřebávat vodu a výživné látky.

Najdete nás na webu <http://www.studionaturopatie.cz/>