**Etikoterapia – orgány - Duchovné príčiny chorôb**.

Etikoterapia vychádza  z vplyvu negatívnych pocitov na dušu.

Ktoré sú tie negatívne pocity?

1. závisť

2. nenávisť

3. krivda

4. zloba

5. ľútosť

6. strach

7. trápenie sa za iných.

Ak niektorý z týchto pocitov ľudia „pustia do svojho vnútra", potom za všetky následky nesú sami zodpovednosť. Už  Sokrates povedal, že telo je iba obalom duše. Ak ochorie duša, ochorie aj telo. Všetkých tisíc diagnóz, ktoré poznáme, vznikajú vždy vtedy, keď sa trápi ľudská duša.

Čo je to duša? Ako s ňou spolupracujeme? Ak ju nechápeme tak, aby sme s ňou mohli spolupracovať, ďalej sa ani nedostaneme. **Naša duša  sídli v solar plexe (slnečná pleteň, tretia čakra) pod hrudnou kosťou v strede. Niet v človeku väčšieho bohatstva, ako je jeho duša.** S dušou treba spolupracovať. Ak sa o ňu nestaráme, vedie to k psychosomatickým chorobám, čo sa už dnes pripúšťa, aj keď veľmi opatrne. Pre každého je najdôležitejšie zdravie. **Pre každého, kto má viac ako 18 rokov, je najdôležitejším človekom v jeho živote on sám. Miluj sám seba – nie je v tom pýcha alebo sebectvo.**Ktosi múdry povedal: Nech myšlienka neopustí miestnosť, v ktorej sme. Ak si uvedomíte, že máte tendencie riešiť veci spätne, riešiť to, čo bolo, alebo utekáte do budúcnosti, teda vždy unikáte dopredu alebo dozadu, je to preto, že nechcete byť tu a teraz - v prítomnosti. Keď utekáme späť, tak tu nie sme, tam sú iba spomienky. Keď utekáme dopredu, tam ešte nie sme. Tam je hypotéza. Ale keď riešim TERAZ, tak som TU. Keď máme neporiadok v duši, nechceme riešiť teraz, lebo do toho by sme museli zahrnúť seba a uvedomiť si svoj stav. Toto sú kroky, ktorými sa človek dostáva k pravde o sebe. Keď sa prinútite tu a teraz, zistíte, že máte jeden nevyriešený problém, druhý, tretí – a nazýva sa to stresom. Módne slovo, ľudia sa ho chytajú, vytvárajú antistresové programy, pričom nie je možné zachraňovať človeka, ak sa on sám zachraňovať nechce. Nehovoriac o tom, že stres je všetko zahrňujúce a zároveň nič nehovoriace slovo.
Vytvárajme si taký vzťah k sebe, aby sme dozerali na vstupné problémy, ktoré môžeme zvládnuť a tie, do ktorých ešte nemôžeme vstúpiť, treba nechať na neskôr. Tak sa dostávame k elementárnemu chápaniu seba samého. Človek potrebuje motiváciu, ako s tým zachádzať a potom sa posunie ďalej. Ak sa o to nebudeme starať, začne nám to prerastať cez hlavu, dušička sa začne lámať a začnú si to odnášať orgány**. Neexistuje zdravá duša a choré telo,  neexistuje chorá duša a zdravé telo.**Najlepšie sú na tom ľudia, ktorí vnímajú stav duše. Teda vnímajú pohodu a tiež nepohodu. Keď človek nechce vnímať stav nepohody, alebo je toho príliš veľa, dôjde k niečomu, čo ho posunie do iných zážitkov. **Každý orgán v tele má okrem svojho fyziologického poslania aj duchovnú dimenziu. Napríklad žalúdok a hrubé črevo sú kontrolované strachom. Keď sa mi začína objavovať nejaký problém s hrubým črevom – hemoroidy, zápchy, atď., potrebujem si uvedomiť svoj strach. Čoho sa bojím? Kto vie o meridiánoch, ktoré kontrolujú sval alebo svalovú skupinu a dávajú informáciu skôr, ako sa orgán začne rozpadávať, vie, o čom hovoríme.** Cez meridián hrubého čreva nás môže bolieť rameno. Pôjdeme k lekárovi a on povie, že sú to roky, pichne tam injekciu. Tým sa otupí bolesť, čo je reč tela – zatlčieme prejav tela a vznikne následný problém obličky (podľa piatich elementov hrubé črevo vyživuje obličky a párový orgán močový mechúr).
**Obličky sa energeticky oslabia kvôli neusporiadaným medziľudským vzťahom** . Nejde vždy o to, že ste s niekým pohádaný. Ide o to, koho si nosíme v sebe, koho nemôžeme spracovať, kto nám prekáža. Nevyrovnaný medziľudský vzťah vedie k vnútornej agresii, tá k nadprodukcii adrenalínu a ten sa usadzuje v obličkách. Z toho sú obličkové kamene. Proces ale pokračuje cez meridián obličiek – opúchajú členky alebo má človek problém s dýchaním, bolesť za hrudnou kosťou.

