

Kde končí duše a začíná tělo



Josef Jonáš

ĚMINENT

MUDr. Josef Jonáš

**KDE KONČÍ DUŠE
A ZAČÍNÁ TĚLO**



EMINENT 2008

Copyright © 2008 Josef Jonáš
Edition © 2008 Eminent
ISBN 978-80-7281-352-0

**ŘÍZENÁ A KONTROLOVANÁ
DETOXIKACE ORGANISMU
DLE MUDr. JOSEFA JONÁŠE**

Pár slov úvodem

Lze chronické zdravotní potíže řešit bez chemických léků, čistě přírodními prostředky?

Představujeme vám celosvětově ojedinělou původní metodu MUDr. Josefa Jonáše pojmenovanou Řízená a kontrolovaná detoxikace organismu.

Na rozdíl od celé řady metod pracujících s očištěním organismu řeší metoda MUDr. Josefa Jonáše kompletně celkovou toxickou zátěž organismu, a to v celostním pojetí - zahrnuje tedy nejen toxiny tělesné, ale i psychické.

Z čeho metoda vychází?

Metoda vychází z principů celostní medicíny, jejímž hlavním úkolem je nalézat kořeny nemocí. Celostní medicína se snaží řešit příčiny chorob, nikoli jejich projevy.

Na jaké teorii je metoda založena?

Metoda Řízené a kontrolované detoxikace organismu je založena na teorii o toxinech, která za příčinu všech onemocnění považuje „jedy“. Stejný názor již zastávala starověká medicína, ovšem rozdíl spočívá v pojetí toho, co to vlastně jed je.

Co jsou to toxiny?

V dřívějších dobách, kdy nebyly známy mikroorganismy ani neexistovala chemie, byly za jedy pokládány výpary z bažin či nadpřirozené zlé síly. Současná úroveň poznání nám ale umožňuje tyto toxiny vymezit daleko přesněji a rozdělit je do několika skupin:

- toxické látky vyskytující se v životním prostředí - chemikálie, radioaktivita, toxické kovy apod.
- chemické toxiny, které se do organismu dostávají z chemicky syntetizovaných léků, kouřením, narkomanií aj.
- toxiny vznikající z potravin - metabolity, potravinová aditiva apod.
- psychické toxiny - patologické psychické programy, emoce, stres, úzkosti aj.
- toxiny předávané na základě dědičnosti - zejména z těla matky na vyvíjející se plod
- mikrobiální toxiny - viry, bakterie, infekční ložiska aj.

Pojmem toxiny tedy obecně rozumíme vlivy narušující rovnováhu v našem organismu, a tím i jeho samočisticí procesy. Odstraněním toxických vlivů se do organismu vrací schopnost autoregulace, snižuje se neklid a chaos, vrací se harmonie.

Odstranění škodlivých toxinů se nazývá detoxikace. Detoxikace vytváří logické a konkrétní spojení mezi tradiční čínskou medicínou a medicínou západní.

V čem tato metoda spočívá?

Při očištění organismu hovoříme o detoxikačních kúrách. Zájemce navštíví některé z detoxikačních center, kde působí naši poradci. Ti na začátku určí k užívání vhodné detoxikační preparáty, a to obvykle 3-4.

Výběr preparátů provedou naši poradci po vyšetření klienta přístrojem SALVIA, který na základě měření změny kožního odporu poskytne podrobnou toxickou „mapu“ organismu. Přístroj pracující na principu elektroakupunktury dokáže testovat až několik tisíc konkrétních toxických zátěží a stanovit vhodnost konkrétních potravin, léků apod. pro daného jedince.

Pomocí přístroje SALVIA tedy terapeut zjistí, jaké toxické zátěže se v organismu klienta nacházejí a jakými preparáty je možné je odstranit.

O jaké preparáty se jedná?

Detoxikační kúry se provádějí pomocí výhradně přírodních, ergo-informačních preparátů, schválených jako potravinové doplňky. Tyto preparáty pomáhají imunitnímu systému odstraňovat toxiny z těla přirozenou cestou, nenahrazují léky.

Jak dlouho detoxikace trvá?

Detoxikaci organismu lze přirovnat k jakési vnitřní hygieně. Stejně jako si myjeme ruce, tělo a čistíme zuby, měli bychom se věnovat i očistě vnitřního prostředí svého těla. Proto by měla být detoxikace samozřejmým, průběžným a neustálým procesem.

Proč je detoxikace „řízená a kontrolovaná“?

Detoxikace je řízena prostřednictvím našich terapeutů a vyšetření přístrojem SALVIA. Stav vašeho organismu a jeho zatížení toxiny je terapeutem průběžně kontrolováno - po využívání preparátů, případně při jakýchkoli obtížích.

Jaké zdravotní problémy dokáže detoxikace vyřešit?

U následujících chronických problémů lze očekávat nejpozději v horizontu jednoho roku zásadní zlepšení nebo úplné vymizení potíží:

- oslabený imunitní systém
- alergie
- astma
- akné
- ekzémy
- padání vlasů
- častý výskyt oparů
- jakékoli zažívací obtíže
- bolesti kloubů, migrény
- gynekologické problémy všeho druhu
- chronické záněty průdušek
- únava
- některé psychické problémy
- kardiovaskulární problémy
- bolesti páteře
- jaterní onemocnění
- žlučnickové potíže
- záněty žaludku
- záněty středního ucha

- oční choroby

U vážnějších chronických problémů je třeba pro dosažení dlouhodobějšího úspěchu realizovat alespoň dvouletou detoxikaci. Jsou to například:

- nádory všech druhů
- Parkinsonova, Alzheimerova choroba
- těžší kardiovaskulární a psychické obtíže

Autor metody Řízené a kontrolované detoxikace organismu

MUDr. JOSEF JONÁŠ

(29. 7. 1945)

Profesní a odborný profil

Studium:

LF UK Plzeň

Promoce:

1969 na UK

Specializace:

psychiatrie (atestace I. a II. stupně)

Zaměstnání:

1972-1989 - primář nemocnice Chomutov

1992-1995 - privátní ordinace přírodní medicíny v Praze

od 1995 - vedoucí lékař Institutu celostní medicíny v Praze

Odbornost:

Psychiatrie, pedopsychiatrie, psychoterapie, psychoanalýza, sexuologie, znalec v oboru soudní psychiatrie, akupunktura (1976), EAV (elektroakupunktura podle dr. Volla), Vega, funkční diagnostika, biorezonance, čínská medicína, makrobiotika, homeopatie, shiatsu, manuální medicína, laserterapie, neuralterapie.

Propagátor moderních směrů přírodního lékařství, zejména celostní medicíny.

Přírodní medicínou se zabývá již 30 let. Je autorem zcela originální a celosvětově ojedinělé metody Řízené a kontrolované detoxikace organismu. Jen v ČR ji dnes praktikují už stovky detoxikačních poradců, proniká i do zahraničí (SR, Polsko, Maďarsko, Německo, Rakousko, Velká Británie, Kanada).

MUDr. Josef Jonáš je také jedním z nejčtenějších autorů - vydal několik populárních knih z oblasti přírodní medicíny a také kuchařek. Největší věhlas mu přinesly zejména „Křížovka života“ a „Tajenky života“. Je autorem knižního projektu „Jonášova knižnice zdraví“ čítajícího zatím 15 publikací:

Alergie - přírodní léčení

Funkční zažívací obtíže - přírodní léčení

Akné - přírodní léčení

Hyperaktivní dítě - přírodní léčení

Osteoporóza - přírodní léčení

Obtíže v přechodu - přírodní léčení

Gynekologické potíže - přírodní léčba pro ženy

Revmatické bolesti - přírodní léčení

Únava - přírodní léčení

Poruchy spánku - přírodní léčení

Odolnost vůči nemocem - přírodní léčení
Bolesti hlavy - přírodní léčení
Astma - přírodní léčení
Dětské nemoci - přírodní léčení
Candida, plísňové onemocnění - přírodní léčení
Od nemoci ke zdraví - kuchařka (v roce 2006)

Společně se známým bylinářem Josefem A. Zentrichem vydal knihu „***Věčně zelené naděje***“, společně s dietoložkou Margit Slimákovou publikaci „***Jonášův průvodce zdravou kuchyní***“, a je rovněž spoluautorem knihy „***Přírodní léčba pro ženy***“. Velký ohlas zaznamenala také „***Jonášova kuchařka***“. Řada jeho publikací byla přeložena do polštiny, maďarštiny a bulharštiny.

Od roku 1995 byl vůdčí osobností Institutu celostní medicíny v Praze, v němž se praktikují diagnostické a léčebné metody celostní medicíny základní diagnostická metoda EAV neboli elektroakupunktura dle Volla pomocí přístroje SALVIA s aplikací na detoxikační medicínu aj. V současné době má v Praze vlastní ordinaci.

MUDr. Josef Jonáš o řízené a kontrolované detoxikaci organismu

Celostní medicína je druh, odrůda medicíny, která není lepším ani horším bratrem či sestrou ostatních medicínských oborů. Myslím, že stejně jako si vydobyla místo na slunci chirurgie nebo jak vnímáme oční lékařství, gynekologii či další obory, tak by měla zaujmout odpovídající místo i tato medicína. Snad jen v minulosti byl rodinný nebo praktický lékař v našich podmínkách určen k tomu, aby celostní medicínu prováděl. Tento obor se však naprosto odchýlil od nastolené cesty, a ta nyní zůstala volná pro nás, kteří jsme se rozhodli, že se po ní vydáme.

Hlavním úkolem celostní medicíny je nalézat kořeny nemocí. Usilovně se prohrabáváme stále hlouběji ke kořenům stromu, na němž „zraje ovoce nemocí“. Pravděpodobně jsme ještě velmi vzdáleni těmto kořenům, ale na druhou stranu tak, jak sestupujeme níž, vidíme, že starověké filosofie, od nichž se medicína postupně oddělovala, podstatu nemocí znaly.

Přírodní medicína čerpá z minulosti

Stejně jako ze střepů můžeme složit nádobu a dohadovat se, k čemu ji starověký člověk potřeboval, sbíráme střípky vědomostí, které nám do dnešních dob zůstaly, skládáme je a dohadujeme se, jaký asi měly význam.

Celostní medicína si však dala do vínku ještě jedno slovo, jež se v názvu vlastně vůbec neobjevuje. Potichu jsme za tento název „propašovali“ výraz *přírodní*. V celostní medicíně se snažíme využívat výhradně přírodní a přirozené prostředky k uzdravení člověka. Kdybychom to vzali doslova, můžeme kořeny nemocí hledat i u různých chemických reakcí a můžeme třeba rozluštění lidského genomu vnímat jako akt celostní medicíny. Do těchto sfér nás však moderní vědecká medicína bude jen nerada pouštět. Proto si celostní medicína vytvořila arzenál prostředků, který čerpá především z minulosti, jak jsem již zdůrazňoval.

Představme si lidské zdraví jako mnohaposchodový dům. Někde na počátku člověk buduje špatné základy. Nemůže za ně často sám, ale staví mu je rodiče, ba i prarodiče, a to nejen v předávané genové výbavě, ale i v podmínkách, které mu připraví v průběhu nitroděložního vývoje. Na stavbě špatných základů se samozřejmě může podílet i člověk sám špatnou životosprávou, životním stylem nebo přístupem ke své psychice.

Dalo by se říci, že člověk má celý život na to, aby napravlal škody, které mu přichystali jeho předkové. Nejedná se pouze o škody fyzického rázu. Mnohem více času potřebujeme k nápravě svého psychického Já literatura pak hovoří o zrání, poznání své osobnosti a snaze dokončit svůj duševní a duchovní vývoj.

Na základech stavíme jednotlivá patra. Budeme-li pokračovat stejně špatně, jako jsme začali, budou i patra poškozená a nekvalitní. Představme si, že bychom u takového domu opravili základy. Máte pocit, že by se změnil stav jednotlivých pater a střechy? Určitě ne, a proto lze takový dům začít opravovat od střechy až k základům nebo obráceně, ale nikdy nestačí opravit jen část - i kdyby byla sebedůležitější -, aby se změnila kvalita všech poschodí.

Proto je hledání univerzálního principu zdraví u člověka, který už pár let na světě žije, obvykle neúspěšné a náprava jeho zdravotního stavu je postupná, systematická, nikdy nekončící a velmi náročná práce na každém detailu oné složité stavby. Princip celostní

medicíny tedy spočívá v tom, že chápeme propojenost jednotlivých částí organismu i mezi duševnem, duchovnem a tělesnem, mezi naším sociálním, lidským okolím, přírodním, domácím i pracovním prostředím, a máme-li opravdu veliký rozhled, chápeme i propojenost s lidskou historií a kosmem.

Čím méně, tím lépe

Kdybychom se zahloubali do znalostí o lidském zdraví, shromáždili bychom miliony a miliony informací. Některé z nich jsou přesvědčivé, a tak o nich nepochybujeme. Například se setkáváme s mnoha takzvanými potravinovými doplňky, které slibují, že do lidského organismu dodají potřebné stopové prvky, minerály, vitamíny, bílkoviny, zdravé tuky a kdovíco ještě. Z praxe ale víme, že absolutní většina nemocí pochází z přebytku, nikoli z nedostatku. Nevyrovnáme se s nimi proto tehdy, budeme-li stále doplňovat a doplňovat, ale tehdy, pokud se budeme zbavovat zbytečného balastu a přebytku.

Po zkušenostech, které jsem načerpal v průběhu více než dvaceti let, jsem dospěl k závěru, že příčinou všech onemocnění jsou jedy. Víím, že nejsem originální - už moji starověcí kolegové byli stejného názoru. Rozdíl však spočívá v pojetí toho, co to vlastně jed je.

Co jsou to toxiny

V každé době si pod pojmem jed (moderněji toxin) člověk představoval něco jiného. Ve starověku, v dobách Hippokrata, Galéna a jiných antických lékařů, nebyly známy mikroorganismy, neexistovala chemie, zato lidé hodně věděli o duchovním světě a o lidské duši. Za jed proto byly pokládány výpary z bažin, zkažené potraviny, ale také zlo či nadpřirozené síly, které se ve společnosti běžně nacházely. Při jejich odstraňování byly používány magické rituály, pobyt na čerstvém vzduchu, byliny či dieta. Slovo dieta pochází od Hippokrata a již v té době znamenalo totéž, co si pod ním představujeme dnes. Později lékaři přidali pouštění žilou či pijavice, klystýry, trepanace lebky a další. Všechny tyto metody byly výrazem snahy po odstranění jedů z lidského těla a duše.

Současná úroveň poznání nám ale umožňuje tyto toxiny vymezit daleko přesněji a rozdělit je do několika skupin:

- toxické látky vyskytující se v životním prostředí - chemikálie, radioaktivita, toxické kovy apod.
- chemické toxiny, které se do organismu dostávají z chemicky syntetizovaných léků, kouřením, narkomanií aj.
- toxiny pocházející z potravin - metabolity, potravinová aditiva apod.
- psychické toxiny - patologické psychické programy, emoce, stres, úzkosti aj.
- toxiny předávané na základě dědičnosti - zejména z těla matky na vyvíjející se plod
- mikrobiální toxiny - viry, bakterie, infekční ložiska aj.

Přebytky musejí pryč

Lidský organismus funguje tím lépe, čím je organizovanější, čím lépe v něm probíhají regulační pochody. Dobře regulovaný organismus vydrží ve zdraví existovat déle než sto let. Regulace v lidském organismu probíhá na principech takzvané autoregulace, tedy regulace, která se děje mimo naši vůli prostřednictvím automatických mechanismů. Vzniká-li v lidském organismu chaos, tedy nízká hladina uspořádanosti, vznikají i nemoci a poruchy funkce

různých tělesných i nervových orgánů. Snahou je proto vrátit organismu dobrou schopnost autoregulace, odborně řečeno nízkou hladinu entropie.

Starověké národy Asie popsaly autoregulaci symbolicky - známou monádou, tedy celkem, ve kterém se dynamicky prolínají a vyvažují dva protikladné principy jin a jang. Monáda je symbol celostního jednotného pohledu na život, neboť samozřejmě nelze říci, že jedna kvalita je lepší než kvalita druhá.

Autoregulace v lidském organismu je udržována rovnováhou mezi dvěma protikladnými silami, což symbolizuje vše, co je vyrovnané, harmonické a v souzvuku. Harmonie je narušována převahou jedné ze sil. Tato převaha může být způsobena stravou, myslí, okolní přírodou, lidmi kolem nás a dalšími vlivy. Člověk by měl tudíž usilovat o život v pomyslném středu bez extrémních vlivů. Vlivy narušující rovnováhu v našem organismu, a tím i naše autoregulační procesy, lze obecně nazývat toxiny.

Toxiny tedy mohou být narušující látky z našeho životního prostředí či strava, kterou náš organismus nedokáže akceptovat a zpracovávat, nebo i stres a jiné další negativní prvky. Odstraněním těchto toxických vlivů se do organismu vrací schopnost autoregulace, snižuje se neklid a chaos, vrací se harmonie, snižuje se entropie - a právě to je cílem ozdravných procesů.

Odstranění toxinů, které narušují auto regulační pochody v našem organismu, se nazývá detoxikace.

EAV metoda

Abychom se orientovali v tom, co organismus potřebuje, co je smysluplné, nosné, co opravdu funguje a co jsme se naučili zvládat, potřebujeme zjistit, co v našem organismu přebývá, a to jak po tělesné, tak po duševní stránce. Získat tyto poznatky není snadné a medicína se nezabývá přístroji ani postupy, které by to umožňovaly. Ani rentgen, ani sebepodrobnější počítačová tomografie či dokonalé elektrofyziologické metody nás o tomto stavu neinformují.

Mnozí léčitelé říkají, že jim stačí jakási intuice nebo mimosmyslové vnímání, aby takový stav zjistili. Bližší zkoumání těchto léčitelských postupů však ukazuje, že na mimosmyslové vnímání se nelze stoprocentně spolehnout.

Máme-li konkurovat současné medicíně, musíme mít vysokou úspěšnost v získávání těchto poznatků. Vollovou metodou lze zjistit nežádoucí toxiny ve fyzické i psychické rovině. Pak se pustíme do určité léčby. Potřebujeme však také vědět, zda námi použitá metoda skutečně vede k cíli. I to Vollův přístroj umožňuje.

Před rokem 1989 u nás pracovalo s Vollovým přístrojem jen několik málo osob. Nešlo ani tak o léčbu, jako spíš o jisté seznamování, protože chyběly zkušenosti, nebyla k dispozici příslušná literatura a zejména preparáty, které by přístroji dávaly léčebný smysl.

V té době jsem působil jako primář psychiatrického oddělení a bylo pro mě neskutečným utrpením, když jsem půl dne podával lidem léky a tvrdil jim, že jedině moderní chemie a farmakologie jim může pomoci od jejich zdravotních potíží, a ve druhé půlce dne jsem jiné pacienty nabádal, aby se vyhýbali chemickým preparátům a nabízel jim zcela jiné řešení založené výhradně na přírodních postupech. Této schizofrenie jsem se musel zbavit, což jsem

učinil a začal jsem se věnovat výhradně přírodní medicíně. Dodnes obdivuji některé kolegy, kteří oním schizofrenickým způsobem stále ještě pracují.

Vyloučením k posílení

Pochopil jsem, že nejen chemií je možné měnit všechny pochody probíhající ve tkáních a že nositelem změn a léčebného účinku nemusí být vždy jen hmota, ale i informace. Kritika spočívala v tvrzení, že v těchto preparátech nic není, a přišla vhod zákazu nebo nepovolení preparátů, ale pro nás znamenala něco úžasného.

Naši odpůrci hřímali o podvodnících, kteří používají látky, v nichž nic není. Za velké podpory někdejšího ministra zdravotnictví se jim podařilo vyloučit EAV společnosti z Purkyňova spolku lékařů, takže dnes jde o metodu označovanou jako nelékařská.

Toto likvidační tažení však paradoxně nepřímo pomohlo opětovnému rozvoji naší metody, protože se díky němu mohli touto metodou začít zcela legálně zabývat i nelékaři.

Těší mne, že tato metoda pomáhá denně mnoha lidem nejen v České republice, ale neustále se rozšiřuje i do mnoha zemí Evropy.

DETOXIKACE V OBECNÝCH SOUVISLOSTECH

*Nemoci upadání do tří stavů zatracení je třeba
léčit dříve, než se dostaví.*

*Je tomu jako s bleskem; jak má být čím
odvrácený, když někoho tu už zasáhl do hlavy?*

V rostlinách se skrývá mocná síla

Koho neuzdraví léky, toho uzdraví příroda.

Hippokratés

Někdy člověk koná promyšleně, a jindy je naveden jakoby souborem náhod, takže když se po letech překvapeně ohlédne, zjistí, že k mnohým věcem se dostal, aniž by po nich toužil.

Asi sedm let po mé první akupunktuře, během nichž jsem se této metodě intenzivně věnoval, se mi přihodila nepříjemná věc. Jednoho rána mě probudila prudká bolest v bedrech a ještě téhož dne mi diagnostikovali velký ledvinový kámen zaklíněný v močovodu s tím, že operace je nezbytná. Nazítří jsem se tak ocitl na operačním stole. Ale den je dlouhá doba na přemýšlení, zvláště když je člověk zaskočen nemocí v poměrně nízkém věku. Obtelefonoval jsem své kolegy, a protože jsem byl primářem jednoho z oddělení v nemocnici, mohl jsem si dovolit konzultovat svůj problém se všemi kapacitami v tomto zařízení.

Moje otázka byla velmi jednoduchá: co mám dělat do budoucna, aby se kameny netvořily a existence ledvin, a tím i moje, nebyla ohrožena? Od všech odborníků jsem se dozvěděl jedno jediné: pít pravidelně pivo, abych si prý ledviny proplachoval. Musím přiznat, že mě to neuspokojilo. Tím spíše, že mě čekalo bolestivé probuzení po operaci, probuzení s třiceticentimetrovou jizvou v bederní krajině.

Makrobiotika a tao

V průběhu dalšího dne však došlo k osudovému setkání číslo dvě. Vedle mě na lůžku ležel starší muž, z něhož se „vyklubal“ otec jedné z lékařek z nemocnice. Když za ním přišla na návštěvu, nesla v ruce svazek papírů. Protože jsme se dobře znali, papíry mi předala s tím, že jí je někdo poslal a že neví, co s nimi. Díky tomu jsem se druhý den po operaci začel do prvních zpráv makrobiotice - dietologické metodě založené na taoistickém principu, tudíž na principu jinu a jangu ve stravě. Opět jsem ucítil, jak mě to silně oslovilo, a na dalších sedm let jsem se stal zarputilým makrobiotikem a propagátorem tohoto dietního systému. Napsal jsem několik makrobiotických kuchařek, které vyšly ve stotisícových nákladech. Velmi pečlivě jsem makrobiotiku dodržoval a musím říci, že jsem se nikdy necítil lépe. Zároveň mi začalo svítat, že právě tady můžeme hledat kořeny celostní medicíny. Pochopil jsem, že nejen akupunktura, ale i dietologie jsou jenom součástí rozsáhlého komplexu, který bychom snad mohli nazývat celostní medicínou.

Doktor Pšenička

Byla to veselá doba, protože okolí naprosto nechápalo, o co makrobiotice jde, a vegetarián, který jedl jenom obilná zrna, byl exotickým zjevem široko daleko. Měl jsem roztomilou přezdívku „doktor Pšenička“ a často jsem se makrobiotikou dobře pobavil. Například když jsem převážel pytel zrní, který mi jakýsi pacient přinesl do přízemí nemocnice. Ve výtahu se mi roztrhl a zrní se rozsypalo. Nemohl jsem si dovolit - tedy alespoň jsem se tak domníval-, aby do výtahu přistupovali lidé a viděli, jak zoufalý stojím po kotníky v zrní.

Během několika minut se mi podařilo nastrkat zrní do škvíry mezi výtahem a výtahovou šachtou, a tak když nastoupili další lidé, válelo se na zemi jen několik zrníček. Myslím, že se opraváři výtahu museli divit, když za nějaký měsíc našli na dně šachty možná již docela

vzrostlé obilné pole. Já jsem však přišel o biologicky pěstované obilí, které nebylo snadné sehnat.

Fytoterapie - léčba rostlinami

Tak začala moje cesta nyní již systematického hledání dalších metod a technik, z nichž by mohl vzniknout komplex nazývaný se celostní medicína. Protože bylo od koho opisovat - od staročínských lékařů -, bylo jasné, že dalším krokem by měla být fytoterapie neboli léčba rostlinami.

Tehdy však nepřicházelo v úvahu pracovat na výzkumu čínských bylin, a tak nezbývalo než se pustit do těch evropských, potažmo českých.

Musím říci, že nebylo vůbec snadné byliny sehnat a specializované lékárny (byly jen dvě - v Praze u Staroměstského náměstí v Týnské uličce a v Karlových Varech) se zřizovaly jen na zvláštní povolení. Žádal jsem, abych mohl v Chomutově, kde jsem pracoval, otevřít bylinnou lékárnu, avšak nebyl jsem vyslyšen.

Byliny se tehdy sháněly, jak se dalo. Naštěstí jsem měl dostatek příkladů, jak ve věci postupovat, protože na vrcholu slávy bylo mnoho bylinářů, například paní Kamenická, Hanzalová, Patočková, a řada moravských bylinářů. Za této éry jsem také spolupracoval s J. A. Zentricem a díky tomu později vznikla kniha *Věčně zelené naděje*.

Málo platné argumenty

V souvislosti s touto knihou nejraději vzpomínám na dvě příhody. Jedna nebyla příliš příjemná, protože kniha měla téměř dvojnásobný rozsah než ten, který nakonec vyšel. Zbytek knihy byl vyřazen zásahem hradecké farmakologické fakulty, protože byl shledán nevědeckým. Nic nám nebyly platné argumenty, že jsme pouze popisovali, jak to dělají bylináři po celé Evropě, a neodvážili jsme se psát, co si o věci myslíme my. Přesto se to vědcům-farmaceutům zdálo příliš, ale my jsme byli nakonec rádi, že jsme mohli vydat alespoň něco.

Druhá příhoda byla možná banální, ale pro mě ne méně významná. Jako psychiatr jsem nebyl nucen absolvovat tehdejší školení marxismu-leninismu známé pod zkratkou VUML. Nakonec však došlo i na mě a jako vedoucí pracovník jsem se musel zúčastnit. Vydržel jsem to pouze jeden den a přitom jsem vymyslel název *Věčně zelené naděje*. Kdo někdy vymýšlel název knihy, ví, jaká jsou to tvůrčí muka. Dodnes tento název pokládám za nejzdařilejší ze všech, které jsem kdy vymyslel. Často si proto říkám, že není pravda, že byl VUML k ničemu.

Různé recepty na tutéž nemoc

Vraťme se ale k fytoterapii. Když jsem měl možnost nahlédnout do čarodějně kuchyně různých bylinářů, zaujal mě jeden fakt. U stejných nemocí měl každý bylinář své předpisy, tedy různé složení čajů, a to mnohdy i s bylinami, které se od sebe naprosto lišily. Právě proto farmakologové z Hradce Králové vyškrtali větší část zmíněné knihy. Vyskytovaly se v ní byliny, které údajně neměly žádný farmakologický vztah k určité nemoci. A právě to mě začalo zajímat - proč různé recepty na jednu a tutéž nemoc fungují?

Závěr mohl být jen jediný: účinnost bylinných směsí není dána farmakologickými účinky jednotlivých rostlin a směs vykazuje jiné účinky než jednotlivé rostliny. Pokud na pacienty zabíraly, měly tedy rostliny určité farmakologicky účinné látky proti symptomům nemoci, a to bylo ještě lepší. Nebyl to však základ jejich úspěšnosti. Protože jsem měl možnost studovat přístupy celé řady bylinářů, mohl jsem si vytvářet i vlastní představu o tom, jak jejich léčba funguje.

Bez skořice ani náhodou

Když jsem připravoval komentář k dokumentárnímu filmu o tradiční čínské fytoterapii, zaujal mě popis jedné směsi sedmi bylin k léčení jaterních chorob. Byla podrobena přísnému vědeckému zkoumání na zvířatech. Pokud se vynechala jedna složka, konkrétně to byla skořice, směs ztrácela na účinnosti. Pikantní bylo, že skořice neměla vykazovat žádné hepatoprotektivní účinky, tedy účinky na jaterní tkáň. Přesto byla klíčovou, nezbytnou bylinou ve směsi sedmi bylin. Když vynechali jinou bylinu, na účinnosti směsi se to nijak výrazně neprojevilo. Skořice byla klíčem, ale při samostatném podávání neměla pro játra žádný smysl.

To mě ještě utvrdilo v názoru, že v rostlinách pracuje ještě jiná síla než jen farmakologicky účinné látky, která je při léčbě rozhodující a která se znásobuje tím, že se rostliny dávají do směsi. Další krok celostní medicíny, v pořadí již třetí, byl na světě, ale já jsem ještě nevěděl, jak namíchat byliny tak, aby účinkovaly podle mých představ. Přesto jsem sbíral zkušenosti nejen čtením knih, ale i intenzivním podáváním různých bylinných směsí podle receptur různých bylinářů, což se mi později velice hodilo.

Věčně zelené naděje

Není pravda, že máme málo času, pravdou ale je, že ho hodně promarníme.

Seneca

V roce 1990 vyšla moje kniha *Věčně zelené naděje*, kterou jsem napsal s Josefem A. Zentricem. Mimo obvyklé pýchy na obsah jsem byl v tomto případě pyšný i na název. Fytoterapie, a tudíž léčivé rostliny, jsou po celou dobu existence lidstva skutečným evergreenem. Je to snad jediné lidské poznání, které vydrželo nezměněno od počátku lidstva do dnešních dob. Prapředek člověka sbíral rostliny, aby se jimi léčil, a stejně tak i dnes se můžeme dočíst, že si kdejaká slavná hvězda vaří kontryhel, protože je dobrý pro ženy, které chtějí otěhotnět.

Na zmíněné knize bylo pikantní to, že její původní verze měla o třetinu stránek více. Kniha však musela být ještě v dobách totality schválena do tisku farmakologickými experty z Hradce Králové a ti nám značnou část textu vyškrtali, protože neodpovídal moderním vědeckým poznatkům o léčivých rostlinách. Musím říci, že kdyby se lidstvo řídilo nejmodernějšími vědeckými poznatky naší doby nebo kterékoli doby jiné, tak už dávno vyhodilo oknem či vytilo vaničku i s dítětem u mnoha věcí. Naštěstí lidstvo na vědecké poznatky tak moc nedá a vědci další generace se k předchozím závěrům vědy vášnivě nehlásí. Léčivé rostliny jsou totiž opředeny řadou tajemství, a právě v tom spočívá jejich kouzlo, které jim umožnilo přežít miliony let.

První záznamy o využití rostlin nacházíme v papyrech Egyptanů, na tabulkách obyvatel Mezopotámie či v písmech starých Řeků. Tři tisíce let před Kristem žil geniální stavitel, který byl schopen nejen projektovat hrobky faraonů, ale uměl i léčit tak, aby svému účelu začaly sloužit co nejpozději. Imhotep se jmenoval. Druhým božským lékařem byl Řek Asklépios, který musel být zabit samotnými bohy, aby neohrozil jejich moc. Dokázal totiž vzkřísit i mrtvé. Ostatně jeho dvě dcery - Hygieia a Panaceia - přežívají dodnes ve slovech hygiena a panaceum, přičemž obě hrají v našem životě významnou roli.

Egyptské papyry Ebersův a Kahunský (přibližně 2000 let př. n. 1.) již dávají přesný návod, jak bylinami léčit. Ještě kolem roku 1900 se využívalo některých receptů, které byly v těchto papyrech popsány, například kozlíku lékařského.

Základy evropského lékařství se připisují Hippokratovi (5.-4. století př. n. 1.), ovšem mimo tohoto velkého muže byli na lékařském nebi známi Theofrastos z Eresu a Dioskúridés Pedanius, rovněž Řekové, jejichž znalosti byly ceněny až do novověku; první z nich například popsal na 600 rostlin s léčivými účinky. Bylo by neslušné opomenout slavného Galéna, který emigroval z Řecka, aby v Římě napsal 200 prací o léčení. Louhoval rostliny vodou a vínem a na dalších tisíc let dal lékárníkům návod na výrobu nejrůznějších léků a založení živnosti na přípravu pověstných „galeník“.

Ve středověku se znalci bylin nenechali zahanbit; snad nejslavnější je Otto z Mendonu, který žil v 11. století ve Francii, autor díla *De herbarum virtutibus* (O působení bylin), které je napsáno ve formě naučné básně v hexametrech. V českých zemích čerpali z jeho znalostí slavní učenci Jan Černý a P. O. Matthioli. Zajímavé na středověkém pojetí bylo zejména to, že se byliny nerozdělovaly podle účinných látek, nýbrž podle účinku na prvky, tak jak je známe z čínské medicíny. Rozeznávaly se byliny horké, vlhké, suché, studené a dále se třídily podle toho, zda bylo potřeba působit na vypařování, rozředování, roztahování, oteplování či

naopak svírání, zavírání, zužování, umrtvování apod. Léčivé byliny byly rozděleny na stupně působení: na prvním stupni byly slabé, na druhém již člověk jasně cítil jejich vliv, na třetím stupni pálily, kousaly, vysoušely, vyvolávaly žízeň a měly i jiné poměrně nepříjemné účinky. Konečně na stupni čtvrtém už spalovaly, kazily a mořily.

Jestliže měly všechny své vlastnosti vyrovnané, pak se recept nazýval *temperatur et aequale* (mírný a rovný), a byl tak lidem velmi oblíben. Například takový pelyněk brotan byl bylina ohnivá na třetím stupni a působil příznivě na kašel, záduchu, plicní potíže a působil formou obkladů, léčil šlachy, bolest v kříži a pomáhal od bolestí dělohy. Ničil hlísty a léčil choroby doprovázené zimnicí a třesavkou. Avšak pelyněk pravý byl horký na prvním stupni, mohl se užívat bez obav, posiloval zejména žaludek. Což také využili likérníci a lékárníci k výrobě absintu, v němž byl obsažen právě pelyněk pravý (*Artemisia absinthium* L.). Pelyněk se tak ocitl v mnoha žaludečních likérech. Jak jsem již řekl, pelyněk léčil žaludek a slezinu. Ten, kdo se orientuje ve starém čínském lékařství, ví, že žaludek a slezina přitahují vlhkost a jsou to orgány slezinového okruhu to evropská medicína nikdy nepřijala. Kdo chce využít znalostí z doby středověku, ať si svaří pelyněk v olivovém oleji a tímto olejem si natírá žaludeční krajinu tehdy, má-li se žaludkem potíže.

Musel bych jmenovat ještě celou řadu dalších velikánů, ale za všechny zmíním abatyši Hildegardu z Bingenu. Svatá Hildegarda - ač nebyla nijak vzdělána - zanechala spis zvaný *Physica*, z něhož dodnes čerpají učenci zejména v Německu, přestože od jeho vzniku uplynulo již mnoho staletí, dotyčná zemřela v roce 1179. Pikantní je, že na léta 1900 až 2000 předpovídala Hildegarda příchod nového času, který nazývá *věkem nemocného bledého koně* a časem válek a zkázy. V závěru svého proroctví se pak ptá, co bude z křesťanů, až se celý svět nakazí. Co tím abatyše mínila, nechť si každý vyloží sám.

Z té doby jeden recept za všechny - proslulá bingenská mast na ošetření bolestivých kloubů: 1 díl morku z kostí jelena, 2 díly jeleního loje a 4 díly čerstvého pelyňku pravého. Vše rozehřát ve vodní lázni a případně zahustit včelím voskem a nechat vychladnout. Tato mast byla po celá staletí pokládána za zázračnou.

Na závěr se zastavme u velkého a nesmrtelného Paracelsa. Jeho jméno používá mnoho obchodních společností, které chtějí naznačit svoji příslušnost k přírodní medicíně. Jeho skutečné jméno bylo Philippus Aureolus von Hohenheim a do středověkých dějin vstoupil na konci 15. století. Jméno Paracelsus pochází z obdivu k antickému lékaři Aulu Celsovi. Jeho hlavním přínosem bylo využití léčivých bylin alchymistickým způsobem, tedy získáváním ducha - kvintesence rostlin. Položil základ spagyrickým léčivům, čili léčivům z rostlin, která byla již čistá, ryzí a dokonalá.

Velmi zajímavou kapitolou Paracelsova lékařství byla podobnostní léčba. Léčivé rostliny se podobaly některým orgánům a podle toho léčily. Do dnešní doby se na léčbu očí používá světlík lékařský podobající se očím. V květu této rostliny viděli naši předkové duhovku a řasy pak v jeho modrofialových podélných pruzích. Podobu se střevem vykazují kořeny puškvorce obecného - užívá se na střevní potíže; tykev zase nápadně připomíná močový měchýř a její semínka se skutečně používají při močových problémech.

Bažanka vytrvalá (*Mercurialis perennis*), která rozhazuje svůj pyl způsobem podobným ejakulaci a jejíž semena připomínají varlata, se používala při kapavce, syfilidě a jiných pohlavních problémech. Srdece je zas podobné kokošce pastuší tobolce, mozek připomíná vlašský ořech, kůže kůru břízy bílé. Játra jsou svou anatomií podobná trojdílným listům vlašovičnicku většího nebo jaterníku trojlaločného. Tak bychom mohli pokračovat... Mnohá

z těchto podobností přetrvala v lidovém léčitelství do dnešních dob, i když dnes se spousta bylin samozřejmě využívá i jiným způsobem. Získávají se z nich mnohé látky, které se ovšem rovněž i chemicky napodobují. Medicína už využívá léčivých rostlin ve velmi malé míře.

Recept:

V současné době souvisí mnoho nemocí s okruhem ledvin - například bolesti kloubů, vysoký krevní tlak či psychická úzkost - a ledviny slouží k odvádění toxinů z lidského organismu.

10 g bezu chebdí, 30 g listů břízy bílé, 30 g kopřivy dvoudomé, 10 g kořene fenyklu obecného, 10 g listů vachty trojlisté, 30 g zlatobýlu, 10 g kořene puškvorce obecného, 10 g kořene přestupu lékařského, 10 g bobulí jalovce obecného a 20 g přesličky rolní. Ráno a večer 2 čajové lžičky zalít půllitrem vařící vody, nechat stát pět minut a po scezení osladit medem. Užívat po tři týdny, pak 14 dní pauza a následně kúru opakovat.

Začátky jedné cesty

Naše tělo je stroj k žití. Je k němu uzpůsobeno, je to jeho přirozenost. Nechte život, aby v něm žil.

L. N. Tolstoj

Celostní medicína je druh, odrůda medicíny, která není lepším ani horším bratrem či sestrou ostatních medicínských oborů. Myslím, že stejně jako si vydobyla místo na slunci chirurgie nebo jak vnímáme oční lékařství, gynekologii či další obory, tak by měla zaujmout odpovídající místo i tato medicína. Snad jen v minulosti byl rodinný nebo praktický lékař v našich podmínkách určen k tomu, aby celostní medicínu prováděl. Tento obor se však naprosto odchýlil od nastolené cesty, a ta nyní zůstala volná pro nás, kteří jsme se rozhodli, že se po ní vydáme.

