



HOMEOPATIA V KAŽDEJ CHVÍLI

Stáva sa to ženám, ak sa stanú matkami, a mužom, keď sa z nich stanú otcovia, že ich láska zasiahne tak hlboko, že kvôli svojim deťom sa začínajú chcieť meniť. Stalo sa to aj mne. Moje deti ma začali učiť a ja som kvôli nim našla v sebe silu a odvahu na svoju premenu, ktorá stále trvá. Na tejto ceste som stretla homeopatiu a s ňou krásny dar: môžem pomáhať v každej chvíli, aj pri počatí alebo narodení človeka.

Prípád: Zavolala mi pacientka v 9. mesiaci tehotenstva, že večer v noci dostala pôrodnú bolesť – veľmi silné kontrakcie, ktoré popísala, „ako keby ju začali trhať“. Veľmi sa zľakla, lebo jej to pripomenulo predchádzajúci pôrod. Vzápätí sa bolesť úplne zastavila. Predošlý pôrod bol veľmi traumatizujúci a trval dvanásť hodín. Po ňom vznikla u nej ťažká popôrodná depresia a takmer dva mesiace odmietala svoje dieťa. Dodnes má z toho veľký pocit viny. V deň, keď sa mi ozvala, navštívila gynecológa, ktorý jej povedal, že ak neporodí do siedmich dní, budú jej musieť pôrod vyvolať. A to bola pre ňu ďalšia hrôza, pretože ten predchádzajúci pôrod bol vyvolávaný a predpokladala, že práve preto bol taký strašný. Veľmi sa teraz bála, že sa pôrod nezačne prirodzene. Odporúčala som jej užiť liek Cimicifuga 30 CH, každý deň jednu dávku s tým, že ak neporodí, nech sa mi do štyroch dní ozve. (Do obrazu Cimicifygy patrí nemôže porodiť zo strachu z predchádzajúcich zlych skúseností.) V určený deň zavolala, že bolesti boli miernejšie, ale pôrod sa nezačal. Preto som jej odporúčala užiť vyššiu potenciú 200 CH dvakrát denne. Mala sa ozvať nasledujúci deň. V ten deň večer som si na ňu spomenula a zrazu mi prišla SMS a v nej stálo: DNES O 17.00 NÁSPÁN BOH OBDARIL KRÁSNYM DIETATKOM, MAMKA AJ DIETATKO SÚ V PORADKU... ĎAKUJEME...

Celá naša rodina sa účinne lieči homeopatiou. Stala som sa homeopatkou. Často je to totiž žena, ktorá je liečiteľka v rodine. Ak si dieťa rozbijie kolienko, beží s plačom za mamou. V noci pri ňom, ak má teplotu, opäť sedí najmä mama. Lieky dáva do úst mama a mnohokrát je to práve ona, kto sa začne brániť, že toľko liekov už svojmu dieťaťu nemôže dávať. A začína hľadať. Nechcem z toho procesu vynechať otca. Je predsa úžasný, keď sa postavi na stranu mamy a hľadajú spolu, čo



„Keď chceš zmeniť svet, zmeň seba.“

— text: Dr. Jana Kolenová • www.homeopat-kurzy.com • www.komarahomeopatov.sk —

je pre ich dieťa najlepšie. Hoci je to niekedy prejav otec, ktorý začne hľadať a posúvať svoju rodinu k iným hodnotám.

Prípád: Na vyšetrenie ku mne prišli rodičia s 3,5-ročným chlapčekom, ktorý sa veľmi zajakával. Každú slabiku opakoval štyri- až päťkrát. Také silné zajakávanie u takéhoto malého dieťaťa som ešte v práci nevidela. Oboja rodičia boli oddaní svojmu dieťaťu a spoločne hľadali terapiu, ktorá by mu mohla pomôcť. Mali k nemu veľmi správny prístup, ktorý ich naučila psychologička. Zajakávanie si vôbec nevsímali, neuzornňovali naň. Rozprávali sa s dieťaťom, akoby zajakávanie neexistovalo. Chlapček bol silne fixovaný na oboch rodičov. Do škôlky ešte nechodil, bol doma s mamou. Pri vyšetrení som zistila, že dieťa neprešlo žiadnou traumou. Nemá síroducenca. Bolo plánované a s láskou očakávané. Tehotenstvo prebiehalo bez problémov, pôrod bol spontánny, a aj keď ho mama vnímala ako náročnejší, nebola to trauma. Mama má veľa strachov. Otec je dominantnejší a má tíky. Manželstvo je harmonické. Dieťa je plne očakované.