Čo je to chrípka? Máte neusporiadané obličky a do toho príde bacil, vírus. Normálne sme schopní spracovať kde-čo, ale v momente, keď je niečo neusporiadané, stačí akýkoľvek závan zvonku a máme chrípku.
Po obličkách pokračuje močový mechúr. Dráha močového mechúra začína medzi očami, ide cez hlavu, tam sa to rozchádza, kontroluje chrbtové vzpriamovače a krúti sa to. Zdvojená dráha sa spája pod kolenom a končí pod malíčkom na nohe. **Celá chrbtica je problémom močového mechúra. Jeden problém zo sto je skutočný problém s chrbticou. Inak je to záležitosť chrbtového svalstva. Cez neho prechádzajú dráhy močového mechúra, paralyzujúce tieto svaly, a tým znemožnia pohyb /hexenšus, úsad/. Je to záležitosť svalstva. Chrbtica nebolí.** To sú omyly, ktoré medicína produkuje, aby nemusela akceptovať energetické súvislosti v tele**. Iné je, ak sú poškodené platničky, ak je veľký nedostatok vápnika a dochádza k vydieraniu, alebo vzniká Bechterev. Ale to sú výnimky**. Už len to, že začíname mať nádchu... Tečie mi z nosa - niečo alebo niekoho som niekde nezvládol, scvrkli sa mi obličky ... Ja by som mal hľadať, čo kde mám nevyriešené a tým sa mi vyrieši problém s nádchou. Toto je hľadanie cesty k sebe. Ak sa „rozbehnú" obličky a močový mechúr, u žien začnú gynekologické problémy, u mužov problémy s prostatou. Toto je tiež jedna z príčin neplodnosti. Problém prostaty môže napríklad spočívať v tom, že muž nemá usporiadané vzťahy, napr. s jeho svokrou. Nevedia sa dohovoriť, stále ho to štve a to sa prejaví.
**K duši /solar plexus/ patrí  6 základných orgánov**: žlčník, pečeň, pankreas, slezina, žalúdok a nadobličky. Keď dušička začne strádať, orgány jeden za druhým postupne vypovedajú službu, alebo zhoršujú svoju aktivitu. Žlčník a pečeň  sú tzv. lapačmi všetkých našich zážitkových problémov. Trápi vás niečo? Naštval vás niekto? Nemôžete niekomu odpustiť? Požičali ste niekomu peniaze a nevrátil vám? Chce si niekto požičať peniaze a nechcete mu ich dať? Bolí vás žlčník. Preto, lebo sa dostávate pod napätie.

Žlčník je síce na pravej strane, ale dráha žlčníka začína pri vonkajšom očnom kútiku a ide cez hlavu. Preto ak máte migrénu, bolí vás hlava – to je žlčník. Budíte sa v noci medzi 23.00 h a l hodinou? To je čas jeho najväčšej aktivity, preto vás zobúdza. Keď má niekto ráno pocit, že vidí horšie, je to preto, lebo zaspáva s nejakým problémom. A trvá to aj dve hodiny, kým sa rozkuká. **Dráha žlčníka vychádza zo spodiny lebečnej a kontroluje šijové svalstvo**. To, čomu sa hovorí krčná chrbtica, to s krčnou chrbticou nemá vôbec nič. Ide o kŕč šijového svalstva. Stuhne – žlčník volá o pomoc. Aj vtedy, ak máte fyzicky žlčník vyoperovaný, lebo jeho energetické dráhy zostávajú do konca života. Žlčníková dráha prechádza ramenom, kontroluje medzirebrové svalstvo, ale aj bedrové kĺby a kolená. **Problém s bedrovým kĺbom je jednoznačne záležitosť žlčníka.**