Celostní medicína je ve své podstatě z větší části filosofický obor, protože její kořeny sahají spíše do počátků různých filosofii než do jiných věd. Člověk musí přijmout nějakou filosofii odůvodňující a vysvětlující lidský život a pak v ní hledat kořeny nemocí. Právě nalézat kořeny nemocí je hlavním úkolem celostní medicíny. Usilovně se prohrabáváme stále hlouběji ke kořenům stromu, na němž „zraje ovoce nemocí“.

Pravděpodobně jsme ještě velmi vzdáleni těmto kořenům, ale na druhou stranu tak, jak sestupujeme níž, vidíme, že starověké filosofie, od nichž se medicína postupně oddělovala, podstatu nemocí znaly a my se tak napul stáváme mentálními archeology, protože vykopáváme místo hliněných střeptů, sošek a základů obydlí starověkých civilizací myšlenky a dešifrujeme jejich význam.

Přírodní medicína čerpá z minulosti

Stejně jako ze střeptů můžeme složit nádobu a dohadovat se, k čemu ji starověký člověk potřeboval, sbíráme střípky vědomostí, které nám do dnešních dob zůstaly, skládáme je a dohadujeme se, jaký asi měly význam.

Celostní medicína si však dala do vínku ještě jedno slovo, jež se v názvu vlastně vůbec neobjevuje. Potichu jsme za tento název „propašovali“ výraz „přírodní“. V celostní medicíně se snažíme využívat výhradně přírodní a přirozené prostředky k uzdravení člověka. Kdybychom to vzali doslova, můžeme kořeny nemocí hledat i u různých chemických reakcí a můžeme třeba rozluštění lidského genomu vnímat jako akt celostní medicíny. Do těchto sfér nás však moderní vědecká medicína bude jen nerada pouštět. Proto si celostní medicína vytvořila arzenál prostředků, který čerpá především z minulosti, jak jsem již zdůrazňoval.

Vývoj lidského druhu se nazývá fylogeneze a vývoj lidského jedince ontogeneze. Na ontogenezi jedince zabývajícího se celostní medicínou se můžeme podívat třicet let nazpět a uvidíme, jak sleduje i fylogenezi celé historické medicíny. Od historických událostí ovšem poměrně rychle přejdu do pokud možno souvislého výkladu zásad celostní medicíny. Snad se v těchto principech najdou všichni lidé, kteří se zabývají přírodním léčením.

Moje první setkání s akupunkturou

Někdy v roce 1970 jsem jako začínající lékař měl noční službu na neurologii, kde jsem tehdy pracoval. Již v předchozích dnech, kdy jsem na oddělení nastoupil, jsem se procházel

mezi nemocnými a obdivoval starší lékaře, že dovedli nad chronickými pacienty pokyvat hlavou a ordinovat metody, které již byly v negativním slova smyslu vyzkoušeny - myslím tím, že nepomáhaly. Na jedné posteli ležela asi čtyřicetiletá žena, kterou trápily úporné bolesti v zádech, takže na oddělení pobývala již asi dva měsíce. Protože jsem byl vášnivý čtenář, při noční službě jsem se zadíval do knihovny pana primáře. Ležela tam skleněná dóza s jehličkami, a ač jsem do té doby nikdy takovou věcičku neviděl, napadlo mě, že jsou to akupunkturní jehly. O akupunktuře jsem tehdy slyšel jen v souvislosti s exotickým čtením o dálné Asii.

Za dózou byla i kniha autorů Vymazal-Tuháček: *Základy akupunktury*. Jak jsem se později dozvěděl, tito dva lékaři pomáhali ve válce v Koreji a tam se snad naučili určitým pravidlům akupunktury, která sepsali v oněch uvolněných letech kolem roku 1968 do tenké knihy. Ještě tu noc jsem ji pročetl a dodnes si vzpomínám na zvláštní, leč jasný pocit, že jsem se s tím již někde setkal a že jsou mi vlastně celé to myšlení i technika jasné.

Možná, že jsou to neplánovaná osudová setkání, možná, že jsou plánovaná, možná, že měli pravdu jasnovidci, kteří mi o dvacet let později prozradili, že jsem byl v předchozích životech čínský lékař. Zkrátka a dobře mě tato kniha okamžitě oslovila. S jehličkami jsem šel za zmíněnou pacientkou a aplikoval jsem jí svoji první akupunkturu v životě. Šlo patrně o velmi drzý čin, protože jsem nebyl vůbec proškolený a nikdy jsem tuto metodu ani neviděl nikoho provádět. Kdyby žena následující den konstatovala, že se jí vůbec neulevilo nebo že má potíže dokonce ještě větší, nikdy bych se akupunkturou dále nezabýval. Osud ale tomu chtěl, že pacientka ráno při vizitě hlásila, že bolesti zcela zmizely a že chce jít domů. Na mou žádost primáře neprozradila, že jsem se v noci pokoušel o aplikaci akupunktury. V každém případě tento příběh ve mně zanechal tak hluboké stopy, že jsem se od této chvíle stal nadšeným vyznavačem této čínské léčebné metody.

Základ zdravého života: harmonie

Tuším, že dnes už každý ví, na jakých filosofických základech je akupunktura založena, ale přesto si dovoluji se o ní zmínit.

Akupunktura vychází z taoistické představy o existenci síly tao, která se projevuje v lidském organismu jako energie čchi. Tato energie má dva protichůdné póly, a to pól jin a pól jang, ženský a mužský princip. Energie čchi by měla být v těle harmonická, tedy póly jin a jang by neměly být na stejné úrovni, ale měly by se harmonicky prolínat tak, jak to vyhovuje pohlaví, věku, stylu života, místužití a podobně. Porušení této rovnováhy, která je individuální, se platí nemocí. Zásadní je, že čchi musí kolovat, a to naprosto pravidelně, do všech částí organismu. Nikde se nesmí zdržovat a zastavovat.

Koloběh energie a její vyvážené složení, tedy harmonie jejích dvou protichůdných principů, je základem zdravého života. Kolem nás i v nás je však mnoho příčin, které koloběh energie blokují a které způsobují nerovnováhu zmíněných principů.

Hlen - příčina blokády energie čchi

Úkolem akupunktury je odstranit všechny případné bloky tak, aby mohla energie volně kolovat - protože nejdůležitější není koloběh energie v meridiánech, do nichž vpichujeme akupunkturální jehličky, ale energetický tok v hlubokých drahách, které procházejí jednotlivými tělesnými orgány. Vpichování jehliček do povrchových drah používáme, protože je nemůžeme vpichovat do drah hlubokých nebo přímo do orgánů. Akupunkturální body uložené povrchově však mají velký vliv i na hluboké dráhy.

Čínská medicína, respektive staročínská tradiční medicína, však uvádí celou řadu příčin blokády koloběhu čchi, které nelze akupunkturou odstranit. Jestliže budeme akupunkturu považovat za celostní medicínu, pak se mýlíme. Celostní medicínu tvoří myšlenky starověkých čínských filosofů a lékařů.

Hlavním důvodem pro blokádu koloběhu energie čchi je hlen, který se hromadí v jednotlivých orgánech, a tím i v jednotlivých tkáních. Hlen je zahušťován vlivem různých zevních i vnitřních podnětů, jako jsou například chlad, sucho, horko, vlhko, zima, vítr apod. Stejně tak špatná životospráva, špatné nakládání se svojí tělesnou schránkou, přemíra vyčerpání nebo zase naopak lenost a nedostatek pohybu, nevyvážený jídelníček, mnoho sladkých, tučných, masitých, kořeněných jídel. V neposlední řadě se hlen zahušťuje negativními emocemi - úzkostí, strachem, agresí, nepřejícností, žárlivostí, smutkem, starostí a stresem, jenž je s nimi spojen. Proto celostní čínská medicína (ve své době ani jiná nebyla, což znamená, že bylo zbytečné nazývat čínskou medicínu celostní, neboť taková je jen z našeho pohledu) vyvinula celou řadu technik, které vedly k obnovení koloběhu čchi.

Jak bude patrné, budeme dobře kolující čchi ještě hodně potřebovat. Na dalších stránkách postoupíme na vyšší stupínky, po nichž budeme stoupat až na samý vrchol celostní medicíny.

Zázrak elektroakupunktury

At' už máte zdraví jakékoli, do konce života vám nevydrží.

české přísloví

Velký přínos celostní medicíně znamenal objev Vollova přístroje. Víím, že mnozí lékaři a léčitelé Vollův přístroj nepoužívají, a přitom provozují celostní medicínu. Já ovšem jeho přínos považuji za tak zásadní, že bych se o něm chtěl zmínit podrobněji. Pojem celostní medicína zavádí k hledání univerzálního principu, který bude jen jeden a bude ovládat celou škálu, celý ten obrovitý strom, jenž představuje lidský život. Někteří lidé přísahají na to, že kořen spočívá v psychice, a stačí se tedy pokusit o opravu poškozené oblasti psychiky a vše se urovná. Jiní přísahají na energii, na čakry. A tak bych mohl pokračovat dál.

Představme si lidské zdraví jako mnoha poschodový dům. Někde na počátku člověk staví špatné základy. Nemůže za ně často sám, ale staví mu je rodiče, ba i prarodiče, a to nejen v předávané genové výbavě, ale i v podmínkách, které mu připraví v průběhu nitroděložního vývoje. Na stavbě špatných základů se samozřejmě může podílet i každý člověk sám - špatnou životosprávou, životním stylem nebo přístupem ke své psychice.

Dalo by se říci, že člověk má celý život na to, aby napravlval škody, které mu přichystali jeho předkové. Nejen fyzického rázu, protože mnohem více času potřebujeme k nápravě svého psychického Já - literatura pak hovoří o zrání, poznání své osobnosti a snaze dokončit svůj duševní a duchovní vývoj.

Na základech stavíme jednotlivá patra. Budeme-li pokračovat stejně špatně, jako jsme začali, budou i patra poškozená a nekvalitní. Představme si, že bychom u takového domu opravili základy. Máte pocit, že by se změnil stav jednotlivých pater a střechy? Určitě ne, a proto lze takový dům začít opravovat od střechy až k základům nebo obráceně, ale nikdy nestačí opravit jen část - i kdyby byla sebedůležitější - tak, aby se změnila kvalita všech poschodí.

Proto je hledání univerzálního principu zdraví u člověka, který pár let už na světě žije, obvykle neúspěšné a náprava jeho zdravotního stavu je postupná, systematická, nikdy nekončící a velmi náročná práce na každém detailu oné složité stavby. Princip celostní medicíny tedy spočívá v tom, že chápeme propojenost jednotlivých částí organismu i mezi duševnem, duchovnem a tělesnem, mezi naším sociálním, lidským okolím, přírodním, domácím i pracovním prostředím, a máme-li opravdu veliký rozhled, chápeme i propojenost s lidskou historií a kosmem.

Čím méně, tím lépe

Kdybychom se zahloubali do znalostí o lidském zdraví, shromáždili bychom miliony a miliony informací. Některé z nich jsou přesvědčivé, a tak o nich nepochybujeme. Například se setkáváme s mnoha takzvanými potravinovými doplňky, které slibují, že do lidského organismu dodají potřebné stopové prvky, minerály, vitaminy, bílkoviny, zdravé tuky a kdovíco ještě. Z praxe ale vííme, že absolutní většina nemocí pochází z přebytku, nikoli z nedostatku. Nevyrovnáme se s nimi tehdy, budeme-li stále doplňovat a doplňovat, ale tehdy, pokud se budeme zbavovat zbytečného balastu a nadbytku.

Chce-li člověk psychicky zrát, musí poznávat, co je důležité, jaký má hodnotový žebříček, a ostatní musí umět zavrhnout. Cesta k psychickému zrání přece nespočívá v tom, že bude na sebe nahrnovat stále další duševní a duchovní aktivity a poznatky. Síla zrání je v

jednoduchosti. Mnozí lidé to vědí, ale při zacházení s tělem se tím neřídí, domnívajíce se, že čím více, tím lépe. Pravdivější je konstatovat: Čím méně, tím lépe.

Přebytky musejí pryč

Jaký však mají tyto věci vztah k Vollově přístroji? Abychom se orientovali v tom, co organismus potřebuje, co je smysluplné, nosné, co opravdu funguje a co jsme se naučili zvládat, potřebujeme zjistit, co v našem organismu přebývá, a to jak po tělesné, tak po duševní stránce. Získat tyto poznatky není snadné a medicína se nezabývá přístroji ani postupy, které by to umožňovaly. Ani rentgen, ani sebepodrobnější počítačová tomografie či dokonalé elektrofyziologické metody nás o tomto stavu neinformují. Mnozí léčitelé říkají, že jim stačí jakási intuice nebo mimosmyslové vnímání, aby takový stav zjistili. Zkoumání reality těchto léčitelských postupů však ukazuje, že na mimosmyslové vnímání se nelze stoprocentně spolehnout.

Máme-li konkurovat současné medicíně, musíme mít vysokou úspěšnost v získávání těchto poznatků. Vollovou metodou lze zjistit nežádoucí toxiny ve fyzické i psychické rovině. Pak se pustíme do určité léčby. Přitom potřebujeme nutně vědět, zda námi použitá metoda skutečně vede k cíli. I to Vollův přístroj umožňuje.

Od harmonizace k detoxikaci

Příběh Vollova přístroje je podivuhodný. V německém městečku Plöchingenu působil v padesátých letech praktický lékař Reinhold Voll, který chtěl sestavit přístroj, jímž by šlo stav akupunkturního systému hodnotit a měnit. To se jemu a jeho příteli Ing. Krammerovi podařilo. Dr. Voll během dalších let zhotovil mapy, v nichž byly jak známé akupunkturní body, tak ty, jež objevil. Sestavil je do určitých schémat tak, jak odpovídají různým orgánům. Díky tomu mohl sestavit dráhu plic, alergie, kloubní či tukové degenerace a řadu dalších.

Měření však bylo značně náročné. Tyto body se nacházely po celém organismu a už jenom je vyhledat znamenalo mít velké znalosti a mnoho času. Proto se dalším vývojem dospělo k tomu, že stejného výsledku je možné dosáhnout, bude-li se měřit jen na drahách jdoucích na prstech horních nebo dolních končetin. Vznikla tak podstatně jednodušší metoda, kterou bylo možné snadno prakticky využít.

Vývoj postupoval a doktor Schimmel modifikoval Vollův přístroj do té míry, že bylo možné použít jednoho jediného bodu k získání všech potřebných informací. Původní přístroj měl sloužit k proměření těchto bodů a k jejich dobíjení nebo vybíjení - stimulační nebo vybíjecí funkcí mělo dojít k harmonizaci v drahách akupunkturního systému.

Historika praví, že jednoho dne při ranním měření sebe sama si dr. Voll zapomněl v kapse lék na slinivku břišní. Ta byla jeho dlouholetým problémem. Toho dne však měl hodnoty vyrovnané. Když se zamýšlel nad příčinou, přišel na to, že se nechtěně léku dotkl. Zjistil tak, že pouhý dotyk léku mění hodnoty v měřených bodech, a tudíž by bylo možné rozvinout další funkci přístroje - zjišťovat, který lék a které prostředky jsou pro konkrétního člověka a chorobu dobré, ale dokonce i to, co se v organismu nachází, a to pomocí takzvaných testovacích ampulí. Německé homeopatické firmy mu vyšly vstříc a vytvořily škálu diagnostických preparátů, nosod i orgánových preparátů, které pak v léčbě používal, a vytvořil tak velmi rozsáhlou Vollovu medicínu, jež se do dnešní doby praktikuje na celém světě přes značný a někdy velmi agresivní odpor akademických medicínských kruhů.

„Violisté“ po česku

Lidé žádají v modlitbách od bohů zdraví, ale že sami v sobě mají nad ním moc, nevědí.

Démokritos z Abdér

Před rokem 1989 u nás pracovalo s Vollovým přístrojem jen několik málo osob. Nešlo ani tak o léčbu, jako spíš o jisté seznamování, protože chyběly zkušenosti, nebyla k dispozici příslušná literatura a hlavně preparáty, které by přístroji dávaly léčebný smysl.

Příkladem budiž dr. Kajdoš, známý akupunkturista „kovem a ohněm“ z Ústavu pro vrcholovou medicínu (pro sportovce to nejlepší), a také dr. Dobra Jandová, která působila v lázních na Šumpersku. Největším znalcem byl dr. Šimáček, snad jediný z českých lékařů, který přímo kontaktoval doktora Volla a navštívil ho v jeho ordinaci. Právě dr. Šimáček nás uvedl do společnosti německých akupunkturistů podle Volla a umožnil nám získat kontakty nejen na firmy zabývající se výrobou preparátů, ale i na lékaře - čelné představitele této metody. Díky tomu jsme se seznámili s rakouským lékařem Konrádem Wertmannem, který sice nebyl špičkovým „vollistou“, ale byl ochoten za nepatrný obnos vyškolit kolem dvou set našich lékařů.

Pustili jsme se do toho odhodlaně a nadšeně snad i díky tomu, že jsme neznali pesimistické závěry z Německa. Teprve později jsme se dozvěděli o zkušenostech shromážděných v průběhu padesáti let provozování Vollovy společnosti: tuto metodu je schopen dobře praktikovat jen asi jeden z deseti vyškolených. Tato medicína totiž vyžaduje nejen manuální zručnost, ale především zvláštní druh myšlení.

V té době jsem působil jako primář psychiatrického oddělení a bylo pro mě neskutečným utrpením, když jsem půl dne podával lidem léky a tvrdil jim, že jedině moderní chemie a farmakologie jim může pomoci od jejich zdravotních potíží, a druhý půlden jsem jiné pacienty nabádal, aby se vyhýbali chemickým preparátům a nabízel jim zcela jiné řešení, založené výhradně na přírodních postupech. Této schizofrenie jsem se musel zbavit, což jsem učinil a začal jsem se věnovat výhradně přírodní medicíně. Dodnes obdivuji některé kolegy, kteří oním schizofrenickým způsobem stále ještě pracují.

Podivuhodné preparáty

Vollova medicína tak přinesla do našeho státu nové druhy preparátů, nové druhy léků, které jsme do té doby buď vůbec neznali, nebo jsme o nich jen vzdáleně slyšeli. V první řadě se jednalo o homeopatika, která u nás jako první prosadil dr. Rýc. Mohl bych o něm dát k dobru řadu negativních historek, ovšem nelze mu upřít jednu zásluhu - s nezměrným úsilím a optimismem se mu podařilo registrovat první preparáty francouzské firmy Boiron a také zorganizovat první kurzy, kde jsme se naučili s těmito preparáty pracovat.

Poté nastoupily firmy již úzce specializované na Vollův přístroj. Nejznámější z nich byla Stauphen Pharma, která už pro Volla vyráběla preparáty zvané nosody. Obvykle šlo o injekce, jež vznikaly homeopatickým postupem z nemocných tkání. Mohli jsme se tak setkat s preparátem Angina follicularis nebo Apendicitis chronica. Byly to však i preparáty vyrobené z různých virů, například Hepatitis z bakterií - tak jsme mohli léčit borreliózu - nebo z plísni. Nosody a jejich injekční aplikace umožňovaly s velkým úspěchem léčit i chronická onemocnění, a to nás zřejmě zcela přesvědčilo o tom, že stojí za to věnovat se této medicíně.

Další firmou, která má pro Vollův přístroj obrovský význam, byla Walla, která produkovala orgánové preparáty vyrobené z absolutně zdravých orgánů zvířat. Nejčastěji se používaly tkáně z vepřů, proto se za názvem preparátů často nacházelo slovo suis. Zvířata pro tyto účely byla speciálně vybírána a chována ve zvláštním prostředí, mimořádně pečlivě byl hodnocen jejich zdravotní stav. Obdobně si počínala i firma Wellela, která vyráběla jak nosody, tak homeopatika a orgánové preparáty.

Neobyčejným zážitkem bylo setkání s firmou a preparáty Sanum, které jsou založeny na zcela zvláštní teorii profesora Enderleina. Firma sice nezískala ani nejmenší uznání, ale její preparáty se používají na celém světě se značným úspěchem. Vycházela z toho, že mikroorganismy mohou procházet vývojovými cykly a přeměňovat se jeden v druhý.

Základními preparáty byly plísně typu *Mucor* a *Aspergillus*. Podle Enderleina mají řadu vývojových stadií, která závažným způsobem ovlivňují lidské zdraví.

Všechny tyto firmy jsme navštívili a prohlédli si provozy, v nichž preparáty vznikají, setkali jsme se s jejich majiteli a mohli poznat důkladnou německou organizaci. Především jsme ale všechny tyto preparáty mohli používat při vlastní léčbě. Byla to neocenitelná zkušenost, která trvala řadu let.

Dnes mají uvedené firmy poněkud problémy s novými předpisy platnými v Evropské unii. Velkou ránu jim zasadil objev prionů v souvislosti s výskytem nemoci šílených krav. Prokázalo se totiž, že v jakýchkoli živočišných tkáních mohou existovat mikroorganismy, o nichž nevíme, protože je neumíme zjišťovat, a které přitom v konečném důsledku mohou být příčinou velmi závažných nemocí. Užívání tkáňových preparátů dostalo závažnou trhlinu. Některé firmy se proto jen obtížně vyrovnávají se změnou výrobního programu, a tedy i výtěžků svých více než padesátiletých zkušeností.

Vyloučením k posílení

Pochopili jsme, že nejen chemií je možné měnit všechny pochody probíhající ve tkáních a že nositelem změn a léčebného účinku nemusí být vždy jen hmota, ale i informace. Kritika spočívala v tvrzení, že v těchto preparátech nic není, a přišla vhod zákazů nebo nepovolení preparátů, ale pro nás znamenala něco úžasného. Ovšem ono nic i v době, kdy je svět ovládán informacemi a už nikdo nepochybuje o jejich významu pro rozvoj tohoto světa, bylo důvodem pro Koniáše typu dr. Heřta a dalších, aby se rozepisovali o podvodnících, kteří používají látky, v nichž nic není. Jejich myšlenky skutečně ono nic znamenaly a znamenají, ale informační medicína a její - zatím netušené - možnosti se posouvají dále. Za velké podpory někdejšího ministra zdravotnictví dr. Davida se jim však podařilo vyloučit EAV společnosti z Purkyňova spolku lékařů, takže dnes jde o metodu označovanou jako nelékařská.

Toto likvidační tažení však paradoxně nepřímě pomohlo opětovnému rozvoji naší metody, protože se díky němu mohli touto metodou začít zcela legálně zabývat i nelékaři. Pikantní na tom celém bylo, že dr. David je původně bohnický psychiatr a psychiatři po mnoho století zápolí s pochopením jedné základní myšlenky: halucinace a bludy, které se u duševních pacientů často vyskytují, nemají žádný organický ani hmotný podklad a vznikají jako zmatek ve složitém toku informací neboli v lidském mozku. Přestože jsou tyto příznaky neuchopitelné, nezměřitelné, nefotografovatelné, existují a nikdo o nich nepochybuje. Pro politiky a funkcionáře přesycené neuchopitelným bylo asi potřeba vymyslet něco uchopitelného a oni se pak své materialistické představy o tomto světě nemohli nabažít.

Vollův přístroj svou konstrukcí umožnil pronikat do čtyř základních oblastí; o lidském zdraví totiž rozhodují čtyři základní faktory (nejsou řazeny podle důležitosti):

- životní prostředí, které do člověka vnáší mnoho nežádoucích, často i nepřátelských elementů;
- životní styl, z něhož se největší popularitě těší výživa;
- psychika a vše, co s ní v širokém smyslu souvisí; celá škála se pohybuje od psychických vědomých vjemů až po nevědomé; na vrcholku je pak stres;
- genetické informace, tedy takové, které jsou pomocí deoxyribonukleové kyseliny uloženy v chromozomech každé buňky našeho těla; tyto informace nás nejen spojují s mnoha a mnoha generacemi před námi, ale jsou také bohužel nositelem obvykle negativních změn, k nimž dospějeme během svého života.

Proti výsledkům, kterých bychom mohli díky těmto znalostem dosáhnout, stojí pohodlnost, zvyky, ignorantství a především neznalost.

Příčinou všeho zlého jsou jedy

Potřebuje-li něco zvíře, ví, kolik potřebuje. Potřebuje-li něco člověk, nepozná to.

Démokritos

Po zkušenostech, které jsem načerpal v průběhu více než dvaceti let, jsem dospěl k závěru, že příčinou všech onemocnění jsou jedy. Vím, že nejsem originální - už moji starověcí kolegové byli stejného názoru. Rozdíl však spočívá v pojetí toho, co to vlastně jed je.

„Jedovatá“ historie

V každé době si pod pojmem jed (moderněji toxin) člověk představoval něco jiného. Ve starověku, například v dobách Hippokrata, Galéna a jiných antických lékařů, nebyly známy mikroorganismy, neexistovala chemie, zato lidé hodně věděli o duchovním světě a o lidské duši. Za jed proto byly pokládány výpary z bažin, zkažené potraviny, ale také zlo či nadpřirozené síly, které se ve společnosti běžně nacházely. Při jejich odstraňování byly používány magické rituály, pobyt na čerstvém vzduchu, byliny či dieta. Slovo dieta pochází od Hippokrata a již v té době znamenalo totéž, co si pod ním představujeme dnes. Později lékaři přidali pouštění žilou či pijavice, klystýry, trepanace lebky a další. Všechny tyto metody byly výrazem snahy o odstranění jedů z lidského těla a duše.

Jako malá detektivka

Dnes máme v jedech daleko více jasno. Se současnými znalostmi si je můžeme rozdělit na několik skupin:

- toxické látky vyskytující se v životním prostředí; k nim patří chemikálie, radioaktivita, toxické kovy a další;
- jedy, které se do organismu dostávají z chemicky syntetizovaných léků, kouřením, narkomanií;
- jedy, které vznikají z potravin - i z těch, které denně konzumujeme.

Abych jen nepopisoval, uvedu příklady. Kdysi byl velmi populární přípravek na hubení hmyzu DDT (dichlordifenyltrichlormetan). Samozřejmě, že úřady i vědci tvrdili, že je to naprosto bezpečná látka. Po deseti letech masivního užívání se zjistilo, že jde o velmi nebezpečný karcinogen, který se v přírodě nerozkládá. DDT bylo zakázáno.

Asi před pěti lety mě navštívil jeden pacient z Turecka, u něhož se v břišní dutině vyvinul zvláštní nádor, udivující všechny lékaře. Podrobnými dotazy jsem zjistil, že jeho rodina se zabývá pěstováním lískových oříšků, které vyváželi například i do Čech. Lískové oříšky napadá brouček, jehož jméno jsem již zapomněl, ale je úplnou pohromou pro pěstitele. Proto se musí stromy ošetřovat insekticidy. Hlava turecké rodiny - otec - byl hlavou otevřenou. Když se likvidovalo DDT, tak si několik tun schoval ve stodole a stále ho používal. Právě dotyčný pacient byl jedním z těch, kteří s tímto jedem manipulovali. V nádoru bylo možné EAV metodou skutečně zjistit DDT. Tím jsem přišel na příčinu a mohl stanovit diagnózu. Vše skončilo dobře; detoxikací se nádor rychle zmenšoval a muž se uzdravil.

Takových historek existuje celá řada. Mnozí by si třeba vzpomněli, jak kravám natírali žlaby látkou s protiplísňovými účinky, která bohužel zároveň uvolňovala bifenyly, opět

rakovinotvorné látky. Ty pak do těla vstřebával každý, kdo v osmdesátých a devadesátých letech jedl mléčné výrobky.

Při pátrání po zdrojích chemických jedů jsem narazil i na různé, někdy až detektivní případy. Dnes již každý ví, že mechově jemné gumové hračky a polštářky jsou měkčené ftaláty. Na jejich toxický účinek se přišlo tak, že studenti anglických univerzit, kde se dodnes sedí v historických dřevěných lavicích, si zpříjemňovali přednášky tím, že nosili mechové polštářky. Na univerzitách se však objevilo nápadné množství poruch plodnosti u studentů, protože počet jejich spermií povážlivě klesal. Důvodem byly ftaláty, které z polštářků prosakovaly do genitálií pilných studujících.

Toxiny přitahuje stres

Někdy jsou zdroje toxinů skutečně takto tajuplné, ale většinou k jejich nalezení není třeba velké námahy. O to více úsilí stojí dostat je z organismu. Jestliže je člověk stresovaný nebo má zhoršenou funkci imunitního systému, dochází ke kumulaci jedů ve tkáni. Jedinec, který stresuje sám sebe, má některé tkáně na stres citlivější než jiné.

Lokalizace stresu má psychologické nebo genetické důvody. Geneticky slabší orgán má zhoršené obranné a samočisticí vlastnosti, a tudíž bývá i více zahlcen toxiny. Psychologické důvody jsou zajímavější. Někteří lidé mají tendenci lokalizovat stres do oblasti hlavy, srdce, žaludku nebo plic. Jiným se při stresu zhoršuje funkce střev či močového ústrojí. Setkávám se s lidmi, kterým se nahromadí toxiny v konečniku. Stěžují si obvykle na bolesti, pálení, svědění nebo na krvácení, píštěle, zácpy a jiné problémy s konečníkem spojené. Při analýze jejich povahy pak zjistím, že jsou to opravdu lidé, kteří při stresu, strachu a napětí svírají konečník, což se objevuje i v jaderných lidových pořekadlech a rčeních.

Společenský a profesní tlak

Stejně tak si můžeme stresovat i jiné orgány, které mají jistý psychologický význam. Obecně se vyskytujícím problémem bývá společenské zaměření na některý orgán. V této společnosti jsou velice sledovaným orgánem například ženská ňadra a je jim dáván značný význam. Ženy proto s napětím sledují jejich tvar i velikost, a málokdy bývají spokojené. „Odměnou“ bývá nahromadění toxinů v tomto orgánu a výskyt mnoha potíží; v lepším případě nezhoubného charakteru. Problém mužů, zvláště těch, kteří se obtížněji vyrovnávají s mužskou rolí, bývá srdce, protože to je velice poškozováno emocí zvanou nejistota. U žen, jejichž ženská role ve společnosti je neméně těžká, jsou takovým způsobem stresovány gynekologické orgány a celý hormonální systém. Nemoci, které mají základ v chronickém stresu, se léčí velmi obtížně a obvykle po čase recidivují, pokud věkem nedojde ke zmoudření.

U některých lidí hraje důležitou úlohu určitý orgán, například u zpěváků či učitelů to mohou být hlasivky, u sportovců pohybový aparát a v případě intelektuálů mozek. Setkal jsem se v jedné zemi, nikoli v České republice, s dívkou, která byla vyhlášena zpěvačkou roku. Neznámá amatérka zažila takřka raketový vzestup a čekala ji profesionální dráha. Okamžitě po vyhlášení vítězů dostala mnoho nabídek k vystoupení a nahrávání. Slečna však ztratila hlas a byla zděšena tím, že promarní svoji příležitost, která se již nebude opakovat. Přístrojem EAV jsem našel mimořádně velké množství toxinů v jejích hlasových orgánech. Po uvolnění a odstranění se jí v průběhu několika dnů hlas vrátil.

Stres jako signál

Příznaky nemoci je proto důležité nechávat jako trest nebo náhodu, ale rozumět jim jako signálu, který upozorňuje na nebezpečí. Je nesmyslné tyto signály umlčet a tím zamlžit jejich význam. Velmi často se setkávám s mladými ženami, které trpí nepravidelností menstruace. Samozřejmě, že s tímto problémem obvykle navštíví gynekologa, který jejich potíže elegantně vyřeší antikoncepcí, čili hormony. Syntetické hormony pak přehluší signál, kterým nepravidelná menstruace nepochybně je. Ženy jsou spokojené, protože důležitý ukazatel jejich zdraví funguje bezchybně. Příčina problému však přetrvává.

Menstruační cyklus je řízen žlázou uloženou na spodině mozku, která se nazývá hypofýza. Hypofýza bývá často zatížena toxiny mikrobiálního původu, ale i těžkými kovy, například ze zubních výplní, radioaktivními látkami a dalšími jedy. Hormony hypofýzy řídí produkci vlastních pohlavních hormonů v kůře nadledvin a ve vaječnících. Jestliže zůstane toxická zátěž hypofýzy nedotčena, za několik desítek let může být příčinou vzniku rakoviny prsu, pohlavních orgánů, benigních nádorů dělohy a prsu a také patologicky probíhajícího klimakteria, které je charakteristické návaly, psychickými potížemi apod.

Ženy tyto potíže pokládají za normální a domnívají se, že je třeba je opět likvidovat hormonálně. Kdyby uměly naslouchat signálům, které jejich hypofýza, vaječníky nebo kůra nadledvin vysílají, podobné potíže by se nevyskytovaly tak často jako dnes. Zakrýt symptomy léčbou, jež neřeší příčinu, je velkým prohřeškem, který se vždy vymstí, protože jen málokdy dojde ke spontánnímu vyčištění orgánu, a právě ten stojí na počátku celého příčinného řetězce.

Velice svým pacientům doporučuji, aby po vyřešení akutních problémů již nespolehali na to, že symptom zmizel, ale aby pátrali po příčině svého problému, protože nic se neobjeví jen tak, z ničeho a bez příčiny. Myslím, že bychom se pak setkávali s podstatně menším počtem nešťastných případů, kdy se například „náhle“ vyskytne zhoubný nádor. Slovo náhlý jsem zdůraznil proto, že jde jen o iluzi a pověru. Všechny tyto nemoci se vyvíjejí postupně a signalizují svůj nástup hodně hlasitě. Lidé sice rozumí všemu možnému, ale svému organismu ne.

Zvláště ženský organismus obvykle výrazně signalizuje zdravotní potíže. Žena byla vždy garantem existence rodu, a proto ji příroda vybavila dobrým signalizačním zařízením. Snad proto ženy tvoří převážnou část klientely u různých lékařů a léčitelů. Muž je na tom hůře, zranění či bolesti v boji nebo při lovu mu nesměly zabránit dokončit dílo. A také jeho existence nebyla zase tak důležitá. Proto se u mužů signály onemocnění často objevují až velmi pozdě a oni daleko dříve než ženy umírají na "náhle" vzniklé smrtelné nemoci, jako jsou nádory či cévní příhody. O to více by se měli o své zdraví starat, i když je právě nic nebolí.

Detoxikace - praktické základy

V životě je nanejvýš užitečné, aby ničeho nebylo příliš.

Publius Terentius Afer

Lidský organismus funguje tím lépe, čím je organizovanější, čím lépe v něm probíhají regulační pochody. Dobře regulovaný organismus vydrží ve zdraví existovat déle než sto let. Regulace v lidském organismu probíhá na principech takzvané autoregulace, tedy regulace, která se děje mimo naši vůli prostřednictvím automatických regulačních mechanismů. Vzniká-li v lidském organismu chaos, tedy nízká hladina uspořádanosti, vznikají i nemoci a poruchy funkce různých tělesných i nervových orgánů. Snahou je proto vrátit organismu dobrou funkci autoregulace, odborně řečeno nízkou hladinu entropie.

Starověké národy Asie popsaly autoregulaci symbolicky - známou monádou, tedy celkem, ve kterém se dynamicky prolínají a vyvažují dva protikladné principy jin a jang. Monáda je symbol celostního jednotného pohledu na život, neboť samozřejmě nelze říci, že jedna kvalita je lepší než kvalita druhá.

Tento princip byl vystřídán principem duality, jehož kolébkou je Řecko. V tomto principu je jedna hodnota označována za dobrou, druhá za špatnou, jedna za lepší, druhá za horší. Autoregulace v lidském organismu je udržována rovnováhou mezi dvěma protikladnými silami, což symbolizuje vše, co je vyrovnané, harmonické a v souzvuku. Harmonie je narušována převahou jedné ze sil. Tato převaha může být způsobena stravou, myslí, okolní přírodou, lidmi kolem nás a dalšími vlivy. Člověk by měl tudíž usilovat o život v pomyslném středu bez extrémních vlivů.

Vlivy narušující rovnováhu v našem organismu, a tím i naše autoregulační procesy, lze obecně nazývat toxiny. Toxiny tedy mohou být narušující látky z našeho životního prostředí či strava, kterou náš organismus nedokáže akceptovat a zpracovávat, nebo i stres a jiné další negativní prvky. Odstraněním těchto toxických vlivů se do organismu vrací schopnost autoregulace, snižuje se neklid a chaos, vrací se harmonie, snižuje se entropie - a právě to je cílem ozdravných procesů.

Odstranění toxinů, které narušují auto regulační pochody v našem organismu, se nazývá detoxikace.

Harmonie v našem organismu nastává tehdy, probíhají-li energo-informační procesy v přiměřené síle, přiměřené kvalitě, a především jsou-li správné pokyny správně vyhodnocovány. Vzhledem k tomu, že se jednotlivé orgány vzájemně ovlivňují a celý organismus je provázán imunitním systémem, lymfatickým systémem, nervovým systémem, hormonálním systémem a dalšími vztahy a vazbami, vystupuje celý organismus jako jeden funkční celek. Následkem toho se porucha v jednom systému může projevat ve zcela jiné části organismu a ve zcela jiné funkci. Tento pohled na lidský organismus lze označit jako pohled celostní.

Druhá část celostního pohledu spočívá v tom, že ač takto popsaný organismus tvoří nesmírně složitý, těžko pochopitelný celek, jsou příčiny, které rozbíjejí funkčnost tohoto celostního systému, celkem jednoduché, pochopitelné a přístupné. Je-li pak některá z těchto příčin odstraněna, má to dopad na funkci různých tkání a orgánů, které spolu podle pravidel evropské anatomie, fyziologie či embryologie ani nesouvisejí.

Při detoxikaci nejde ani tak o to, abychom pochopili složitou funkčnost a stavbu našeho organismu. Důležitější je, abychom pochopili, jaké vlivy rozbíjejí harmonii a uspořádanost, která je našemu organismu na základě mnoha desítek milionů let vývoje dána. Pochopitelně i zde platí pravidlo, že čím je organismus složitější, tím snáze mohou v tomto složitém systému vzniknout poruchy. Platnost tohoto pravidla si můžeme dobře ověřit, budeme-li sledovat bizarnost lidského chování, emocí, ale i obrovské škály několika tisíc chorobných stavů, symptomů či syndromů. Je až kacířské uvádět, že tak nepředstavitelně složitý systém mohou bourat i velmi jednoduché toxiny. Ovšem i velice komplikovaná, sofistikovaná a dobře organizovaná Římská říše byla poražena barbary, kteří disponovali velmi jednoduchými prostředky.

Jestliže dojde k poškození funkce jednotlivých podsystémů toxiny, neznamená to ještě, že organismus začne vykazovat poruchu nebo dokonce nemoc. Organismus má velkou schopnost kompenzace, a tak poruchy musí dosáhnout určité hranice množství podsystémů, než se to projeví na jeho funkci. Je-li člověk mladší, vládnou v něm různé energie, kterých má mladý organismus až nadbytek, a problémy se tedy nemusí projevovat ani když je narušena celá řada podsystémů. Čím je člověk starší, tím více energie v jeho organismu ubývá a tím výrazněji vystupují problémy, jevící se na první pohled jako nové. V podstatě jde ovšem o výsledek dlouhodobého chybného vývoje vztahů v organismu.

Tak například po klimakteriu se může náhle objevit celá řada zdravotních problémů. To ale neznamená, že by se problémy na člověka vrhly teprve v tomto okamžiku. Naopak - schopnost auto regulace a kompenzace organismu se prudce snížila, a poruchy nashromážděné během let tak vystupují na povrch. V tom právě spočívá význam prevence: poruchy se řeší ještě dříve, než se stihnou realizovat, tedy ve stadiu kumulace toxinů.