Ak bolo na rukách u mamy alebo u otca, bolo v pohode, aj keď sedelo otočené ku mne chrbtom. Ale keď malo prejsť krátkou vzdialenosťou

mamy k otcovi, zrazu malo veľký strach, ako by bolo v nebezpečenstve ohrozujúcom život. Máva aj nočné mory. Dostalo liek Stramonium 30 CH. O štyri dni mi písali vystrašení rodičia. Reč sa veľmi zhoršila, už skoro vôbec nerozprával, lebo nevedel vydať zo seba ani slabiku. Vyhodnotila som to ako prvotné homeopatické zhoršenie, pri ktorom sa vrátili staré symptómy. Celý problém začal pred pol rokom práve takýmto stavom. Povedala som im, že budeme čakať. O tri týždne sa mi opäť ozvali a hlásili, že po tom hroznom zhoršení prišlo veľké zlepšenie. V súčasnosti sa dieťa vôbec nezajakáva a potrebuje liek zopakovať približne raz za tri až štyri mesiace.

Dnes sa už nebojím byť iná, ak mám pocit, že je to pre mňa dôležité. Homeopatia je moja veľká pomocníčka a láska aj napriek tomu, že je to pre mňa náročný. Studovala som na Homeopatickej akadémii v Prahe a na Slovenskej akadémii klasickej homeopatie, ktorá je v Bratislave. Je to naša slovenská škola a je naozaj veľmi kvalitná.

Všetko, čo má hlbší zmysel, si vyžaduje obeť. Preto v mojom živote to všetko stálo za to. Pomáha mi v tom homeopatia, ale aj moja vlastná námaha a túžba veci meniť

a nevzdať sa. Ako homeopatia sa musím neustále učiť niečo nové do konca svojho života. Homeopatia je pre mňa veľmi dôležitá. Okrem množstva pozitívnych výsledkov v liečbe, ktoré ňou dosahujem v našej rodine a v rodinách svojich pacientov, priviedla ma na cestu vyslobodenia z blaženého stavu nevedomosti a povrchnosti, do hľadania a nachádzania hlbších súvislostí, ktoré mi veľmi pomáhajú aj v každodennom živote. Stále kráčam po tej ceste a stále sa predom mnou odkrývajú nové a nové súvislosti, vďaka ktorým je môj pohľad hlbší a núti ma k neustálej práci na sebe. Ak chcem pomocou homeopatie liečiť, musím neustále pozorovať. Máme veľa liekov (približne 5500). Každý homeopatický liek má svoj obraz, ktorý sa skladá (zjednodušene) z psychických a fyzických symptómov – od hlavy po päty. Musíme si teda vsímať tieto symptómy u nášho pacienta a hľadať na ňom to jedinečné, čo odliší jeden liek od druhého. Má to pre mňa svoj význam aj v bežnom živote. Zvykla som si vsímať ľudí okolo seba. A naučila som sa hľadať v každom človeku niečo jedinečné, čo si môžem na ňom vážiť. Každý človek túži po tom, aby si ho niekto všimol, aby aspoň jeden človek vedel, že existuje. Ak si ho navyše niekto váži, dáva mu to silu do života. Prajem to zažiť každému.

Prípád: Na vyšetrenie ku mne prišlo 16-ročné dievča s Crohnovou chorobou v počiatkovej fáze. Tú sa prejavovala záchvatmi ukrutných bolestí v ľavom boku, približne dva- až trikrát do roka. V tom čase mala striedanie hnačky a zápchy. Jednotlivé záchvaty prichádzali v poslednej dobe častejšie a trvali dlhšie, asi jeden mesiac. Potom mala niekoľko mesiacov pokoj, ale stále cítila, že má zlé trávenie. Nebrala zatiaľ žiadne lieky.

