

# Mystérium ženy

Mnohí muži hovoria, ako nás ženy vôbec nechápu, sme pre nich nezrozumiteľné a tajomné. Ale rozumieme my ženy samy seba? Toto mystérium musíme rozlúsknuť pre seba, aby sme žili harmonickejšie, aby sme pochopili, kto sme.

Počas života prechádzame niekoľkými etapami a premenami. Cez rôzne skúsenosti objavujeme svoju podstatu. Vo všeobecnosti sme my, ženy jemnejšie, citlivejšie ako muži. Sme kráľovné emócií. Náš svet je plný pocitov a lásky, pokiaľ to pripustíme. Ako si užiť svoj život vo všetkých jeho polohách?

## Zmena dievčata na ženu

Svoje jedinečné vnímanie objavujeme postupne počas života. Prvá veľká premena, ktorá čaká dievča, je menštruácia. Počas nej sa jej telo hormonálne preladuje a prežívajú úplne nové pocity. Dospievajúca žena môže byť sama zo seba zmätená, nevie, čo sa od nej očakáva, bráni sa odmietaním a drzosťou. Niektoré sa naopak utiahu a cítia sa veľmi zraniteľné. Stratia sebavedomie. Je to náročné obdobie pre dievčata aj pre ich okolie, najmä rodičov. Národy, ktoré majú ešte blízko k prírode, si vážia tento prechod. Prvú menštruáciu oslavujú rituálmi, v ktorých vítajú dievčata v kruhu žien. Dievča sa potom cíti výnimočne a ľahšie sa jej zžije so svojou premenou. Dnes ženské kruhy nadväzujú na tieto tradície a robia pre dievčatá rituály prechodu do „nového tela“.

Naša európska civilizácia už nepozná tieto rituály a dievča prechádza prvou menštruáciou tak, ako vie. Ja sama si pamätám, ako veľmi som sa za ňu hanbila. Zo všetkých síl som sa snažila, aby na to nikto neprišiel. A keď som si išla kúpiť vložky, tak som sa cítila hrozne. Bála som sa, že niekoho stretnem, a ten uvidí, čo kupujem. Trvalo to niekoľko rokov, kým som dokázala povedať, že to práve mám. Aj preto sa často s menštruáciou spájajú rôzne problémy, psychické alebo fyzické.

Príbeh: 13-ročná dievčina má už pol roka menštruáciu a medzimenštruálne krvácanie, ktoré pretrváva počas celého obdobia medzi menštruáciami. Má stále pár kvapiek krvi, ktoré vystrieda až nový cyklus. Okrem toho sa veľmi zmenila a stala sa veľmi drzou. Stvrkla, všetko jej vadí, je podráždená. Zača-

la byť veľmi citlivá na nespravodlivosť. Ak vidí, že sa niekomu ubližuje, hneď sa ho zastane. Je ochotná ísť kvôli tomu aj do nebezpečných situácií. Má sklon k sebapoškodzovaniu. Hryzie sa do krvi. Raz sa stalo, že mali nejakú akciu v škole na chodbe a už nebolo miesto, tak si priniesla stoličku z triedy. Dala si na ňu svoj kabát a ešte si odskočila. Keď sa vrátila, sedela na nej spolužiačka. Dôrazne jej povedala, že je to jej stolička, že si ju sama priniesla a mala na nej svoj kabát. Spolužiačka povedala, že ju to nezaujíma, na stoličke nesedela, a preto mala právo si na ňu sadnúť. Naša dievčina sa tak rozčúlila, že jej strelila facku. Keď jej mama povedala, že tak sa spory neriešia, veľmi sa nahnevala, že bola preda v práve. Predtým to bolo milé prítulné dieťa, aj keď nikdy nebola plachá. Pochádza z milujúcej rodiny. Má veľmi starostlivú matku.

Dostala liek zo skupiny lantanoidov Dysprosium oxydatum. Tento liek jej veľmi pomohol. Prestala mať medzimenštruálne krvácania a opäť sa z nej stalo milé dievča. Zmizlo aj sebapoškodzovanie. Tento liek patrí do skupiny lantanoidov. Sú to lieky, ktoré majú v sebe túžbu byť sami sebou, byť nezávislí a slobodní, chcú slúžiť ľudstvu, sú humánne zameraní. Dysprosium patrí do 12. štádia podľa systému Jana Scholtena, ktoré slobodu získava bojom. Je to štádium, ktoré sa háda a nebojí sa

ísť do konfliktu. Oxydatum súvisí s citlivosťou na krivdu a nespravodlivosť.