Skutečnou prevenci postavenou na detoxikaci lidského organismu představuje odstranění toxinů již v prenatálním stadiu a následně průběžná očista do konce života. Život totiž přináší setkání s mnoha toxiny v podobě stravy, životního prostředí, psychických vlivů, ale samozřejmě i našich souputníků v životě na zeměkouli, tedy mikroorganismů a hmyzu. Jako jsme si osvojili zásady osobní i komunální hygieny - což je pravděpodobně nejvýznamnější zásah do zdravotního stavu lidstva, neboť lidstvo se zbavilo mnoha nemocí ze špíny -, stejně tak bude potřeba si osvojit zásady vnitřní hygieny, tedy očisty svého vnitřního prostředí. Nejde o postup léčebný, tedy ve své podstatě medicínský, ale o proceduru, která je a zůstává na úrovni hygieny.

Dobrá hygiena může lidstvo zbavit cholery, malomocenství, salmonelózy a desítek dalších nemocí, ale nebudeme ji proto nazývat léčbou, neboť jde přece o prevenci zmíněných chorob. Rovněž detoxikace je ve své podstatě preventivní hygienický zásah. Detoxikace tedy musí být velmi komplexní a zároveň nepřetržitá a stále se opakující - stejně jako naše komunální či individuální hygiena.

Nedetoxikujeme proto jednotlivé orgány, ale zbavujeme organismus toxinů, které jsou přesně vymezeny, pojmenovány a zařazeny.

Organismus se autoreguluje díky dokonalému systému informací přicházejících po nervových drahách a na základě jejich vyhodnocování v centrálním nervovém systému.

Chybné i správné údaje ze všech energo-informačních kanálů přicházejí do mozku, kde jsou vyhodnocovány, a organismus je podle těchto údajů řízen. Lidský mozek je však velice

přetěžovaný a nesmírně komplikovaný orgán, takže velkou část problémů vnáší do tohoto systému on sám, a to hlavně špatným zpracováním těchto údajů nebo špatnou odpovědí.

Není pochyb o tom, že mozek původně pracoval tak, jako je tomu u jiných savců: bez emocí, představivosti, zkušeností a bez mnoha dalších vlivů, se kterými dnes stále víc a víc přichází do styku. Jsou to informace ať už pravdivé nebo falešné, zkreslené, virtuální, dogmatické, tendenční a jiné. Systém genů v sobě nese miliony informací, které však rovněž nejsou definitivní a podléhají různým změnám způsobeným toxiny.

Organismus člověka má úžasnou schopnost autoregulace, která funguje především díky imunitnímu systému. Ten vlastně představuje ochranu před hromaděním toxinů, stejně jako je tomu u kteréhokoliv jiného savce. Tento imunitní systém dokáže pomocí specifických látek, které sám produkuje, a také pomocí specializovaných krevních buněk odstranit z lidského organismu vše nežádoucí a cizorodé: mikroorganismy, rozpadající se tkáně, ale i znečištění ze životního prostředí, z potravy, zkrátka vše, co v organismu nemá co dělat.

Kapacita imunitního systému má ovšem své hranice. A tak se občas stane, že ne všechny nežádoucí cizorodé látky jsou z těla odstraněny. Rovněž složitý systém detekce těchto látek podléhá různým poruchám, a tak imunitní systém není vždy schopen řešit ideálním způsobem všechny problémy. Detoxikace opravuje chyby, kterými je ideální funkce imunitního systému omezována, a tím přispívá k lepší očistě organismu.

Autoregulace ovšem disponuje i dalšími obrannými mechanismy. S jedním z nich se při detoxikaci často setkáváme. Jde o přesunutí problematických patologických působků z hlavních životních orgánů do periferie. Tento proces umožňuje, aby si základní orgány uchovaly dobrou funkci. Proto problém, který narušuje práci ledvin, může být odveden například do kloubního systému, do sluchového ústrojí, do páteře, a tím mohou být ledviny po jistou dobu ochráněny. Ledviny odvádějí toxiny do močových cest a močového měchýře, do mužských a ženských pohlavních orgánů, jako je prostata či děloha, ale také do zubů, a to do řezáků, dále do mandlí, vedlejších dutin nosních, kostí, kloubů a dalších tkání.

Játra svou očistnou cestu začínají žlučovými cestami a žlučníkem, dále jsou spojena se špičáky, okem, periferním nervovým systémem, kyčelním kloubem.

Slezina své toxiny odvádí do slinivky břišní, žaludku, předstoliček, rtů, mízního systému, čichových dutin, kloubních vazů a pochopitelně do určitých úseků páteře.

Plíce jsou s periferií spojeny tlustým střevem, stoličkami, nosohltanem, průduškami, nosem, středním uchem, kůží, krčním úsekem páteře a některými klouby, především kloubem ramenním.

A konečně srdce je spojeno s tenkým střevem, zubem moudrosti, jazykem, cévním systémem a s hrudní páteří.

Všechny tyto orgány jsou propojeny s mozkem a každý z nich má vliv na některou jeho část, a tím tedy i na některou z mozkových funkcí. Pokud nebudeme mozek spojovat jenom s myšlením a pamětí, tak zjistíme, že mozek rozhoduje i o našich emocích, a za tyto emoce mohou jednotlivé části mozku, které jsou ve vzájemném vztahu k jednotlivým orgánům.

Ledviny mají vztah k té části mozku, kde se rodí úzkost, plíce k oné části, která ovládá emoci zvanou deprese, játra jsou ve vztahu k agresivitě, srdce ve vztahu ke strachu a slezina k starostem a nutkavým stavům. Stejně tak můžeme v mozku najít řadu imunitních center,

kteřá mají na starosti jednotlivé imunitní pochody - a ty pak opět podléhají těmto základním mateřským, životně nezbytným orgánům.

Je tedy evidentní, že v systému detoxikace musíme myslet na odstranění toxinů nejen z hlavních orgánů, ale také ze všech tkání a orgánů periferních, protože přítomnost toxinů v kterékoliv části organismu narušuje vnitřní vztahy i schopnost autoregulace. Detoxikační preparáty rovněž navádějí imunitní systém na ty toxiny, které v organismu byly odloženy a k nimž se již naše imunita není schopna vrátit.

Toxiny tedy přes složitý systém, přes úžasnou propojenost našeho organismu mohou být příčinou bolesti kolene, smutku, bolesti zubů, padání vlasů či zhoršování zraku. Právě na znalostech těchto souvislostí staví svou péči o organismus celostní medicína, která organismus považuje za jeden funkční celek. Detoxikace patří do celostní medicíny, neboť očištění jedné části organismu ovlivňuje mnohé další části, a tím i funkce celého našeho organismu. Cíl však je jediný: vrátit či udržet člověku duševní a tělesné zdraví.

Detoxikace - tajemství kamene mudrců

Rozum je světlo, kterým má být příroda osvětlena, a ne zapálena.

Giacomo Leopardi

Zbavit se jedovatých látek není jednoduchý proces. Naše tělo tvoří řada různých tkání, jako jsou svaly, kosti, nervy, játra, ledviny a další, které mají různé vlastnosti, liší se kvalitou z hlediska genetické informace, ale jsou také pod rozličným tlakem neboli stresem vyvolávaným každodenností. Mnohdy se potýkáme s anorganickými toxiny, jindy s organickými či živými, jako jsou viry, bakterie a plísňe.

Množství toxinů v organismu je přímo úměrné závažnosti zdravotního poškození. To znamená, že lehké zdravotní poruchy jsou charakteristické tím, že se v těle nachází jen málo toxinů. Pro těžké zdravotní poruchy, například zhoubné nádory, revmatismus, závažné duševní poruchy, je typické velké množství jedů. I fixace toxinů ve tkáních se liší. U dětí a zdravých lidí se snadno uvolňují a organismus se regeneruje. U starších lidí a pacientů se závažným onemocněním jsou pevně zakotveny a proces jejich uvolňování trvá měsíce či spíše roky.

Záleží i na psychickém stavu. Stresovaná tkáň pouští toxiny jen neochotně a obtížně, protože chronický stres vždy poškozuje funkci ledvin ve smyslu oslabeného vylučování a snižuje i výkonnost imunitního systému. Stres bývá situační, tedy způsobený danou situací, v níž se člověk nachází, například pracovní, rodinný, vztahový, existenční, nebo ho vyvolá úraz či vážná nemoc. Může být ale i součástí povahy, která se vytváří na základě dědičnosti, a zejména s ohledem na podmínky plodu v průběhu těhotenství a raného dětství. V tomto období dochází k fixaci negativních emocí, jako je třeba úzkost, nebo k chybným emocionálním návykům a modelům chování. Tyto jevy jsou příčinou celoživotního stresu.

Hladina stresu je přímo úměrná množství toxinů. Z toxického zatížení lze usoudit, v jaké stresové kondici dotyčný v minulosti žil. Součástí detoxikace je proto rozbor příčin stresu a posouzení, do jaké míry je člověk schopen je změnit. Pokud není šance na změny, je třeba smířit se s faktem, že organismus bude trvale stresem poškozován a množství hromadících se toxinů bude natolik vysoké, že bude obtížné zachovat si zdraví.

Ventilace stresu a symboly

Mnohdy si tělo najde „protistresový“ ventil, například v podobě patologického chování nebo jednocestné nemoci. Ve svém okolí možná znáte osoby, které se chovají podivně, jsou agresivní, útočné, nesnášenlivé, mrzuté a podobně, a přesto jsou zdravé a vykazují minimální zatížení toxiny. Na druhé straně ti, kteří působí přívětivě a vyrovnaně, mohou být těžce nemocní, plní takzvaných vnitřních emocionálních bloků, což znamená, že jejich organismus nenalezl vhodný způsob ventilace stresu a emoční patologie.

Rovněž některé takzvané jednocestné choroby, jako je kupříkladu deprese, bývají tímto ventilem. Chování člověka, který se uzavře před okolím, odstěhuje se na samotu, mívá charakter adaptační a ventilační a může být pro celkové zdraví pozitivní.

Z chování se tedy jen těžko usuzuje na míru stresu, která má rozhodující vliv na hromadění toxinů. Najít zdroje stresu bývá obtížné, protože jimi mohou být i takzvané symboly, kdy jednotlivý orgán nebo část těla zosobňuje některé nevyřešené otázky života.

Dolní končetiny bývají symbolem odchodu, kůže vztahů, prsa erotiky, pohlavní orgány mateřství apod. Někteří lidé dokážou formálně hovořit o své psychice, ale v podstatě nejsou ochotni v ní cokoli měnit, jiní se těchto hovorů obávají, rovnou je odmítají nebo na ně reagují až agresivně.

Jen malá skupina lidí dokáže svoji psychiku měnit a pracovat s ní v dlouhodobém horizontu; vzdělanost je v tomto směru na velmi nízké úrovni. Vzpomínám si na nedávnou oslavu narozenin jisté osoby, kde se mimo jiné probírali lidé z okolí, a já jsem utrousil, že není divu, že ten či onen onemocněl anginou pectoris, když jej provázejí vážné stresové situace. Překvapilo mne, když se mě s nelíčeným údivem ptali, zda to myslím vážně a jestli by skutečně psychika mohla vést k takovým objektivním problémům, jako je infarkt myokardu nebo jiná hmatatelná, zřetelná a tedy i materiální nemoc. Od dalšího vysvětlování jsem raději upustil, protože jsem viděl, že chuť naslouchat vztahům mezi psychikou a tělem není u přítomných nijak velká. Pochopení těchto vztahů totiž zároveň vede k pochopení vlastní účasti a odpovědnosti za svůj zdravotní stav, což je jev v České republice málo frekventovaný.

Ložiska jsou nejhorší

Za nejzávažnější toxiny považuji takzvaná mikrobiální ložiska, tedy ložiska mikroorganismů, která se nacházejí v hlenových obalech v libovolné tkáni či orgánu. Ta produkují mikrobiální toxiny, které mají zásadní vliv nejen na tkáň, v níž se nacházejí, ale i na tkáň vztahové a na chod centrální nervové soustavy, jež prakticky řídí většinu pochodů v těle. Hovoříme-li o orgánech souvztažných, doporučuji prostudovat teorii o vztazích orgánů v lidském organismu, jak je chápala staročínská medicína a na nichž založila celostní učení o zdraví a nemoci.

Ložiska umístěná v takzvaných hlavních orgánech, tedy v srdci, játrech, slezině, ledvinách a plicích, poškozují chod organismu, především koloběh energie Čiňany nazývané „čchi“, která prochází po drahách vedoucích přes tyto orgány. Čchi má nejen vlastnosti, které přisuzujeme jiným energiím, ale je také nositelkou informace o celém organismu, čehož se využívá při akupunktúře i při metodě takzvané řízené detoxikace založené na vlastnostech Vollova přístroje. Ten pomáhá určit jednotlivé druhy toxinů v těle, lokalizovat je a stanovit vztahy k dalším orgánům a funkcím. Díky němu tedy dokážeme sestavit toxickou mapu organismu a kontrolovat léčebné detoxikační postupy. Umožňuje měřit jakoukoli lidskou tkáň z hlediska přítomnosti toxinů a zaznamenat změny její funkce. Náš přístroj je z tohoto důvodu doplněn o počítačový program nebo takzvané testovací sady umožňující klást mu otázky týkající se přítomnosti toxinů.

Orgány jako klíče

Odstranění ložisek představuje jednu z nejsložitějších činností detoxikačního procesu, protože je při tom nutné využít takzvaných klíčů, jak dokázal mnohaletý výzkum. Klíče se v těle nacházejí v naprosto jiných orgánech než v těch poškozených, proto je náročné je objevit a ještě složitější otevřít. Teprve po jejich otevření lze zbavit napadené tkáň ložisek - nastává spontánní detoxikační proces. Otevření klíčů může ovšem znamenat i to, že se mikroorganismy z ložisek uvolní, což se projeví jako některé infekce, a s nimi je nutné pracovat, ať už jde o borrelie, mykobakterie, viry, plísně a další.

Kovoví a radioaktivní

Značný význam v detoxikaci přisuzujeme toxickým kovům a radioaktivním látkám. Rtuť, stříbro, zlato, chrom, kadmium, nikl a další kovy působí toxicky na membránu buňky, především nervové, a na buňky klubíček ledvinných a ledvinových kanálků. Zároveň neúměrně zvyšují vodivost membrán, a tím způsobují ztrátu izolace mezi jednotlivými nervovými vlákny či buňkami. V nervovém systému tak vzniká elektrický chaos provázený zmatkem informačním. Jak na jedné konferenci trefně přirovnal inženýr jelínek, představme si situaci poté, kdybychom útroby počítače natřeli zlatým nátěrem. Přirozeně by došlo ke zhroucení jednotlivých obvodů a k naprostému chaosu.

Vylučování kovů a radioaktivních látek je komplikovaná detoxikační činnost, která trvá několik měsíců, někdy i jeden až dva roky. Radioaktivní látky se navíc pravidelně vyskytují u všech pacientů se zhoubným bujením. Je logické, že svým mutagenním vlivem hrají v příčinách vzniku nádorů významnou roli.

Zcela samostatnou kapitolou je ukládání solí v organismu. Záměrně používám množné číslo, protože nejde jen o sůl kamennou (NaCl), ale o celou škálu solí od hořčnatých přes vápenaté, urátové až po oxalátové, fosforečné... Kyselinotvorná strava prezentovaná masem, tukem a moukou v našem jídelníčku bohužel převažuje, zejména ve střední Evropě. A kyseliny při setkání s neutralizačními zásadami vytvářejí právě soli.

Mylné je doporučení lékařů, kteří podleli zemědělské lobby, abychom konzumovali co nejvíce mléčných výrobků, hlavně tvarohů, krémů, sýrů a průmyslově vyráběných jogurtů. Obsahují totiž anorganický vápník, který se v enormní míře dostává do organismu a vede ke zvápnění nervové tkáně, ledvinových a žlučových cest, žilního a tepenného systému aj. To přináší problémy a typické projevy v podobě ztuhnutí kloubů, šlach, vazů, svalů a obrazně řečeno také ztuhnutí myšlení, tedy nepružnost pohybového systému a mentálních funkcí. Ztrácí se rovněž pružnost žil a tepen, dochází k praskání jejich stěn, což se projevuje tvorbou modřin, praskáním drobných žilek v kůži a jejich vystupováním na povrch, praskáním žilek v oku, otoky končetin apod.

Chléb tvůj vezdejší... je plný chemie

Většina potravin se může přeměnit na jed, což také činí, takže zejména na zdravotním stavu střední a starší generace se závažným způsobem projevují jedy vznikající nedokonalým metabolismem masa, cukrů, tuků, mouky. Naopak potraviny, které se na jed nemohou přeměnit, jako je ovoce, zelenina, ořechy, semena, některé luštěniny a obilniny, jíme nedostatečně; obecně již z jídelníčku téměř vymizely.

Užívání drog považuji za samostatnou kapitolu. U mnoha mých pacientů, kteří prošli drogovou závislostí, jsem v nervové tkáni objevil rezidua užívaných návykových látek - marihuany, pervitinu, kokainu apod. Způsobují chaos v myšlenkové činnosti a emocionalitě a ten se za spoluúčasti imunity může proměnit ve skutečnou duševní chorobu zvanou psychóza.

Jen okrajově se zmiňují toxiny, které přinášejí umělá či přírodní patogenní pole, jako je elektromagnetické vlnění, radarové vlny, mikrovlny, laserové a rentgenové záření či geopatogenní vlivy.

Řešení: vnitřní úklid sebe sama

Všem výše uvedeným toxinům je lidský organismus vystaven a záleží na schopnosti jeho imunitního systému a uvolněnosti tkání - to znamená, že nebudou sevřeny stresem, chladem a dalšími svíravými vlivy -, kolik toxinů zadrží a jaký na něj budou mít vliv, čili v jakou chorobu se přemění. U někoho vzniknou nemoci s podporou patologie imunitního systému, u jiného poruchy metabolické či nervové. To vše vyvolávají jedny a tytéž toxiny; jde o individuální genetickou výbavu. Rovněž shromažďování jednotlivých toxinů je záležitostí každého jedince, což znamená, že dva lidé žijící ve stejném prostředí nemusí shromažďovat stejný toxin. Žena pracující v cementárně ukládala chrom, ale u spolupracovníků nebyl prokázán, protože jejich imunitní systém ho stačil vylučovat. Jiná žena pracující ve fotolaboratoři shromažďovala stříbro, které jí působilo zdravotní komplikace, ostatní kolegyně však touto zátěží netrpěly.

Po mnohaletém úsilí se podařilo vypracovat dokonale fungující systém vnitřní očisty, který využívám ve své praxi. Zkušenosti deseti tisíců pacientů z celého světa pro mě představují dostatečný materiál, abychom se mohli považovat za specialisty v oblasti detoxikace.

O smyslu a principu

Jsme povinni chránit tělo před nemocemi.

Jan Amos Komenský

Vždy, když začínám psát článek o nějakém detoxikačním postupu, musím se chvíli zbavovat dojmu z některých časopisů či konferencí. Každý mluví o tom, co ho právě nejvíc zajímá, a staví svou metodu nad ostatní. Nechtěl bych ve vás vyvolat obdobný dojem.

Základem přírodní medicíny i jejího celostního, holistického pojetí, a tím i detoxikace, je společný jmenovatel umožňující pochopit význam a smysl různých přírodních metod. Již v minulosti jsem se například zmiňoval o původním smyslu lázeňské léčby, tedy o pití léčivých pramenů, koupelích v léčivé vodě, rašelině či jiných léčivých médiích. Cílem bylo rozpouštění infekčních ložisek uložených hluboko v organismu. Metodu bylo třeba provádět poměrně dlouho, tedy po dobu několika měsíců, někdy i let, nakonec však došlo k rozpadu ložisek a k vyléčení chronické choroby. Rovněž procedury „vodních lékařů“, jako střídání horké a studené vody, zábaly, napařování, stříky, ale i fyzická práce, dechová cvičení a skromná strava vycházely z tohoto principu. I jim se po řadě měsíců často dařilo zbavit tělo jedovatých látek a rozbít infekční ložiska.

Jedna masáž nestačí

Když jsem v roce 1985 psal knihu *Křížovka života*, která mimochodem až do současnosti vychází každý rok v novém vydání, navštívil jsem reflexní terapeutku paní Massafred ve Švýcarsku. K mému velkému překvapení jsem tam viděl léčebné masáže plosky nohy. Načernal jsem tak první informace a mapy postupů. Paní Massafred mi svěřila, že k ní lidé s různými problémy přicházejí po dobu několika měsíců, a když je i se členy rodiny zacvičí, sami doma pokračují s masážemi. Po roce či dvou pak dojde k postupnému odstranění chronických zdravotních potíží; jako příklad uvedla vyléčení lupénky.

V současné době se objevilo mnoho reflexních terapeutů, můj povzdech však patří především lidem, kteří je navštěvují. Většina z nich chce vidět efekt během jedné, dvou či tří návštěv, jinak metodu pokládají za neúčinnou. Reflexní masáže přitom dokáží zklidnit aktivitu ložiska, takže symptomy nemoci často zmizí. Při dlouhodobé aplikaci dokonce dojde i k reflexnímu rozbítí ložiska a naprostému vyléčení. I pomocí bioenergií lze zklidnit aktivitu ložiska a nemocnému ulevit, stejný efekt přináší také aromaterapie či uvedení do stavu psychické pohody. Uvedenými léčebnými postupy tedy můžeme ložiska nejen rozbít a odstraňovat, ale jejich činnost tlumit, a tím dosáhnout kýženého efektu - úlevy nemocnému.

Aktivita ložiska bývá přímo úměrná aktivitě člověka. Je-li nemocný znehybněn a jeho aktivita omezena, cíle a plány se pronikavě mění, dojde ke zklidnění aktivity ložisek a zlepšení zdravotního stavu, vyhasnutí progresivity choroby.

Rozbít ložiska a odstranit toxiny

Různými technikami lze skutečně rozbít ložiska a odstranit toxiny z tkání nebo zklidnit jejich aktivitu a eliminovat doprovodné symptomy. Pravdou ovšem zůstává, že rozbíjení ložisek je bolestivé a přináší řadu nových neznámých pocitů a problémů. Pouštět by se do něho měl jen člověk schopný pracovat na svém zdraví systematicky, cílevědomě a s dlouhodobou perspektivou. Likvidují-li ložiska ve svém těle, pracují na svém zdraví, tedy na

stavu, který bude za deset, dvacet let. Jestliže zklidňuji aktivitu ložisek, pracuji na tom, aby mně dnes, zítra či pozítří bylo lépe a příjemněji. Zklidněním ložisek dosahují tedy daleko rychlejšího ústupu neduhů, avšak obvykle jen dočasně a ne do budoucna.

Již v *Křížovce života* jsem napsal, že doba se mění. Nemyslel jsem tím oblíbený povzdech starých Římanů: „Ó časy, Ó mravy“, ale změny doprovázející naše stravovací zvyklosti, změny se stresovým dopadem na náš organismus i fakt, že dnes se rodí děti s jinými zdravotními obtížemi a jinou psychikou než před jedním, dvěma či třemi sty lety. Tehdy účinné metody dnes ztrácejí na efektivitě, ačkoli jsou principiálně zcela správné. Jenom jejich síla a dopad už nejsou tím, čím bývaly. Musíme proto hledat metody nové, nikoli však z důvodu mondénní modernosti, ale proto, že máme jiný organismus než naši předkové.

Úspěšná léčba je v souvislostech

Jinou chybou, které se současný člověk dopouští, je vytrhávání jednotlivých procedur ze souvislosti starověké medicíny. Všichni, kdo se o tuto část historie zajímáme, víme, že adept na uzdravení se podroboval půstům a mentální očistě, aby byl připraven na léčebný zákrok. Budu-li například bez očisty zpívat mantry k regulaci svých čaker, neuvolní se mi hlavní energetický kanál, takže jeho energie bude chabá a kýžený efekt manter se nedostaví. Nemůžeme tedy vytrhnout ze souvislostí jinak zajímavou kapitolu o čakrách.

Čakra představuje jakýsi trychtýř, který z určité oblasti organismu sbírá vlivy nervů, žláz s vnitřním vylučováním a patogenních infekčních ložisek. Svou zúženou částí ústí na povrch těla. Péče o čakry neznamenal, že změním patologii vycházející z tohoto trychtýře, pokud tento prostor řádně nevyčistíme a neošetříme. Znamenala, že do vyčištěného prostoru prostřednictvím vyvěrající části trychtýře vpustíme do organismu pozitivní impulsy, jakými jsou různé frekvence energií a další kladné vlivy.

Podobných příkladů bych mohl jmenovat více a nezáleží na tom, zda se lidé určitou technikou zabývají či nikoli. Vadí mi, že vytrháváním ze souvislosti ji diskreditují a ona ztrácí svůj kredit. Použije-li se jakákoli technika správně a ve správné strategii a souvislostech, jde o mimořádně účinnou záležitost schopnou zvládnout nejen onu takzvaně nevládnutelnou chorobu.

Roztroušená skleróza

Ještě uvedu příklad nemoci, která vykazuje jisté souvislosti, o nichž jsem se zmiňoval. Jde o obávanou chorobu *sclerosis multiplex*, roztroušenou sklerózu. Její nebezpečí spočívá v progresivním ochrnutí končetin či jiných tělesných partií. Současná medicína ji léčí zcela bez pochopení jejího smyslu a principu. Již v knihách o starověkém asijském léčení se dozvíme, že tuto nemoc způsobuje blokáda proudění energie mezi první a sedmou čakrou. Zdánlivě se jedná o špatně použitelný údaj neříkající nic konkrétního. Když ho zmodernizujeme a začneme hledat, proč dochází k této blokádě, u všech pacientů s roztroušenou sklerózou najdeme infekční ložisko v oblasti kostrče. Rehabilitační lékaři tomu říkají blokáda kostrče.

Tato blokáda čili aktivní infekční ložisko má mnoho důsledků. Jedním z nich je, že ovládá vegetativní nervový systém. Ten funguje jako nositel energie, energetický kanál, který stoupá k hlavě. Podél páteře se totiž nachází bohatá nervová pletěň *truncus sympaticus*, která se skládá ze sítě nervových vláken a desítek nervových uzlin opřádajících celou páteř od hlavy

až ke kostrči. Pokud do tohoto systému neproudí potřebné nervové impulsy, nenese aktivitu, respektive nese aktivitu chybnou.

Přesuneme-li se k sedmé čakře, zjistíme, že obdobný stav nastává v lebečních švech. Existuje jich mnoho a jmenují se podle lebečních kostí, které spojují. Zvláště pod vlivem těžšího porodu, stlačení, útlaku či úrazu lebky se v nich vytváří infekční ložiska, která blokují pohyb lebky v těchto švech a především ovlivňují část střeva, v níž se vstřebávají vitaminy a minerály. Jestliže tento stav nastane již v dětství, organismus několik desítek let trpí nedostatkem některých důležitých látek.

Orgány, které jsou na takový nedostatek citlivé, se začnou chovat zvláštním způsobem - ztrácejí schopnost spontánní detoxikace a vytvářejí se v nich další skrytá infekční ložiska. Protože k těmto orgánům patří i mozek, který je řídicím orgánem imunitního systému, doprovodným jevem je porucha imunity.

Mikroby umějí přečíst náš genom

Není to jev nahodilý, ale naprosto přirozený. V přírodě nikdo nikomu nic nedaruje. Jestliže se nám podařilo vybit své hlavní nepřátele, tedy velká zvířata, a vyhnat je z našeho světa, neznamená to, že se nám podařilo vyhubit a vyhnat malá zvířata, tedy mikroorganismy. Ty nám rovněž nic nedarují, a tak mezi námi neustále zuří boj. Tvorba infekčních ložisek, ovlivňování imunitního systému, odolnost jednotlivých tkání, to vše je součástí tohoto zápasu.

Mikroorganismy jsou schopné přečíst náš genetický kód a odhalit jeho slabiny. Podle těchto informací se pak rozhodují o strategii - obsazují různá místa v těle a vytvářejí pevné obrazce, jejichž důsledkem je nemoc. Nemoc totiž nikdy nevzniká v důsledku jednoho jediného jevu, ale je vždy souborem celé řady selhání. Jejich seskupení není nahodilé, ale vytváří konkrétní pevné obrazce. Ke vzniku rakoviny se musí seskupit určitá dysfunkce určitých tkání i určitých částí mozku. Stejně tak pro vznik roztroušené sklerózy vytvářejí podmínky v nervovém systému zcela pevný a konkrétní obrazec, který se opakuje u všech takto postižených pacientů. Je-li tento obrazec, tedy rozmístění nepřátelských mikroorganismů, dokončen, dochází k aktivizaci celého systému a k propuknutí choroby.

Jelikož jeho základ tvoří ložiska v kostrči a lebečních švech, vznikají problémy ve spojení těchto dvou míst, které nese především nervová tkáň: ztrácí obranyschopnost, je snadným cílem útoku mikroorganismu a absorbuje další toxiny ze životního prostředí. Imunitní systém, který je chybně řízený a vykazuje tak autoimunitní činnost, dokončí dílo zkázy.

Abychom roztroušenou sklerózu léčili a vyléčili, je třeba pochopit, proti komu bojujeme a jakou má strategii a pak stanovit vlastní postup. Naštěstí máme přece jenom větší hlavu než mikrob, takže obvykle vítězíme.

Toxiny se týkají všech

Není smrtelníka, jehož by se nedotkla bolest a nemoc.

Marcus Tullius Cicero

Po pětatřiceti letech praxe nepochybují o tom, že medicína potřebuje rekonstrukci. Chronické nemoci nás nutí užívat mnoho léků, které sice snižují utrpení, ale neléčí problémy. Lidstvo se tak nedozví nic o příčinách svých potíží, protože se naučilo na ně vyčkávat a pak hledat pomoc v chemických preparátech.

Mnohdy bývá velice pracné dostat se ke kořenům nemoci a najít způsob, jak je odstranit. My tento způsob nazýváme detoxikací, protože podstatou choroby jsou vlastně vždy toxiny, které poškodí tkáň natolik, že organismus chronicky selhává. Není proto pochyb o tom, že preventivní cestou by bylo včasné odstraňování toxinů a především komplexní pohled na člověka, který by nás informovalo tom, proč se v něm toxiny shromažďují, kumulují a proč u druhého samočisticí schopnost probíhá účinně, takže je chráněný před toxickým poškozením.

Genetické zatížení a životní prostředí

Důvody, proč se u jednoho člověka hromadí toxické látky více než u druhého, spatřuji v několika oblastech. Především je to genetické zatížení po předcích - některé tkáně nemáme vybaveny dostatečnou metabolickou a detoxikační schopností. Naše genová výbava se výrazně mění i v průběhu nitroděložního vývoje, kdy toxiny z těla matky - takzvané mutagenní toxiny - mění genetickou výbavu plodu a tak bohužel zakládají nový řetězec zdravotních problémů, protože postihují i další generace. K mutaci genové výbavy však dochází i v průběhu života, a tak genetika neboli program kódovaný v genomech bývá častou příčinou selhávání detoxikačních a metabolických schopností tkáně.

Dalším důvodem je životní prostředí, a to tím spíše, že značnou část života strávíme v práci, což znamená zatíženost průmyslovou a zemědělskou činností, ale i toxiny přítomné v plastových obalech počítačů, ve vyzařování různých přístrojů, koberců či nátěrů stěn. Pracovní prostředí, zvláště v kombinaci s méně kvalitním genetickým materiálem, zvláště způsobuje silné hromadění toxinů.

Emocionální patologické programy

Mezi patogenní momenty patří rovněž úrazy a operace. Jizvy, srůsty a jiná přerušení drah, po nichž se v organismu pohybují důležité informace, znamenají narušení detoxikačního procesu. Jednou jsem ošetřoval člověka, který byl více než rok po těžkém úrazu kotníku. Autobus mu jej rozdrtil na mnoho částí a chirurgové ho pak pracně dávali dohromady. Muž trpěl neustálými silnými bolestmi, otoky a celý kotník byl fialový. Veškerá medicínská léčba byla naprosto neúspěšná, takže v Centru bolesti mu podávali jen silná analgetika k utlumení. Zdánlivě nebylo možné pro něj nic udělat. Akupunktura postižené části těla a detoxikační techniky vedly k 90% zmírnění bolesti a k významnému zlepšení pohyblivosti kotníku.

Mnoho žen uvádí nástup potíží po odnětí dělohy, což je z hlediska medicíny operace nezanechávající následky. Tak bych mohl jmenovat celou řadu příkladů, kdy operace nebo úraz vyvolaly potíže způsobené hromaděním toxických látek.

Významnou příčinou jsou i takzvané emocionální patologické programy. Z největší části se týkají strachů, mohou však souviset i s opačnými emocemi - nadměrným sebevědomím, prosazováním se, exhibicionismem a jinými, v současné době společensky pozitivně hodnocenými emocionálními poruchami.

Jistá žena, z pohledu gynekologa naprosto zdravá, vykazující jen lehčí poruchy menstruačního cyklu, nemohla 10 let otěhotnět. Dokonce i pokusy o umělé oplodnění končily neúspěšně, a to bez zjevné příčiny. Vyšetřením pomocí přístroje SALVIA jsem zjistil, že má patologický program nazývaný strach z otěhotnění. Mohl vzniknout například tak, že matka otěhotněla nechťeně a dceři tento fakt vždy zdůrazňovala, nebo i z nepřiměřeného varování rodičů před hrozbou početí v dospívání. Mnohdy jsou kořeny takového programu hluboké a skryté, ale myslím, že to jako příklad postačí. Na základě patologických emocionálních programů dochází k hromadění toxinů v orgánu, který je přímo zapojený do činnosti, z níž má dotyčný podvědomý strach - v pohlavních a hormonálních orgánech, srdci, kloubech... Patologické emocionální programy jsou součástí většiny chronických chorob, jako je astma, gynekologické, kloubní, nervové či střevní problémy.

Geopatogenní a elektromagnetická pole

Dalším důvodem nadměrného hromadění toxických látek bývají geopatogenní a elektromagnetická pole, v nichž se pohybujeme. Vysvětlení jejich vlivu se objevilo v alternativním tisku již mnohokrát. V některých zemích se věnuje značná pozornost polím vyskytujícím se v domovech, která kolem sebe vytvářejí jak elektrická vedení a domácí přístroje, tak zdroje zevní. Statistiky potvrzují, že například do určité vzdálenosti od vedení vysokého napětí daleko více lidí onemocní chorobami souvisejícími s toxickým zatížením, jako jsou třeba leukémie, zhoubné nádory, nervové dysfunkce. Důvodem bývá nejen narušení energetického pole samotného člověka, ale i hromadění toxických látek v elektromagnetickém poli u vodiče či spotřebiče. Při nadměrném nakupení toxických látek je tedy třeba hledat příčinu i v těchto polích.

Neopomenutelnou příčinou hromadění toxických látek je zvýšená spotřeba jedů nebo jejich implantace přímo do organismu. Mnozí užívají takové množství chemických preparátů, které je pro organismus jedovaté a tělo je nedokáže odbourávat. Zvláště při narušené činnosti jater, kde dochází pomocí enzymatických procesů k detoxikaci, se v těle hromadí jedy. Necháme-li si v ústech velké množství amalgámových plomb, z nichž se uvolňuje rtuť a stříbro, nebo jiné kovy, které se elektrolyzou uvolňují a zaplavují organismus, musíme očekávat, že zvláště nervová tkáň, zaživací trakt a ledviny jimi budou kontaminovány.

Dysfunkce drenážních a vylučovacích systémů

Důležitým momentem pro odstraňování toxických látek z těla jsou všechny drenážní a vylučovací systémy. Imunitní systém, tedy přítomnost fagocytujících, lymfatických a krevních elementů, musí dobře fungovat, aby proces detoxikace vůbec mohl začít. Kostní dřev, tenké a tlusté střevo, thymus i nervové řízení imunity jsou kritická místa, která bývají poškozena z mnoha důvodů, a tím snižují efektivitu detoxikačního procesu.

Drenážní systémy, jako žilní a lymfatický, jsou rovněž v ohrožení. Nakonec i počet angín, které často způsobuje právě dysfunkce lymfatického systému, je alarmující. Mandle jsou jeho vrcholem, a pokud není dostatečně funkční, může se projevat jejich sníženou odolností vůči infekcím, což znamená častější záněty. Odstranění mandlí nejen že nevyлéčí lymfatický systém, ale dokonce sníží jeho účinnost a zvýší nebezpečí toxické zátěže.

Přiměřená strava a jaterní očista

Detoxikační orgány, zejména játra, jejichž prostřednictvím dochází k detoxikaci většiny toxicky aktivních látek v těle, jsou v přímém ohrožení. Především různé infekce - virové, boreliové či zoonózy - zhoršují činnost jater, konkrétně jaterní buňky, a vyvolávají hromadění cholesterolových a žlučových ucpávek v intrajaterních žlučových cestách, což znemožňuje vylučování detoxifikovaných látek do žluči a střeva. Tyto látky se tak vrací do krevního systému a retoxikují tkáň. Funkčními žlučovými cestami, jejichž činnost podpoříme přiměřenou stravou, a zejména procedurou nazvanou jaterní očista, pak toxiny vázané na žlučové kyseliny procházejí tak, jak tyto komplexy předává jaterní buňka dále k vyloučení. Rovněž zácpa způsobuje, že se ve střevě znovu vstřebávají toxiny již určené k vyloučení. Tím pádem dochází k reinfekci celého organismu, k čemuž přistupuje ještě zvýšené množství toxinů pocházejících z infekčních ložisek uložených v oblasti slepého střeva, konečníku a celého tračníku.

Mohu říci, že při vyšetření prakticky nenacházím dospělého člověka, který by měl ledviny plně funkční. Toxiny, jako jsou mikrobiální, chemické nebo radioaktivní látky, těžké kovy apod., se zachycují v ledvinách a je třeba je vyloučit. Proto by příjem tekutin neměl být nikterak nárazový, ale raději rozdělený v průběhu celého dne, aby v ledvinách za přítomnosti tekutin docházelo k trvalému vyplavování toxinů.

Snad bychom našli další příčiny nadměrného hromadění toxinů v lidském těle, ale ty zmíněné pokládám za nejdůležitější. Mnohé z nich lze odstranit, takže samočisticí schopnost organismu výrazně stoupne. Jiné můžeme akceptovat s tím, že provádíme systematickou detoxikační terapii, čímž zabráníme hromadění toxinů v tkáních, které svou dysfunkcí ohrožují zdraví.

Považuji za nutné dodat, že nahromaděné toxiny najdeme nejen u pacientů, kteří již projevují známky nemoci, ale zejména u jedinců se zjevnými poruchami povahy nebo psychiky obecně. To je riskantní jev, protože mnozí takové změny vůbec nepozorují, nepřijímají je kriticky, a někteří je dokonce považují za přednost. Například agresivitu, podezíravost a podobně, protože nacházejí dobré odůvodnění, proč takoví musejí být.

Toxiny se nacházejí i u lidí, kteří nepociťují žádné fyzické ani psychické problémy, protože jejich energetický ochranný systém je funkční, ať už vrozeně, nebo pro to mnohé dělají. Musí ovšem předpokládat, že nastane chvíle, kdy se tento ochranný systém zhroutí třeba vlivem věku, nemoci nebo stresu a kdy vliv toxinů vystoupí na povrch. To znamená, že ani oni nejsou vyjmuti z procesu detoxikace, který dnes již můžeme považovat za běžnou hygienickou proceduru svého vnitřního prostředí.

Šedá eminence toxin

Na začínající nemoc se snadno najde lék.