Dievča bolo veľmi jemné, s veľkými očami. Prezradilo o sebe, ako odmalicka cíti, že nikde nezapadá a nevie si nájsť kamarátka, po ktorej veľmi túži. Už na základnej škole mala pocit, že ju deti od seba odháňajú. Teraz na strednej to bolo už o niečo lepšie. Nezačujami ju chlapci a diskoletky ani móda. Mala rada prírodu, zvieratá a svet vil a skriatok. Mama o nej povedala, že je úplne iná ako ona a že sa ju učí spoznávať, aby nemala pocit neprijatia. Mama je extrovert, výtvarníčka – tvorí odevy. Dievča od detstva obklopuje výtvarný svet. Aj byt majú zariadený výtvarne a mama sa oblieka trochu extravagantne, umelecky, ale nie vyzyvavo. Je citlivá medzi nimi silné puto, ale dievča sa, naopak, chce obliekať tak, aby bolo nenápadné. Nepáči sa mu nič, čo máme, ani odev, ani zariadenie bytu. Chcelo by, aby bolo decentnejšie. Hoci má v skrini pár kúskov originálnych halien a šiat, nosí len kockované flanelové košeľe a rifle.

Túži, aby si ju nikto nevsímali, aby bola neviditeľná. Snaží sa pred mamou všetko utajať, aj keď majú spolu veľmi pekné rozhovory. Mama je duchovne veľmi silne založená a rady sa spolu o duchovných veciach rozprávajú. Dievča bolo odmalicka veľmi späté s prírodou a chcelo sa stať bylinkárkou. Keď malo štyri roky, spýtalo sa: „A čo my dáme Ježiškovi za to, že nám nosí darčeky? Už viem, bylinkový čajíka!“ Ten bol pre ňu veľmi vzácny, lebo vedela, že je liečivý. Hoci je veľmi milá a prítulná, vie sa veľmi nahnevať a vybuchnúť. Vtedy každého vyhádza z izby, aby jej dal pokoj. Neznáša utešovanie a ťažko jej padne ospravedlniť sa. Keď ju hnev prejde, pride usmiata, ako keby sa nič nestalo, ochotná pomáhať. Má jednu zvláštnosť: nevie vyhodiť staré veci. Napríklad, mala pokazený budík, ktorý dostala od babičky, a veľmi chcela nový. Kúpili jej taký, ktorý si sama vybrala, no zrazu sa rozplakala, že nemôže vyhodiť ten od babky.

Na základe jej životného príbehu som jej dala liek Holmium oxydatum 200 CH jednorazovo. Tri mesiace sa nič nedialo (mala vtedy práve fázu pokoja od bolesti) a ja som začala uvažo-

Liečiť sa homeopatiou znamená nachádzať cestu k sebe samému.

vať o zmene lieku, keď mi zavolala prekvapená mama. Jej dcéra v ten deň prišla zo školy a ako prvá si mama všimla, že má na krku jej – mamini – šál, ktorý sa dcére nepáčil, lebo bol pre ňu príliš nápadný. Ale ešte viac bola mama prekvapená, keď si dcérka dala dole kabát a mala na sebe batikovanú fialovú halenu, ktorú si nikdy predtým neobliekla, pretože bola pre ňu príliš extravagantná. Povedala mame, že dnes mala chuť si ju obliecť. Dievča sa začalo pomaly meniť, viac sa otvorilo, celkom zmenilo šatník na výtvarný, ako má mama, a to najdôležitejšie, prejavy Crohnovej choroby do roka úplne zmizli. Dnes má dvadsaťtri rokov, nemá žiadne prejavy choroby. Máva iba menšie tráviace problémy, hlavne zo stresov pri skúškach na vysokej škole, na ktoré jej dobre zaberá China. Celkovo sa zmenila. Je šťastná, má svoj okruh priateľov. Objavila v sebe kreativitu. Momentálne amatérsky fotí, a veľmi dobre. Co je pre mamu najzvláštniejšie, zistila, že nie sú s dcérou až také rozdielne, ako si myslela. V zime si kúpili rovnaké topánky, pretože sa obojom páčili. Dcére neprekážalo, že mama má také isté. Stalo sa aj to, že poprosila mamu, aby jej raz, keď si bude zariadovať svoj vlastný byt, prišla určite pomôcť, lebo sa jej veľmi páči, aký má vkus.