 **O kolená sa okrem žlčníka ešte delí pečeň a slezina**. Keď sa robia totálne endoprotézy, určite ich nie je treba toľko. Bolesť kĺbov, to nie je iba jeho vec, to sú bolesti všetkého dookola.
**Pred problémom sa jednoducho nedá utiecť**. Ak ho nebudete riešiť, kým ho nepomenujete, tak on len tak sám od seba nezmizne. Krivda „cvičí" s každým tretím človekom. **Ľútosť je najzradnejší pocit.** Všetky ostatné sa dajú človeku vyhovoriť, ale ľútosť nie. Okolo ľútostivého človeka sa chodí ako okolo malomocného, aby sa o neho nikto neotrel, lebo on je ľútostivý - **a z ľútosti je najviac rakoviny.
Strach je pocit, ktorý nemá žiadnu hodnotu. Trápiť sa pre iného je nezmysel** , pretože my mu môžeme pomôcť, ale trápiť sa nemá význam. Ak problém nájdeme, pretože ho chceme nájsť a pomenujeme ho – problém sa „zázračne" vyrieši. Pomenovaný problém prestáva byť problémom. **Bez odpustenia niet uzdravenia**. **Pomenovaním problému sa dostávame na 90 percent späť do pohody.** Sú však ľudia, ktorí prešli v živote všeličím, no nepoučili sa. Chodia po klincoch, pritom ich rozhadzujú ďalej, a sťažujú sa, aký majú ťažký život. Musíme pomenovať elementárne príčiny našich nešťastných pocitov.

Pečeň. Je to najväčšie tkanivo v tele. **Ak nedostáva dosť energie, je to vážne a naštartuje to ďalší problém - pľúca, srdečný obal**. Preto sú časté nočné úmrtia (medzi 1.00 a 3.00 hodinou v noci má pečeň najväčšiu aktivitu). **Keď pečeň zaberie a nemá dosť energie, ľudia mávajú v noci kŕče, budia sa, lebo im je zle. Alebo si pečeň zoberie energiu zo srdca a srdce sa zastaví. Cez pečeň prechádza úplne všetko.** Každý z nás tam má nazbieraných veľa nešťastných situácií, zážitkov a preto si musíme „ošetrovať"  deštruktívne pocity. **Cez pečeň ide ľútosť, úzkosť, strach, ale tiež zloba, zlosť, krivdy. Pečeň sa stará aj o nízky krvný tlak. Obličky robia naopak vysoký krvný tlak. V spojitosti s pečeňou sa prejavuje nedostatok horčíka a pri nedostatku železa býva chudokrvnosť, nedostatočne sa prenáša kyslík do mozgu a je z toho únava.**

**Únavový syndróm je záležitosťou nedostatočnej funkčnosti obličiek. Najhoršie je, že pečeň nebolí. Ak iné orgány upozornia bolesťou, pečeň nikdy. Môže však nafukovať. Ak totiž pečeň dobre nefunguje, zhoršuje sa metabolizmus. Plynatosť, meteorizmus, bublanie v tele, sklony k hnačkám, nechutenstvo, až po nedostatočné čistenie tkanív, lebo je nedostatočný krvný tlak. Hrozí, že lymfa, ktorá je vytlačovaná z vlásočníc krvného systému do tkaniva, sa niekde zastaví, vznikne z toho lymfatický uzlík a je z toho nádor.  Glaukom v očiach, zákaly - sú tiež v súvislosti s pečeňou. Tzv. pečeňové škvrny, niekedy sa im hovorí starecké, nezávisia od veku, ale od stavu duše. A prečo sa to teda prisudzuje staršej generácii? Starí rodičia si mysleli, že keď dajú deťom všetko, dočkajú sa vďačnosti, ale to je hrubý omyl. Je to záležitosť trápenia sa, strádania – teda pečene...**