Faliscus Grattius

O tom, že toxické zatížení může vyvolávat zdravotní problémy, nemám po mnohaleté praxi žádné pochybnosti. Dlouho však zůstávalo nevyjasněno, jakým způsobem toxiny působí tak rozmanitě a značné komplikace. Dnes je již zřejmé, že tento jev není mimořádný ani nepochopitelný, ale lze ho přirozeně vysvětlit fyziologickými procesy nezbytnými pro existenci organismu.

Skrze imunitu a hormony

Toxiny, způsobující poruchy imunity ve smyslu jejího oslabení, alergie nebo autoimunitní aktivity, zasahují do chodu celého organismu jednak tím, že umožňují infekcím poškodit funkci orgánů a tkání, jednak tím, že poškozují samotný obranný systém tkáně. Chybné projevy obranyschopnosti způsobují obvykle chronické záněty, které nakonec vyvolají poškození funkce tkáně. Poruchy imunity jsou nejčastěji centrálního původu, tzn. projevují se prostřednictvím centrálních řídicích orgánů. Mohou však mít i charakter lokální: toxiny poškozují lokální imunitu tkáně a umožňují existenci chronických mikrobiálních zánětů způsobených samotnou poruchou imunity.

Toxiny rovněž poškozují orgány řídicí hormonální systém nebo vlastní výkonné hormonální orgány. Hormony s „celotělovým“ účinkem mohou svou činností narušovat i vzdálené tkáně, jako rozmnožovací ústrojí, prsní žlázu či prostatu. V lidském organismu však mají nezastupitelnou funkci i další hormony typu těch vznikajících v nadledvinkách nebo ve štítné žláze. Hormonální porucha se všemi důsledky se obvykle odehrává na ose hypothalamus - hypofýza - nadledvinky - pohlavní žlázy - štítná žláza.

Transfer přes ložiska a krev

Toxiny z ložisek lokalizovaných podle pravidel staročínské medicíny poškozují orgány zahrnuté do pěti funkčních okruhů vedoucích mateřskými orgány. Tímto způsobem lze vysvětlit stavbu celostní medicíny, protože jedny orgány ovládají druhé, velmi vzdálené a zdánlivě zcela nesourodé. Vzniká tak velmi složitá síť vzájemně se ovlivňujících struktur, která však nepracuje chaoticky, ale podle přesných pravidel. Pokud je budeme znát a akceptovat, o což se celostní medicína snaží, budeme schopni se poměrně jednoduchým způsobem - detoxikací - bránit poruše různých orgánů, a tím vzniku závažných zdravotních problémů.

Také poruchy krevního oběhu, ať už kvalitativní nebo kvantitativní, mají negativní důsledky pro různé části organismu.

Přenos nervy

Nervový systém se skládá z několika struktur. Podle základního členění ho můžeme rozdělit na centrální, periferní a vegetativní. Toxiny mohou ovlivňovat chod všech tří typů. CNS řídí četné pochody v těle, shromažďuje o nich informace a ty pak vyhodnocuje. Špatné hodnocení, jež může díky toxinům nastat, má za následek i chybné počínání nervového systému a jeho mylné pokyny. Prostřednictvím CNS může docházet k poruchám psychiky se

všemi důsledky pro organismus včetně narušení řízení všech dalších dějů v těle. Prostřednictvím míchy jako součásti CNS může docházet k přenosu vlivu toxinů na končetiny a celý pohybový aparát.

Periferní nervový systém, do něhož patří i takzvané hlavové nervy, tedy nervy ovládající například sluch, zrak, polykání, srdeční a plicní aktivitu, může kvůli toxinům vážným způsobem narušovat jejich funkce.

Významným a skrytým elementem je vegetativní nervový systém, někdy nazývaný autonomní nebo útrobní. Je poměrně málo známou funkční jednotkou v těle; lidé o něm příliš nevědí, ani netuší, jak funguje. Rovněž lékaři se jen minimálně zabývají jeho funkcí a poruchami. V praxi jsem téměř neslyšel, že by závažnější poruchy byly spojovány právě s tímto systémem. Je to jisté i proto, že se jen velmi obtížně zkoumá.

Vegetativní nervový systém má svoji centrální část, která však není umístěna na jednom místě mozku. Řízení je rozptýleno do řady mozkových struktur, především do limbického systému, ale také se na něm podílí část mozkové kory zvaná *neocortex* nebo struktury mezimozku, prodloužené míchy a míchy.

Vegetativní nervový systém vysílá nervová vlákna prakticky do celého těla. Následkem toho se děje v CNS mohou přenášet do kteréhokoliv orgánu, ale zároveň i jejich změny se zpětně odrážejí v CNS. V orgánech tvoří vegetativní nervový systém takzvané pleteně (plexy), představující síť nervových vláken. Ta je napojena na řídicí orgány CNS, a kromě toho slouží i jako "anténa" zachycující vlivy vnějšího prostředí, například výkyvy atmosférického tlaku, erupce energií v kosmu i elektrické změny v atmosféře při bouřce nebo při silném znečištění životního prostředí smogu.

Vegetativní nervový systém je však schopen zachytit i změny odehrávající se v zemské kuře či v energetických polích ostatních lidí. Čím více je znečištěn toxiny, třeba těžkými kovy, což jsou velmi vodivé látky, tím je citlivější a tím méně harmonicky pracuje.

„Viníkem“ je vegetativní nervstvo

Samotný fakt, že vegetativní nervový systém je napojen na limbický systém CNS, ukazuje, že bude velmi citlivý na lidské emoce. V limbickém systému se totiž odehrává hlavní část emocionálního prožívání. Jestliže bude někdo trpět dlouhodobým napětím způsobeným stresem či bude podléhat úzkosti, depresi nebo jiným emocionálním patologickým stavům, dojde k jejich přenosu po vegetativním systému a následně k jeho poškození. Ve vegetativním nervovém systému se mohou vytvářet infekční ložiska stejně jako v kterémkoli jiném orgánu. Kvůli jeho propojenosti tak mohou vznikat jevy, které zpracovává celostní medicína.

Dlouhodobým výzkumem jsem zjistil, že prakticky jakákoli chronická porucha orgánu je zároveň doprovázena i poruchou příslušné vegetativní pleteně. Jestliže má někdo dlouhodobé problémy se žaludkem, je velmi pravděpodobné, že bude narušena jeho vegetativní pleteně *plexus gastricus*. Její chronické poškození znemožňuje, aby člověk subjektivně cítil svůj žaludek v pořádku tehdy, dojde-li například k vyléčení infekce nebo k zahojení žaludečního vředu. Stejně tak pracuje i slinivka břišní, ledviny, játra a všechny další orgány. Moji pacienti často uvádějí různé obtíže, bolesti či pocity dysfunkce, které nejsou vysvětlitelné onemocněním vlastních orgánů. Jsou totiž zaviněny přenosem problému do vegetativního nervového systému. Přítomnost toxinů jak v řídicích orgánech vegetativního nervstva, tak i v periferních nervových pleteních způsobuje řadu potíží, jež nejsou subjektivně rozpoznatelné

od obtíží vyvolaných vlastními orgány. Nikomu není jasné, jestli primárně vzniká porucha vegetativního nervového systému a postupně se přenáší i do vlastního orgánu, nebo naopak. Vegetativní pletěň jater přenáší informace do CNS, její poškození bývá nedílnou součástí migrén nebo bolesti hlavy. Zároveň se porucha této pleteně může přenášet do kyčelního kloubu a být tak součástí jeho poškození končících artrózou a onemocněním kyčelního kloubu.

Kloubní systém je spouštěván různými vegetativními pleteněmi. Způsob jeho ovlivňování popisují ve své knize Křížovka života v pasáži vysvětlující smysl pozice lidského plodu před narozením. Vegetativní nervový systém jednotlivých orgánů ovládá klouby, které jsou v pozici plodu umístěny v sousedství těchto orgánů. Zápěstí a prsty ruky jsou tak ovlivňovány vegetativní pleteně plic, kolena vegetativním systémem ledvin, kotníky systémem pánve apod.

Na základě podobného klíče lze hledat vysvětlení i mnoha dalších funkčních či takzvaných organických problémů v poruše vegetativního nervového systému, který je narušen buď toxiny v centrálních orgánech či toxiny v periferních uzlicích a pleteních, nebo emocionálními patologickými stavy, jež mívají chronický charakter úzkostí, strachu, napětí, deprese, žárlivosti, agrese, závisti, vztahovačnosti atd. Při onemocnění kůže nalezneme poruchu vegetativní pleteně plic (v učebnicích čínského lékařství se dočteme, že plíce ovlivňují kůži). Ledviny působí na klouby, játra a žlučník ovlivňují oblasti mozku, které jsou zdrojem migrén a bolesti hlavy. V takovém případě nacházíme i poruchu vegetativní pleteně jater. Slezina ovládá žaludek a slinivku břišní.

Existence přenosu vlivů toxinů přes vegetativní nervový systém je tedy zásadní záležitost pro objasnění učení celostní medicíny i účinků detoxikačního procesu. Při „očistě“ proto nikdy nesmíme zapomínat na detoxikaci vegetativní nervstva a na jeho ovlivňování emocemi, což zároveň vysvětluje i tvrzení, že patologické emoce mohou za všechny problémy v našem organismu. Prakticky žádná zdravotní komplikace se neodehrává bez součinnosti s vegetativním nervovým systémem a bez návaznosti na emocionální sféru dotyčného.

Neopomenutelná psychika

Metabolismus neboli látkovou výměnu zajišťují především střeva, játra a slinivka břišní. Důsledkem toxického zatížení uvedených orgánů, hlavně jater a slinivky břišní, jsou poruchy látkové výměny, které mají dopad na celý organismus. Cholesterol a jiné krevní tuky, kyselina močová a mnoho dalších produktů metabolismu sehrává při mnoha zdravotních problémech zásadní roli. Poruchy látkové výměny jsou způsobeny především přítomností toxinů v dotyčných orgánech, ale také nezdravým životním stylem, to znamená přetěžováním metabolismu nefyziologickou, nebiologickou stravou a jejím nekontrolovaným množstvím. Nadbytek musí být nakonec stejně přeměněn, což metabolický systém vyčerpává. Odstraněním toxinů se metabolismus zlepšuje, čímž se eliminují toxické vlivy na celý organismus. Tak je opět naplňována idea celostní medicíny a vysvětlen efekt detoxikačních postupů.

Psychika se formuje na základě dědičnosti, vlivů v těhotenství a při porodu, zážitků z dětství i celého dalšího života, prostředí, vzorů a výchovy, tudíž se jedná o značně komplikovaný jev, který se v mozku přeměňuje na chování, názory, jednání, vztahy a mnoho dalších zjevných fenoménů. Psychika se ale projevuje i toxickými vlivy na vnitřní prostředí organismu. Negativně působí na všechny uvedené nosiče toxinů, jako je imunita, vegetativní

nervy apod. Sama o sobě však může ovlivňovat kvalitu funkce tkání a orgánů, a tak se negativní projevy psychiky výrazně podepisují na celém organismu.

Setkávám se například s lidmi trpícími četnými záněty dýchacích cest, jež mohou být odstraněny tím, že se sníží trvalé psychické napětí, v němž tito lidé žijí. Stejně tak bychom mohli uvádět příklady z oblasti trávení, krevního oběhu a jiných tělesných funkcí. Změny v psychice, jichž můžeme dosáhnout tréninkem, se budou příznivě projevovat na zlepšení funkce celého organismu: nebudou se tvořit ložiska, ta stávající se zklidní a přestanou produkovat toxiny.

Hlen znamená infekční ložisko

Nejlepšími lékaři na světě jsou dr. Strídmý, dr. Klidný a dr. Veselý.

Jonathan Swift

Celostní lékař či léčitel musí dobře znát koloběh energie v lidském organismu i přírodní zákonitosti a jejich vliv na člověka, musí vnímat smysl a problémy lidské psychiky, ale musí se orientovat i v dalších věcech.

Již v základních knihách o čínské medicíně starých několik tisíc let bylo psáno, že základem tisíce chorob je hlen. Ten vzniká z různých potravin, a to především z mléka a mléčných výrobků, ale také z bílé mouky, tuků a metabolitů živočišných bílkovin.

Lidský organismus přijatou potravinu využije různým způsobem. Nejdůležitější pro nás je využití na úhradu energetických ztrát, dále jako materiálu ke stavbě buňky, ale i enzymů, hormonů a dalších látek nacházejících se v našem těle. Ale lidský organismus má také tendenci ukládat část potravy jako zásoby, a to proto, že její přijímání bylo v historii věci velmi nepravidelnou a nebylo jisté, zda i v dalších měsících bude mít člověk dostatek jídla. Dělá to nakonec i každý živočich - ukládá si přebytky potravy jako zásoby, obvykle tukové, ale může si ukládat v játrech i zásoby cukru. Zbytek potravy se musí z organismu vyloučit.

Lépe toto vyloučení pochopíme, budeme-li říkat přebytek potravy, protože člověku by k životu stačilo pouze uhradit energetické a stavební potřeby jeho organismu.

Proces likvidace přebytečných potravin je velmi komplikovaný. Potravina musí být nejprve rozložena na elementární látky a ty pak musí být přeměněny na další látky, které budou pro organismus likvidovatelné. Například živočišná bílkovina musí být rozložena na aminokyseliny, přebytečné aminokyseliny na puriny a kyselinu močovou a ta teprve může být z lidského organismu vylučována.

Orgány jako skládka odpadu

Proces metabolizace potravin je velmi složitý a je zcela zákonité, že se v průběhu lidského života poruší, rozbije. Enzymy, které metabolismus zajišťují, se neprodukují v takové míře a kvalitě, aby zajistily to veliké, nadbytečné množství potravy, které pojídáme. Dochází proto k hromadění metabolitů - a tyto metabolity představují to, co staří Číňané nazývali hlen. Metabolity se ukládají v různých orgánech lidského těla a jsou pro ně dále nevyužitelné. Nejde tedy o zásoby, z nichž by mohl lidský organismus v čase nouze čerpat. Hlen, nebo z našeho hlediska metabolity, u nichž nebyl řetězec metabolismu dokončen, se ukládá v orgánech podle určitého schématu a systému.

Současná moderní medicína dokonale poznala konstrukci lidského organismu od orgánů až po ty nejmenší buňky. Dokáže je zařadit a vysvětlit jejich činnosti. Z toho mnohdy pramení posměšky vůči starověké medicíně, která takové znalosti o stavbě lidského těla neměla.

Například starořeční lékaři se domnívali, že při hysterii, kterou trpí převážně ženy, se uvolňuje děloha a putuje vzhůru lidským tělem. Při této pouti vzhůru vznikají různé obtíže, které jsou charakterizovány názvem *hysterie*, tedy řeckým slovem odvozeným od slova děloha. Proto se k pohlavním orgánům žen přikládala různá vykuřovadla s vonnými bylinkami a jinými látkami, aby dělohu přilákaly zpět na své místo a symptomy hysterie

zmizely. Z anatomického hlediska jde o naprostý nesmysl, protože děloha nemůže putovat tělem, a tudíž celý výklad je z dnešního hlediska směšný.

Uvědomme si však, že právě manipulace a pozornost, která se ke genitálu vázala při těchto léčebných zákrocích, byla vlastně tím, co ženám chybělo, a proto se z hysterie uzdravovaly. Léčba byla tedy správná, jen výklad byl chybný, protože tehdejší anatomické znalosti byly velmi malé. Taková historka je pro nás poučná, protože se může týkat i mnoha jiných problémů. Jak jsem již uvedl, tehdejší anatomické znalosti byly malé, ale funkce lidského organismu byla velmi dobře pochopitelná.

Lidský organismus je sestaven tak, jak ho popisuje moderní věda, ale funguje tak, jak věděli a znali starověcí lékaři.

Stres jako krysař

Vraťme se však k hlenu. Hlen se hromadí v různých orgánech, a to především v těch, které podléhají stresu. A stres se nejčastěji vytváří na základě potlačených, blokových emocionálních konfliktů nebo na základě citového nenasycení, citové deprivace, kterou jsme v útlém dětství v rodině utrpěli. Různé situace, s nimiž se setkáváme a které můžeme charakterizovat slovy nejistota, agresivita, úzkost a podobně, odhalují naše skryté citové rány a způsobují stres. Mohli bychom říci, že není-li tato rána v těle připravena, můžeme se setkat i s velmi napjatou situací a řešíme ji bezbolestně, dokážeme se s ní vyrovnat. Je-li rána jen skryta, nikoli vyhojena, jakákoli emoční situace, která ji dráždí, nám způsobuje nebezpečný stres.

Kombinace stresu se vznikem hleny neboli metabolitů má za následek vznik hlenových ložisek. Ta vznikají podle schématu funkce lidského organismu, s nímž pracovali již starověcí čínští lékaři. Jako první se hlenová ložiska vytvářejí v takzvaných základních orgánech. Lidský organismus si můžeme rozdělit do pěti okruhů:

- okruh srdce
- okruh sleziny
- okruh plic
- okruh ledvin
- okruh jater.

V orgánech, které jsou základními v každém okruhu, se jako první vytváří hlenové ložisko. Samotné ložisko již může blokovat prostupnost energie čchi a vlivem jejího chybného koloběhu pak může člověk velmi trpět.

Ložiska jako časovaná bomba

Hlavní problém však nastává tehdy, jestliže se do hleny dostává infekce. Těch v našem organismu koluje mnoho - streptokokové, stafylokokové, boreliové, salmonelové, helicobakterové, tuberkulózní a mnohé další. Jakmile imunitní systém nestačí infekci dokonale zničit, mikroorganismy se dostávají do hlenových zátek a vytvářejí velmi problematické ložisko, které nakonec ovlivňuje celý organismus. Také ovlivňování organismu z těchto ložisek je dáno schématem, na němž stavěli své medicínské postupy starověcí lékaři.

Celá tisíciletá medicína se proto ubírala jednou důležitou cestou, a tou je rozbíjení, rozpouštění a nakonec vylučování těchto ložisek. Abychom to lépe pochopili, uveďme si jako

příklad lázeňskou léčbu, jejíž procedury nabyly velké slávy. Jednalo se vlastně o rozpouštění ložisek pomocí minerálních vod a tato kúra musela trvat několik měsíců, než bylo skutečně dosaženo potřebného účinku. Současné, časově limitované procedury jsou pouze částečně úspěšné a nemají potřebný efekt.

Člověk by v zájmu uchování svého zdraví měl být natolik psychicky komponován, aby stresy nepronikaly do jeho orgánů, a měl by být v jídle natolik střídavý, aby nevytvářel z jídla hlen, a nemohl tedy ani vytvářet infikovaná ložiska, která stojí pravděpodobně za většinou chorob.

Velkým problémem tohoto upozornění je „míra“. Nemůžeme totiž nikomu říci, že tolik potravy je hodně a tolik málo, že už teď přesáhl svoji míru. Člověk se musí řídit vlastní intuicí.

Infekční ložiska

Osudem duch byl člověku dán, jenž dovede bolest snášet.

Homér

V celé historii lidstva, kam kulturní paměť sahá, se člověk vždy snažil zbavit příčin utrpení, a tedy i nemoci. Příčiny špatného osudu bývaly stejné jako příčiny chorob - zlí duchové či různé mýtické bytosti, které se snažily lidem ublížit. Asociace s toxiny je zřejmá. Později se příčiny nemocí rozšířily na špatnou stravu, duševní utrpení a nezřízený sexuální život s povětrnými ženami, vítr, vlhko, horko a zimu, zkrátka na různé nepřízně, které člověka jeho životem provázely. Významnou příčinou nejrůznějších ran osudu bylo samozřejmě i porušení úmluvy s božstvy, která nabádala lidi ke střídmemu a ctnostnému životu. Historie zlé moci způsobující nemoc přešla přes zkaženou krev, špatné tělesné šťávy a hnijící střevní obsah či neschopnost ledvin vylučovat škodlivé látky z těla až do dnešních dob.

Dnes jsme schopni mnohé toxiny stanovit velmi přesně, známe mnoho elementů škodících lidskému zdraví i osudu. Není pochyb o tom, že kolem nás existuje i neznámá „terra incognita“, místo, které bychom mohli označit latinskou větou „Hic sunt leones“. Ale to, co víme, nám plně postačuje k tomu, abychom dokázali toxiny přesně označit a naučili se je z organismu vyloučit.

Toxiny si můžeme rozdělit do pěti základních skupin. Skupiny nejsou seřazeny podle důležitosti, protože u jednoho člověka může být rozhodující skupina pod číslem jedna a u druhého je nejdůležitější pětka. Nedávejme proto pořadí žádný zvláštní význam.

Za prvé jsou to mikroorganismy a toxiny, které produkují. Na zeměkouli dnes žijí tři skupiny neustále se střetávajících organismů - člověk, hmyz a mikroorganismy. Čtvrtá skupina, divoká zvěř čili predátoři lovící lidské bytosti, byla prakticky zlikvidována. Přestože se člověk cítí být pánem tvorstva, za skutečné vládce tohoto světa můžeme považovat mikroorganismy, mimořádně přizpůsobivé vůči změnám svého životního prostředí. Několik set druhů mikroorganismů žije v lidském organismu, který jim zároveň slouží jako prostředí rozmnožování. To je ostatně jejich jediný cíl. A protože mají jediný úkol, jediný cíl, mohly jej v průběhu desítek milionů let dovést k naprosté dokonalosti.

Dnes při znalosti světa mikroorganismů a jejich účinku na lidský organismus chápeme obvykle takové napadení lidského organismu jako onemocnění s určitými příznaky, které řeší náš imunitní systém a dnes zcela pravidelně i různá léčiva - antivirová, antibakteriální, protiplísňová, protiparazitální. Velký vliv mají na lidské zdraví i zvláštní mikrobiální onemocnění, a to chronické infekce. Aby totiž mohly mikroorganismy v našem těle přežít, musí být chráněny před imunitním systémem. Ke své ochraně používají celou řadu prostředků, například vnikají do samotných imunitních buněk - jako třeba HIV virus nebo EB virus -, ale také se maskují například přilepením na kvasinku, které si imunitní systém nevšimá, či změnou svého mimikry.

Velkou a důležitou skupinu chronických mikrobiálních infekcí představují takzvaná mikrobiální ložiska, kdy mikroorganismy vytvářejí hnízda od velikosti viditelné pouhým okem až po mikroskopické rozměry uvnitř různých tkání. Ložiska tak mohou vznikat v játrech, ledvinách, plicích, slezině i srdci, ale zrovna tak v nervovém systému, ve svalech, kloubech, zkrátka v jakékoliv části našeho organismu.

Ložisko si nemusíme vždy představovat jako nakupení mikroorganismů, které mají veškeré vlastnosti, tak jak je známe. Naopak. Síla mikroorganismů totiž spočívá v jednoduchém genetickém kódu v bílkovině, která může být využita k reprodukci, může měnit své vlastnosti, může působit jako mikrobiální ložisko.

Důležité je, aby toto ložisko bylo chráněno nejen před imunitním systémem, před jeho buňkami i před látkami, které imunitní systém produkuje, ale také před léky a různými prostředky, jež by mohly existenci ložiska poškodit. Proto se ložisko obklopuje vrstvou materiálu, který pak obsah ložiska před zmíněným obranným systémem cloní. Tento obal nemusí být tvořen jen hlenem, jak se obal ložiska ve staročínské medicíně obrazně nazýval, ale může být tvořen i vrstvou kovů či radioaktivních látek. My už dnes také víme, že právě takové vrstvy dokáží narušit tok informací, které by ložisko prozradily.

Infekční ložisko produkuje mikrobiální toxiny, které poškozují nejen tkáně, ve kterých se ložisko nachází, ale prostřednictvím nervového systému, krevního oběhu a lymfatického systému mohou pronikat do celého organismu a ovlivňovat tkáně velmi vzdálené. Mám pocit, že právě tento systém je popsán ve staročínské monádě, neboť některé orgány jsou spojeny právě účinkem toxinů z mikrobiálních ložisek, eventuálně cestou, po které se ložiska šíří. Mikroorganismy postupně vytvářejí ložiska v dalších tkáních a v dalších orgánech, a tak jsou krok za krokem změněny funkce celého organismu. Ten je nakonec ovládnut společenstvím mikroorganismů.

Ložiska mohou být tvořena různými bacily, koky, plísněmi, viry, chlamydiemi, parazity i rickettsiemi. Myslím, že v dobách, kdy hygiena byla na velmi nízké úrovni a kontakt s mikroorganismy naprosto nekontrolovaný, lidé stárli a umírali právě kvůli obrovskému počtu těchto ložisek. Ostatně proto možná vznikl kult pálení či zazdívání mrtvých, neboť lidé věděli, že v mrtvých lidech se ukrývá mnoho nebezpečí.

Jak již bylo řečeno, tvorba a umístění ložisek nejsou nahodilé. Pokud pochopíme funkci a existenci ložisek, uvědomíme si, že mikroorganismy tvoří jakousi velmi rozsáhlou a vysokou inteligenci, která postupuje podle velice sofistikovaných systémů. Vytvářením ložisek v nervové tkáni ovlivňují mikroorganismy například imunitní systém, což je pro jejich další existenci v našem těle velmi příznivé. Poškozují rozum, poškozují náladu člověka, způsobují postupnou degradaci osobnosti.

To vše má velmi pozitivní vliv na možnosti dalších mikroorganismů, které se chtějí v našem těle usídlit. Poškozením hormonálního systému, enzymatického systému, metabolismu, lymfatického systému a krevního oběhu mohou rozšířit svou působnost z jednoho místa do celého našeho těla. Proto se s infekčními ložisky pravidelně setkáváme nejen v centrálním nervovém systému, ale také v základních orgánech, jako jsou plíce, játra, ledviny, srdce, slezina, odkud se ložiska i jejich toxiny mohou šířit dál do tkání a orgánů příbuzných. Pravidelně se s ložisky setkáváme v lymfatickém systému, protože samotný lymfatický systém je důležitý orgán imunity, a tak je jeho ovládnutí pochopitelně velmi důležité. Kromě toho lymfa proudí prakticky kolem každé tělesné buňky, a tím je vliv toxinů velmi snadno šířen do celého těla.

Infekční ložiska s největším dosahem vznikají již v době nitroděložního vývoje, kdy patologické mikroorganismy z těla matky, a to především z jejích reprodukčních orgánů, zakořeňují v organismu plodu. Dítě se pak již rodí s ložisky v centrálním nervovém systému a postupně se objevují ložiska v dalších orgánech.

Protože kontakt se zevním prostředím mají v první řadě plíce, vytvářejí se první infekční ložiska v plicích a odtud se šíří do dýchacích cest, dýchací trubice a vedlejších dutin nosních. Rovněž tlusté střevo, které podle staročínské medicíny tvoří s plícemi párový orgán, je branou pro další druhy infekcí. Přes střevní stěnu se usazují nejen v samotném střevě, ale pronikají i do dalších orgánů, kde se ovšem mnohdy nacházejí již z dob nitroděložního vývoje; tak se u novorozenců setkáváme s vlivy ložisek na játra, slezinu, srdce či ledviny.

V každém případě jsou ale první příznaky spjaty s poruchami imunity, která je organizována z centrálního nervového systému. Postupně jsou ložiska obsazována další orgány a ze zkušenosti mohou říci, že po plicích přicházejí na řadu ledviny, pak slezina se žaludkem a slinivkou břišní, posléze játra a nakonec srdce. Toto pořadí má svůj smysl a své důvody a souvisí i s výskytem různých nemocí v různém věku.

Pro mikroorganismy je důležité obsadit ledviny a dostat se tak k reprodukčním orgánům, protože jenom tak mohou být přeneseny na plod. V období různých infekčních epidemií či v období oslabené imunity, jako jsou období stresu, depresí nebo rekonvalescence z akutních chorob, poporodní období a období přechodů, jako je puberta nebo klimakterium, nastává ideální situace pro vstup mikroorganismů do našeho těla. Část jich je sice zahubena naším imunitním systémem, ale další část vytváří ložiska.

K tvorbě ložisek přispívá i naše potrava plná hlenů: mléko, mléčné výrobky, cukr nebo vymílaná mouka, to vše představuje velmi vhodný materiál, který mikroorganismy při tvorbě ložisek s oblibou využívají. Kovy, jako je rtuť, stříbro, zlato, olovo, cín, nikl a hliník, jsou vítanými obaly pro ložiska, stejně jako polonium, cesium, plutonium stroncium a další radioaktivní prvky.

Metoda EAV, reprezentovaná přístrojem SALVIA, je schopna tato ložiska nejen odhalit, ale zároveň detekovat jejich umístění i obsah. Je to velmi důležitá součást detoxikace organismu. Detoxikační preparáty nazvané „DRENY“ mají schopnost ložiska rozbít a odhalovat pro náš imunitní systém i pro další možnosti likvidace. DRENY však nejsou jediné preparáty, které proti ložiskům pracují. Také odstraňování toxických kovů ANTIMETALEM či radioaktivních částic IONYXEM vede k rozbíjení ložisek, jejich odhalování a lokalizaci.

Další důležitý bod našeho boje s ložisky je práce s enzymatickým systémem a metabolismem jednotlivých potravin. Mnozí lidé, kteří se stravují celý život velmi dietně, nekomplikovaně a především potravinami netvořícími hlen, mívají těchto ložisek velmi málo a jejich organismus je schopen dobře fungovat až do vysokého věku.

Rozbíjení infekčních ložisek detoxikací je postup poměrně složitý, vyžadující určitou strategii. Je třeba říci, že ložiska obvykle musí být rozbíjena přes takzvané klíče, tedy přes orgány často vzdálené a zdánlivě zcela nesouvisející s těmi, v nichž se ložiska nacházejí. Teprve prostřednictvím těchto klíčových tkání a orgánů lze infekční ložiska rozbít. Ke klíčovým orgánům například patří kosti, fascie, vazivové obaly, řasy a blány.

Ložiska bývají uložena v jakýchsi vrstvách. Budeme-li vnímat lidský organismus jako systém soustředných kruhů, pak při jednotlivých detoxikačních kúrách a při jednotlivých postupech pracujeme obvykle vždy s vrstvou, která je pro přístroj SALVIA viditelná a detekovatelná. To však neznamená, že pod touto vrstvou nejsou další a další vrstvy, které se nám postupně otvírají a které nás vedou až do nitra celého problému, celého systému. Tento princip se nazývá „princip cibule“ - stejně jako u cibule ani zde totiž nemůžeme nikdy říci, kolik vrstev máme před sebou a co se v kterých vrstvách nachází.

Detoxikace infekčních ložisek je jedním z pilířů detoxikace organismu, a především u dětí vede ke zlepšení organizace a funkce celého organismu, a tím i k navození zdraví. U dospělých pak obvykle tvoří jen jednu část z celé řady toxinů. Budeme-li z tohoto koláče ukrajovat jednu toxickou skupinu po druhé, bude se naše toxická zátěž snižovat a náš organismus bude postupně schopen autoregulace - tedy pochodů, které jsou pro zachování zdraví tak důležité.

Infekční ložiska - časovaná bomba

Z nemoci se raduje lékař, ze smrti kněz.

latinské přísloví

Myslím, že příliš nezjednoduším lidský organismus, když řeknu, že za jeho existenci v tomto světě stojí především imunitní systém. Samozřejmě, aby mohl organismus fungovat, musí být ovládán třemi propojenými řídicími systémy: centrálním nervovým, hormonálním - endokrinním a imunitním.

Za nejdůležitější považuji funkci imunitního systému, protože bez obrany, kterou nám tento systém poskytuje proti všem mikroorganismům a jiným cizorodým látkám, bychom na tomto světě nemohli dlouho existovat. Naštěstí takové situace, při nichž by imunitní systém zcela selhal, se vyskytují jen zcela výjimečně. Abychom pochopili možnosti, které budeme mít, až se naučíme dokonale odstraňovat jedy z lidského těla, je třeba alespoň trochu porozumět funkci imunitního systému.

Neviditelné nebezpečí

Imunitní systém se skládá z výkonové části, jež se dělí na buněčnou a látkovou imunitu. Do produkce buněk a látek, které imunita ke své funkci potřebuje, se začleňuje kostní dřeň, slezina, brzlík, střevní sliznice a některé další, méně významné tkáně. Celý imunitní systém však musí být řízen. Je sice skutečností, že pracuje bez našeho přispění, zcela automaticky vyhledává v našem organismu všechny částice, které je třeba odstranit, buňky imunitního systému pohlcují tyto částice a lymfatickým systémem je odnášejí dál do krevního oběhu, odkud dochází k jejich vylučování především ledvinami, ale přesto i takto dokonalý systém se neobejde bez řízení. To probíhá z centrální nervové soustavy.

Souboj s mikroorganismy jakožto nejčastějšími zástupci cizorodých tělísek v našem těle je velice složitý, a kdo si představuje, že náš imunitní systém „vyčeničá“ všechny, ten se velice mýlí. Například musíme počítat s tím, že v našem těle žijí stovky milionů mikroorganismů (někde jsem četl, že kdybychom je vysypali z dospělého člověka, utvořily by hromádku těžkou snad jeden kilogram), z nichž některé jsou s námi symbiotické a slouží nám, ale některé jsou i velice nebezpečné. Asi nikdo, kdo nestuduje mikrobiologii, nepředpokládá, že v nás žijí nebezpečné mikroby; ovšem pod přísným dohledem našeho imunitního systému.

Možná, že tyto mikroorganismy potřebuje naše imunita ke školení „nováčků“, aby byla stále připravena rozpoznávat různá nebezpečí, která mikroorganismy přinášejí. Poměrně běžně se může stát, že náš imunitní systém ztratí kontrolu nad tímto světem mikroorganismů, a dojde tak k jejich přemnožení, k aktivaci a z nic neznamajících mikrobů jsou pojednou smrtelně nebezpeční tvorové.

Náš vnitřní nepřítel

Asi před třemi lety jsem četl vědeckou práci, v níž byly zkoumány dvě skupiny myší. Obě byly vystaveny radioaktivnímu záření, a tudíž jim byl poškozen imunitní systém. První skupina byla zavřena do sterilního prostředí, kam nemohla proniknout žádná infekce, a tak se dalo předpokládat, že tyto myši s poškozenou imunitou budou přežít, protože se nesetkají s žádnou infekcí. Druhá skupina byla ponechána v běžném životním prostředí, proto se předpokládalo, že se setká s různými mikroorganismy, které jejich poničený imunitní systém

nebude schopen zvládnout. Překvapení vědci však zjistili, že skupina myši ze sterilního prostředí zahynula stejně rychle jako myši z běžného prostředí. Důvodem byly jejich vnitřní infekce.

Z toho vyplývá, že náš dokonale fungující imunitní systém je dobrý nejen k ochraně před pronikajícími vnějšími infekcemi, ale i před vlastními mikroorganismy nacházejícími se v nás již od narození. Velmi často se však stává, že dojde k rozšíření těchto mikrobů mimo určená teritoria a k napadení dalších orgánů, i když toto napadení se rozhodně nepodobá akutní infekci tak, jak ji známe. Mikroorganismy jsou vůbec světem, který jako celek vyniká dokonalými přizpůsobovacími mechanismy, a dá se říci, že se chová velmi rozumně a smysluplně. Samozřejmě že z jejich hlediska. Mikroorganismy například disponují uměním uschovat se do některých buněk a uniknout tak pozornosti imunity. Jindy si „na záda pověsí“ jiný mikroorganismus, na který je imunitní systém zvyklý, a tak se maskují. Mikroby dokonce dokáží změnit mimikry na svém povrchu, takže imitují něco jiného, než ve skutečnosti jsou.

Příčiny chronických nemocí

Existuje však jeden velmi závažný způsob, jak mikroorganismy unikají imunitě, a já ho považuji za naprosto rozhodující pro vznik chronických zdravotních problémů. Chronické infekce jsou likvidovány imunitním systémem, proto se snaží uniknout. K tomu využívají hlen. Jeho prostřednictvím se tvoří v různých tkáních a orgánech takzvaná skrytá infekční ložiska. Infekční ložisko vypadá zjednodušeně tak, že uprostřed jsou různé mikroorganismy, a to jak plísňe, viry, bakterie, tak i paraziti, okolo je hlen a celý tento útvar je umístěn buď na sliznici, nebo pod ní, ve svalu, v parenchymu, zkrátka v různých tkáních.

Infekční ložisko slouží jako časovaná bomba v našem organismu. Nečeká jen na příležitost, až se budou mikroorganismy moci uvolnit a zahájit své rozmnožování, ale pracuje i v klidovém stavu.

Protože hlavním cílem všech mikroorganismů je rozmnožování a v ložisku je to limitované, přechází na jiný životní režim a začíná produkovat toxin. Ten proniká skrz stěnu ložiska a dostává se do krevního a lymfatického oběhu. Poškozuje především tkáně patřící do okruhu jednotlivých orgánů tak, jak jsou uvedeny v čínském pentagramu, který je a byl základem tradiční čínské medicíny.

Mikrobiální toxin však poškozuje i CNS, a to jeho různé části, které rovněž pevně náleží k jednotlivých orgánových okruhům. Může tak postihnout části mozku, které mají na starosti emocionalitu, a tak se setkáváme například s poškozením té mozkové části, v níž vzniká deprese při úniku toxinu z plic nebo agresivita při úniku toxinu z jater. Poškozuje rovněž tkáně, které řídí imunitní systém. Každý základní orgán má na starosti určitou funkci imunity, a tak si můžeme pamatovat, že plíce mají vztah k té části CNS, která řídí protibakteriální imunitu, slezina prostřednictvím CNS řídí protivirovou imunitu, ledviny protiplísňovou, játra protinádorovou a srdce protiparazitální imunitu.

Začíná to v lůně matky

K největším a nejzávažnějším poruchám imunity dochází v nitroděložním vývoji. Nyní si již snad umíte představit, co to znamená infekční ložisko a toxin, který je jím produkován. Jestliže má žena ve vnitřním gynekologickém ústrojí takové ložisko, plod se vyvíjí pod vlivem toxinu. Toxin převážně ovlivňuje vývoj struktur spjatých s imunitním systémem, a to především v těch centrálních.

Pokud se tato poškození spojí s genetickými problémy, vznikají vrozené imunitní poruchy, které jsou v současné době velmi časté. Kdyby byl například vznik alergie závislý pouze na genetice, počet alergiků by zůstával stále stejný. Jejich počet však pronikavě stoupá a podle detoxikační medicíny jsou důvodem stále častěji se vyskytující infekční ložiska v gynekologickém ústrojí žen, které se chystají otěhotnět a porodit. Této problematice se budeme ještě věnovat i z jiného hlediska než imunitního.

Stejným způsobem dochází k poruchám imunity ve smyslu jejího oslabení, ale také k autoimunitním poruchám a dalším imunitním potížím. Dítě, které se s tímto defektem narodí, má dvě možnosti. Obě určuje genetika. V lepším případě se problému zbavuje a jeho imunita kvalitně pracuje. V horším případě přetrvávají imunitní poruchy, na něž se váží různé zdravotní potíže spojené s alergií, oslabením obranyschopnosti nebo s takzvanými autoimunitními reakcemi, kdy imunitní systém napadá vlastní tkáň.

Imunita se upravuje s postupujícím věkem, pokud do tohoto procesu nezasáhnou ložiska ve zmíněných základních orgánech. Jestliže se vytvoří ložisko v plicích, ovlivňuje čelní lalok ve velkém mozku, a tím pádem je chybně řízena protibakteriální imunita. Samozřejmě že další poruchy mohou nastat v prováděcích imunitních orgánech, a tak ložiska nebo toxiny v kostní dřeni nebo střevní dysbióza s poškozením Peyerských plaků budou znamenat horší výkonnost imunity.