## Osamostatnenie sa od rodičov

Ďalšími dôležitými etapami v živote ženy sú jej osamostatnenie sa od rodičov a materstvo. Niekoľko sa tieto etapy môžu navzájom prelínať.

Príbeh: 30-ročná žena, stále žila v svojej pôvodnej rodine a nevedela sa osamostatniť. Bola veľmi závislá na matke. Lipla na nej, bola k nej veľmi milá a prítulná. Zverovala sa jej a chcela od nej neustálu podporu. Ale mala aj obdobia, kedy mamu úplne odmietala. Vtedy bola veľmi útočná, stále niečo mame vytykala, odťahovala sa a verila bludom, že jej matka ublížila. Jej mama bola z toho už veľmi vyčerpaná. Nikdy nevedela, ako sa jej dcéra bude správať. Niekoľko stačil aj malý impulz a dcéra zmenila správanie. Obidve dobre poznám a to mi uľahčilo výber lieku. Mladá žena bola homeopaticky liečená od detstva. Homeopatia jej veľmi pomohla so závažnejšou diagnózou. Rozmýšľala som, kde je jadro prípadu.

Bol to problém s láskou. Na jednej strane bola príliš pripútaná a nevedela sa jej nasýtiť a na druhej strane mala problém s citovou väzbou a odťahovala sa. Od mamy som sa dozvedela, že mala ťažký pôrod. Bol vyvolávaný. Sedem hodín jej vtekal do žily syntetický oxytocín. Nakoniec to skončilo cisárskym rezom. Dnes sa ešte málo vie o tom, že syntetický oxytocín má veľa vedľajších účinkov. Narúša pôsobenie prirodzeného oxytocínu a spúšťa problémy s citovou väzbou a nedostatkom sebalásky. Dostala homeopaticky pripravený syntetický oxytocín. Liek jej veľmi pomohol. Našla v sebe silu sa odpútať od pôvodnej rodiny aj napriek tomu, že nemala partnera. Kúpila si byt a upokojila sa. S mamou majú teraz pekný, vyrovnaný vzťah.

## Premena na matku

Materstvo môže byť jedno z najkrajších, ale aj najťažších životných období ženy. Skladá sa z troch etáp: tehotenstva, pôrodu a šestonedelia. Keď sa žena stane matkou, už nič nebude také, aké bolo predtým.

Č a k á ju veľa náročných situácií, málo spánku a nutnosť odložiť nabok svoje vlastné potreby. Ale aj tolko lásky, že sa jej to všetko

Dr. Jana Kolenová,  
SAK Hom.



Je vyhľadávaná profesionálna klasická homeopatka s praxou v Košiciach. Klientov

má z celého Slovenska, zväčša celé rodiny. Je členkou Slovenskej komory homeopatov. Je riaditeľkou a hlavnou lektorkou Školy akútnej homeopatie (ŠAH), ktorá ponúka homeopatické kurzy pre širokú verejnosť. Najobľúbenejší je polročný základný kurz Domáca homeopatia I, ktorý organizuje od roku 2008. Je autorkou knihy „MAMATATA, Homeopatický sprievodca tehotenstvom, pôrodom a šestonedelím alebo Ako ich prežiť s láskou a bez strachu“.

[www.homeopat-kurzky.sk](http://www.homeopat-kurzky.sk),  
[www.komorahomeopatov.sk](http://www.komorahomeopatov.sk)

## Homeopatiká, ktoré pomôžu pri predmenštruálnom syndróme

\* COLOCYNTHIS 30 CH: Silné kolikové a krčvité bolesti v podbrušku. Zlepšujú sa teplom a silným tlakom na brucho a v ľahu. Preto žena, ktorá potrebuje tento liek, leží v posteli stočená v kĺbku. Skrčenými nohami si tlačí na brucho. Zároveň chce mať na bruchu priložený teplý obklad, termofoor.

\* MAGNESIUM PHOSPHORICUM 30 CH: Aj tento liek je na veľmi silné krčvité bolesti. Žena až plače od bolesti. Chce ležať v posteli, ale nemá skrčené nohy, môže ich mať vystreté. Tiež chce teplo a tlačí si na brucho. Výraznejšie jej však pomáha teplo. Niekedy jej ulaví až horúca sprcha.

\* VIBURNUM OPULUS 30 CH: Opäť veľmi silné bolesti nútia ženu si ľahnúť. Ale nepotrebuje tlak na brucho ani teplo.

Existujú aj ďalšie lieky, ktoré majú vzťah k PMS. Ak váš stav zodpovedá niektorému z vyššie uvedených, dajte si 1- až 4-krát v priebehu dňa po 3 globulky pod jazyk, mimo jedla. Ak vám ustúpia bolesti, tak si ďalšiu dávku lieku už nedajte.

bude chcieť robiť. V týchto etapách je homeopatia jedinečnou pomocou. Účinne pomáha pri fyzických, ale aj psychických problémoch a nemá žiadne nežiadúce účinky. Preto je vhodná aj pre novorodencov.