**Slezina a pankreas**. Slezina je orgán, o ktorom sa ešte pred takými desiatimi rokmi hovorilo, že je celkom zbytočný a keď sa nevedelo, kde sa chytiť problému s krvou, tak ju vyoperovali**. Lebo slezina je odstredivka pre odstraňovanie lymfatických nečistôt. Lymfa (lymfa je telová miazga, tekutina) sa uvoľňuje z krvi a je tlačená cez svalové vlákna, nabaľuje na seba tuky, cukry, kdečo a vlásočnice žilného systému to do seba naberú. Pretlačí sa to cez slezinu, ona to vytiahne - tak to v tele funguje.** Keď slezina začne chátrať, dôsledky sú zreteľné, lebo z krvného riečiska sa stala stoka. **Poškodenie sleziny nastáva pocitom osamelosti. Bolia vtedy kolená z vnútornej strany a je to cítiť pri chôdzi z kopca alebo zo schodov. Ak nás bolia kolená do kopca, je to pečeň a žlčník**.  Keď sa toto stane a vy viete, o čom je reč, dajte si otázku: kto mi chýba, prečo sa trápim...? Uvedomte si, že si v sebe vytvárate neporiadok, ktorý je vaším produktom a vôbec vám nikto nemusel ublížiť... Všetko je vaším produktom. **Celé prežívanie života v srdci.** **Ak si tu vytvoríte ťažký pocit ľútosti, krívd, tak život je jedno veľké slzavé údolie.** Urobme si poriadok v sebe, aby sme sa zbavili neporiadku a s tým potom úzko súvisí aj pohoda v našom okolí**. Čo sme, to vyžarujeme. Ak sme v pohode, tá z nás vyžaruje a stretávame tiež pohodových ľudí.**

**Starecká cukrovka**. Hovorí sa jej takto, lebo sa častejšie vyskytuje vo vyššom veku. **Deti odišli z domu, nechali nás tak. Tento nešťastný pocit rodičov oslovuje pankreas. Pankreas sa nerozpadne z iného dôvodu, len z vnútorného nešťastia**. Ak to nie je veľmi dramatické, tak to pri pankrease zostane, ale ak je, nastupuje rakovina.

**Nikto, kto je chorý, si nezaslúži ľutovanie. Chorému máme pomôcť, ale nie ho ľutovať.** To je také isté, ako keď sa kolega opije v krčme a my nad ním plačeme. Neplačeme, odsúdime ho a to veľmi rýchlo. Treba sa pozerať na svet triezvo. **Preto hľadajme cestu k sebe, rozpúšťajme v sebe vnútorné tenzie.**

**Nadobličky.** **Je to najcitlivejší orgán endokrinného systému. Vyrába 60 látok! Patria sem všetky antialergény.** **Vďaka funkčnosti nadobličiek nebudete mať alergiu. Nebude vitiligo, padanie vlasov, AIDS, SARS, atď. Nadobličky začnú vynechávať aj vtedy, keď je problém so žlčníkom a pečeňou. Tým sa nabúra základná funkcia hormónov, feromónov, atď. Začíname** strácať dobrú náladu, pretože telo prestalo produkovať hormóny za ňu „zodpovedné". Už len zamyslieť sa sám nad sebou je obrovský štart. Už len to chcenie - chcem začať riešiť môj vzťah. Hoci len tým, že si nebudem pripúšťať veci, ktoré nemôžem zmeniť.

Pripomínam Františka z Assisi, ktorý hovoril:
**„Bože, daj mi pokojnú myseľ, aby som prijal veci, ktoré zmeniť nemôžem. Daj mi silu, aby som zmenil veci, ktoré zmeniť môžem. A daj mi múdrosť, aby som rozlíšil jedno od druhého."**

Keď vám príde zlá myšlienka, síce na ňu po chvíli zabudnete, ale ona sa nestratila, je vo vás a pracuje.  **Napíšte si na papier akýkoľvek negatívny problém,  tým sa ho zrieknite a môžete ho definitívne spáliť (fyzicky necháte papier zhorieť, ale aj mentálne v sebe ukončite túto tému). Je to cesta, ako začať s poriadkom v sebe**.