Sliznice je vstupní branou

Imunitní systém nás nejen chrání před cizími vetřelci, ale také kontroluje naše vnitřní prostředí. Lidé mnohdy hovoří o poruchách imunity, aniž by v pravém slova smyslu těmito problémy trpěli. Důležitým obranným systémem člověka jsou sliznice jeho dýchacího a zažívacího ústrojí. Pokud nejsou kvalitní, mikroorganismy snadno pronikají do těla. Když hovoříme o kvalitě, mám na mysli mikrobiální film, který sliznice potahuje a chrání, a také sliz, který se na nich nemůže udržet, jestliže jsou v zánětlivém stavu. Ve vlastní sliznici také hlídkuje první vrstva imunitních buněk a látek, které zabraňují mikroorganismům v průniku.

Sliznice jsou také poškozovány přítomnými ložisky, jak zcela běžně vidíme především v dýchacím traktu. Velmi mnoho pacientů má neustále se opakující rýmy a kašle. V jejich dýchacím traktu se nachází mnoho ložisek, a to ve všech „etážích“ - jak ve vedlejších dutinách nosních, tak i v nosních a krčních mandlích, na sliznici nosní, hltanové a hrtanové dutiny, průdušnice i průdušek. Základní léčbou a základní detoxikací není jen zvyšování účinnosti imunitního systému, ale také uzdravení sliznic, které trpí přítomností hlenu, zejména mléčného, chronickými infekcemi i životním prostředím, cigaretovým kouřem a automobilovými a průmyslovými zplodinami.

Mikroorganismy a jejich toxiny

Zdravé tělo je hostitel, nemocné žalářík.

Francis Bacon

Homo sapiens žije na Zemi již mnoho tisíc let. V době, kdy sám sebe začal nazývat člověkem rozumným, neměl tušení, že spolu s ním žije na zeměkouli i obrovský svět organismů, které nejsou viditelné lidským okem. Neměl ani zdání o tom, že právě tyto mikroorganismy jsou příčinou mnoha pochodů kolem něj - třeba i úrodnosti půdy nebo kažení potravin -, ale hlavně nevěděl, že jsou příčinou různých nemocí, od individuálních problémů až po masové epidemie či pandemie.

Před třemi sty lety byly mikroorganismy objeveny laikem, jehož koníčkem bylo broušení čoček, ale skutečného zájmu se dočkaly až za života Louise Pasteura, a to především díky jeho objevům a zároveň jeho schopnosti přesvědčit všechny kolem. To se stalo před relativně nedlouhou dobou, a tak s mikroorganismy v našem životě počítáme teprve asi sto padesát let.

Během této doby byly mikroorganismy rozděleny na bakterie, tedy buněčné mikroorganismy, a na viry, které za buňky považovány nejsou. Jsou tvořeny pouze nukleovou kyselinou. Ta nese genetickou informaci a je schopna reprodukce, mutace i evoluce. Hraniční formy, které nelze dost dobře zařadit, představují viroidy, holé molekuly ribonukleové kyseliny, a také priony, u kterých se vede stálá diskuse, zda jde o mikroorganismy či nikoliv. Nemají nukleové kyseliny, a tudíž je záhadou, jak se rozmnožují, jak se reprodukuje. Další skupiny mikroorganismů jsou chlamydie, rickettsie, paraziti a konečně plísňe, které se dělí na kvasinky a plísňe vláknité.

Jestliže naše zeměkoule vznikla před třemi a půl miliardami let a krátce po jejím vzniku můžeme již předpokládat existenci mikroorganismů -, pak lidé jsou vlastně úplným zárodkem na časové ose vývoje tohoto světa. Proto má lidstvo s mikroorganismy trvalé potíže; zvláště s těmi, které se životu na člověku přizpůsobily.

Mikroorganismy mají mnohé potenciální vlastnosti, důležité pro detoxikaci. Patří k nim třeba rezistence na antibiotika a chemoterapeutika jako důsledek produkce enzymů, které tyto léky dokáží rozkládat. Významná je ale i rezistence na těžké kovy - mikroorganismy se dovedou přizpůsobit rtuti, kadmiu, stříbru, antimonu, arzenu, olovu, chromu, kobaltu a niklu, což jsou kovy pro člověka velmi toxické.

Mikroorganismy mohou produkovat antibiotika jako své bojové látky a mohou produkovat také toxiny, které slouží obvykle jako invazivní faktor do okolí. Mikroorganismy dokáží žít i bez své buněčné stěny, kterou si při vhodných podmínkách znovu vytvářejí. Právě to je důležitý poznatek, nabízející vysvětlení existence skrytých infekčních ložisek. Mikroorganismy ale mají ještě celou řadu dalších zvláštních vlastností, které jim umožňují přežít v podmínkách zeměkoule i v podmínkách lidského organismu.

Již několikrát jsem se zmiňoval o infekčních ložiscích, avšak v našem těle existují mikroorganismy jak ve formách akutní infekce, tedy akutní tvorby toxinů, tak ve formách chronických. Pro ty je příznačné, že mikroorganismy dokáží díky svým vlastnostem přežívat v lidských orgánech po celý život. Takové formy známe třeba u chronické boreliózy, tedy přítomnosti *Borrelie burgdorferi*, nebo u hepatických virů, EB virů, cytomegalovirů, ale také u streptokoků, salmonely a mnohých jiných mikroorganismů.

Obecně vládne představa, že mikroorganismy lze zabít, a to antibiotiky či chemoterapeutiky, a že je vlastně potřeba udržovat náš organismus prostý všech mikroorganismů. To je ovšem naprosto chybná domněnka. Jednak opomíjí, že v našem organismu žije několik stovek druhů mikroorganismů, jednak jejich nápor mohou antibiotika či chemoterapeutika zvládnout jen při akutní infekci.

U chronických infekcí je tento stav zcela odlišný. Jmenujme například spirochety, v jejichž rodě *Treponema* je zařazeno *Treponema pallidum*, původce syfilidy, tedy mikroorganismus v chronické formě vůči léčbě odolný. Pokud není léčba zahájena v primárním či sekundárním stadiu, tak ve stadiu terciárním je již chronická infekce treponemou velmi problematická. A do stejné skupiny spirochet patří i rod *Borrelia*, o němž se v současné době velmi mluví, neboť způsobuje jednu z nejčastějších chronických infekcí. Teprve nedávno byl totiž Burgdorferem objeven druh vyvolávající mnohoorgánová postižení. Pro představu se uvádí, že *Borrelia* může zapříčinit několik set různých příznaků. Grampozitivní koky, stafylokoky a streptokoky jsou rovněž častou příčinou chronických infekcí, a tedy vytvářejí i četná ložiska.

Známé jsou také anaerobní mikroorganismy, například klostridie (příčina tetanu či botulismu) nebo gramnegativní koky, zastoupené například rodem *Neisseria*, do něhož patří i *Neisseria meningitidis*, obávaný meningokok. Gramnegativní tyčky zastoupené rody *Legionella*, *Pseudomonas* či *Brucella* jsou mikroorganismy, které vyvolávají řadu různých onemocnění, stejně jako rod *Bordetella*, původce černého kašle. Gramnegativní bacily jsou bohatě zastoupené čeledí *Enterobacteriaceae*, což jsou mikroorganismy, které žijí jak v zažívacím, tak v močovém traktu. Patří mezi ně známá *Escherichia coli*, *Clepsiela*, ale také rod *Salmonella*, způsobující závažná průjmovitá onemocnění, nebo rod *Shigella*, příčina dysenterii. Do této skupiny se řadí i kdysi hodně obávané *Vibrio cholerae*.

Gramnegativní anaerobní bacily, zastoupené rody *Campylobacter* či *Helicobacter*, zahrnují dále *Mycobacteria*, původce tuberkulózy a lepry, a také *Mollicutes*, které se dělí na rody *Mycoplasma* a *Ureaplasma* a napadají močové a pohlavní cesty či dýchací systém. Chlamydie se řadí mezi nitrobuněčné parazity, a proto patří k nesmírně houževnatým obyvatelům našeho organismu. Usídlují se jak v očích a dýchacích cestách, tak v pohlavních orgánech. Rickettsie, rovněž nitrobuněční paraziti, vytvářejí formy, které mohou napadat zažívací orgán stejně jako kůži; nejznámější chorobou z jejich produkce, s níž se lidstvo setkávalo, je obávaný skvrnitý tyfus.

Plísně, a to především rod *Candida*, jsou nejčastějšími původci povrchových i systémových mykóz na celém světě. Následkem narušeného životního prostředí a užívání antibiotik jejich výskyt nesmírně rychle narůstá. Celkově je známo několik desítek tisíc druhů plísní, přičemž u člověka se jejich počet pohybuje okolo čísla 400 a stále stoupá. Existují samozřejmě také mikroorganismy, které se do funkce našeho organismu dokázaly zapojit a na kůži, v dýchacím, zažívacím, urogenitálním traktu apod. žijí v naprosté symbióze.

Mezi základní obyvatelé našeho organismu patří často obávané mikroby, jako jsou kandidy či *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Neisseria meningitis* nebo *Haemophilus*. V zažívacím traktu žije velmi početná anaerobní flóra četných anaerobních mikroorganismů, ale i bifidobakterií, klostridií, rodů *Pseudomonas*, *Proteus* a další. Největší množství mikroorganismů pak žije v tlustém střevě - přibližně 10^6 až 10^8 . Mnohé nalezneme rovněž v močové trubici - *Saphylococcus epidermis*, *Enterococcus fecalis*, *Candida* aj.

Potenciálními nepřáteli lidského organismu jsou viry, které dělíme na DNA a RNA viry. K virům patří původci herpesu, EB viry, cytomegaloviry či v poslední době hodně citované papilomaviry. Nejrozsáhlejší je skupina RNA virů, kam řadíme nejen viry chřipky či parainfluenzy, ale také spalniček, dětské obrny, koxsakovy viry, viry způsobující záněty jater, hepatitis viry a mnohé a mnohé další. V této souvislosti lze ještě vyzvednout viry pověstné klíšťové encefalitis, kterou přenášejí klíšťata.

Poslední skupinu mikroorganismů tvoří paraziti, což je značně nesourodá kapitola. Řadíme sem obrovské organismy typu tasemnice i jednobuněčné prvoky. K parazitům patří rovněž klíšťata, hlísti, ale i obávaný mikroorganismus přenášený zvířaty - *Toxoplasma*. Mezi parazity patří i původce malárie, tedy *Plasmodium*, či různé červi, jako jsou třeba motolice či škrkavky nebo roupi.

Chronické infekce tvoří závažnou kapitolu detoxikace. Zlaté pravidlo detoxikace v těchto případech zní: pracujte především s imunitním systémem! Je to hlavní zbraň v detoxikačním boji proti chronickým infekcím. Právě jeho selhávání, ať už vlivem vlastní dysfunkce nebo kvůli mikroorganismům, bývá předmětem detoxikace. Jde o odstranění problému s řízením imunitního systému v centrální nervové soustavě či odstranění různých toxických překážek při tvorbě látek imunitního systému, buněk nervového systému nebo při problémech s vyškolením imunitního systému. V tom všem hraje právě toxiny závažnou úlohu.

Preparáty antimikrobiální detoxikace, tedy preparáty NO-BACTER, ANTIVIR, YEAST, PARA-PARA, CHLAMYDI, SPIROBOR a další, nemají žádný přímý účinek proti mikroorganismům chronicky žijícím v lidském organismu. Informují výhradně imunitní systém o přítomnosti těchto mikroorganismů, demaskují je a vystavují působení imunitního systému, což je ve svém důsledku „nejfyziologičtější“ a nejpřirozenější způsob boje s infekcí. Nutno zdůraznit, že tento postup se hodí výlučně pro chronické infekce, nikoliv pro infekce akutní. K akutním infekcím se detoxikace nevyjadřuje a detoxikační preparáty jsou u nich považovány za nevhodné.

V souboji s infekcemi, ať už ve formě ložisek nebo ve formě volné chronické infekce, patří přísun těchto informací k vrcholu detoxikační strategie a vyžaduje značné znalosti o životě a vlastnostech mikroorganismů i o možnostech lidského organismu se s touto zátěží vyrovnat.

Toxické kovy

Neříkej, že nemůžeš, když nechceš. Protože přijdou velmi brzy dnové, kdy to bude daleko horší: budeš pro změnu chtít, a pak už nebudeš moci.

Jan Werich

Kdybych měl jmenovat vojáky bojující v první linii detoxikace, jistě bych na jednom z čelných míst uvedl preparát ANTIMETAL. Jeho úkolem je prostřednictvím imunitního systému odstraňovat z organismu toxické kovy. Nejčastěji se setkáváme s hromaděním rtuti, olova, kadmia, stříbra, zlata a hliníku. Bez důsledků však není ani hromadění dalších kovů, jako je měď, železo, arzen, bór, barium, nikl, chrom a některé další, méně časté a z hlediska zátěže méně významné kovy.

S kovy se člověk setkával odnepaměti, protože jsou součástí hornin, z nichž je složena naše zeměkoule. Působením sopečné činnosti, ale i vlivem půdní eroze či roznášením vodní tříště větrem z rozlehlých mořských a oceánských plání se kovy dostávaly vždy do životního prostředí člověka a ten je v průběhu svého života v různých tkáních postupně hromadil. Celý problém navíc komplikuje fakt, že kovy se nemusí vyskytovat v tkáních našeho těla v čisté podobě, ale mohou vytvářet organické i anorganické sloučeniny, které jsou často mnohem toxičtější než čistá kovová forma.

Toxikologie samozřejmě popisuje akutní i chronické otravy toxickými kovy, jako je olovo nebo rtuť apod. V detoxikaci však nejde o dávky toxické, nýbrž subtoxické, které sice nemají přímý a zjevný toxický účinek, zato mění chod tkání na úrovni molekulární biologie a genetiky. Některé kovy mohou být toxické pro základní stavební elementy tkáně, tedy pro buňku a její součásti, ovšem navíc mohou mít i negativní vliv na funkci genů. Děje se tak zejména prostřednictvím epigenetického prostředí, tedy prostředí, v němž gen pracuje. Těmito mutagenními účinky se vyznačuje především olovo a rtuť.

Vysoká koncentrace kovů v našem životním prostředí je samozřejmě dílem člověka - kovy se v obrovském množství užívají v průmyslu, ve zdravotnictví, spalují se fosilní paliva, která kovy obsahují. Ještě donedávna automobily chrlily do životního prostředí olovo, v současné době je to zase platina. Zdrojů vysoké koncentrace kovů je v našem životním prostředí mnoho, a proto se objevuje stále víc a víc zdravotních problémů, které se k přítomnosti toxických kovů v organismu váží.

Prokázat vztah toxických kovů a nemocí je velmi obtížné, protože v každé tkáni se musí nejprve nahromadit několik typů toxinů, než je její funkce poškozena. A právě vzájemně se kombinující subtoxické dávky toxinů onu zátěž potřebnou pro narušení činnosti tkáně vytvářejí.

Kovy mohou toxicky působit na buněčné úrovni, měnit elektrickou aktivitu buněk a tkání či negativně ovlivňovat epigenetické prostředí. Na působení kovů jsou citlivé především všechny druhy nervové tkáně, tedy tkáně centrálního i periferního nervového systému, ale především autonomního nervového systému.

Kovy rovněž zasahují do kvality sliznic dýchacího, zažívacího i močového traktu. Poškozují stěnu cévního systému, tedy jak žilní, tak tepennou stěnu, ve které se pak rozbíhají další degenerativní procesy. Usazují se v kostní dřeni a poškozují krvetvorbu, hromadění kovů ve spongii (kostní trámčině) pak vytlačuje vápník a je součástí procesu zvaného

osteoporóza. Jejich přítomnost ve vlasech funguje nejen jako ukazatel celkové zátěže organismu, ale kovy poškozují i vlasové folikuly a způsobují tak kosmetické i zdravotní problémy s vlasy. Nelze nalézt tkáň, ve které by se kovy nevyskytovaly. Byly prokázány i v DNA různých orgánů, což vede k následným poruchám funkce genu.

Kovy však působí nejen přímo, například na sliznice či na nervový systém, ale především nepřímo, neboť porušují hormonální a imunitní systém i enzymatickou produkci. Jejich usazování v orgánech řídících produkci hormonů, jako je epifýza, hypofýza, hypothalamus či štítná žláza a beta-buňky, způsobuje poruchy regulace a tvorby hormonů, což má pak následky pro celý organismus. Toxická kovová zátěž nervových center mozku způsobuje poruchy regulace imunitního systému, zátěž v Peyerských placích přímo v našich orgánech poškozují vlastní imunitní systém.

Enzymatická produkce, která je nesmírně důležitá pro trávicí, metabolické a detoxikační procesy v lidském organismu, trpí narušením struktury enzymu, ale především naší genové matrice, podle níž jsou enzymy nepřetržitě vytvářeny.

Jak už jsem řekl, toxické kovy tvoří pouze část toxické mozaiky, takže při očistě tkáně musíme předpokládat, že kromě nich mohou být eventuálně přítomny i radioaktivní látky, metabolické toxiny, stresové zátěže, chemické látky a téměř vždy i infekční ložiska. Teprve souhrnná očista přinese výsledek v podobě normalizované funkce tkáně. Čím déle je tkáň toxicky zatížena a čím déle trvá porucha její funkce, tím důkladněji je třeba tkáň očistit.

Velký význam má porucha elektrických potenciálů, která může být často způsobena vodivými kovy. Některé kovy mají velmi dobré vodivé vlastnosti, například rtuť, stříbro nebo hliník. A protože každá buňka v nervové tkáni vytváří elektrické potenciály, které jsou pak vedeny po neuronech až k cílové struktuře, může porucha tohoto vedení způsobená přítomností kovů v izolačních vrstvách buňky hrát významnou roli při nejrůznějších problémech. Takto může být porušen například elektrický aparát srdce, kde v sinoatriálním a atrioventrikulárním uzlíku vznikají elektrické impulzy rozváděné vláknem po srdeční svalovině. Podobně mohou být poškozeny periferní nervy, a to nervy spinálního i kranálního průvodu, jejichž zátěže těžkými kovy pak můžeme subjektivně vnímat jako brnění či nepříjemné parestezie nebo křeče.

V centrálním nervovém systému se může zátěž kovy naopak projevovat poruchami chování, výbušností, agresivitou, neklidem, nepřiměřenou hyperaktivitou a také bolestmi hlavy či jinými problémy záchvatovitěho charakteru.

Uvědomme si, že v kůře centrálního nervového systému musí být elektrické potenciály přesně distribuovány a jakékoliv probíjení mezi buňkami a jednotlivými nervovými strukturami musí logicky přinášet potíže. Porucha elektrických potenciálů může pak významně zasáhnout do činnosti žláz centrálního nervového systému, jako je epifýza, hypofýza a hypothalamus. Tyto žlázy totiž pracují na principu počítače a vyhodnocené údaje zpracovávají a převádějí na produkci řídících a stimulačních hormonů. Je proto pochopitelné, že přítomnost kovů v tomto jemném mikroelektrickém systému musí způsobovat problémy. A tak se s kovy nutně setkáváme při nepravidelné menstruaci, poruchách plodnosti u žen, poruchách příjmu potravy, při narušené produkci melanotropního hormonu ovlivňujícího pigmentaci či antidiuretického hormonu - a samozřejmě i v případě dalších hormonů produkovaných těmito žlázami.

Toxicita kovů, hlavně rtuti, olova, ale i niklu, thoria, chrómu, hliníku, arzenu a dalších, působí na kvalitu funkce buňky a některé orgány jsou pochopitelně citlivější, jiné méně. Zárodečné orgány nebo jemné nervové struktury autonomního nervstva jsou na přítomnost kovů velmi citlivé .. Rovněž u alergií hrají kovy významnou úlohu, protože centra řídicí chod imunitního systému představují velmi jemné mikroelektrické zařízení, které musí přesně a sofistikovaně reagovat na impulzy z tkání celého těla. U alergií, tedy u chyby v řízení reaktivity imunitního systému, se s přítomností toxických kovů setkávám pravidelně.

V problematice toxických kovů je ještě velmi mnoho bílých míst, protože kovy v jednotlivých tkáních reagují s přítomnými enzymy, hormony, látkami imunitního systému a dalšími organickými a anorganickými látkami, takže mohou v každém orgánu vytvořit situaci, která se nakonec projeví buď jako nemoc, nebo zdravotní problém podobného charakteru.

Je třeba si uvědomit, že člověk je v první řadě informační systém, že na prvním místě mu vládne informační pole, z něhož sbírají informace různé řídicí a regulační struktury - a není to jenom centrální a autonomní či periferní nervový systém, ale mnoho nejrůznějších receptorů, které jsou rozmístěny ve všech orgánech. Také ústrojí jednotlivých smyslů, jako je zrak, sluch, čich, chuť, převádí podněty na informace, které jsou teprve následně vyhodnocovány a přepracovány do nám známých smyslových prožitků.

Teprve ve druhé linii se z informací v našem organismu vytváří látková odpověď a vzniká mnoho desítek tisíc látek, které pak provádějí přenos mezi informačním systémem a výkonnými orgány. Ze žaludku musí nejprve přijít informace, které jsou zpracovány a vyhodnoceny, a teprve pak se rozbíhá produkce trávicích enzymů a šťáv v žaludku a výsledkem jsou další návazné změny, které připravují vlastní trávicí trakt k činnosti. Stejně tak pracuje i dýchací, srdečně-cévní, močový a pohlavní systém, a v podstatě i ten imunitní. Proto je nasnadě, že poruchu informačního pole, které je z tohoto hlediska vůči zevnímu prostředí velmi křehké, mohou způsobit různé toxiny a mezi nimi i toxické kovy. Toxiny způsobují vážné chyby rovněž na úrovni receptorů i genových matric.

S toxiny se tedy setkáváme na nejrůznějších úrovních funkce organismu - a jsou to právě toxické kovy, kterým se nejen nemůžeme vyhnout, ale musíme naopak počítat s tím, že jejich koncentrace v našem životním prostředí stále poroste. Musíme se naučit od nich organismus čistit, protože náš imunitní systém má svůj limit, a může nastat okamžik, kdy veškeré zátěže již nebude schopen zvládat, jako je tomu například v případě přídatné infekce, stresové situace, mimořádné toxické zátěže a podobně.

Detoxikace představuje krok, kterým poskytneme svému imunitnímu systému vítanou pomoc všude tam, kde v minulosti situaci nezvládl a kde docházelo k ukládání toxinu do tkáně a k již zmíněnému kumulativnímu efektu.

Detoxikace po používání léků

Většina lidí neumírá na své nemoci, ale na své léky.

Moliere

Člověk nemusí mít zkušenosti z detoxikace, aby došel k názoru, že používání chemicky vytvořených léků může pro organismus představovat problém. Chemická sloučenina, kterou léky představují, je pro člověka a nejen pro něho - věcí zcela cizí, na niž není jeho organismus vybaven. V dějinách lidstva tak ve 20. století vznikla nová problematika, a to otázka léků a lékových metabolitů v našem organismu i životním prostředí.

Na základě zkušeností získaných sledováním toxinů pomocí přístroje SALVIA - tedy metodou EAV - mohu říci, že lidé mají velký problém s rezidui antibiotik, hormonů, vakcín využívaných k preventivní imunizaci a anestetik, a to především těch, která se využívají pro celkovou anestezii. Léková rezidua nacházíme rovněž u lidí, kteří užívají psychofarmaka, jako jsou antidepresiva, neuroleptika, hypnotika a anxiolytika. Léky působící na pohybové ústrojí, především analgetika a nesteroidní antirevmatika - a nakonec i antihypertenziva a anticholesterolemika -, mohou v organismu také vytvářet rezidua a působit jako toxiny.

Je zcela individuální, kdy užívané léky zůstávají jako rezidua v organismu a kdy se dokonale metabolizují. Naše znalosti o této problematice jsou zatím velmi nedokonalé. Dokážeme sledovat jen základní formy těchto chemických sloučenin, ovšem ty vytvářejí v těle četné metabolity, které podle toxikologických výzkumů mohou znamenat ještě vyšší toxicitu než sám základní lék. Na základě toho byla v minulosti již řada léků stažena z prodeje, neboť se prokázalo, že vznikající metabolity jsou pro organismus toxické.

Toxicita léků je způsobena různými druhy účinku. Například toxicita hormonů je způsobena tím, že arteficiální (umělý) hormon působí na hormonálně citlivé orgány i po ukončení užívání. Problémy antibiotik se zase promítají do stále se zvyšujícího výskytu plísni v lidském organismu a anestetika i některé imunizační vakcíny využívané především k prevenci nemocí postihujících nervový systém na něj dokonce působí toxicky. Zmíněná individuálnost metabolizace léčiv je obvykle způsobena tím, že gliový systém, tedy systém, který vyplňuje prostor mimo nervovou buňku, nebo mezenchymální systém, tedy systém vmezeřeného pojiva, neplní dobře svou funkci. Glie i mezenchym mají za úkol nejen přivádět živiny pro buňku, ale především odvádět zplodiny buněčného metabolismu do lymfatického a následně do krevního systému.

K blokáde těchto detoxikačních tělesných systémů dochází někdy v raném dětství, někdy již v nitroděložním vývoji. Tato blokáda je způsobena toxiny v těle matky nebo těmi, s nimiž se dítě setkává. Většinou jsou to očkovací látky, kovy, neuroinfekce a podobně.

Velmi rozšířený problém jsou důsledky užívání antibiotik. Některá antibiotika mají prokázaný toxický účinek na nervový systém či na zuby například tetracyklin nebo chloramfenikol -, ale především je lze označit za příčinu šíření plísni v lidském organismu. Není pochyb o tom, že napadení tkání lidského organismu plísněmi jsou stále častější.

Počet druhů plísni, které byly v lidském organismu zachyceny, se dokonce rok od roku zvyšuje, takže v současné době je jich známo již více než 400. Je to jev celkem snadno vysvětlitelný. Plísně v přírodě vylučují antibiotika jen kvůli zabíjení konkurenčních

mikroorganismů, tedy proto, aby získaly prostor pro své šíření. A stejným způsobem postupují i v lidském organismu.

Velká část plísní se v určitém množství vyskytuje v našem těle vždy, takže není možné, aby existoval zdravý organismus bez jejich přítomnosti. Plísně mají různé funkce včetně školení imunitního systému, ale jejich přemnožení a rozšíření na místa, kam nepatří, je následně příčinou různých zdravotních problémů. Kromě toho, že plísně vylučují různé toxické látky (například mykotoxiny) či prorůstají tkáněmi a narušují jejich integritu, mohou také sloužit mikroorganismům jako mimikry, protože patologický mikroorganismus přilepený pod kvasinku uniká pozornosti imunitního systému. Gynekologické plísně, plísně ve střevech, v dýchacím traktu, v očním spojivkovém vaku, v centrálním nervovém systému, ale především na kůži jsou vážným problémem moderní doby.

S antibiotiky se člověk neseťkává jen při záměrném braní léků - vyskytují se i v životním prostředí, kam se dostávají močí. Dále se vyskytují v potravním řetězci, protože se podávají hospodářským zvířatům jako nutný předpoklad úspěšnosti velkochovů, v nichž zabraňují šíření infekcí, na které jsou tyto velkochovy velice citlivé. Antibiotika se v přírodě dostávají i do potravního řetězce zvířat volně žijících, a tak můžeme říci, že svět je antibiotiky promořen. Do souvislosti s rezidui antibiotik můžeme dát také ekzémy, některé zažívací problémy, vaginální plísňové záněty a další potíže.

Podobným způsobem lze hodnotit i hormony, které se do lidského organismu dostávají především v podobě antikoncepčních preparátů a klimakterických hormonálních léků. Jde tedy zejména o ženské hormony - estrogeny a progesteron. Masově je rovněž využíván hormon kůry nadledvin, a to kortison. I tyto syntetické hormony zůstávají v určitých případech jako reziduální toxiny a ovlivňují hormonálně citlivé orgány.

Také u hormonů platí, že pronikají do životního prostředí na celé zeměkouli a ovlivňují nejrůznější živočichy. V řekách byly například zaznamenány změny pohlaví ryb, přičemž ryba je jediný živočich, který v závislosti na aktuálních podmínkách může v průběhu života své pohlaví měnit. Rybáři a ekologové uvádějí snižování počtu samců. Samčí mozek mění pod vlivem ženských hormonů svou funkci a pohlavní buňky mužů vykazují v posledních 50 letech pronikavý pokles co do množství a kvality. Spermie pravděpodobně reagují na přítomnost ženských hormonů jak v životním prostředí, tak v těle matky. Hormony mohou být příčinou předčasného dospívání, poruch růstu a především změn v chování dětí.

Lze jen těžko odhadnout, jestli léky, které působí na nervový systém a jsou tedy i příčinou poruch nervového systému -, nepředstavují ještě závažnější problém. Dnes již víme, že dokonce až 60 % různých symptomů, které se vyskytují a tvoří jakousi atypickou skupinu zdravotních problémů, jsou takzvané vedlejší účinky léků, tedy účinky pozorované přímo v průběhu konzumace léků. Do těchto problémů se navíc nezahrnují dlouhodobé účinky léků a jejich metabolity.

Samostatnou a velmi problematickou kapitolu v oblasti dlouhodobých toxinů, které mají svůj původ v syntetických lécích, tvoří vakcíny používané k preventivní imunizaci. Velmi významnou toxickou zátěž pro organismus mohou znamenat především vakcíny k imunizaci proti tetanu, ale také například preparáty používané pro vakcinaci proti hepatitidě B, klíšťové encefalitidě, tuberkulóze aj. I zde platí pravidlo individuálnosti, protože někteří lidé metabolizují očkovací vakcíny naprosto bez problémů, pro jiné to znamená celoživotní zátěž. Prostřednictvím nervového systému mohou vakcíny způsobovat nejen vlastní poruchy periferního a vegetativního nervového systému, ale širokou škálu problémů často způsobují i

v centrálním nervovém systému. To ostatně uvádí i odborná literatura vznikající v západní Evropě a Spojených státech. Množí se údaje poukazující na vztah mezi očkováním a autismem či jinými, především nervovými poruchami. Často se setkáme s tím, že tyto vakcíny mění psychiku, způsobují nesoustředěnost, agresivitu a jinou psychopatologii.

Nemá smysl zde podrobně rozebírat jednotlivé skupiny léčiv, protože toxické účinky lze nalézt ve většině dnes užívaných léků; jde spíše o četnost a závažnost. Proto jsem probral ty nejproblematictější skupiny. K nim patří také chemické látky využívané při anestezii, a to anxiolytika, sedativa, neuroleptika i celková anestetika. Občas se setkáváme i s toxickým působením reziduí lokálních anestetik pro zubní ošetření či anestetik využívaných k epidurální anestezii.

Bez problému nejsou ani periferní svalová relaxancia, odvozená z kurare. Tyto chemické sloučeniny jsou pro náš nervový systém rovněž toxické. V této souvislosti se můžeme setkat především s poruchami centrálního nervového systému a takzvaných kranálních periferních nervů, tedy nervu okohybného, sluchového, trigeminu, vagu a podobně. Především vagus svým dlouhým průběhem a větvemi pro dýchací systém, srdeční systém, žaludek, játra, ledviny i střeva je na zmíněná anestetika velice citlivý.

Je zřejmé, že se používání různých léků nelze vyhnout. Zejména u vakcín k aktivní i preventivní imunizaci je to téměř nemožné, i když v různých civilizovaných zemích světa se k této oblasti přistupuje velmi rozdílně. Je třeba jednak pracovat na detoxikačních preparátech, které budou léková rezidua z organismu odstraňovat, ale také se intenzivně zabývat preventivní detoxikací, tedy detoxikací uvolňující gliový a mezenchymální systém, v níž jde o odstraňování toxických kovů a radioaktivních látek, chemikálií a jiných toxinů. Můžeme tak zabránit hromadění lékových reziduí, a tím předejít závažným toxickým následkům.

Nelze totiž předpokládat, že by věda pro rozmanitost symptomů a často i časovou vzdálenost od aplikace léků mohla v tomto směru podniknout takové kroky, které by se kladně odrazily na zdraví celé společnosti. Pro to není mnohdy ani vůle a farmaceutické společnosti navíc blokují zveřejňování těch studií, které nevyznívají ve prospěch bezproblémového užívání léků.

Antibiotika

Změň vztah k věcem, které tě znepokojují, a budeš od nich mít pokoj.

Marcus Aurelius

Antibiotika dnes nesporně vládou medicíně. Hlavním úkolem těchto v současné době nepoužívanějších léků je pomáhat organismu zvládat nejrůznější infekce.

Původně jde o produkt plísní, který objevil Alexandr Fleming. Plísně produkují antibiotikum jako svoji bojovou látku, která ničí konkurenční mikroorganismy, a zvětšuje tak plísním životní prostor. Různé plísně produkují různá antibiotika. Všechna se dnes ovšem vyrábějí synteticky, na základě analýzy složení antibiotik jednotlivých plísní.

V minulosti byly infekce nejčastější příčinou úmrtí, a antibiotika toto nebezpečí výrazně snížila. Na druhé straně je třeba poznamenat, že to nebyly jen tyto léky, které změnily poměr sil mezi mikroorganismy a člověkem. Důležitou roli sehrála osobní a komunální hygiena, která výrazně snížila množství infekcí v našem životním prostředí. Potravinová hygiena pak rozhodujícím způsobem omezila rizika průjemových onemocnění vždy před několika staletími umíralo na střevní infekce každé třetí dítě. Některé infekce jsou „drženy na uzdě“ díky očkování.

Velké epidemie, jako mor nebo cholera, ztratily svoji údernou sílu známou ze středověku a také krysy, které tyto nemoci přenášejí, jsou proti dřívějším dobám celkem pod kontrolou. Do této chvíle pěji na antibiotika samou chválu, nyní ale musím trochu otočit.

Medicína a hlavně osvětoví medicínští pracovníci troubí na poplach před ztrátou účinnosti antibiotik. Není divu. Lékaři jich předepisují velké množství - pacienti užívají antibiotika velmi často a mnohdy zcela neadekvátně danému onemocnění. Tím postupně dochází ke změně v genovém fondu mikroorganismů, které si na tyto léky začínají zvykat, a tím pádem na ně nereagují. Brzy by se tak mohlo stát, že se objeví celá řada nezvladatelných infekcí. Ovšem zatím se tento problém paradoxně řeší vynalézáním dalších a dalších typů antibiotik.

My, kteří se věnujeme detoxikaci, však upozorňujeme ještě na další nebezpečí antibiotik - vznik toxických reziduí. Antibiotika se totiž do lidského organismu nedostávají jen v podobě léků, ale také ze životního prostředí a z jídla. Příčinou je zejména přidávání antibiotik do krmení ve velkochovech, které by jinak mohly být zničeny infekcí. Setkáváme se s tím nejen u drůbeže, ale například i u včel nebo skotu.

Do potravního řetězce se ovšem antibiotika dostávají také z vody právě do vody totiž nadužívané léky odcházejí, a to močí a stolicí. Do dětského organismu se pak antibiotika často dostávají již z těla matky v průběhu těhotenství a kojení. Situace je daleko kritičtější, než se snaží hlásat výrobci probiotik, neboť žádný *Lactobacillus* není schopen překonávat vliv reziduí antibiotik. Reziduální antibiotika, tedy v našem pojetí toxická zátěž, mají pro organismus dvojitý důsledek.

Za prvé - některá antibiotika jsou genotoxická, tedy zatěžují epigenetické prostředí a působí na funkci genů, čímž může dojít k narušení jakékoli funkce v těle. Antibiotikum pak může být ve svém důsledku i příčinou vážných chorob, které vznikají právě vlivem narušení genové funkce. Může jít o různé nervové, onkologické, psychické či autoimunitní problémy.

Za druhé - antibiotika podporují růst plísní. Nejde tedy tolik o nebezpečí z aktuálně užívaných antibiotik, kdy se může objevit například plísňové onemocnění gynekologického ústrojí; hovořím spíše o chronické zátěži rezidui antibiotik a chronické plísňové infekci.

Následkem tohoto zaplísnění je totiž velká část lidské populace téměř od narození ekzematická. Možná že to bude pro mnohé velkým překvapením, ale já antibiotika pokládám za příčinu obrovského nárůstu výskytu ekzému v dětské populaci. Tento vzestup začal být markantní právě až v éře masivního užívání antibiotik, tedy v šedesátých a sedmdesátých letech 20. století.

Jak je ale možné, že se s tímto problémem děti již rodí? Z organismu matky, která v sobě nosí rezidua antibiotik a obvykle také často zápasí s plísňovými infekcemi, jsou plísně předávány do organismu plodu a ten se pak s plísňovou zátěží narodí.

V případě ekzému plísně nenapadají přímo kůži, ale rozmnožují se v lymfatickém systému a toxiny, které jsou tímto způsobem produkovány, se zvláště u dětí vylučují přes kůži, která je velice jemná a velmi tak trpí. Pokud k tomuto jevu přistoupí ještě alergie, vzniknou alergické reakce na plísně a jejich toxiny a stav se výrazně zhoršuje. Již poškozená kůže je často infikována dalšími mikroorganismy, čímž dojde k takzvané impetiginizaci (druhotné zhnisání) ekzému.

Plísně se velmi často nachází i ve střevním traktu, kde působí nadýmání a poruchy trávení. Jejich výskyt je také typický zvýšenou chutí na sladké, která může dosáhnout až drogového charakteru, kdy je člověk nevladatelně nucen pojídat sladkosti. To je dáno tím, že plísně spotřebovávají cukr potřebný k jejich rozmnožování, a nutí tak člověka zásoby cukru doplňovat.

Antibiotika jsou rovněž příčinou chronických vaginálních zánětů a výtoků. Jak střevní, tak vaginální plísňové problémy mohou mít ještě další příčiny, například to bývá porucha metabolismu glutenu, jejímž vlivem je narušena kvalita sliznic.

V boji proti plísním pomůže především preparát ATB, který vylučuje z lidského organismu rezidua antibiotik. Pomáhá rovněž při poruchách epigenetického prostředí, výskytu plísní ve střevech, gynekologických zánětech a především ekzémech.

Pochopitelně stejně jako jiné léky a vůbec všechno na světě mají i antibiotika svá pro i proti. Ovšem problém je v tom, že naše společnost se snaží různé medicínské postupy líčit jen v tom nejlepším světle a závažné negativní důsledky jsou zamlčovány. Je třeba říci, že antibiotika zachraňují lidské životy a pro moderní společnost jsou jistě neodmyslitelným lékem, musíme však mít stále na paměti, že jejich rezidua jsou pro lidský organismus nebezpečná, přinejmenším velmi nepříjemná.

Jelikož zátěži antibiotiky se nevyhne nikdo z nás, měli bychom do pravidelné detoxikace zařazovat preparát ATB, a to alespoň jedenkrát ročně. Rozhodně by měl být užíván po každé léčbě antibiotiky. Chronické vaginální záněty, střevní plísně, cysty v prsní žláze či na vaječnicích, ekzémy a poruchy epigenetického prostředí - to vše jsou problémy, které pomáhá řešit preparát ATB. Předepisují jej asi jedné třetině pacientů, kteří navštíví mou ordinaci.

Metabolity

Mnoho jídel způsobuje mnoho chorob.