Homeopatia má schopnosť vyliečiť aj hlboké patológie, aj zdánlivo nevyliečiteľné prípady. Pacienti sa pri úspešnej liečbe často stávajú omnoho uvoľnenejší, šťastnejší. Majú odvahu meniť svoj život k lepšiemu.

Hlavný nástroj pri vyšetrení klasickej homeopatiou je rozhovor, tzv. interview. Počas neho pacienti hovoria o svojich fyzických a psychických ťažkostiach. Dôležité je, aby otvorene porozprávali o svojich problémoch a životnom príbehu. Homeopat môže počas interview pomáhať pacientovi klade-ním doplňujúcich otázok. Môže sa pýtať na jeho záľuby, túžby, strachy, hnev, sny, na dobré a zlé vlastnosti, aké má ambície nielen v práci, ale aj v živote, pýta sa na jeho telesné ťažkosti, osobnú a rodinnú anamnézu, chute, vnímanie vonkajšieho prostredia atď. Tieto otázky pomáhajú pacientovi premýšľať a hovoriť o sebe, často pre neho neobvyklým spôsobom. Nie raz sa mi stalo, že pacient po rozhovore povedal, aký je vďačný, lebo ho ešte nikto tak dlho nepočúval, alebo že je mu hneď lepšie, keď sa mohol tak vyrozprávať. Ale stalo sa mi aj to, že pacient zrazu uvidel na sebe niečo, čomu sa predtým bránil, a to mu pomohlo uvidieť sa v inom svetle, lepšie sa spoznať.

Otázky, ktoré homeopat kladie, si malokto dáva sám. Z vlastnej skúsenosti viem, že je dobré si ich klást každý deň aj bez vyšetrenia. Majú schopnosť nás zaviesť do nášho vnútra, k svojej vlastnej podstate, a my máme šancu sa prehľbovať. Mohli by sme povedať, že liečiť sa homeopatiou znamená nachádzať cestu k sebe samému. Homeopat je sprievodca na tejto ceste a pomáha pacientovi orientovať sa, pozorovať a stávať sa vnútorne silnejším. Silný človek je zdravý človek.

Na druhej strane, aby sa pacient mohol otvoriť a rozprávať otvorene o sebe, musí homeopat vytvoriť láskyplné ovzdušie. Mal by sa snažiť pacienta prijať, neposudzovať a neod-sudzovať ho. Preto je veľmi dôležitá úroveň homeopata, jednak ako odborníka, ktorý si neprestajne dopĺňa svoju odbornosť, jednak ako človeka, ktorý pracuje na sebe. Pre mňa každý pacient predstavuje novú príležitosť niečo sa naučiť, či sa o sebe dozvedieť. Pretože len to, ako poznám sama sebe, mi umožňuje poznať aj druhých. Je to náročná cesta, ale ja chcem po nej kráčať, pretože túžim byť stále múdrejšia a lepším človekom, kvôli svojim pacientom, aj kvôli sebe samej. A touto prácou dávam priestor sebe aj mojim pacientom, aby sme prichádzali k svojmu lepšiemu „ja“ a mali silu meniť sebe aj svet.

Hreje ma pri srdci, že sa homeopatia šíri do rodín a môže tak pomôcť v každej chvíli, keď ju niekto potrebuje. ■

CHCETE SA ZBAVIŤ BOLESTÍ CHRBTY?

JEDNODŇOVÉ WORKSHOPY

Bratislava, B.Bystrica, Trnava, Piešťany, Senica

www.skolazdravejchrbtice.sk