**Srdce. Srdcový obal. Pľúca. (4. čakra.)**  Skutočných priamych problémov so srdcom nebýva až tak veľa, častejšie ide o jeho okolie. **Perikardium – osrdcovník je spojený so stavmi úzkosti**. Ľudia to pripisujú srdcu. Je to o nevedomosti a o neochote si niečo priznať. Napríklad pichanie pri srdiečku ako upozornenie, že čosi mi nevychádza. Múdry človek povie: aha, tak to je asi preto, že mám ísť zajtra tam a tam a mne sa nechce a mám z toho strach. Ak si to prizná, zverbalizuje to, uvoľní to. Zverbalizovaný problém prestáva byť problémom. Ale čo, ak toto neurobíme? Živíme strach, čím umocníme úzkosti a potom sa to už roztáča. **V najlepšom prípade sa to pomenuje ako angina pectoris, prípadne sa rozbehne choroba iného orgánu. Od perikardia môže bolieť ruka, aj ženské prsia zboku. V miestach dráhy perikardia sa u žien robia uzliny. A tie sa vytvorili  až v dôsledku strachu.
Pľúca. Je to párový orgán hrubého čreva**. Každý pľúcny problém je v spojitosti so strachom. Niekto povie: No dobre, ale keď príde infekcia, čo môžem?! Môže. Ak je v pohode, infekcia nemá šancu.

**Keď mám v poriadku dušu, mám funkčnú pečeň.**

**Keď mám perfektnú pečeň, mám dobrý krvný tlak**.

**Keď mám dobrý krvný tlak, vrátane dostatku železa, tak mi dobre funguje mozog**.

**Keď dostatočne funguje mozog, funguje aj termoregulačné centrum.**

Je to o tom, že človek chce so sebou niečo robiť a vie, že poriadok v duši je určujúci pre čokoľvek.

Treba si uvedomiť, že je tu súvis s prepojením s energetickými dráhami
Napríklad **ruka** je spojená s energetickými dráhami srdca, osrdcovníka, pľúc, tenkého i hrubého čreva. Týchto päť dráh si ruku „rozobralo". Najčastejšie to býva hrubé črevo. Treba vedieť, že ak si presilíme ruku, natiahnutý /presilený/ sval sa upraví do 48 hodín. Ak nie, začína problém. Cez toto miesto sa hlási niektorá energetická dráha.

**Keď vŕzgajú kĺby, ide o skrátenie šliach a zmenší sa vôľa kĺbov /ohybnosť**/. Je to síce fyziologická záležitosť, ale začína pri niektorom orgáne, inak by sa šľachy neskrátili. Aký problém v sebe nesieme? Keď na to prídeme a spracujeme to, šľachy sa uvoľnia a kĺb bude opäť funkčný.  **Keď sa vydierajú kĺby, svedčí to o neporiadku v tele.**

**Nadobličky sa starajú o kĺbové mazivo.**

**Krížová oblasť – krížová kosť a kostrč** je oblasť vetra a chladu. Ukazuje dráhu močového mechúra. Tá v krížovej oblasti kľučkuje, preto sa  jej hovorí oblasť vetra a chladu. Je to najvýraznejší priestor pre zvýraznenie problému s močovým mechúrom. Pred močovým mechúrom sú obličky a to je téma medziľudských vzťahov. Trápime sa, že sa k nám iní ľudia zle správajú. Ale my ich neberieme takých, akí sú. V tom je problém. Etikoterapia pracuje na vytváraní vnútornej slobody človeka.

Kto má vnútornú slobodu, dáva slobodu všetkým. Kto ju nemá, ostatným berie.

**Lakeť** je kontrolovaný hrubým črevom. **Tenisový lakeť, o ktorom sa tak často hovorí, to je však záležitosť tenkého čreva.** Väčšinou sa na to dávajú obklady, obstreky, ale to, že **medzitým sa zhoršuje vylučovanie vápnika v tenkom čreve a prestávajú prichádzať živiny, to už nikto nesleduje.** Keby sme ovládali tieto súvislosti, tak neriešime lakeť, ale pátrame po strachu, ktorý poškodzuje tenké črevo. Potom by nebolo nebezpečenstvo osteoporózy. Pri nej ide v podstate iba o narušenie funkcie tenkého čreva úzkosťou.