Seneca

Toxiny vznikající v našem organismu při zpracování potravy nazýváme metabolické toxiny. V lidském těle probíhá velice složitý děj, který se nazývá metabolismus neboli látková výměna. Jak již český název napovídá, má tento děj za úkol nahradit staré látky, které tvoří různé buňky a tkáně, novými a také má dodat lidskému organismu zdroje pro energetické procesy.

Víme, že se lidská strava - ať je jakkoliv složitá a komplikovaná - skládá ze základních stavebních kamenů, a to rostlinných bílkovin, živočišných bílkovin, rostlinných tuků, živočišných tuků, jednoduchých cukrů a složitých cukrů neboli uhlohydrátů. Nejkomplikovanější pro zpracování jsou v lidském organismu bílkoviny. Uvědomme si, že každá bílkovina se vůči lidskému organismu chová jako bílkovina cizí, a není s ním tedy kompatibilní. Musí se rozložit na jednotlivé stavební kameny, které pak mohou být organismem zpracovávány.

Nebudu se zabývat podrobnostmi kolem metabolismu bílkovin - to ponechám každému k individuálnímu studiu -, ale obecně mohu říci, že v průběhu lidského života zcela jistě dochází k poruchám metabolismu, tedy k poruchám zpracování těchto potravin. Mnozí lidé zaměňují metabolismus za trávicí procesy odehrávající se v trávicím traktu. Ty jsou pro metabolismus nepochybně také důležité, neboť rozkládají potraviny na jednodušší částice, které pak mohou být přes střevní stěnu vstřebávány. Vstřebávání je další proces, který je pro lidský organismus důležitý, u žádného z těchto procesů však nejde o metabolismus.

Samozřejmě že dochází k poruchám trávicích procesů, které probíhají prostřednictvím rozměňování potravy, působením trávicích enzymů a kyselin a nakonec - a to především - účinkem mikrobiální flóry ve střevech. Při poruchách trávení je zpracování potravy obtížné a dochází k různým problémům spadajícím ovšem do jiné kategorie. Rovněž se můžeme setkat s poruchami vstřebávání, především vitaminů a stopových prvků, což má pro správné fungování našeho organismu také zásadní význam.

Metabolismus je ale děj, při němž nejen vznikají prvky zpracovatelné pro naše tělo - ať už je to energie nebo základní stavební kameny našich buněk a tkání -, ale také se odbourávají potraviny přebytečné. Ty se rozkládají na prvky, které pak mohou být vylučovány ledvinným systémem, ale samozřejmě i střevem. Metabolismus je zajišťován specifickými enzymy, jichž se v organismu vytváří obrovské množství, a některými hormony.

Tyto látky, tedy enzymy a hormony, jsou vytvářeny podle genetické matrice a právě zde dochází velmi často k poruše. Genové informace bývají narušeny vlivem epigenetického prostředí, a může se tedy stát, že jak enzymy, tak příslušné hormony nejsou vyrobeny v kvalitě potřebné pro metabolický proces. Vlivem poruchy enzymů či hormonů pak dochází k metabolickým problémům - potraviny či staré tkáně nejsou odbourávány až do vylučitelných částic a zůstávají v organismu na úrovni toxického metabolismu.

Jako příklad může sloužit známá choroba dna, při níž kvůli metabolické poruše není kyselina močová odbourávána do podoby, ve které ji mohou ledviny vylučovat. Proto se

hromadí v organismu, v podobě krystalů se usazuje v kloubech a narušuje je, poškozuje cévy a způsobuje záněty.

Tyto poruchy metabolismu není možno zaměňovat například s celiakií, kdy v organismu vznikají toxické látky z obilné bílkoviny lepku, a to přímo při jeho vstřebávání, což v těle vyvolává vznik imunologicky prokazatelných protilátek.

U poruch metabolismu, o nichž hovoříme, protilátky nevznikají; jen v některých případech lze zachytit zvýšenou hladinu metabolitu. Tak se to děje v případě kyseliny močové nebo tuků, jako je cholesterol, triglyceridy a lipidy, nebo v případě cukru při selhávání inzulínu. Poruchy metabolismu bývají nejčastější příčinou různých zdravotních poruch. Jak je obecně známo, poruchy metabolismu tuků mají za následek zvyšování hladiny tuků v krvi a jejich usazování ve stěně cévní, porucha metabolismu cukru vede ke zvyšování hladiny cukru, který působí toxicky na nervový systém i další orgány. Ale poměrně složitou otázkou jsou poruchy metabolismu živočišných a rostlinných bílkovin.

Při poruchách metabolismu živočišných bílkovin vznikají v našem organismu puriny či kyselina močová a další látky, které působí toxicky nejen na kloubní a cévní systém, ale podle mnohých zjištění lze předpokládat, že mají vliv i na vznik nádorů. Ostatně je známo, že vegetariáni trpí méně často vznikem zhoubných a nezhoubných nádorů. Metabolity živočišných bílkovin poškozují nervový systém, ucpávají lymfatický systém a mají mnohé další negativní účinky. Živočišné bílkoviny požíváme nejčastěji ve formě masa, ale také jako mléčnou bílkovinu kasein. Ani o jedné bílkovině se nedá říci, že by byla zdravější. Obě totiž mohou přinášet organismu různé potíže.

Bohužel požívání masa a mléčné bílkoviny má v naší společnosti velkou popularitu a vytvářejí se z nich velmi chutná jídla. Proto jen velmi malá část populace je schopna dodržovat vegetariánskou dietu, eventuálně dietu bez kravského mléka; počet takových lidí se v naší populaci odhaduje na jedno až dvě procenta. Není tedy velká naděje, že by lidé byli schopni řešit problémy metabolismu pomocí diety.

Ještě složitější je otázka rostlinných bílkovin, kde hlavní problém spočívá v metabolismu pšeničné bílkoviny glutenu. Požívání pšenice - a s ní tedy i pšeničného glutenu - patří mezi základní stravovací návyky evropské populace, a byť se v poslední době rozmáhá mnoho potravin bezglutenových nebo bez glutenu pšeničného, je to obecně téměř neřešitelný dietologický problém.

Jistě je zajímavé, že se hovoří o pšeničném glutenu nebo o kravském kaseinu, a tak to může vypadat, že pšenice nebo kravské mléko jsou jedovaté a mnohem problematičtější než jiné potraviny tohoto druhu. To ovšem není možné tvrdit. Problém s jejich metabolismem vzniká v našem organismu ze zcela prostého důvodu: naše strava je na tyto potraviny úzce zaměřena, a tudíž je konzumujeme v nadměrném množství. Navíc vlivem dlouhého šlechtění jsou zmíněné suroviny oproti těm dřívějším výrazně geneticky změněny. A konečně problém tkví i v průmyslovém zpracování potravin: u mouky její vymílání a koncentrace glutenu, u kaseinu zpracovávání do sýru a jiných mléčných koncentrátů.

Špatný metabolismus pšeničného glutenu způsobuje prostřednictvím centrálního nervového systému imunitní poruchy, především autoimunitní program. Samotný gluten se nezpracovaný usazuje v různých tkáních, jako jsou sliznice střeva a dýchacích cest či nervová vlákna, a v mnohých jiných orgánech. Ze zkušenosti lze říci, že je nejčastější příčinou chronických zdravotních poruch v naší populaci. Zároveň je příčinou téměř nezničitelnou. Při

detoxikaci metabolitů je třeba zdůraznit, že samotná dieta, tedy vyloučení problematické potraviny, vede jen ke zpomalení celého procesu, ale málokdy k vymizení těchto problémů.

Tkáně se usazených metabolitů dobrovolně nevzdávají a ty v nich nadále toxicky působí. Imunitní systém se k těmto látkám již nevrací a nesnaží se je z organismu vyloučit, což je důvod, proč diety mnohdy zklamou. Slibují totiž vymizení problému, ke kterému ovšem nakonec nedojde, i když je konkrétní porucha metabolismu i příslušná potravina stanovena správně. Proto vedle diety, ke které se někteří lidé hlásí dobrovolně, využíváme detoxikačních preparátů, které vedou k odstranění těchto toxických metabolitů.

Především je to preparát METABEX, komplex, který řeší usazování řady metabolitů. Ze specifických preparátů jmenujme například CHOLESTERIN, určený k odstraňování důsledků poruch metabolismu živočišných tuků, a preparát GLI-GLU, který slouží k odstranění právě glutenových metabolitů. Důležitý je i preparát METABOL, který odstraňuje určité poruchy metabolismu jako celku, ale jak již bylo řečeno, řada poruch vzniká především kvůli genové chybě, respektive chybnému epigenetickému prostředí. Takovou poruchu je pak třeba odstranit právě vyčištěním epigenetického prostředí, a to především od radioaktivních látek a těžkých kovů, tedy pomocí preparátů IONYX a ANTIMETAL.

Při detoxikaci jednotlivých orgánů, systémů a problémů budeme často narážet na metabolity, protože jak už jsem řekl, chronické zdravotní problémy souvisí prakticky vždy s poruchou metabolismu. Jestliže jsme vybaveni bezproblémovým a bezchybným metabolismem, máme šanci se dožít vysokého věku ve zdraví. Porucha metabolismu totiž vždy přináší zdravotní problémy. V některých případech je metabolismus ovlivněn i zásahem autoimunity, jako v případě narušení beta-buněk coby producentů inzulínu či narušení štítné žlázy. Proto se otázka metabolismu prolíná celou detoxikací. A přestože sami nemáme vůli, abychom dodržovali diety, které lze celkem snadno zjistit prací s přístrojem SALVIA, neopomínáme tuto okolnost sdělovat druhým. Každý je pak svého štěstí strůjcem, každý může do svého života významně zasáhnout.

Samozřejmě se můžeme pozastavit nad otázkou, proč se u člověka jakožto savce vyskytují poruchy metabolismu v tak velké míře, když v přírodě nejsou tyto poruchy nijak častým problémem, nijak častou příčinou onemocnění savců. Pravděpodobný důvod zřejmě spočívá v tom, že člověk se jako savec živil ve své původní podobě spíše jednostrannou stravou. U masožravých je to tradičně maso a u býložravců zase rostlinná strava. Člověk, jehož vývojové kořeny jsou svázány s lidoopy, začínal svou ontogenezi na rostlinné stravě v podobě kořínků, výhonků, listů a plodů, jako je ovoce, ořechy a podobně. Stejně jako dnešní primáti svou stravu doplňovalo hmyz a snad i drobné živočichy. V průběhu vývoje lidského rodu však došlo k nesmírnému vzdálení od této původní skladby potravy, a tím pochopitelně i k přizpůsobení člověka různým potravinám, které si byl schopen na zeměkouli zajistit.

Člověk je schopen přežít stravu čistě živočišnou - jako například Eskymáci - či stravu rostlinnou, jak to dělají některé přírodní národy či Japonci po několik století. Obvykle však zvládá stravu smíšenou, s převahou jedné nebo druhé složky, a zdánlivě se s tím velmi dobře vyrovnává. Úmyslně používám slovo zdánlivě, protože ve skutečnosti se organismus s touto stravou vyrovnává jen velmi obtížně, neboť enzymatická a hormonální výbava není tak dokonalá, aby unesla velké množství této stravy. Problémy působí i její průmyslové zpracování, především její koncentrace, jako je tomu u mouky, sýrů, rafinovaného cukru a jiných koncentrátů.

V mytologii se tento problematický akt přechodu na velice chutnou, ale nebezpečnou stravu odráží v mýtu o Prométheovi, který daroval lidstvu oheň a byl za to olympskými bohy trestán. Odstartoval tak možnost lidstva měnit svou stravu až k něčemu, co s přírodou nemá mnoho společného. V křesťanské mytologii pak tato změna nastupuje v okamžiku, kdy Adam pozře jablko a vytvoří tak závislost lidí na jídle.

Problémy metabolismu se liší podle stravovacích zvyklostí té které civilizace a tu současnou, euro-americkou, lze bezesporu označit za glutenovo-masovo-tukovou. Z hlediska nejčastějších poruch metabolismu jsou to právě tyto tři potraviny, které člověku způsobují nejvíce problémů. Uvádí se, že více než 60 % obyvatel Evropy trpí poruchou metabolismu glutenu a mé zkušenosti tomu odpovídají. U chronicky nemocných lidí je to dokonce více než 90 %.

Jak již jsem řekl, špatně metabolicky zpracovatelný pšeničný gluten způsobuje poruchy centrálního nervového systému projevující se jako poruchy imunity a je například hlavní příčinou poruch center rozhodujících o autoimunitním programu centrálního nervového systému. Napadá však i periferní nervový systém, především periferní nervstvo, tedy kranální a spinální nervy. Gluten mění metabolismus, ale je schopen narušit i funkčnost vlastních tkání, tedy především sliznic gynekologického ústrojí, dýchacího ústrojí či trávicí trubice. Pšeničný gluten zasahuje v centrálním nervovém systému i emoční centra, takže jej nacházíme i u poruch emocionality, tedy u depresí, úzkostí a jiných emocionálních poruch. Těžko bychom hledali oblast, kterou pšeničný gluten nepostihuje, a jeho škodlivý účinek je tím horší, v čím mladším věku se začne projevovat.

Tuky a cévní systém, to je velmi známá problematika. Dvě třetiny obyvatel středního a staršího věku trpí touto metabolickou poruchou a komplikacemi způsobenými následnou poruchou cévního systému. Ta se může projevit jako arterioskleróza s cévní mozkovou příhodou nebo infarkt koronárních artérií či obliterující arterioskleróza cévního systému horních či dolních končetin.

Problematika metabolismu živočišných bílkovin, především bílkovin masa, je nejkomplicovanější. Současná věda však v podstatě odmítá větší souvislosti této poruchy metabolismu s mnohými chorobami, které se vlastně kromě zmíněné dny ani nediagnostikují. Moje zkušenost však ukazuje, jak už bylo řečeno, na souvislosti s touto poruchou a zhoubnými nádory, kdy reduktivními procesy trávení vznikají v tlustém střevě karcinogenní látky a ty působí mutageně na lidský genový systém. Poruchy metabolismu živočišné bílkoviny lze konstatovat při některých nervových degenerativních procesech, ale především při vzniku zhoubných nádorů.

V podstatě není velký problém přesvědčit kohokoliv, že se v lidském organismu hromadí toxiny, pocházející vesměs z poruch metabolismu. Ovšem daleko větší problém je dát tyto toxiny do souvislosti s nemocemi. Tomu se lidé brání - většinu popsaných poruch metabolismu neuznávají a nechtějí vidět ani spojitost mezi přítomností těchto toxinů a různými nemocemi. Obecně jsou uznávány pouze do očí bijící, zjevné vztahy, jako například negativní vliv tuků na cévní systém. Mé zkušenosti z celostní medicíny však ukazují velmi příčinnou souvislost. Zároveň pocítují jistou skepsi - změna stravování lidstva není reálná, a tudíž i preventivní boj s celou řadou nemocí nemá příliš šancí.

Hlavní pozornost pak zůstává upřena na chybné chemické zpracování potravy v důsledku této poruchy. V některých případech se sice může jednat pouze o problém takzvaně povrchový, tedy řešitelný dietou nebo jednoduchým opatřením. Většinou však jde o poruchu

funkce genového systému způsobenou nejčastěji epigenetickým prostředím. Není tedy příliš reálné, že by do řešení poruch metabolismu mohla nějak výrazně zasáhnout genová terapie.

Detoxikace ale dokáže epigenetické prostředí změnit, čímž dává šanci ke změně chování genu - a tedy k opravě této metabolické poruchy. Znovu si připomeňme, že velmi záleží na věku, v němž začnou metabolity působit - čím ranější stadium lidského vývoje, tím je jejich vliv zásadnější, přičemž za nejranější fázi můžeme považovat nitroděložní vývoj. Je-li plod vystaven vlivu jedovatých metabolitů, přináší si do začátku života různé zdravotní poruchy a problémy. Jestliže se přidá ještě samotná porucha metabolismu, vzniká natolik chronická problematika, že se s ní pak organismus může potýkat dlouhá léta, někdy i po celý život.

Životní start do prostředí bez toxické metabolické zátěže a dobrý metabolismus v raných dětských letech, to je celkem dostupné přání. Vyžaduje však velké změny ve stravovacích návycích jak těhotných žen, tak především dětí. Zásady již byly řečeny: za velmi kritické potraviny považujeme pšeničný gluten, živočišné tuky a živočišné bílkoviny.

Místo detoxikace v našem životě

I cesta tisíc mil dlouhá začíná prvním krokem.

čínské přísloví

Již taoističtí myslitelé, kteří žili před několika tisíci lety, se ve svých filosofických úvahách ptali: „Co je důležitější: tvé tělo - nebo tvé peníze?“ Odpověď je, myslím, jednoznačná. Problém ale spočívá v tom, že u peněz víme, jak je vydělávat a co s nimi udělat, ale jak nakládat s vlastním organismem, aby fungoval co nejefektivněji, bezproblémově a dlouhodobě, to netušíme. Nikde ve školách se neučí, jak prakticky žít a co dělat, abychom skutečně uměli posunout zdraví na první místo našeho hodnotového žebříčku a stále o tom jen nemluvili, doufajíc, že nás choroba nepostihne, že budeme výjimkou. A tak se zdravím hrajeme loterii, kolo štěstí, a doufáme, že nám budou padat jen šťastná čísla.

Ve skutečnosti tomu tak ale není, a my můžeme jen přihlížet, jak pronikavě stoupá množství alergií. Jen v České republice je dnes na 200 tisíc alergických dětí a každým rokem přibývají další deseti tisíce. Již každé sedmé dítě trpí alergiemi a nemocemi, které s nimi souvisejí. Stoupá počet cévních onemocnění a rakovin, a to především v nižších věkových skupinách. Prudce se zvyšuje množství výskytu *diabetes mellitus*. Narůstá množství depresí a prožít život bez deprese se dnes v některých zemích pokládá za veliké štěstí.

Současná medicína dokáže chronicky nemocné lidi udržovat při životě a zbavovat je utrpení, nedokáže však zabránit vzniku těchto zdravotních problémů, a tak obvykle jen přihlíží nárůstu různých typů onemocnění. Tento nárůst nepochybně souvisí s civilizací samou, se změnami v našem životním prostředí a životním stylu, s přejídáním, omezováním pohybu atd. Souvislost ovšem nacházíme i v lidské psychice - zejména nároky na psychiku se totiž v životě moderní společnosti oproti dřívějším dobám výrazným způsobem mění.

Důsledkem toho všeho je, že člověk prodělává celou řadu změn souvisejících s civilizací, změn, které postupují příliš rychle, než aby se jim člověk stačil přizpůsobovat. Proto jsem optimista, mám-li se vyjádřit k budoucnosti metody, kterou dnes nazýváme detoxikace - a úmyslně říkám dnes, protože sama metoda v sobě ukrývá celou řadu možností a slovo detoxikace tyto možnosti zdaleka plně nevystihuje.

Prvním cílem detoxikace je zbavit organismus různých druhů hmotných toxinů. Hmotné toxiny, k nimž počítáme jak toxiny našeho životního prostředí, tak toxiny mikrobiálního původu, mění funkčnost tkání, a tím ohrožují náš zdravotní stav. Příliš zatížená tkáň vykazuje poruchy funkce, proto je nejlépe začít s odstraňováním toxinů již v prostředí organismu matky, tedy v době prenatální. Toxiny přítomné v těle matky totiž mohou závažným způsobem ovlivňovat vývoj i funkci tkání a orgánů novorozeného organismu. Řada toxinů je genotoxických - mění tedy nejen strukturu, ale především funkci genů. To má za následek poruchu ve vývoji funkcí různých orgánů.

Přítomnost toxinů - zejména v nervovém systému - mění psychiku i využívání nervového systému - paměť, schopnost učení, schopnost soustředění atd. Dítě, které je od narození plačtivé, neklidné, nespí, špatně snáší potravu a tak dále, je dítě toxicky zatížené, jehož nervová soustava vykazuje známky trvalého podráždění. Děti, které jsou nesoustředěné, hyperaktivní, trpící dyslexií, dysgrafií, diskalkulií, děti s poruchami v emocionální oblasti, agresivní, úzkostné, to vše jsou děti, jejichž organismus je zatížen toxiny z těla matky. Dítě s oslabenou imunitou, které je stále nemocné, trpí častými infekcemi, rozvíjí se u něj alergie,

autoimunitní nemoci, ekzémy, astma, laryngitis a podobné zdravotní problémy, si přináší na svět zátěž toxiny z těla matky.

Další odstraňování toxinů pak musí být průběžné, nepřetržité. V běžném životě bychom asi pokládali za zcela nelogické, kdybychom čekali, až se ve městě nahromadí tolik odpadků, že lidé onemocní morem, cholerou či jinými infekcemi, a pak teprve odpadky odvezli a opět čekali, až se město zamoří odpadem. Stejně tak by nám přišlo nelogické, kdybychom se nemyli, nedodržovali hygienu a vyčkávali, až se na našem těle objeví vyrážky, svrab, boláky či jiné důsledky nečistoty, a pak se teprve umyli a chvíli dodržovali hygienu, abychom toho vzápětí nechali a opět vyčkávali. Obdobným způsobem ale lidé se svým organismem zacházejí, a i když se rozhodnou k detoxikaci, velmi často je to pro ně jen činnost nárazová, nesystematická. Dál čekají, až se organismus zanesse toxiny a oni onemocní - pak teprve začínají detoxikaci brát vážně.

Kvalitu života nejen v dětském a mladém věku, ale i ve věku velmi pozdním lze detoxikací velmi výrazně ovlivnit. Hovořím zejména o mentálních možnostech starého člověka, jeho emocionalitě a pohybových možnostech, což jsou rozhodující faktory pro hodnocení kvality života. Nahromadění toxinů ve starším a starém věku je zákonité, stejně jako je logická zvýšená citlivost tkání na toxin, respektive snížená odolnost.

Člověk, který chce provádět odstraňování toxinů ze svého organismu, může v současné době řešit tento problém třemi cestami.

První představuje cestu změn v životním stylu, to znamená především používání biopotravin - tedy potravin nezatížených chemikáliemi a jinými přídatnými arteficiálními látkami -, změny v jídelníčku a odstranění potravin zahleňujících a těch, které lze označit jako hlavní hráče ve hře zvané metabolická porucha. Mouka, cukr, živočišné tuky, velké množství škrobu, živočišné bílkoviny, to jsou potraviny, které toxicky zatěžují a ničí lidský organismus. Pohyb, mentální cvičení a domácí očistné procedury, jako je sauna nebo čaje z léčivých bylin, to je cesta, kterou se můžeme vydat sami, i když je namáhavá a náročná.

Druhá cesta představuje využití detoxikačních preparátů, které byly vytvořeny k odstraňování toxinů z lidského organismu. Vydáme-li se touto cestou, budeme si muset osvojit mnohé o funkci lidského organismu, o toxickém vlivu různých látek i naší psychiky, zkrátka bude třeba věnovat velké úsilí pochopení celého procesu nazvaného řízená a kontrolovaná detoxikace. Ke zvládnutí tohoto procesu slouží vysvětlující literatura, kurzy detoxikace, letní školy, semináře, konference, kongresy, zkrátka celý systém výuky, který také umožňuje stát se detoxikačním poradcem. Člověk se ale může „jen“ stát znalcem vlastního organismu, může pochopit sám sebe i to, co je třeba dělat, aby nebyl pouhou loutkou v rukou společnosti nebo přírodního prostředí.

Další možností je využívání detoxikační řady BIOHARMONI. V této řadě je soustředěna většina znalostí získaných dlouhodobým studiem a zkušeností tisíců lidí, kteří procesem detoxikace prošli. Základní řada preparátů BIOHARMONI je z lidského organismu schopna odstranit většinu nejzávažnějších toxinů.

Pod souhrnným názvem „řízená a kontrolovaná detoxikace“ se však nenachází jen tato vlastní detoxikace čili užívání detoxikačních preparátů. Další, neméně důležitou složku představuje zvládnutí práce s přístrojem SALVIA, který je vyroben na základě objevu doktora Reinholda Volla. Tento přístroj spolu s dovedností jeho uživatele a diagnostickým

počítačovým programem EAM Set dává obrovské možnosti kontrolovat kvalitu chodu lidského organismu.

Biochemické procesy a jiné fyziologické pochody je možné kontrolovat pomocí současných laboratorních metod, kvalitu struktury tkáně pak pomocí rentgenu a ultrazvuku. Pro toxické zatížení tkání ovšem žádnou oficiální metodu nemáme, neboť jediná možná toxikologická analýza je obvykle proveditelná až na tkáních mrtvého jedince. Funkčnost tkání v závislosti na zatížení lze sledovat výhradně přístroji založenými na principu metody doktora Volla.

Pojďme se podívat na možnosti spojení přístroje SALVIA s diagnostickým programem v počítači. Základní výchozí údaj pro detoxikaci je přehled jednotlivých orgánů a tkání, tedy anatomický přehled. Práce s tímto přehledem nám umožňuje vyhodnotit funkčnost, respektive toxické zatížení celé řady orgánů a tkání. Ve spojení s různými toxiny pak umožní nejen diagnostiku narušené funkce orgánu či tkáně, ale i určení toxických důvodů této narušené funkce.

Přístroj lze samozřejmě využít i ke kontrole vlivu různých toxických zátěží na náš organismus. Můžeme tak kontrolovat potraviny, kosmetické prostředky, ale i předměty, které nás obklopují, jimiž vybavujeme byt apod.

Jestliže po vložení této látky do diagnostické misky přístroje SALVIA zjistíme pokles ručičky na měřicí škále, můžeme si být jisti, že ve zkoumané látce jsou toxiny, které zapůsobí nepříznivě na náš organismus. Pomocí diagnostického programu se můžeme přesvědčit, o které toxiny se jedná. Tímto způsobem lze snížit přísun toxinů do našeho organismu, respektive zbavit se toxinů v látkách, jejichž přijímání můžeme ovlivňovat.

Jestliže máme možnost kontroly toxinů, které se v našem těle usadily a které organismus nebyl schopen spontánně vyloučit, jestliže máme možnost pomoci našemu tělu tyto toxiny odstranit, získáváme kontrolu nad funkcí našeho organismu. Jeho vyrovnané vnitřní prostředí je důležité nejen pro správnou funkčnost všech orgánů, ale i pro optimální funkci lidské psychiky, která je nezbytná pro pocit štěstí, spokojenosti, optimismu a další pozitivní emoce.

MOCNÁ SÍLA LIDSKÉ PSYCHIKY

*Kdo nemocí trápen nikdy nebývá?
Kdo v radosti neustále přebývá?
Říkej si: moje štěstí s nouzí mou
se střídají jak léto se zimou.*

Citová potrava je stejně důležitá jako ta fyzická

Klid je posilou těla a potravu skýtá i v duchu, obojí trmácí však přílišná svízel a strach.

Ovidius

Myslím, že stejně jako si vydobyla místo na slunci chirurgie nebo jak vnímáme oční lékařství, gynekologii či další obory, tak by měla zaujmout odpovídající místo i medicína celostní. Snad jen v minulosti byl rodinný nebo praktický lékař v našich podmínkách určen k tomu, aby celostní medicínu prováděl. Tento obor se však naprosto odchýlil od nastolené cesty, a ta nyní zůstala volná pro nás, kteří jsme se rozhodli se po ní vydat.

Myslím si, že dávno vyzkoušenou podmínkou vývoje je konkurence. Kdyby existovala jen jedna žena na světě, pravděpodobně by jí nezáleželo na tom, jak se obléká, možná ani na tom, jak se chová, a ani na dalších věcech. Neměla by totiž soupeřky, tedy konkurenci, jež by jí přiměla vymýšlet stále nové a nové triky, kterými by nad rivalkami vítězila.

Také ostatní obory lidské činnosti se vyvíjejí díky konkurenci. Medicína má však zcela výjimečné postavení mezi ostatními lidskými činnostmi a dovednostmi, protože je velice hájenou oblastí, kde se konkurence nepěstuje. Již před mnoha lety bylo vyhlášeno dogma, podle něhož se musí medicína provádět. Odchylka od tohoto dogmatu se vždy trestala. Není to otázka posledního století - již pověstný lékař Paracelsus byl pronásledován za nezvyklé metody léčení. Na jedné straně to má negativní důsledky pro medicínu jako takovou, protože se vyvíjí izolovaně a její vývoj probíhá jen „v rámci jedné strany“, ostatní myšlenkové proudy nemají podporu a živoří jen na okraji mohutné řeky jménem medicína. Na druhé straně to přináší i svá pozitiva, která je třeba si uvědomit.

Lidský život je velmi vzácný a jeho ztráta nebo poškození zdraví má velký psychologický účinek. Homo sapiens si totiž jako jediný na tomto světě uvědomuje svoji existenci, své já, a proto poškození nebo ztrátu tohoto „jáství“ prožívají lidé daleko hůře než jakýkoli jiný živočišný druh na této planetě. Experimenty se zdravím a životem se proto nedoporučují.

Medicína na sebe vzala roli ochránce tohoto pravidla a hlídá, aby se zbytečně a neúspěšně neexperimentovalo. Toto vysvětlení by však platilo především pro nové, nevyzkoušené proudy medicínského myšlení, ne pro myšlenky prověřené tisíciletími, které jsou ve srovnání s řadou moderních postupů a myšlenek skutečně velmi bezpečné. Jen za můj medicínský pětatřicetiletý život se zkoušela řada vědeckých metod, které se posléze ukázaly jako neúspěšné nebo dokonce nebezpečné, a dnes po nich není vidu ani slechu. V rámci této „dohlížitelské“ funkce medicínští cenzoři potírají i přístupy, které by se měly spíše studovat než zakazovat.

Když schází konkurence

Vzpomínám, jak jedna moje kolegyně stála před komisí, která se měla vyjádřit k existenci metody EAV, tedy metody elektroakupunktury podle Volla. V komisi zasedali různí profesori a lékařští funkcionáři. Pouze jediný z nich, profesor Pafko, se vyjádřil v tom smyslu, že možná i jiné metody, než jaké si přítomní lékaři představují, mohou mít smysl pro zdraví člověka, a nemělo by se proto bránit jejich využívání, jestliže zcela jistě nepoškozují zdraví ani lidský život. Ostatní byli proti, přestože metodu prakticky vůbec neznali, nikdy se s ní nesetkali a ani ji nestudovali. Tento minipříběh ukazuje na postoje, k nimž vede absence konkurence.

Aby se člověk mohl vyjádřit k tak složité záležitosti, jakou je celostní medicína, měl by projít náročným studiem a měl by mít praxi ve všech oborech, jichž se týká. Po nástupu do nemocnice jsem musel projít chirurgií, internou, gynekologií, „infekcí“ a neurologií, než jsem mohl zakotvit u svého oboru - psychiatrie. Stejně tak by měl člověk postupovat, jestliže by existovala nějaká skutečná škola celostní medicíny.

Koloběh energie znali lépe

Starověcí lékaři věděli, že pokud mají účinně pomáhat nemocným lidem nebo jim nabídnout nějakou prevenci, musí zvládnout dvě věci. O jedné jsem již v minulých úvahách hovořil. Šlo o koloběh energie čchi, tedy jakési síly, která nesmí být v organismu blokována, zastavována. Jestliže je blokována, je to známka toho, že orgány, jimiž prochází, nejsou v pořádku. Jsou nemocné, ať už zjevně anebo skrytě. Koloběh energie čchi tedy není jenom podmínkou zdraví, ale zároveň je ukazatelem toho, zda všechny orgány jsou zdravé.

Začneme-li mít problémy třeba v meridiánu jater, znamená to, že játra nejsou v pořádku i v případě, že žádné zvláštní problémy necítíme a testy ukazují vše v normě. Problémy, jež porucha v meridiánu jater způsobuje, nemusí znamenat, že v budoucnu játra onemocní, patrně však onemocní některý orgán s játry spojený. Můžeme očekávat, že v budoucnu budeme mít problémy s očima, nervovým systémem nebo se setkáme s poruchou metabolismu tuků či duševními problémy souvisejícími s játry.

Když se nám těžce dýchá

Dítě trpící ekzémem, tedy kožním onemocněním, je podle statistik výrazně ohroženo astmatem. Existuje skutečně asi třetina dětí, jež mají chronický ekzém a astmatem onemocní. Ekzém jako kožní onemocnění souvisí s plicemi. Blokáda čchi v plicním meridiánu signalizuje, že v plicích existuje problém, který současná medicína a všechny vyšetřovací metody včetně magnetické rezonance, CT, rentgenu a laboratorních testů ještě nedovedou zachytit.

My však o problému víme a umíme ho pojmenovat. Tento plicní problém, tento důvod blokády energie čchi vede ke vzniku ekzému. Z ekzému se ale astma nevyvine, jestliže se podobný problém nevytvoří v játrech. Dojde-li k blokáde čchi v játrech, a tudíž k přítomnosti důvodu blokády, ovlivní to kvalitu a funkci periferního nervového systému a ten ve spojení s plicním neduhem dává předpoklad vzniku bronchiálního astmatu. Celostně lze nejen poměrně snadno vyléčit ekzém a odstranit blokádu energie čchi v plicích, ale i preventivně odstranit tento nedostatek v játrech, a tím naprosto zamezit vzniku astmatu. Nejde tedy, jak si medicína představuje, o jev, který by šlo ovlivnit jen podáváním léků s poměrně drastickými vedlejšími účinky, nebo jakési varování. Tyto potíže mají svůj konkrétní význam.

Poruchy z nedostatku citové potravy

Druhou oblastí, v níž starověká medicína daleko přesahovala současné znalosti, je psychika. Uvědomujeme si, že psychika hraje výraznou roli v našem zdravotním stavu, ale máme-li to říci upřímně, neumíme s tím moc dělat. Podvědomě odmítáme dokonce i zjišťovat, co slovo „psychika“ vlastně skrývá. Jak si ještě později vysvětlíme, kořeny poruch psychiky vznikají vždy v útlém dětství, a dokonce i v době prenatální, tedy před porodem.

Tyto příčiny poruch psychiky můžeme nazývat buď citovou deprivací, a to tehdy, jestliže se nám nedostává „citové potravy“, kterou nutně potřebujeme ke svému psychickému vývoji,

protože se okolí domnívá, že potřebujeme jen dostatek fyzické potravy, aby se vytvořilo naše tělo. Druhý, ještě rafinovanější problém vývoje psychiky je blokový emocionální konflikt. V průběhu psychického vývoje, a to i prenatálního, vznikají různé emocionální reakce na naše okolí, které se mnohdy neshodují s našimi potřebami odpovídajícími konkrétnímu věku a situaci. Emocionální podněty se tak stávají problémem, jenž v sobě ukládáme do „emocionálního skladiště“. V něm se nikdy neztratí, ale také není možné se v nich „přehrabovat“ a jen obtížně se s nimi pracuje. Tomuto skladišti říkáme blokový emocionální konflikt.

Zmíněná psychická úskalí, která vznikají v průběhu vývoje, mají za následek další psychické reakce, jsou zodpovědné za následný emocionální vývoj a také za chování jedince vůči druhému pohlaví, světu, nadřizným, zkrátka za emocionální řešení různých situací. Starověcí filosofové a lékaři o tomto problému věděli a vytvářeli celou řadu mentálních cvičení, která byla zaměřena na jeho odstranění. Nevyřešené psychické potíže totiž dokážou blokovat koloběh čchi stejně jako fyzické neduhy.

Abych tento aspekt opravdu do hloubky poznal, pravděpodobně jsem musel projít kariérou psychiatra a dvacet let se psychiatrií, a tudíž lidskou psychikou, zabývat. Myslím, že to byla velmi dobrá škola k tomu, abych pochopil, jak pracovat s lidskou psychikou a jaké důsledky pro lidské zdraví mají její poruchy.

Pravda versus bludy

Při práci v jedné psychiatrické léčebně jsem měl jako mladý lékař v péči na oddělení ženu, která podle vyjádření bývalého manžela říkala jen samé naprosté nesmysly - vrátila se tehdy z Karlových Varů s tím, že se bude vdávat za amerického milionáře, který vyrábí rakety určené pro lety do vesmíru. Ženě bylo tehdy tak padesát let a nebyla žádnou atraktivní krasavicí, takže člověka nenapadlo, že na tom nějaké to zrnko pravdy bude. Léčili jsme ji z jejích bludů a po krátkém čase byla ochotna připustit, že nic z toho není pravda a že její bludy byly pravděpodobně součástí nějakého psychického onemocnění.

Jásali jsme nad výsledkem, když pojednou k bráně léčebny přijel velký automobil, z něhož vystoupil muž a špatnou češtinou vysvětloval, že si přijíždí pro jistou paní, která je právě pacientkou našeho ústavu. Je prý Američan, který pracuje pro kosmický výzkum. Hodlá si tuto paní odvézt do USA, protože mu zemřela manželka, jíž se dotýčná velmi podobá, a hlavně vaří naprosto stejně jako jeho nebožka. A to bylo pro amerického milionáře nejdůležitější v životě. Proto se rozhodl, že si svoji druhou manželku opět přiveze z Čech, odkud pocházela i jeho první paní.

Už ani nevím, jak jsme se tehdy tvářili. Osud ženy jsem pak sledoval ještě dobrých deset let. Šťastně a spokojeně žila v USA a já doufám, že na naše léčebné metody dávno zapomněla.

V zajetí psychiky

V bolesti není nic bolestnějšího než to, potlačuje-li se její projev. Slzy, jež polykáme, jsou mnohem trpčí těch, jež proléváme.

Marcus Tullius Cicero

Celostní medicína a její filosofie vycházejí z předpokladu, že vše v lidském těle existuje v souvislostech, jimž někdy rozumíme a jsme schopni je schematicky uvádět, jindy je jen tušíme a předpokládáme. Pracujeme-li s lidským organismem a chceme zlepšit jeho funkci, a tím i existenci člověka, nevyhledáváme jenom problémy, které se nám jeví jako souvztažné s nemocí, ale snažíme se odstranit i poruchy, v nichž souvislost nevidíme.

Detoxikační medicína vyžaduje spoluaktivitu nemocného, proto jsou i moji pacienti daleko lépe vybaveni představou, že nesmí být jen pasivními konzumenty, jakými jsou návštěvníci klasického lékaře. Věta: „Co já mohu udělat pro své zdraví?“ je nejčastější dotaz, který slýchám.

Zjevná propojenost

Člověk může ve jménu svého zdraví změnit především dvě oblasti. Za prvé způsob stravování a životní styl, za druhé sféry související s psychikou.

Jsou to snad nejdiskutovanější témata, která znám. Množství knih nabízejících zdravou stravu, zabývajících se psychohygienou, varujících před škodlivými návyky je a vždy bude v centru pozornosti lidí, kteří pro sebe chtějí něco udělat. I my se těmto tématům budeme v budoucnu věnovat. K vydání připravuji kuchařku, v níž prezentuji názory, které dnes zastávám v oblasti zdravé výživy. Daleko složitější otázkou zůstává psychika.

Dozajista žádný živočich na této planetě nemá tak komplikovanou psychiku jako člověk. Není divu, že podléhá různým poruchám. Ty vedou nejen ke zhoršení komfortu života, ale často i k narušení funkčnosti organismu. Propojenost mezi psychikou a jeho složitými funkcemi je známá, přestože ji medicína do značné míry takticky ignoruje. Myslím, že všichni by přitakali na dotaz, zda vnímají spojení mezi psychikou a stavem svého organismu. Jak však odpovědět na otázku: „Co mohu udělat pro svoji psychiku?“ Nedávno jsem tento dotaz vznesl na konferenci, které se zúčastnilo více než 200 zájemců. Názory se různily. Jeden hovořil o pozitivním myšlení, druhý o sebeúctě, třetí o relaxaci a další o uvědomění si lásky. Pokusme se zevšeobecnit okruhy, které se bazálně týkají našeho života.