## Menopauza zmení život

Najťažšia premena, ktorá ženy čaká, je menopauza. Mnoho žien cíti, že im život uniká, že prestávajú byť atraktívne, že už nemôžu byť matkou. Preto toto obdobie býva náročné a spôsobuje rôzne ťažkosti. Najčastejšie sú to nepríjemné návaly tepla, strata menštruácie, osteoporóza a veľa psychických problémov, ako sú strata sebavedomia, smútok, depresia. Preto v tomto období sa v kabelkách žien ocitnú rôzne lieky, hlavne analgetiká na potlačenie bolesti a antidepressíva na potlačenie úzkosti, smútku a depresie. Oveľa zdravšie a prospešnejšie je však zvládnuť tieto ťažkosti homeopatiou. Príbeh: 63-ročná žena mala pokročilú osteoporózu. Necítila sa dobre a hrozilo, že aj najmenší pád skončí sa zlomeninou. Odporúčala som jej homeopatikum Calcarea

phosphorica 5 CH. Užívala ho dlhodobo 2-krát denne 1 globulku. Postupne sa začala cítiť lepšie, bola silnejšia. Pri kontrole o pol roka sa zistilo, že už nemá známky osteoporózy. Calcarea phosphorica je jedným z najlepších liekov pri osteoporóze. Môžete ho vyskúšať, ak máte osteoporózu alebo osteopéniu, napríklad 2-krát denne 3 globulky. Môžete ho užívať aj dlhodobo, napríklad 2-3 mesiace. Ak by to bolo potrebné, vždy sa môžete poradiť s profesionálnym homeopatom.

## Prijmeme samy seba

Ako sa máme vyrovnáť s týmito premenami ženy? V prvom rade by sme si mali vážiť samy seba. Mali by sme byť hrdé na to, kto sme a prijímať, nebať sa meniť a odhaľovať svoje klenoty, ktoré máme ukryté v duši. Našou výzvou je vytvárať ženský svet a čerpať z neho silu. Vtedy namiesto starnutia dozrievame. Keď sa oprieme o svoju múdrosť, okolie si nás bude vážiť. Ľudia budú chcieť byť v našej blízkosti. Máme schopnosť meniť svet. A čím je svet ženskejším, tým je v ňom viac lásky a harmónie.

## Slovenská akadémia klasickej homeopatie otvára v roku 2019 polročné kurzy v 11 mestách na Slovensku



Vyliečte si sami bežné ochorenia v pohodlí domova, bez chemických liekov a za rekordne krátky čas. Získajte priateľov, ktorí tiež hľadajú novú cestu. Kurz je raz mesačne, jeden deň počas víkendu.

[www.akademiahomeopatie.sk](http://www.akademiahomeopatie.sk)



L. MIKULÁŠ – prednáša Ing. Jana Kováčová  
[www.homeoprekladzedeho.sk](http://www.homeoprekladzedeho.sk)



KOŠICE – prednáša Dr. Jana Kolenová  
[www.homeopat-kurzky.sk](http://www.homeopat-kurzky.sk)



PREŠOV – prednáša Olga Kancirová  
[www.homeopatiaok.sk](http://www.homeopatiaok.sk)



NITRA – Mgr. Dagmar Ferencziová  
[www.ferencziovka.sk](http://www.ferencziovka.sk)



HUMENNÉ – Ing. Adriana Karšková  
[www.homeopathhumenne.sk](http://www.homeopathhumenne.sk)



KOŠICE – Mgr. Janette Bakajsová  
[www.ahomeopatia.sk/kurz-homeopatie](http://www.ahomeopatia.sk/kurz-homeopatie)



BRATISLAVA – Ing. Soňa Koyšová  
[www.tophomeopat.eu](http://www.tophomeopat.eu)



N. ZÁMKY a LEVOČA – Mgr. Silvia Trojanovská  
[www.homeopatia4u.com/prednasky-a-kurzky](http://www.homeopatia4u.com/prednasky-a-kurzky)



B. BYSTRICA a TURČ. TEPLICE – Ing. Adriana Béréšová  
[www.nasahomeopatka.sk/kurzky/](http://www.nasahomeopatka.sk/kurzky/)



ŽILINA – Dr. Irena Peňa  
[www.curasana.sk/skola-rodinnaj-homeopatie](http://www.curasana.sk/skola-rodinnaj-homeopatie)