Zistíme podobne ako u **rakoviny**, že nikto sa do rakoviny nepresmial, ale každý sa pretrápil. **Žena, ktorá má osteoporózu,** sa tiež trápi. Pri osteoporóze ide o funkčnosť **tenkého čreva**

**Zápästie sa nehýbe kvôli pľúcam.**

Štítna žľaza – to je strach.
**Je to akoby zhmotnenie problému žalúdka a tým je strach. Je to asi takto: strach sa prejavuje zvieraním žalúdka a to má vplyv aj na iné orgány. Strach vám ťahá krk – aj sa hovorí, že strachom mu zovrelo hrdlo.**

**Ekzémy** sú **prejavom problému s pečeňou**. **Pri vyšetrení je zbytočné prísť s dieťaťom, lebo na vine je matka.**

 **Lupienka /psoriáza/ je kombináciou problémov pečene a hrubého čreva. Je to intoxikácia organizmu cez nabúrané hrubé črevo – nečistoty idú do krvi a potom sa dostávajú na povrch.**

 **Horkosť v ústach. To je nadprodukcia pečeňových a žalúdočných štiav.**

**Pálenie záhy**. Rada: Prehltnúť dve lyžičky plnotučnej horčice. Horčina sa spojí s kyselinami a je vám dobre.

Prečo sme takí citliví?
Existujú rôzne lieky a prípravky na ochorenia jednotlivých orgánov tela, ale najvyššie zo všetkého je komunikácia o pocitoch. Ľudia sa medzi sebou bavia o iných osobách, o veciach, o situáciách. To ale  nič nevyrieši v mojom vnútri. **My sa máme baviť o pocitoch z ľudí, o pocite z vecí a o pocite zo situácií. Pocit je pretavená vonkajšia realita našej duše.** Keď hovoríme o pocitoch, dostávame zo seba nánosy, vytvorené naším nerozumným prijímaním vecí.

**Tým, že sa pracuje s pocitmi, sme schopní zo seba vytiahnuť veci, ktoré nás niekde v hĺbke tlačili, ba až dusili.**

Prečo sme takí citliví a vnímaví, že prijímame tieto veci tak, že na nás majú vplyv a pritom v podstate o nič nejde?

Narodili sme sa s dostatočnou citlivosťou vo vzťahu k sebe, vzťahu k okoliu a tiež vo vzťahu okolia k nám. Keď tieto vzťahy nezvládame, je to preto, že naša citlivosť je vyššia, ako tá, s ktorou sme sa narodili. Za nárast tejto citlivosti môže niektorý z rodičov, ktorý sa na nás zavesil. Hovorí sa o zavesení sa duše na dušu. Tým, že sa duša v spoločnosti nectí, nepracuje sa s ňou. Hovorí sa len všeobecne o psychike - čo je o ničom. Múdri rodičia sa nezavesia na svoje deti. Alebo sa môžu zavesiť, ale v osemnástich ich s ťažkým srdcom prepustia.

Nemúdri rodičia visia na deťoch celý život. Tým robia neporiadok vo svojej duši a deťom dávajú za úlohu očistenie duše na zemi. Keď je na nás zavesený niektorý z rodičov, tak nám zo 100 % berie 40 % hneď na štarte, čo je takmer polovica sily osobnosti. So 60  percentami sa dá žiť. Ale keď nastane problém, prepadávame sa, siahame do rezerv, dochádza k druhotnému rozpadu osobnosti a už sa to začína.

Neukončená rodičovská láska prechádza v lásku patologickú a lásku vražednú. Keď si so sebou niekoho nesiem, moja citlivosť je oveľa vyššia a vzťahy nezvládam**. Práve preto sa žlčník napĺňa kameňmi, lebo oveľa hektickejšie prežívame veci, ktoré u iného človeka prejdú a neurobia škody.** Ale tiež preto sa niektorí chlapci neženia, dievčatá sa nevydávajú, utiekajú sa k alkoholu, k drogám, skáču z mosta.  Rodičia svoje dieťa neprepustili. Dieťa sa v určitom období života dostáva do polohy nezvládnutia života. Je jedno, či ide o žijúceho alebo nežijúceho rodiča, väzba sa nekončí úmrtím. Môže to byť záležitosť niekoľkých generácií. Miesto toho, aby sa pozerali na seba, tak sa otočili na svoje deti. Tieto deti už nemajú šancu nájsť si pohodového človeka, lebo si hľadajú rovnako „postihnutého", niekoho, kto si nesie bremeno. Tak dochádza k degenerácii rodov. Dá sa to nazvať až prekliatím rodu.