Nabízí se útěk či otužení

Stres je soubor psychických a fyziologických pochodů, které vyvolává pocit ohrožení. Ten potřebujeme. Pokud bychom měli všechno jisté a nebyli žádným způsobem stimulováni ohrožením, upadali bychom do letargie, přestali se vyvíjet a mít zájem na zlepšování sebe sama i společnosti. Potíž nastává, je-li pocit ohrožení příliš intenzivní nebo doprovází-li člověka neustále a udržuje tak jeho organismus ve stavu stálé pohotovosti neboli sympatikotonie. Sympatikus je nervový systém sloužící k aktivaci organismu pro boj. Trvá-li pohotovost k boji příliš dlouho, hormony, které organismus vylučuje, i ostatní látky produkované ve stresu mění fyziologické pochody v těle. Dochází tak k rozvratu jeho řízení, tedy k ohrožení různých tělesných funkcí.

Ve stresu krystalizují i další jevy. Tvorba protistresových látek a ostatní protistresová opatření zvyšují spotřebu vitaminů, minerálů a stopových prvků. Organismus málo či špatně saturovaný těmito vitálními látkami z potravy začne trpět jejich nedostatkem, což vede k rozvratu funkce především nervového systému. V dlouhodobém a neovladatelném stresu rovněž klesá efektivita imunity. Chceme-li tedy pracovat na své psychice, učinit významná opatření při zvládnání chronických zdravotních potíží, musíme se zabývat chronickým stresem.

K vyřešení devastující stresové situace vedou jen dvě cesty. Jedna představuje útek - člověk z ní prchá i za cenu ztráty jiných výhod. Opouští manželství, práci, školu, tedy okolnosti, jež mu způsobují stres, který není schopen zvládat. Druhý, poměrně obtížný směr představuje otužování organismu vůči stresu. Znamená to, že si člověk ve svém žebříčku najde jiné než ty dosavadní hodnoty a úmyslně a vědomě se učí roli, která zcela mění jeho postoje ke stresující situaci. Přehodnotí tedy některé vlastnosti, začne jinak vnímat věci kolem sebe a chovat se odlišně v určitých situacích. Únik před stresem nebo vybudování nové osobnosti s novými vlastnostmi jsou činnosti, které můžeme doporučovat v zájmu změn psychiky při řešení chronických zdravotních obtíží.

Trýznivé potlačování osobnosti

Většinová společnost rozděluje povahu na špatnou a dobrou. Rámcově řečeno, dobrá je ta, která vyhovuje životu ve společnosti či v určité skupině, špatná ta, která narušuje její chod a vzbuzuje pocit poškozování. Ze zdravotního hlediska však povahu hodnotíme i jinak - jako zdravou a nezdravou. Uvedené termíny se vůbec nemusejí krýt - dobrá povaha nemusí být zdravá a špatná nemocná. Zdravá povaha je taková, která nepřináší stres, trvalé napětí, úzkost, nervozitu a podobná emocionální negativa. Může to být třeba i sobecká povaha, kterou společnost označuje za špatnou. Naopak člověk, který se neustále snaží řešit něco za ostatní, trpí úzkostí, aby jej okolí hodnotilo vždy pozitivně, může mít nezdravou povahu, která vede ke zdravotním komplikacím, jako je vyčerpání nervového systému, nadledvinek a zakořenění trvalého pocitu úzkosti ze selhání.

Při vhodném vedení a rozboru situace si pacient uvědomí zdravotní rizika své povahy. Obvykle se ptá na to, jak rychle lze povahu změnit. Bohužel, rychlá změna není možná. Jen postupným vývojem, analýzou okolností, eventuálně s pomocí psychologa či psychoterapeuta si začne svoji povahu uvědomovat a pracovat na její změně. Takový postup je možný, opakovaně jsem ho ve své praxi zažil a zaznamenal jsem také výrazné změny povahy, které byly až šokující.

Například zdravotní sestra, která do svých 45 let trpěla mnoha zdravotními problémy, byla svobodná a neustále se snažila všem zalíbit, toužila po tom, aby ji považovali za co nejlepší a pracovně nejúspěšnější. Pod vlivem různých poradců včetně astrologů, kineziologů a psychologů začala měnit své vystupování a povahu až do opačného extrému. Stala se sobeckou, nesnášlivou intrikářkou do té míry, že ji okolí všeobecně odmítalo. To je typický příklad, kdy člověk nedává průchod svým skutečným povahovým vlastnostem, násilně je mění podle obrazu, který si vytvořil, ale za určitých situací se vrací ke své původní podobě, k negativům, jež mohou mít pro uzdravení rozhodující účinek. Potlačení vlastní osobnosti, skutečné emocionality, je totiž vždy škodlivé.

Pacient tedy může měnit svou povahu, hledat skutečné osobnostní rysy a uvolňovat je, což za určitých okolností vede k uzdravení.

Podstatná role výchovy

Jak vědomá (verbálně realizovaná) výchova, tak i výchova příkladem vede ke zdravotně negativním důsledkům. Můžeme například způsobit, že člověk vždy potřeby druhých vnímá před svými vlastními, což obvykle vede k problémům, protože okolí nedává najevo dostatečný vděk a úctu, které by dotyčného uspokojily. Jindy vede výchova k aktivitě, která však nevyhovuje dané osobnosti, někdy k preferencím určitého životního stylu nebo zvyků, které jsou zdravotně nevhodné.

K výchově se v zásadě stavíme dvěma způsoby. Buď napodobujeme svůj vzor a podléháme jeho pokynům, nebo jednáme v přímém rozporu s jeho jednáním. Vznikají tak i kuriózní situace. Například rodič vysoko na žebříček hodnot klade jídlo klasického vesnického nebo maloměstského typu. Z přemíry nevhodné stravy ovšem vznikají metabolické zdravotní problémy, které jsou ve věku kolem padesátky poměrně vážné. Pro vysokou preferenci jídla však dotyčný není schopen svůj vztah k němu korigovat.

Potomek vychovaný v prostředí, které vyznává kult jídla, se však pod vlivem onemocnění otce obrací k výživě výhradně zdravé, biologicky čisté. V tomto případě tedy lze vysledovat vliv výchovy, který však modeluje životní situace ve prospěch vychovávaného.

V jiném příkladu je matka velmi aktivní, neustále se snaží dosáhnout vysokých met, což nakonec vede k jejímu psychickému selhání a vzniku chronické duševní choroby. Potomek se kvůli tomu obává aktivity, a proto zaujímá pasivní životní postoj a cílevědomě odbourává všechny prvky, které vysledoval u matky jako příčinu jejích zdravotních obtíží.

Při rozboru s pacientem můžeme poukázat právě na výchovné prvky a hodnotit je z hlediska zdraví a nezdraví. Předpokládá to ovšem dobrou znalost celé jeho rodiny. Při mé praxi celostní medicíny je to často možné, protože ke mně docházejí celé rodiny, tedy několik generací.

Emocionální poškozování

Jelikož rodič není bezchybný, ale má svoji minulost s více či méně zacelenými emocionálními ranami, velmi často je přenáší na potomka. Každý je někdy utrpěl, ať už v době prenatální (například nechtěné těhotenství) nebo v dětství (vyvolávání stavů úzkosti a nejistoty). Jednoduše lze shrnout, že dítě má mít vždy pocit jistoty a lásky, kritické situace nevyjímaje. Rodiče například křikem na dítě i na sebe navzájem vyvolávají u potomka úzkost, což má za následek jeho emocionální poškození. Agresivita nebo scény vedoucí ke vzniku úzkostných stavů jsou dalším poškozujícím faktorem.

Často uplatňovanou chybou je svěřování se dítěti se svými stesky. Například matka se po rozvodu svěřuje dceři se svými problémy s muži, otec zpochybňuje otázky věrnosti partnerky či existenční zajištění rodiny. Dítě, které potřebuje rodiče vidět jako bytost, k níž se může s jistotou obrátit v jakékoli situaci, znejistí a je emocionálně poškozeno.

Takových situací existuje spousta. V každém případě obvykle znamenají fixaci úzkosti, napětí, nejistoty a někdy i agrese. Vzniká z nich program v naší centrální nervové soustavě, který trvale narušuje její chod a řídicí funkce. Emocionální chyby se pak promítají v přijímání role ženy i muže, živitele a ochránce, zkrátka rolí, které život vyžaduje.

Samotná detoxikace, tedy odstranění toxinů z organismu, vede ke změnám v emocionální sféře. Kvůli propojení orgánů na CNS a zpět často dochází k fixaci určité patologické emoce, byť samotný důvod již dávno odezněl. Toxicky zatížené ledviny povedou k úzkostem, játra k agresivitě a negativismu, plíce k depresím, slezina k přehnané starostlivosti a srdce k obavám a strachům. Při detoxikaci těchto orgánů pak dochází ke změnám v psychice a nám se otevírá daleko přístupnější pole pacientovy komplikované psychiky, na němž pak uplatňujeme dříve zmiňované zásady.

Psychika a tíha našeho bytí

Počet souzených béd si člověk rozmnožil sám.

Propertius Sextus

Staročínský symbol - monáda - je aplikovatelný na mnoho jevů. Lidstvo se například dělí na jedince smýšlející výlučně materialisticky, na ty, které víc oslovuje idea, a konečně na ty, kteří tvoří spojnicí mezi těmito dvěma tábory. Jejich rovnováha, prolínání a ovlivňování vytváří harmonii tak, jak to monáda symbolizuje.

Proto i pohled na život člověka a jeho zdraví může mít dva póly: jednak lze organismus chápat jako materii, hmotu, která se chová zcela výlučně podle materialistických medicínských zákonitostí, třeba biochemických, hormonálních či imunitních reakcí. Na druhé straně ho lze vnímat jako souhrn energií, energetických a informačních polí. Toto pojetí můžeme považovat za primární a v tomto duchu s ním pracovat. Nikdy bychom se však neměli dostat do situace, že sice budeme stát na jednom pólu, ale nezorientujeme se na tom opačném.

Symbióza dvou protikladů

Osobně více důvěřuji energeticko-informačnímu pojetí, a tak vím, že protivníci z „materiálního tábora“ se jen zřídka vyznají v odlišné problematice. Přesto ji odsuzují a mnohdy o ní i sebevědomě diskutují, anebo - jak jsem nedávno viděl v knihkupectví - o ní píší knihy. Jejich názory vypadají poněkud komicky, protože vyjadřují laické myšlení, byť by disponovali řadou vědeckých titulů. Naopak „tábor idealistů“ by se neměl do podobné situace dostat. Měl by dobře znát materiální pojetí člověka, protože jedině tak může splnit to, co si často maluje do svého štítu, tedy symbol monády jako vyjádření harmonie a symbiózy dvou protikladů.

Rád bych se dnes věnoval určitým materiálním podkladům naší psychiky, i když zřejmě mnoho lidí bude mít proti takovému pojetí námitky a její zákonitosti bude hledat zcela jinde.

Abychom pochopili materiální podstatu lidské psychiky, musíme si objasnit několik pojmů. Existence živého tvora je nepřetržitě ohrožena jak zevnitř, tedy nedokonalostí organismu, tak zevně jedinci svého druhu, mikroorganismy či predátory druhu jiného. Každý život končí smrtí, je nezbytná a neodvratná. Vyjmenováním části problémů, do nichž se organismus porodem dostává, jsem chtěl dosáhnout jediného: uvědomme si, že kdybychom je skutečně vnímali, nevyšli bychom ze stresu, strachu a beznaděje. Ostatně to byl i motiv Buddhy, jenž odešel pod strom hledat východisko z koloběhu života. Aby nedocházelo k trvalému stresu z vědomí reality, existují účinné ochrany.

Ochranná funkce nadledvinek

V současné době známe tři systémy, jež tělo chrání před stresem. Jedním z nich jsou nadledvinky (*glandula suprarenalis*). Tvoří součást nervového a endokrinního systému. Dělí se na dřev a kůru, což je rozděluje na dva orgány s odlišnými funkcemi. Nebudu je rozebírat, ale rád bych se zmínil o té ochranné - produkci hormonu kortizonu kůrou nadledvinek.

Kortizon je známý z běžné léčby, tlumí záněty a zabraňuje jejich vzniku, čímž odstraňuje bolest, mění funkci nervového systému, a tím i psychiky a center imunity. Obvykle s ním

medicína pracuje, potřebuje-li zvládnout chronický zánět, většinou autoimunitního nebo alergického původu. Aplikuje se při revmatických chorobách, chronických plicních chorobách, degenerativních poruchách nervového systému a dalších nemocech. Přidává se i do jiných přípravků: do kožních mastí, očních kapek apod. Již před desítkami let bylo zjištěno, že například lidé trpící revmatickým onemocněním produkují menší množství kortizonu než ostatní. I některé deprese jsou dávány do souvislosti s poruchou jeho produkce, a proto se jím léčí.

Kortizon a stres

Při vyšetření Vollovým přístrojem sledáváme u značného množství chronicky nemocných kvantitativní i kvalitativní poruchu produkce kortizonu. Ta nepronásleduje jen pacienty s revmatickým onemocněním či jinými chronickými záněty, ale přináší i sníženou toleranci ke stresu. Je tedy typická pro ty, kteří těžko snášejí stres, nejsou vůči němu odolní, a ten u nich proto snadno vyvolává nejen subjektivně nepříjemné pocity, ale i recidivy onemocnění. Proto si často všímají toho, že ve stresu se přihlásí chronické kloubní onemocnění, astma, alergie a řada jiných zdravotních problémů. Domnívají se ovšem, že příčinou choroby je stres.

Obvykle tomu však bývá trochu jinak. Stres jen zvyšuje nároky organismu na produkci kortizonu - a právě toho se jim nedostává. Ostatně kortizon je zařazen mezi dopingové látky; sportovci si jeho užíváním zvyšují nejen nárůst svalové hmoty a výkonnosti, ale zejména práh bolesti, protože sportovní výkon mnohdy bolí, a ten, koho bolest dříve zablokuje - ať už v tréninku nebo v samotném závodě -, prohrává.

Pravidelné podávání nízkých dávek kortizonu je mnohdy vysvobozením. Má ale nepříznivé důsledky. Jedním z nejhorších je vyplavování vápníku z kostí; osteoporóza se projevuje prakticky u všech, kteří takové preparáty často užívají. Tento dopad není ovšem jediný. Setkáváme se s kortizonovým diabetem, šedým zákalem, vzestupem krevního tlaku, zadržováním vody a změnami v hormonálním systému. Daleko lepší by bylo uzdravit nadledvinky a zajistit dostatečnou produkci kortizonu přirozeného. Mnohdy tento stav nastává po dlouhodobých stresech, ale může být způsoben i jinak. Lidé trpící těmito potížemi by měli pravidelně a řadu měsíců pít čaj z koriandru, kardamomu a anýzu - zlepšuje produkci kortizonu, což na psychiku, zvládání stresu i řadu zánětů působí pozitivně.

Kosmonaut nebo uzlíček nervů?

Dalším „ochranářem“ je mezimozek (*mesencephalon*). V těle dochází k produkci takzvaných endorfinů čili endogenních morfinů. Jde o látky strukturou blízké morfinu, tedy derivátu opia. Podobnost není náhodná. Endorfiny zajistí jistou bezstarostnost a dobrou náladu. V populaci se vyskytují dva extrémní typy: první má endorfinů nadbytek, takže je schopen usednout do raketoplánu, vydat se na Měsíc, stát se pilotem nadzvukových letadel, potápět se v ponorkách do tisícimetrových hloubek.

Druhý typ s nedostatečnou produkcí či citlivostí na endorfiny má problém jít do školy či do zaměstnání, žít s partnerem, vykonávat běžné činnosti, protože v něm vzbuzují strach. Při vyslovení slov jako smrt, nemoc či utrpení si zacpává uši, protože jej nic nechrání před jejich stresujícím dopadem. A pak samozřejmě existuje velká skupina lidí s přiměřenou tvorbou endorfinů, která nevyznává ani krajní nebezpečí ani adrenalinové sporty, nestávají se z nich disidenti, ale hledí si toho, aby byla zachována jejich existence, což je primární a nejpreferovanější pud člověka.

Defekt mesencephalonu, tedy jakéhosi centrálního orgánu pro vliv endorfinů, bývá obvykle vrožený a často se váže na stresující či problematické těhotenství, zejména ve smyslu přítomnosti toxinů. Z jedinců, kteří trpí nedostatečnou produkcí endorfinů či na ně nemají dostatečnou citlivost, se rekrutuje mnoho narkomanů, protože při setkání s drogou se pojednou ocitají na nějakou dobu šťastní a rozdíl mezi jejich normální existencí a bytím pod vlivem drogy je tak obrovský, že vše ostatní je nepodstatné.

Člověk s velmi dobrou produkcí endorfinů si ji dokáže zvyšovat přijatelnými činnostmi, například sportem, hrou, hazardem či milováním. Nepocituje takový rozdíl mezi běžnou emoční úrovní života a úrovní pod vlivem drogy. Jak je podle nárůstu konzumace drog patrné, osob s porušeným mesencephalem přibývá, což souvisí i s tím, že přibývá dětí s psychomotorickým neklidem, poruchami chování, dyslexiemi a dalšími poruchami nervového systému. A na tom nese vinu zvyšující se toxické zatížení pohlavního ústrojí matek i toxické zatížení obecně. K povzbuzení činnosti mesencephala doporučuji aromaterapii levandulovou vůní, levandulový polštářek nebo čaj z této léčivky.

Libeček místo antidepressiv

Třetím ochranným systémem je část mozku nazývaná diencephalon, kde sídlí centrum pro produkci a využití některých neurotransmiterů, látek přenášejících vzruchy mezi nervovými buňkami. Z nich je nejznámější serotonin, ale současná věda rozeznává dalších 30 látek s podobnou funkcí. Serotonin je předmětem vědeckého zkoumání z hlediska deprese.

Buď existuje jeho nedostatečná produkce, nebo snížená citlivost vůči jeho působení.

Nedostatečná produkce serotoninu znamená, že je člověk ohrožený depresí, tedy smutkem. Při poruchách diencephala se setkáváme s takzvanou emoční labilitou, čili střídáním nálad nejen v rámci nemoci, jakou je deprese, ale i v běžném životě. Jedinci s nekvalitní funkcí této části mozku bývají přecitlivělí, nevyvážení a emočně nestabilní.

Zatímco na endorfiny neexistuje žádný lék a lidé samoléčbu často nahrazují drogami, pro zlepšení funkce serotoninu je vyvinuta řada takzvaných antidepressiv. Mnozí je tedy užívají pro zlepšení kvality života tak, že buď zvyšují hladinu serotoninu, nebo vytvářejí změny v celém serotoninovém systému na různých úrovních. Snížená produkce serotoninu znamená vždy psychický problém a jakési obnažení psychiky vůči vnějším vlivům. Pro zlepšení funkce diencephala doporučuji známé koření libeček. Možná už v jeho názvu - slovním základu libý, libost - se skrývá skutečnost, že ti, kteří ho takhle pojmenovali, o jeho působení dobře věděli. Dlouhodobé a pravidelné pití čaje z libečku posiluje funkci diencephala. Sója zase přináší dostatek minerálů pro produkci serotoninu, protože jeho prekurzorem je aminokyselina triptofan, kterou plodina obsahuje.

Za poruchami výše uvedených částí mozku či za dysfunkcí nadledvinek se často skrývá silná stresová zátěž matky v období těhotenství. Ovšem tohoto procesu se neúčastní jen samotný stres. Musíme brát v úvahu také jev, který často chronický stres doprovází. Jeho důsledkem je totiž shromažďování - kumulace - těžkých kovů a radioaktivních látek v organismu. Tyto toxiny plod zcela běžně přejímá do vlastního organismu, především do těch struktur, které odpovídají stresovaným strukturám matky. Dítě se pak narodí s narušenou funkcí těchto orgánů, tím bývá nedostatečně chráněno proti stresu a roztáčí se tak u něj kolotoč, který v současnosti dobře známe - kolotoč stresů a psychosomatických chorob, duševních nemocí, narkomanie a dalších neblahých jevů.

Psychické toxiny

Jsme zodpovědni nejen za to, co děláme, ale i za to, co neděláme.

Moliere

Nikdo nepochybuje o tom, že toxiny vznikající v komplikované lidské psychice jsou stejně nebezpečné a jedovaté jako toxiny jiného původu. Psychických toxinů se lidé obávali již od počátku věků, a tak během staletí vznikaly mnohé rituály, kouzla a různé magické prostředky k tomu, aby tyto zlé síly mohly být z lidského organismu vyhnány. My se tak dnes dočítáme o šamanech, zaříkávačích, ale i kněžích a zázračných uzdravovatelích.

Lidská psychika se vyvíjí již mnoho tisíc let a nikdo nedokáže říci, který okamžik je pro její vývoj nejpodstatnější. Velice dlouho jsme byli' vychováváni v mylné představě o dědičnosti a geny jsme považovali za naprogramované struktury, které prostě existují v dané podobě a nikdy se nezmění. Teprve v poslední době vědci poznávají, že kromě těch pevně daných obsahují geny i takové programy, které lze měnit, a to vlivem epigenetického prostředí - tedy prostředí kolem genu. Do této oblasti spadá i psychika, respektive programy, emoce, zvyky a jiné psychické atributy, které pak chování genu ovlivňují.

Tak se může dítě rodit s jistými psychickými vlastnostmi, které byly genům vnuceny chybným epigenetickým prostředím. Mám samozřejmě na mysli chybné programy projevující se v pozdějším životě jako toxiny. Dítě se může rodit úzkostné, agresivní, depresivní, s různými nutkavými projevy, fobiemi, návyky, zvyky a představami, které sice můžeme sledovat již u rodičů, ale donedávna jsme netušili, jakými způsoby se přenesly na dítě. Také psychika matky a otce v průběhu těhotenství je pro pozdější stavbu psychiky jedince nepochybně velmi důležitá, jak o tom byly podány již četné důkazy.

Velmi mnoho úsilí bylo věnováno výzkumu vlivu postnatálního vývoje na psychiku jedince. Jak se ukázalo, především prvních pět až šest let věku je z hlediska formování psychiky velmi důležitých, a až do uzavření osobnosti jedince není psychika vůči okolí intaktní. Vidíme, že ji ovlivňují různé okolnosti po dobu delší než deset let. Psychické toxiny pak do tohoto obtížného procesu vnášejí různé poruchy emocí, chyby v emocionálním, sociálním chování i pracovním chování, v představě o řešení konfliktů, ve vztahu k autoritě, k osobě opačného pohlaví, ve vztahu k dětem a tak dále.

Člověk se tak stává hříčkou svých patologických psychoprogramů, neboť přes jejich silnou vrstvu filtruje svůj pohled na svět i své chování. Dostává se tedy snadno do stresových situací, do emocionálně a sociálně tíživých stavů, které pak narušují chod celého organismu, snižují imunitu, způsobují zrychlený vznik ložisek, ukládání toxinů ve tkáních. Jestliže chceme změnit svůj pohled na svět a přístup k němu, jestliže chceme ve své psychice nastolit řád, a tedy i zdraví, musíme tyto špatné mechanismy odbourávat.

Detoxikací je možné vytvořit techniku, která bude chybné psychoprogramy rozbíjet. K pochopení této složité techniky je třeba využít také znalostí, které nám poskytuje současný rozvoj počítačové techniky. Víme, že počítačový program může být rozrušen viry a zničen. Neopakuje se pak a není schopen se zapojit do funkce počítače. Podobným způsobem postupujeme i u patologických psychoprogramů. Aniž bychom stavěli program nový - to by bylo ovlivňování jedince proti jeho vůli - patologický program rozbíjíme. Dotyčný jedinec si na místě, které bylo uvolněno, může vybudovat program nový, tedy nový pohled na věc.

Patologických programů je sice značné množství, ale nikoliv množství nekonečné, protože mnoho emocionálních, sociálních, pracovních, kulturních a dalších jevů se stále opakuje. V preparátu NODEGEN v této době máme kolem sto padesáti patologických programů a rozdělujeme proto NODEGEN na 1, 2 a 3. Co můžeme od preparátu NODEGEN čekat? Tento preparát nemá žádný konkrétní vliv na odstranění nějakého symptomu či na odstranění příčiny chybné funkce organismu. Jak už bylo řečeno, tento preparát výhradně rozbíjí patologické programy a uvolňuje místo k nastolení programů pozitivních a neškodných.

Abychom takový postup pochopili, uveďme si jeden z příkladů: pětadvacetiletá dívka nebyla po porodu schopna starat se o svého syna, upadla do deprese a ztratila zájem o dítě, o manžela a o jiné životní aktivity.

Pouze její matka zůstala v centru pozornosti, a to až zvýšeným způsobem. Její stav byl označen jako poporodní psychóza, pacientka byla více než rok léčena nejrůznějšími psychofarmaky, ale bez efektu. Neustále prohlašovala, že nemá žádnou radost z dítěte, i když se na něj těšila a byla vdaná. Po odstranění patologických psychických programů, po přibližně tříměsíční detoxikaci, náhle přišla na kontrolu a prohlásila, že je úplně zdráva, že se jí v hlavě zcela rozjasnilo, vrátila se jí radost, vrátila se jí původní osobnost a cítí se být naprosto v pořádku.

Tento postup byl zvolen záměrně. Bylo totiž dosti pravděpodobné, že reakce dotyčné ženy byla způsobena přítomností patologických programů. Tyto programy byly pak i upřesněny a z chování rodičů v dívčině pubertě byla vytvořena celková mozaika. Pro oblast takovýchto psychických toxinů je vhodný nejen preparát NODEGEN, ale také STRESON, který má rovněž význam pro harmonizaci naší psychiky. Velmi prospěšná je samozřejmě také psychoterapie i mnohé další techniky - obvykle z alternativní školy. Jen si nepředstavujeme, že náš psychický život jsou schopna významně změnit antidepresiva a jiná psychofarmaka. Tato léčiva psychické toxiny rozhodně neodstraní.

Preparát STRESON v sobě shromažďuje psychické atributy stresových situací, které jsou vyvolány pocitem či představou o existenčním ohrožení lidského organismu. Samozřejmě nemám na mysli řešení akutních stresových situací, které přináší naše každodenní existence; jde o fixaci programů vznikajících dlouhodobým stresem. Zde však vystupuje i význam preparátu NODEGEN, jak je vidět na následujícím příkladu.

Pětřicetiletý muž trpí závažným zánětem tlustého střeva, *colitis ulcerosa*. Je léčen současnou moderní medikací po dobu pěti let bez výraznějšího úspěchu, bez vymizení potíží. Při detoxikaci začíná vnímat sílu pocitů stresu, které mu přináší běžný život bez mimořádných událostí. Nakonec přichází na to, že jeho povaha - velmi pečlivá, starostlivá a s prvky přehnaného pečovatelského - mu i ze zcela běžných situací vytváří problém, který se přenáší do vegetativního nervového systému, imunitního systému, a samozřejmě centrálního nervového systému. Uvědomuje si vztah mezi svým onemocněním a tím, co nazývá svou povahou. Chybné programy, které ztotožňuje s pojmami povaha, jsou odstraňovány preparátem NODEGEN a postupně dochází ke změnám v pohledu na vztahy k rodině i na jeho úlohu v rodině i v zaměstnání a tento rys povahy se postupně mění. K odstranění psychických toxinů je důležitý i preparát EMOCE.

Musím říci, že změny způsobené rozbitím patologického programu jsou obvykle pozorovány až s odstupem několika měsíců. Toxickými emocemi trpí téměř každý z nás. Mohou to být pocity viny, nepřiměřené úzkosti a fobie, pocit starosti či rys agresivity nebo až sebedestrukce, tedy agresivity obrácené proti sobě samému. Negativní emoce jsou i nejistota,

žárlivost, majetnické pocity, emocionální nezralost, hysterie a podobně. Tyto emocionální projevy jsou dysfunkční, to znamená, že nemají v organismu žádný pozitivní smysl, jak by třeba mohla mít přiměřená agresivita k vlastní obraně, přiměřená úzkost jako varování před nebezpečím nebo přiměřená nejistota, která je opakem špatně kontrolovaného hrdinství a sebejistoty.

Zmíněné preparáty odstraňující chybné emoce a emocionální či sociální programy není dobré podávat na začátku detoxikace. Organismus je totiž zasycen fyzickými toxiny, které mění funkce nervového systému či orgánů, což se projevuje na emocionální úrovni. Již staročínská medicína hovořila o vztahu ledvin k úzkosti, o vztahu srdce ke strachu o život, o vztahu jater a agrese, o vztahu sleziny, žaludku a starostlivosti i o vztahu plic a deprese.

Proto nesmíme zapomínat, že první zásah proti psychickým toxinům představuje vždy detoxikace jednotlivých základních orgánů, tedy srdce, plic, ledvin, sleziny a jater, odstranění mikrobiálních toxinů z nervového systému a kovů a radioaktivních prvků z centrálního nervového systému. Tyto toxiny totiž mohou určovat úroveň naší psychiky a člověk proti nim bývá bezmocný. Čím více stresu, tím větší hromadění toxinů. Vzhledem k tomu, že současná civilizace nejvíce preferuje a zatěžuje především centrální nervový systém, většina životního stresu a dalších toxinů se bude hromadit především zde.

Ve srovnání s pravěkem či raným středověkem, kdy byla nad jiné ceněna síla, bojové schopnosti a lov, žijeme v období preference rozumu mozku a jeho funkcí. Proto musíme počítat se zvýšenou kumulací fyzických i psychických toxinů v tomto více než komplikovaném a úžasném orgánu.

V praxi se například setkávám s tím, že jeden člověk má toxinů v organismu celou řadu, druhý pak ve stejném věku minimum, případně téměř žádné. Pochopitelně si musím klást otázku, proč tomu tak je. Co je příčinou hromadění toxinů u jednoho pacienta a dobré samočisticí schopnosti u druhého?

Postupem času jsem vypožoroval, že značný vliv na množství toxinů v organismu má právě stres. Zjednodušeně řečeno, množství nahromaděných toxinů je tím větší, čím delší dobu je organismus stresu vystaven a čím je tento stres intenzivnější a bazálnější, tzn. zasahující do samotné existence člověka. Z logiky věci tak vyplývá, že hromadění toxinů je se stresem v přímé úměře. Ostatně tuto souvislost tušili již naši předci. Vždyť v lidových moudrostech a pořekadlech často slyšíme: veselá mysl - půl zdraví, smích léčí apod.

Stres má dva zdroje: zevní, tedy situaci, která nás skutečně nebo potenciálně ohrožuje, a vnitřní, tedy naši osobnost a psychické patologické programy, které ji zčásti formují. Pokud k tomu připočítáme emocionální poškození, takzvanou emocionální deprivaci, můžeme důvody kumulace toxinů u řady pacientů snadno odvodit.

U některých typů osobností dochází k ventilaci patologických programů a stresu z organismu ven - takový člověk se navenek může jevit jako nesnášenlivý, arogantní, agresivní, sociopatický, ale jeho vnitřní prostředí je pak před stresem chráněno. Jiný člověk, opačný extrém, obrací stres vůči vlastní osobě, trpí pocity viny, pocity oprávněného trestu, výčitkami svědomí atd. Právě v tomto případě vznikají nejvážnější poruchy s hromaděním toxinů. Například u nádorů z emocionální problematiky nacházíme pravidelně pocity viny.

Patologické emocionální programy nám neumožňují předvídat a řešit naše životní problémy do té míry, abychom se dokázali chronickému stresu vyhnout a nedostávali se do

situaci, které stav napětí a ohrožení zákonitě přinesou. Patologické psychické programy někdy člověka až vhánějí do situací, jako je například splnění motivů a snů matky, napodobování vzoru, který pro nás znamená velkou hodnotu, konkurence sourozence, splnění nenaplněných tužeb a cílů otce. To vše jsou modelové situace kladoucí obrovské nároky na naše chování a přinášející s sebou chronický stres, a tím i hromadění toxinů.

Psychické toxiny tedy mají za následek nejen přímé poškození organismu způsobené dlouhodobou produkcí stresových hormonů s následnou poruchou produkce endorfinů i látek imunitního charakteru, ale i hromadění toxinů fyzických. Nakonec dochází ke komplexnímu, celostnímu poškození organismu.

Dostáváme se do bludného kruhu, na jehož počátku stojí vrozené fyzické i psychické toxiny přinášející stresové reakce. Postupně se hromadí další toxiny, dochází ke změnám funkce tkání a na genově oslabených místech i k epigenetickým změnám, a tím ke změnám v chování genů. Následuje trvalá dysfunkce orgánů, zdravotní stav je zdrojem dalšího napětí, dalších stresů a bludný kruh se roztáčí.

Pěťadvacetiletá svobodná dívka přichází s pět let trvajícím chronickým únavovým syndromem a svou nynější energii charakterizuje od 2 do 20 % původní vitality. Přes mnoho pokusů o léčbu oficiální i alternativní medicínou není dosaženo žádných úspěchů. Mimo únavového syndromu má dívka přes svůj na první pohled atraktivní vzhled velmi špatnou pleť s extrémním výskytem akné. Od 18 let ji provází nepříjemné poruchy v oblasti pohlavních hormonů s doprovodem bolestivé a nepravidelné menstruace.

Po analýze osobnosti pacientky je zřejmé, že jde o osobu velice nezralou, s reakcemi a názory dívky o 10 až 12 let mladší. Osobnost je v přímém rozporu s atraktivním zjevem a zcela zákonitě musí přinášet stresové situace z nenaplnění partnerských vztahů a sexuality. To se psychosomaticky projevuje vznikem akné, které může zase odůvodnit, proč je v emocionálním i sociálním slova smyslu neúspěšná. Z vnitřního stresu a bezradnosti - kterou si však naprosto nepřiznává - vzniká trvalý stres s kumulací toxinů v centrálním nervovém systému (zvláště pak v oblasti mesencephala), který je nejen zdrojem úzkosti, ale i zdrojem poklesu vitality. Tento příklad je typický pro celostní pohled na lidský organismus a prolínání psychiky a fyzických struktur.

Naděje na vyřešení podobných problémů spočívá výhradně v rozbití chybných psychických programů, a teprve v druhé řadě může dojít k očištění centrálního nervového systému od toxinů, jelikož funkce mesencephala je již ovlivněna chybným chováním příslušné genové výbavy.

Detoxikace může v dlouhodobém výhledu přinést až netušené změny ve formování osobnosti a vůbec celé psychiky, a tím samozřejmě i navrácení vitality.

Psychika a detoxikace

Ze všech vášní duše škodí tělu nejvíce smutek.

Tomáš Akvinský

Lidé, kteří se věnují kočkám, psům či jiným zvířatům, hovoří o jejich rozdílné povaze, stresech, kterým podléhají, o nevyzpytatelném jednání. Když zvíře projevuje tolik poruch své psychiky, kolik jich musí projevovat člověk? Jeho mozek je nejsložitějším zařízením na zeměkouli, které nebylo překonáno žádným technickým zázrakem. Pokud se tak vůbec někdy stane, pravděpodobně to bude trvat ještě velmi dlouho.

Jestliže se před svými pacienty zmíním o tom, že za jejich potížemi stojí nervový systém, spojují si má slova automaticky s psychikou, i když to tak v dané chvíli vůbec nemyslím. Člověk zkrátka tak nějak počítá s patologickým vlivem své psychiky, přestože nervový systém má obrovské množství různých funkcí. Kromě jiného sbírá informace z celého organismu a z našeho okolí, dokonce má i paměť, přičemž si pamatuje nejen to, co prožil při existenci v dotyčném jedinci, ale zřejmě i to, co prožilo lidstvo jako celek.

Jednotlivé části mozku ideálně zapadají do našich představ o celostní medicíně - jejich funkce spolu souvisí, navzájem se ovlivňují a prolínají. Neuroanatomové proto vyznačili v mozku nesmírné množství drah a spojnic, ale ani celý tento systém - který se až vymyká našim představám - není úplně schopen veškeré souvislosti znázornit.

Spoje v nervovém systému probíhají na základě elektrických potenciálů, šířících se z neuronů na neuron. Ovšem na základě biochemických procesů probíhajících na spojích neuronů a možná i díky jiným médiím se často uvažuje o fotonech, a někteří lidé by velice rádi objevili i dosud neprokázanou energii, jejíž existenci vědci popírají. Do toho zasahují i teoretici informatiky s názorem, že informace nemusí být nesena energií, tedy hmotou, jak jsme se vždy domnívali, ale že může existovat i bez závislosti na hmotě. Vtírá se tak myšlenka o myšlence - je formou hmoty, nebo není? Ale to bychom již zasahovali do podstaty filosofie, do souboje mezi bytím a hmotou.

O činnosti mozku se můžeme přesvědčovat především díky zevním projevům - jestli se nám končetiny hýbou, jestli jsme schopni si alespoň něco zapamatovat. O činnosti mozku vypovídají naše emoce, tedy jsme-li smutní, veselí, úzkostní, ustaraní, žárliví apod. Emocí a jejich poruch se dá vyjmenovat na desítky a jednou se tomuto tématu budeme věnovat, nyní se ale podívejme na příjem potravy, který nezáleží na našich ústech, jícnu, žaludku ani jiných trávicích orgánech, ale závisí na našem mozku.

Lidé vykazují dvě základní poruchy příjmu potravy. V první řadě se jedná o anorexii neboli nechutenství; protože v tomto případě jde o nechutenství způsobené mozkiem, nazýváme je *anorexia nervosa*. Druhou nejčastější poruchou příjmu potravy je patologická žravost, nazývaná bulimie. Mnohokrát v životě jsem se setkal s oběma poruchami, a tak jsem viděl 170 cm vysokou dívku, která dokázala zhubnout na pouhých 30 kg a obdivně se shlížela v zrcadle. Okolí šířelo hrůzou, ale veškerá logika, argumentace i pádné důkazy se mýjely účinkem. Tak vypadá *anorexia nervosa*, tajemné onemocnění, nad nímž si svět láme hlavu.

Je zřejmé, že toto onemocnění souvisí se společensky velmi propagovanou a ceněnou štíhlostí až vyhublostí, s níž stále přicházejí módní giganti, protože prý takovým ženám lépe padnou šaty a křivky jejich těla neruší splývavou linií. Samozřejmě že anorexie se

vyskytovala i v dobách minulých, kdy kult těla ještě nebyl tak silný. Obvykle byla spojována s hysterií a často se za ní našla nešťastná láska, zklamání, neopětovaný vztah a mnohé jiné citové problémy.

Proto se také před několika lety, kdy se problémy s tímto onemocněním objevily v masovějším měřítku, hledala příčina především v rodinných vztazích. V této souvislosti se uvažovalo zejména o vztahu k otci, neboť toto onemocnění postihuje především pubertální a postpubertální dívky. V současné době se však nevyhýbá ani ženám zralejším, mezi dvacátým a třicátým rokem.

A nyní z hlediska detoxikační medicíny. Je jasné, že jde o onemocnění CNS, a proto se jím v praxi zabývají psychiatři. Aplikují starší i moderní antidepresiva, neuroleptika, ale také režimovou léčbu, psychoterapii, zkrátka různé psychiatrické léčebné prostředky a postupy. Pokud pacient přežije pokles váhy a nedojde k metabolickému rozvratu, tak obvykle po několika letech onemocnění zcela nebo částečně odezní, jako by vyhaslo. Někdy po této nemoci zůstávají rezidua, jako jsou různé neurózy či poruchy osobnosti, ale znám i případy, kdy došlo k vyléčení ad integrum, tedy bez známek nemoci.