Deti majú prísť do života rodičov a odísť. Ale dieťa je často ako kompenzátor vzťahu, chlap odchádza za mladšou a žena dostáva rakovinu. Keď my sami nezačneme sami so sebou rozumne zachádzať, nezačneme si vytvárať vzťah k sebe, ktorý je predurčujúci k zvyšku nášho života, poriadok v nás nikto neurobí. Treba si zvoliť niektorú z metód, niečo za čím už idem. Ide o akúsi cestu k sebapoznaniu, alebo uvoľneniu psychického napätia, aby sme sa ozaj mohli nad sebou zamyslieť a riešiť svoj život.

Pocity ľútosti, krívd a strachu si prinášame z nevedomia, z prenatálneho vývoja alebo z raného detstva. Situácie v živote v nás iba prebúdzajú tieto archetypálne zážitky a my to nevieme riešiť.

Dnešný strach nie je dnešným strachom.

Dnešný strach môže byť prebudený strach napríklad z piateho mesiaca tehotenstva matky. Keď si človek prinesie tieto pocity a nenesie si „prisatého rodiča", tak je všetko v poriadku. Ale keď si nesieme toho rodiča na chrbte a k tomu ešte aj pocity ľútosti, krivdy a strachu, tak nielenže nám rodič berie 40 % našej podstaty, ale tieto pocity nám 20-násobne zosilnejú. Energetický systém takto „nabúraného" človeka funguje akurát na to, aby vedel zvládnuť základné životné potreby. Ak chce niekde zabrať, je to pre neho utrpenie a život sa stáva ozaj zložitým. Komunikáciou o pocitoch sa tieto veci dajú nájsť pomerne ľahko a čo je hlavne – uvoľniť.

Keď sa trápime, akýmsi spôsobom veci predurčujeme, programujeme si niečo a veci sa odvíjajú inak. **Sme naprogramovaní, dochádza k stretu a z toho ochorieme.**

Život treba brať tak, ako ide a k tomu sa dá dopracovať. Snaha, úsilie sú prvoradé. Ak toto nemáme, nemusíme sa o tom ani baviť. Keď nezačneme sami so sebou rozumne zaobchádzať, vytvárať si vzťah k sebe, poriadok v nás nikto neurobí. Ide o cestu k sebapoznaniu alebo uvoľneniu psychického napätia, aby sme sa ozaj mohli nad sebou zamyslieť a riešiť svoj život.

**Komunikáciou o pocitoch sa tieto veci dajú posunúť do neškodnej polohy, lebo tieto veci sa dajú nájsť.** Dajú sa nájsť pomerne ľahko, lebo keď teraz prežívame nejaký strach alebo krivdu a budeme sa o tom baviť, tak nám naskočí celá šnúra týchto pocitov. Problémom je, že o pocitoch by sa nemali baviť dve ženy alebo dvaja chlapi. Žena je ako emocionálne vrecko, ona to trúsi a chlap je racionálny. **Treba, aby racionálny aj emocionálny prvok riešili niečo spolu.**Zážitková sféra ženy dotvára jemnosť v racionálnom chápaní muža. **Na pocit sa vytvorí dvojaký pohľad. U muža sa to cez akýsi vonkajší pocit posunie**. **Medzi partnermi sa zriedka hovorí o pocitoch, lebo človek má strach, že tým odhaľuje svoje vnútro a ten druhý to zneužije.** On to nemusí zneužiť, ale my sa bojíme. Teda sa to zastaví hneď v základoch. Rozhovory medzi partnermi fungujú na princípoch: najprv dávaj, potom ber. Neútočí na nikoho. **Začne niektorý z nich: predstav si, dnes som zažila takúto vec. Taký divný pocit som mala. Muž sa opýta: čo to bolo? Muž musí prísť s ponukou, ale ja musím vytvoriť tomu druhému pocit, že nemusí mať strach o tom hovoriť.**

Ak sa raz podarí rozvinúť komunikáciu o pocitoch, stáva sa z toho nekonečný príbeh a nikdy neskončí téma. Treba k tomu odvahu pustiť sa do toho.

**Keď sa trápime, akýmsi spôsobom veci predurčujeme, programujeme si niečo a veci sa odvíjajú inak. Sme naprogramovaní, dochádza k stretu a z toho ochorieme.**

**Život treba brať tak, ako ide a k tomu sa dá dopracovať. Snaha, úsilie sú prvoradé. Ak toto nemáme, nemusíme sa o tom ani baviť.**

# Desať spôsobov ako dosiahnuť úspech k samo vyliečeniu a obnove tela i ducha.

1) Čím väčší podiel surového ovocia a zeleniny (šalátov) jete, tým budete mať väčší úspech. " Starý Grékovia pred dobou Lykurgovou, nejedli nič než ovocie" a každá generácia sa dožila vysoko nad sto rokov".

2) Hlavne pri rakovine a iných chronických či pri degeneratívnych chorobách by ste mali mať výživového poradcu, ktorý vás prevedie liečebným procesom \_NATUROPATIE.

3) Iridológia je v súčasnej dobe najlepší prirodzený spôsob nenásilnej analýzy tkanív. Odhalí i ukryté slabé miesta, tiež lymfatické a chemické nakupeniny. Najlepšie sú bylinky ktoré vyčistia LYMFATICKÝ SYSTÉM, TRÁVIACE ÚSTROJENSTVO A PĽÚCA.

4) Rozpohybujte viac či menej zatuhlý lymfatický systém. Lymfatický systém je naša kanalizácia.\_

5) Asi mesiac by ste mali užívať bylinnú zmes proti parazitom. Pomôže vám zbaviť sa väčších červov, hlistov a ďalších
mikroorganizmov.

6) Než začnete s detoxikáciou, bylinkami si vyčistite pečeň a asi tak mesiac posilujte slinivku brušnú. Pri cukrovke to môže zabrať aj tri mesiace.

7) Držte sa plánu aj keď užívate lieky a nezúfajte:) Je len veľmi málo možných interakcii s týmto programom a týmito
bylinnými zmesmi. Pri vysokom tlaku si svoj tlak kontrolujte. Navyše tento program ho môže rýchle znížiť. Cukrovku 2. typu je možné vo väčšine prípadov vyliečiť veľmi ľahko.\_

9) V priebehu detoxikácie a regenerácie bude vaše telo vykazovať rôzne symptómy "liečebnej krízy". Je to celkom pozitívne a prirodzené. Tieto symptómy majú dva zdroje - upchanie a bunečné
oslabenie.

10) A na záver: veľmi záleží na vašom postoji! Radujte sa z toho, čo robíte. Majte stále na pamäti ten pocit ľahkosti a pružnosti z detských čias a jasno, prečo chcete uzdraviť svoje telo ("vozidlo
duše"). Mnoho vašich oslabení je daných geneticky. Vaša toxicita môže mať korene dokonca v prenatálnom období, tak to môže nejakú dobu trvať než sa jej zbavíte.

ALE TEN POCIT VYSLOBODENIA SA OD TOHO "TOXICKÉHO ODPADU" JE AŽ NESKUTOČNÝ!

Spracovali Vlaďka Sýkorová, Dana Bindasová

<https://www.bestofnatur.sk/n/preco-sme-chori>

Literatúra:
Prednáška Jána Cindlera
Xenofon: Vzpomínky na Sokrata
Chopra, D.: Sedm duchovních zákonů úspěchu
Porkin, R., Stroll, A.: Filozofie pro každého
Lochmanová, K.: Vězení s klíčem uvnitř
Lochmanová, K.: Dvojí tvář lenosti
Peseschkian, N.:Příběh jako pokrm pro dětskou duši
Osho: Hořčičné semínko
Strig, H. J.: Malé dějiny filozofie