Při diagnostice přístrojem SALVIA a EAM setem se dostáváme k hypothalamu, tedy části mozku, která je zahrnuta do oblasti diencephalonu. Hypothalamus je centrum ovládající velmi širokou škálu různých funkcí například produkuje některé řídicí a stimulační hormony, ale je také centrální částí autonomního nervového systému a hraje rozhodující úlohu i v pudu obživném a sexuálním. Pochopitelně intoxikace hypothalamu nepřinese takové problémy, jaké nacházíme u *anorexie nervosa* či bulimie, ale jeho spojení s mozkovou kůrou s naučenými programy pak dává celý obraz nemoci. Mnohdy se do celého procesu zapojuje i hippocampus, což je z hlediska detoxikační medicíny centrum psychické integrace.

Z historie je známo, že obsah duševních nemocí se vždy měnil podle dobového koloritu, a tak ve středověku šílení lidé halucinovali čarodějnice, ve 20. století hrůzy světové války, ve 21. století se objevují mimozemšťané, kosmonauti, přístroje na dálkové ovládání mozku. Naše společnost je prodchnuta touhou po štíhlosti, která sama o sobě otevírá vstup do světa opačného pohlaví. Je tedy logické, že v období puberty, kdy z biologických důvodů mladí lidé žijí jen tím, zda jsou pro sebe navzájem přitažliví, vzniká pro tyto poruchy živná půda.

Z toxických zátěží zde hlavní roli hraje porucha metabolismu glutenu, neboť v současné době se uvádí, že kolem 60 % evropské populace má s jeho metabolismem problémy. Gluten a jeho metabolity zatěžují především nervový systém a hypothalamus je ideální místo pro hromadění této toxické zátěže.

Stejně jako u všech jiných poruch orgánů se na vzniku symptomu jen výjimečně podílí pouze jediný toxin. I zde se samozřejmě musí nacházet řada dalších zátěží - především infekční ložisko a často toxické kovy. V problematických případech, které nevedou ke zlepšení, můžeme najít i epigenetické změny, tedy změny, které posouvají základ problému do genové oblasti.

Jak už bylo řečeno, na nemocech projevujících se poruchami výživy se účastní psychická složka, a tudíž hned na počátku léčby využijeme preparát EMOCE a preparát NODEGEN 1 a 2. Tyto preparáty změny schéma patologických emocí i patologických programů fixovaných v naší psychické struktuře. K odstranění ložisek využijeme preparát CRANIUM a odstranění kovů je myslím jasné - jednoduše podáváme preparát ANTIMETAL. Nejdůležitější jsem

nechal na konec, a to preparáty METABEX, METABOL a GLI-GLU, který je cílenější na poruchy metabolismu glutenu.

Anorexie a bulimie jsou z hlediska detoxikační medicíny totožné nemoci, kdy toxická zátěž působí v jedné nebo v druhé části hypothalamu, která ovládá zmíněný obživný pud. Také psychické programy jsou u obou nemocí různé. Můžeme si představit, jak rodiče v útlém věku říkají dítěti: „Jez, nebo budeš hubená, nebudeš vypadat k ničemu a nikdo tě nebude chtít.“ V opačném případě se rodiče obávají, aby dítě tolik nejedlo a nebylo tlusté. Ovšem stačí poznámka pronesená rodiči: „Jsi tlustá, podívej se, jak je krásná támhle ta štíhlá dívka.“ Takový výrok pronesený nějakým vzorem, což často u děvčat bývá otec, nastartuje program, který vydrží člověku na celý život.

Málokdo ví, že poruch výživy je mnohem více, ale jelikož se neprojevují tak dramaticky, obvykle si jich ani nevšimáme. Je to například hromadění potravy, aby nedošlo k situaci, kdy budeme mít hlad, či naopak obava z toho že bychom doma nějaké potraviny měli, protože pak je sníme a budeme tlustí. Také je třeba zmínit zásoby odvážené na dovolenou v obavě, že nebude podáváno jídlo, na něž jsme z domova zvyklí. Také takzvaná fixace v orálním stadiu, která se podle psychoanalytiků projevuje nejen přijímáním či nepřijímáním jídla, ale například kouřením, preferováním orálního sexu a někdy i pouhým mluvením, má co do činění s těmito poruchami.

Detoxikační medicína patří mezi velmi úspěšné metody řešení poruch příjmu potravy, tedy bulimie a anorexie, ovšem důležitá je zde také spolupráce s jinými specialisty, především psychology, ale také internisty, kteří musí hlídat nebezpečí metabolického rozvratu do doby, než se onemocnění zvládne.

Lidé o možnosti detoxikační léčby těchto chorob nevědí, a přestože je toto onemocnění v populaci značně rozšířené, naši pomoc málokdy vyhledávají, takže pacientky s anorexií potkáváme v ordinacích spíše ojediněle.

Mnozí pacienti mi sdělují, že po detoxikaci dokáží lépe kontrolovat množství požitých potravy a ta pro ně přestává být něčím nutkavým či něčím postaveným na úroveň božské many. Zaujímají ke stravě realističtější postoj.

Detoxikace a duševní choroby

Žádný velký duch není bez trošky bláznovství.

Seneca

Jelikož se onemocnění psychiky rozdělují do mnoha kategorií, vyjmenujme si alespoň některé z těch hlavních - psychózy, neurózy, psychopatie, demence, organické psychosyndromy. Nejčastějším duševním onemocněním je maniodepresivní psychóza (MD psychóza). Název je odvozen z faktu, že se u velké části nemocných střídají v různém rytmu fáze deprese a mánie. Je ovšem i celá řada nemocných, kteří nikdy neprožili manickou fází a setkávají se jen s fází depresivní.

Deprese je porucha, která se zásadně projevuje změnou nálady, především intenzivním pocitem smutku. Tento popis není samozřejmě úplně přesný, protože někdy převažuje úzkost, jindy nezvladatelný neklid, nezám, pocity méněcennosti apod. V každém případě jde o poruchu z oblasti emocí.

Mánie pak představuje opačný pól této poruchy - člověk se cítí velice šťastný, schopný, rozhodný, není nikdy unavený, téměř nemusí spát a má pocit, že mu svět leží u nohou. Jsou to pocity subjektivně velmi příjemné, takže paradoxně lze říci, že je to v podstatě jediné příjemné onemocnění. Ovšem pouze pro pacienta, neboť jeho okolí vnímá tuto chorobu velmi nepříjemně. Postižený totiž ztrácí kritičnost, soudnost, srší přehnanou energií a svou poruchu si neuvědomuje. Například jeden pacient se vždy v manické fázi oblékl do kovbojského oděvu a ve svých padesáti letech se pohyboval po městě s partou patnáctiletých, kterým vše platil, a také prodal za několik korun své auto a ostatní věci. Žena se v manické fázi přehnaně líčila jako na divadle, ověsila se veškerou bižuterií a šperky, které měla doma, a teatrálně gestikulovala. Jiná pacientka pak v této fázi přicházela do ordinace pouze v kožichu, pod níž neměla vůbec žádný oděv. Bylo jedno, zda je léto nebo zima.

Depresí může být člověk často velice hluboce postižený - jeden pacient například v depresi ulehl do postele, z níž pak nevstal několik měsíců.

Odmítal se mýt, přestal téměř jíst, nemluvil. U jiného pacienta došlo k takzvané somatizaci deprese - měl tedy určité fyzické obtíže, a domníval se, že má nemocné srdce. Každý večer si tedy volal pohotovost a ve dne chodil po nemocnicích, kde si srdce nechával vyšetřovat.

Největší nebezpečí deprese je bezesporu sebevražda, kterou spáchá značný počet depresivních pacientů. V České republice se počet sebevražd a pokusů o ně pohybuje okolo 1500 ročně - za převážnou většinou z nich jsou pacienti trpící depresí. Člověk v depresi má pocit, že nemá minulost, nemá vůbec žádnou perspektivu ani budoucnost a existuje jen v přítomnosti bez jakékoli souvislosti s kýmkoli a s čímkoli. Je to stav, který je pro člověka zcela bezvýchodný a velmi bolestivý. Standardní léčení je z 99 % zajišťováno antidepresivy.

První antidepresiva pocházejí z přelomu padesátých a šedesátých let 20. století, ovšem v současné době se již na trhu pohybuje takzvaná antidepresiva třetí generace. Postupně se vyvíjí další a další preparáty, které různým způsobem pracují s takzvanými neurotransmitery, tedy látkami zajišťujícími přenos nervového vzruchu mezi nervovými buňkami. Podle současných názorů je příčinou deprese jeden z hlavních transmitterů serotonin. Kromě serotoninu se ještě uvažuje například o noradrenalinu či dopaminu, ale v úvahu přicházejí

ještě desítky dalších. Antidepresiva buďto zvyšují hladinu serotoninu, zesilují citlivost receptorů pro tento neurotransmitter či serotonin vychytávají a koncentrují. Většina antidepresiv se musí užívat po dobu přibližně tří týdnů, než se účinek začne projevovat.

Deprese má bohužel tu nepříjemnou vlastnost, že se cyklicky vrací. Neléčená deprese, kterou jsem měl možnost vidět na začátku své lékařské kariéry, trvá asi 6 měsíců a pak spontánně odezní. Vždy se ale objevuje znovu, dokonce v pravidelném rytmu - u někoho dvakrát ročně (jaro-podzim), u někoho jednou ročně či s pauzou několika i desítek let. Právě cykličnost deprese a recidivy jsou typickou známkou MD psychózy.

U manických stavů se používají spíše antipsychotické léky, využívané u schizofrenie pro útlum pacienta. Antidepresiva se předepisují jen výjimečně. Podle standardu se u MD psychózy používají preventivní léky, které mohou zabránit vzniku depresí i mánie, pokud se užívají. Jedním z nejznámějších léků tohoto typu je lithium, které se objevilo začátkem sedmdesátých let 20. století. Jde skutečně o kov, jak jej známe z Mendělejevovy tabulky, který se používá v podobě sloučenin, například *lithium carbonicum*. Existují i jiné preventivní preparáty, ale lithium si stále zachovává svoji prioritu. Nepůsobí však na všechny nemocné a má i řadu problematických účinků.

Antidepresiva se vždy užívají dlouhodobě - za nejkratší se považuje půlroční medikace. Chronicky nemocní lidé s depresí jsou na antidepresivech obvykle několik desítek let, ovšem léky je jim samozřejmě třeba měnit, protože některé přestávají na pacienta účinkovat, a musí se tedy volit jiné chemické struktury. Naštěstí je dnes na trhu několik desítek preparátů s antidepresivním účinkem.

Předpokládá se, že depresi prožije v životě každý třetí člověk, ale vážných pacientů s depresemi je ve společnosti přibližně 5-10 %, což je obrovské množství. Podle názoru psychiatrických epidemiologů počet depresí v České republice v posledních desítkách let pronikavě stoupá.

Dříve se za duševní onemocnění lidé styděli, dnes se slovo deprese naopak skloňuje ve všech pádech. Nejenže se používá i v případech, kdy jde jen o emocionální rozladu, ale svým způsobem se stalo módním. Zvláště mladí lidé si slovo „depka“ zařadili do svého běžného slovníku. Setkal jsem se i s výrazem „wd“ - na svůj dotaz jsem užasle vyslechl odpověď, že jde o „dvojitou depku“, čímž patrně měla být vyjádřena síla rozlady.

Do detoxikační ordinace mnoho pacientů s depresemi nepřichází, a to především kvůli přesvědčení panujícím ve společnosti, že deprese nelze léčit jinak než antidepresivy. Detoxikace u depresí má ale velmi dobrý efekt. V posledních dvou letech jsem detoxikoval několik desítek lidí s touto diagnózou a všichni se významným způsobem zlepšili.

Uvedu příklad jedné pacientky: 23letá dívka studovala vysokou školu, ale studium musela kvůli psychickým problémům přerušit - ani po roce přerušování školy ale nebyla schopná nastoupit. Trpěla depresemi, pocitu méněcennosti, neschopností se soustředit, přejídáním. V druhém roce, když hrozilo, že bude muset školu definitivně opustit, dostavila se do mé ordinace. Detoxikace měla u ní velmi dobré výsledky - v následujícím akademickém roce nastoupila zpátky do školy, kterou po stránce prospěchové zvládala velmi dobře. Ovšem objevila se anorexie. Nebyla sice nijak hlubokého typu - nezhubla tak, že by byla ohrožena na životě -, ale bylo to pro mě potvrzení, že ještě není zcela psychicky zdráva. Detoxikací se ale problém podařilo zvládnout, a tak přichází na kontroly po 3-5 měsících a je bez problémů. U této dívky hraje také dost významnou roli osobnost, která často bývá jednou z příčin vzniku

depresivního onemocnění. Pacientka, přestože se jedná o hezkou dívku, nemůže například pro svou povahovou zvláštnost stále najít partnera.

Nyní teoreticky. Z detoxikačního hlediska naměříme centrum problematiky v oblasti mozku, která se nazývá diencephalon. Do diencephala patří však nejen struktury rozhodující o náladě, tedy o vlastní depresi, ale také hypothalamus. Ten je hlavním sídlem poruchy příjmu potravy, a tak není divu, že u zmíněné dívky se objevovalo obojí.

Pomocí počítačového programu je možné i konstatovat poruchu metabolismu serotoninu, který nalezneme v kapitole *biochemické látky*. V kapitole *obecné příčiny nemocí* nalezneme i diagnostickou otázku poruchy metabolismu neurotransmiteru. Při nálezu poruchy neurotransmiterů či konkrétně serotoninu a poklesu ručičky nad diencephalonem můžeme prohlásit, že člověk má depresivní onemocnění, a to někdy i v případě, že si toho není vědom a domnívá se, že jeho potíže mají zcela jinou příčinu.

Z centrálního nervového systému, konkrétně z diencephala, musíme odstranit infekční ložiska - pomohou nám preparáty MINDDREN, CRANIUM a INFODREN KI. Velmi důležitý je rovněž ANTIMETAL, zejména jeho nově vytvořená verze, v níž se objevují nejen základní kovové prvky, ale také jejich metabolity vzniklé v organismu (například metylací, slučováním s chlórem, fluórem atd.). Dnes již také budeme moci vyhledat i jednotlivé kovy, které se v dané oblasti CNS objevují - například olovo pomocí testovacího i detoxikačního preparátu ANTIMETAL Pb.

Často se u těchto onemocnění můžeme setkat s poruchou zpracování lithia, a jak již bylo řečeno, lithiem bývá často i MD psychóza léčena. Typickým problémem pacientů s MD psychózou je intolerance pšeničného lepku a v organismu nacházíme gliadin. Ten se v lidském organismu nikdy nesmí objevit, neboť by měl být okamžitě dále metabolizován. Je totiž sám o sobě jedovatý, obzvláště pro CNS i pro periferní a autonomní nervový systém.

Proto u tohoto typu duševních chorob nesmíme zapomínat na další krok, kterým je podání METABOLU a preparátu METABEX. Specificky zasáhneme tuto oblast i preparátem GLI-GLU.

Nejsložitější je v rámci této problematiky oblast psychocyst. Řekli bychom, že některé deprese jsou metabolického původu a hlavní roli v nich hraje gliadin, jindy že stačí odstranit infekční ložiska a kovy a nálada se normalizuje. Velká část depresí ale vychází z emocionálních poruch získaných v dětství. Ostatně výzkumy ukazují, že na vzniku depresí se do značné míry podílí osobnosti rodičů, výchova a také traumatické psychologické zážitky, například zneužívání či znásilnění. Jedna pacientka se léčila několik desítek let na deprese, které v poslední době již měly velmi závažný průběh a nereagovaly dobře na léky. Při vyšetření mi sdělila i okolnost, kterou údajně neřekla žádnému z lékařů, a to, že dobrovolně v 18 letech souhlasila se sexuálním stykem s nevlastním otcem. Tento patologický román trval jen kratší dobu a byl vyvolán rozchodem s partnerem, s nímž se později opět sešla a který se stal jejím manželem. Zmíněný čin pacientka považovala za velmi psychicky traumatizující, přestože jí v době vyšetření bylo již více než 50 let. Domnívala se, že tato událost je příčinou jejích depresí, jakýmsi trestem.

V takovém případě je velmi zásadní použít detoxikační řadu pro psychocysty a emoční poškození. Problém však spočívá v tom, že celá řada kodifikovaných patologických programů je rozdělena do preparátů NODEGEN 1, 2. Samozřejmě se na léčení emocionálních poruch podílí i další preparáty, jako STRESON a EMOCE, ale přesto si uvědomuji, že dosud není

zpracováno ještě velmi mnoho patologických psychických programů, a proto bude v blízké budoucnosti sestaven i preparát NODEGEN 3.

Odstranění psychocyst bývá pro některé typy psychicky nemocných lidí velmi zásadní. Detoxikoval jsem 23letou dívku, která po porodu upadla do takzvané poporodní deprese a již rok se nebyla schopna postarat o své dítě. Veškeré povinnosti tedy museli převzít příbuzní a manžel. Pacientka nedokázala nic dělat, jen seděla, plakala a dvacetkrát denně telefonovala své matce. Přes intenzivní psychiatrickou léčbu trvající již rok se její stav nijak nelepšil. Detoxikovat zde bylo nutné několik desítek psychocyst, které reagovaly na preparáty NODEGEN 1 a 2. Po nasazení zmíněných preparátů došlo během velmi krátké doby k úplné normalizaci nálady a mladá žena se vrátila do života ve stejně dobré formě jako před otěhotněním. O přítomnosti psychocyst se mohou přesvědčit majitelé testovacího programu po eventuálním vybrání NODEGENU 1 a 2 v obecných příčinách nemoci lze hledat, zda se u dotyčného klienta psychocysta ještě vyskytuje.

Detoxikace depresivních onemocnění je v zásadě velmi úspěšná a řadu lidí se definitivně podaří zbavit nutnosti užívat léky. Především je ale možno zbavit je velkého utrpení, které obvykle i přes léčbu psychofarmaky prožívají. Přitom ovšem nezapomínejme, že je třeba naprosto nekompromisně dodržovat toto pravidlo: nezasahovat do užívání léků ani toto nekomentovat, abychom nezpůsobili rozporuplné pocity pacienta. Léčbu farmaky si vede psychiatr - my detoxikujeme CNS bez ohledu na to, jaké léky pacient užívá. Vedle podávání detoxikačních preparátů má velký smysl posilování perspektiv pacienta, dodávání optimismu a jistota, s níž celý proces zvládneme. Ta se přenáší i na našeho pacienta a pomáhá mu cítit se lépe. A to je pro nás to hlavní.

Emoce - vysoká škola detoxikace

Není šedivých dnů. To jsou jen unavené oči, které nechtějí vidět jejich svátečnost.

Jan Werich

Na všech seminářích, školách i kurzech probíráme základní strategii detoxikace. Odstraňujeme infekční ložiska, kovy, radioaktivní a chemické látky i další druhy toxinů. Na jednotlivé skupiny toxinů máme své preparáty, které se osvědčily u stovek tisíc lidí toužících očistit organismus. Výsledky jsou nepochybné. Ten, kdo se detoxikaci zabývá, je může vidět a radovat se z nich každý den.

Při zemi nás však drží naše neúspěchy, a tak někdy zažíváme trpká zklamání. A právě tyto neúspěšné případy a postupy, které se nedaří, byly předmětem mého zkoumání v tomto roce. Musím říci, že výsledky jsou překvapivé a mnohdy obrací naše detoxikační znalosti naruby.

Dnes není pochyb o tom, že pokud ve tkáních existuje infekční ložisko, nefunguje tkáň vůbec nebo funguje jen částečně. Nenastolí se v ní homeostáza, autoregulační procesy, neprobíhá autodetoxikace tkáně. Někdy se stává, že po užívání drenů sice ložisko zmizí, ovšem tkáň neustále vykazuje poruchy své funkce. Za čas se tak s ložiskem setkáváme znovu.

V lidském organismu najdeme mnoho tajemství a doufám, že jedno bylo letos rozluštěno. Řeknu-li, že emoce jsou pro zdraví člověka důležité, pokývá každý hlavou a můj názor mi jednoznačně odsouhlasí. Každý to ví, každý o tom někdy mluvil, každý si je vědom toho, že stres a emocionální patologie zdraví narušuje. Ostatně lidé to vědí již mnoho tisíc let. Přesto pro mě byla práce s emocemi velikým překvapením.

Již mnoho let přemýšlím, jak patologické emoce rozbourávat a detoxikovat. Bylo to neuvěřitelně mnoho hodin přemýšlení, byť se na počátku nabízelo jednoduché řešení. Každá emoce má přece svůj název a jméno, každou emoci lze pojmenovat a popsat. Není nic snazšího, než pak jednotlivé pojmy zpracovat informační technologií, a věc je vyřešena.

Přestože jsem této etapě věnoval několik let, výsledky byly neuspokojivé. Po podávání těchto preparátů se nic zvláštního nedělo a efekt bylo možné pozorovat jen stěží. Ocitl jsem se ve slepé uličce. Práci s emocemi jsem proto na čas odložil, případně se jí občas věnoval v různých nesystematických pokusech.

Až jednoho dne mě při studiu buddhismu napadla jistá analogie - meditace přece probíhá tak, že svoji mysl vyprázdníme, a čím déle ji dokážeme v takovém stavu udržet, tím větší efekt meditace má. Do oné prázdnoty se vylučují naše emoce, aniž by měly nějaký název, aniž by to byly pojmy, které je možné popsat, sdělit. Zkušený člověk se při meditaci dostává mimo prostor a čas a prožívá nepopsatelné emocionální zážitky. Nejvyšším takovým zážitkem je nirvana, ovšem nad ní ještě jako hora ční kontemplace - jakýsi stav splynutí s vesmírem.

Není pochyb o tom, že jde o emocionální zážitek zprostředkovaný našim mozkiem, z něhož v tu chvíli odstraníme myšlenky, soudy, hodnocení, názory, vzpomínky, zkrátka vše, co může produkovat. A tento zážitek mě přivedl k tomu, že je možné vytvořit informační preparát o emocích, který nebude obsahovat žádnou konkrétní emoci, pojem, název, obsah, zkrátka nic konkrétního. Myslím, že čtenář může jen těžko pochopit, co vlastně takový preparát může dokázat, ale na tom v tuto chvíli nezáleží. Mysleme si, že je to princip meditace vtělený do informačního preparátu.

Po používání tohoto preparátu mě však velmi překvapil jeden zajímavý efekt. Žádný živočich na světě se nerodí s tak bohatým emocionálním světem, s tak mnoha emocionálními zážitky, předsudky, dogmaty jako lidské mládě. Žádný živočich na světě neprožívá tak tristně dlouhou výchovu, která někdy trvá i déle než patnáct let a mnohdy nekončí nikdy. Člověk má stále pocit, že musí svým dětem předávat zkušenosti a názory procesem nazývaným výchova. Tak se postupně skládá velmi komplikovaný obraz naší psychiky. Nakonec se člověk vybavený tímto emocionálním vesmírem sám v sobě jen velmi málo vyzná.

Emoce se jako prach usazují na jednotlivých orgánech a tkáních. A tady přichází mé překvapení. Jestliže na některé z tkání ulpívá emoce nebo celý emocionální nános, není možné tuto tkáň zbavit ložisek, detoxikovat ji. Proto se můžeme setkávat s tím, že například při silných emocionálních situacích - při zjištění zhoubného nádoru nebo při práci na svém emocionálním světě apod. - může dojít k rozplynutí patologických emocí nasedajících na tkáň a ta se může vyčistit. Jsou to úžasné stavy vyzdravení, které většinou člověk doprovází slovy: „Cosí se ve mně změnilo, jsem někdo jiný, jinak přemýšlím.“

Ostatně myslím, že na tomto principu jsou založeny některé náboženské filosofie, protože kdybychom skutečně dokázali odevzdat svůj život náboženskému dogmatu, tak by se náš organismus, přemýšlení i naše toxické zátěže velmi změnily. Bohužel, u většiny lidí probíhá proces víry značně formálně, bez hlubokého vnitřního prožitku a bez touhy přestavět svoji mysl.

Dobrodružná je cesta emocí a práce s nimi! Jako by tvořily nános, obal nad tkáněmi, při jehož odstraňování se nám ukazuje jejich skutečný stav. Teprve po odstranění emoce je možné tkáň očistit, je možné zbavit se ložisek, které byly zakryty, uvězněny pod nánosem emocí. Preparátem EMOCE nemůžeme změnit funkci tkáně či orgánu.

Odvěká touha lidstva - a především současných psychoterapeutů v psychosomatické medicíně - uzdravit orgán prostřednictvím psychiky narážela vždy na neúspěch. Idea byla sice správná, ale nakonec nebylo možné léčit psychoterapií žaludeční vředy, odstraňovat rakovinu nebo se zbavovat revmatismu díky psychoterapeutickým seancím. To proto, že organismus je celistvý a jednotný. Jestliže by psychika byla tak všemocná, převaha jedné složky nad druhou by byla příliš velká a jednotu organismu by rozbíjela. Ale tento stav celostnosti vzniká přece právě prolnutím psychiky a fyzického těla.

Odstraňováním emocí čistíme prostor nad tkání, takže se našemu zraku (přístroji SALVIA) otvírá pohled na to, jaká ve skutečnosti je. Bez odstranění patologických emocí se ke tkáni nikdy zcela nepřiblížíme, a zůstaneme tak jen na povrchu detoxikace. Když provedeme základní očistu orgánů a tkání a začneme pracovat s emocemi, otevřou se nám nové obzory. Jejich pochopení je vysokou školou detoxikace. Jde totiž o tak abstraktní pojmy, že je schopni si je osvojit jen ten, kdo nad funkcemi lidského organismu přemýšlí dlouho a důkladně.

Ten, kdo již dlouho detoxikuje a začne pracovat se svými emocemi (preparát EMOCE), podiví se, kolik ložisek se vynoří v jeho důkladně vyčištěném organismu. Rozhodně bude překvapen, jak mysl i organismus fungují na jiné úrovni, než je zvyklý.

Preparát EMOCE lze zařadit k těm, které chápeme jako vysokou školu detoxikace.

Emoce na pokračování

Má-li člověk v srdci zelenou ratolest, ptáček zpěváček na ni sedne.

lužické přísloví

Jen velmi obtížně si lze představit, že naše psychika může vystupovat jako kterýkoliv toxin námi daleko lépe uchopitelný, například jedovaté kovy, radioaktivní látky, mikroorganismy nebo chemie. Nic si z toho nedělejme, není to jen náš problém.

Asi před sto lety se v Evropě zvedla - díky vídeňské a pařížské psychiatrické a neurologické škole - velká vlna zájmu o psychiku. Freud, Charcot, Mesmer, Jung a řada dalších začali tvrdit, že tělesné problémy jsou odrazem naší psychiky. Za uplynulých 100 let přinesli tito velicí i stovky a tisíce dalších následovníků tisíce důkazů, že tomu tak je.

Přesto, kdybyste vznesli dotaz na učeném plénu jakýchkoli vědců, kteří se zabývají biologií, mnoho byste neuspěli. Absolutní většina lidí zabývajících se člověkem dává přednost chemii, operacím, a dokonce odsuzuje homeopatii za to, že její léky neobsahují nic hmotného. Psychosomatická medicína živoří na okraji medicínského zájmu, a jen několik nadšenců se stále snaží dokázat totéž - zbavit člověka tělesných nemocí prostřednictvím duševního světa. Průkazně se jim to však nedaří, a tak jen tušení souvislostí nechává tento obor žít a stále přitahuje zájemce. Tušení souvislostí znamená, že lidé by svým rozumem byli ochotni této premise věřit, ovšem bohužel nejsou schopni s tím udělat nic dalšího.

Pojďme se tedy na problém podívat z jiné strany. Zamysleme se nad přírodou. Žije v ní mnoho savců, jejichž tělesná ústrojí i funkce organismu se navzájem nesmírně podobají. Orgány prasete jsou již téměř přenosné na člověka a jeho kůže je schopna tu lidskou nahradit úplně. Lidoopi mají dokonce víc než 95 % genových znaků totožných s člověkem. Není tedy velkého rozdílu mezi tělem pakoně a člověka. Oplodňují se podobným způsobem, potomek se rodí a vyvíjí stejným způsobem, trávicí ústrojí pracuje velmi podobně, dýchací či močové ústrojí, krevní oběh atd. pracuje naprosto identicky.

Svět savců můžeme rozdělit do tří skupin. Na vrcholu vývoje savců stojí člověk, na druhém konci volně žijící savci a uprostřed pak nacházíme savce, kteří sdílí s člověkem společnou domácnost, tedy takzvaná domácí zvířata. Všimněme si jedné zvláštnosti. Člověk se od jiných savců liší svým mozkem, tedy schopností, funkčností svého mozku. Od ostatních savců se mimo rozumu odlišuje především schopností emocionálních prožívání. Žádný jiný savec se ani vzdáleně svým emocionálním světem člověku nepodobá. Člověk například přivede na svět potomka a celý život jej miluje, cítí se být s ním svázán, řeší jej, raduje se s ním, trpí s ním. Jiní savci porodí potomka, dovedou jej k samostatnosti a dále již k němu nemají žádný vztah.

Člověk je jediným živočichem, který v sobě celý život nese představu vlastní smrti, konečnosti své existence. Může se proto stresovat jen teoretickým předpokladem, představou své záhuby, zatímco jiní savci tento emocionální stav neznají. Člověk se celý život může trápit tím, že jej opustil druh nebo družka, že nenaplnil své představy či cíle. Může pohrdat někým, kdo má horší vzdělání, byt či auto. Může dokonce mít zcela zvláštní emocionální vztah k jedincům svého druhu, kteří mají jinou barvu pleti nebo jiné životní zvyky. To jsou namátkou hlavní odlišnosti. Ale teď k tomu hlavnímu.

Zvířata v přírodě netrpí alergiemi, astmatem, nemají žaludeční vředy, vysoký krevní tlak, nefunkční střeva, selhávající ledviny, zkrátka mnoho různých chorob, které do značné míry spojujeme s civilizací. Člověk ale těmito chorobami trpí, a co víc, trpí jimi i zvířata, která s ním žijí v domácnosti. „Domácí“ psi i kočky mívají nejrůznější druhy nemocí společné s člověkem velice často. Můžeme se právem domnívat, že na vině jsou emoce, protože zvířata sice nedisponují vlastním emocionálním světem jako člověk, jsou ale schopna emoce člověka vnímat, ztotožňovat se s nimi, nechat se jimi ovládat. Toto je jeden z velkých důkazů vlivu emocí na různé zdravotní problémy.

Je velmi obtížné si představit, jakým způsobem emoce pracují. Člověk je sváděn do zajetí příběhu, protože každá jeho emoce může mít svůj příběh, může mít situaci, při které ji člověk zažil poprvé. To je však pravděpodobně slepá cesta a způsobuje právě onu nemožnost prokázat, že emoce stojí za různými tělesnými chorobami jako toxin.

Vezměme však příběh z jiného úhlu. Co se ním děje v mozku? Je digitalizován, převeden do dvojkové soustavy a mozkiem vysílán snad podobně jako digitální televizní vysílání. Záchytnými stanicemi jsou naše orgány, které vysílání přijímají a jsou jím programovány. Představuje-li pak digitalizovaný emocionální vjem rušivé pole, může toto pole narušovat jakoukoliv tělesnou funkci, jakýkoliv tělesný orgán.

Tělesné orgány mají svou symboliku, představují cosi v našem životě, nějakou naši vlastnost, schopnost, symbol. Doktor Dosuškov, ruský emigrant z počátku 20. století, tento jev nazýval principem dominanty, tedy principem, který dokáže natolik dominovat v našem mozku, že je schopen rozbít celý lidský život.

Tento digitalizovaný program se může chovat různě. Pokud zůstává v takzvaném vědomí, tedy v té části nervového systému pracující pomocí mozkové kůry, můžeme o něm vyprávět, zabývat se jím a tím ho neutralizovat. Hlavní část digitalizovaných emocí se však přesouvá do nevědomí a v této části naší psychiky si nejsme schopni daný jev uvědomit, převést jej do slov, do příběhu, což brání převedení problému do vědomí.

Z nevědomí se uvolňuje prostřednictvím emocionálních center, a tak vzniká nekontrolovatelná úzkost, deprese nebo fobie, kdy strach z pavouků, uzavřených prostor, výšky apod. je zakódovaným nevědomým strachem. Častěji se uvolňuje prostřednictvím tělesných struktur a způsobuje tím poškození orgánů, přes něž k uvolnění dochází. Existuje i několik adaptačních mechanismů, kdy dochází k uvolnění například pomocí agrese, mohutné umělé stresové situace (adrenalinové sporty) či touhou po moci (politika). Pozor, herectví není ozdravné, protože herec nedává průchod vlastním emocím, ale uměle emoce vytváří, prožívá je, ale ony nesouvisí s jeho emocionálním světem.

K uvolňování emocí dochází také při holotropním dýchání, šamanském bubnování, primitivních tancích, několikadenní meditaci v absolutní tmě a v řadě jiných, v podstatě zcela iracionálních činnostech, které proto byly v historii využívány k uzdravování lidského organismu.

Detoxikace se bez všímavosti k tomuto typu toxinů nemůže obejít. Dokonce když provádíme detoxikaci tělesných orgánů, za nějaký čas se dostáváme k tomu, že dotčený detoxikovaný člověk začne mít různé psychické problémy a nepříjemné psychické stavy. Samozřejmě, uzavíráme totiž ventily, kudy zdroj poruchy - tedy ona emocionální oblast - uniká. Uzavíráme-li jen některé, dochází k zesílení odchodu emocí zbývajících ventily. Protože pochopitelně množství emocí zůstává stejné, ovšem cesty jsou náhle užší a je jich

méně, dochází k tlačení v těchto částech našeho těla. Tomu pak můžeme přičítat zhoršování některých projevů při detoxikaci. Dokonce si můžeme všimnout, že se objevují jakoby nové problémy, o nichž člověk nevěděl a které vznikají tím, že emoce si otevírají nové cesty.

Zkrátka v detoxikaci dojdeme dříve nebo později ke zdroji našich problémů, tedy k emocím. Emoce jsou vlastně jakýmsi superklíčem, jenž jediný může odemknout nějaký problém, symptom, který přešel do chronické či s životem neslučitelné poruchy.

Detoxikoval jsem po mnoho let člověka, který stále trpěl pocitem úzkosti. Neměl k ní žádný důvod - vše v jeho životě probíhalo jako podle učebnice. Zabýval jsem se tímto mužem nejméně deset let a nikdy jsem tento problém nezvládl. Jeho úzkost byla trvalá a ovládala celý jeho život. Po deseti letech - v jeho 70 - mu náhle selhaly ledviny a on se ocitl na dialýze. Dnes má ledvinu transplantovanou a již několik let s ní žije. Víme, že ledviny jsou orgánem, který ventiluje naši úzkost a je na ni mimořádně citlivý. Protože jsem však v té době neuměl zvládnout zdroj úzkosti, ten nakonec ledviny zničil a zastavil jejich funkci.

Základní emocí člověka je strach, úzkost. Především je to strach z opuštění. Pokud je člověk, respektive dítě opuštěno, byť jen hypoteticky a v rámci normy světa dospělých, stupňuje se jeho úzkost, fixuje se strach z opuštění. Celý život si pak člověk nese tento strach, z něhož vzniká žárlivost, nejistota, podlézavost, fixace na partnera a mnoho dalších negativních rysů, především ale řada tělesných chorob.

Další základní vrozenou emocí je strach z hladu, ze smrti hladem. Tento strach vede k obezitě, metabolickému syndromu, mentální anorexii, shromažďování bohatství či potravin, stresu z toho, že člověk přijde o své vydobyté místo zajišťující obživu.

Třetím strachem je strach ze smrti, jehož protějškem je sebezáchovný pud. Ten nás rovněž nutí k určitému typu chování, například sobectví, hlavně však poškozují naše srdce a často vede k naší záhubě, protože jen naplnění tohoto strachu nás může tohoto strachu zbavit.

S emocemi se člověk, který se zabývá detoxikací, musí naučit pracovat, musí o tomto úžasném a nebezpečném průvodci člověka vědět, a my se budeme snažit, aby preparáty EMOCE, NODEGEN a STRESON dokázaly rozbít co největší počet patologických emocionálních programů, způsobujících v lidském životě tolik problémů. Snad po přečtení tohoto článku přece jen trochu uvěříte, že na těch emocích něco je.

Autonomní nervový systém

Bolest je živena představou o bolesti. Zmobilizujte vůli, donuťte se potlačit onu představu, odvrhněte ji, přestaňte si stěžovat, a bolest zmizí.

Marcus Aurelius

Mnoho našich klientů přichází s různými specifickými pocity, pro něž nemají vysvětlení, a hledají je tudíž v poruše či nemoci některého z tělesných orgánů. Lze konstatovat, že dokonce většina lidí trpí nepříjemnými tělesnými i duševními pocity, které samozřejmě vzbuzují v člověku obavy a velmi často jsou považovány za nemoc. Mnoho těchto pocitů je zprostředkováno autonomním nervovým systémem.

Problém autonomního nervového systému spočívá v tom, že prakticky neexistují žádné dostupné vyšetřovací a diagnostické metody, které by jeho činnost mapovaly. Navíc známe jen velmi málo chemických preparátů, které by byly specializované na léčbu poruch tohoto systému. Lékaři se tedy všeobecně soustředí na to, aby byl vyloučen původ různých subjektivních potíží v poruše konkrétních orgánů a aby bylo odlišeno, které problémy jsou původu nervového. Jakmile si je lékař jistý, že se v daném případě nejedná o onemocnění některého tělesného orgánu, pocity pacienta většinou bagatelizuje. To často vyvolává u pacientů roztrpčení, neboť získávají dojem, že se jejich subjektivními pocity nikdo nezabývá. Někdy se stává, že se lékař zmýlí, označí původ potíží jako nervový, ovšem nakonec se ukáže, že tomu tak nebylo. Takovým způsobem vznikají často historiky o neschopných lékařích. Například jedni známí mých rodičů mají v tomto ohledu velmi tristní zážitek. Bodání, píchání, palpitace a nepříjemné svírání u srdce, kterým trpěl jeden z členů rodiny, bylo opakovaně diagnostikováno jako neuróza a přepracovanost. Jednoho dne však tento muž zemřel na náhlý infarkt, přestože mu nebylo ještě 50 let. Rodina celá desetiletí vyprávěla o velkém pochybení lékařů.

Autonomní nervový systém se podle jednoho z mých učitelů projevuje jako tisícíhlavá hydra. Pro úplnost dodávám, že hydra je slovo řeckého původu a znamená vodního hada či saň, která je charakteristická dorůstáním useknuté hlavy. Jde tudíž o zvíře nezníčitelné. Onen učitel tím myslel, že autonomní nervový systém dokáže napodobit jakýkoli pocit a cokoli imitovat. Pokud je jeden symptom vyřešen, okamžitě se objeví nový, zdánlivě s tím prvním nesouvisející ani charakterem, ani lokalizací. Je třeba si uvědomit, že autonomní nervový systém prostupuje každou buňku našeho těla a neexistují žádné orgány ani tkáně, které by jím nebyly ovládané. Jde o systém, který je společný celé živočišné říši, neboť organismus mnohých živočichů je řízen právě jím. Autonomní nervový systém se ovšem nachází i v rostlinách, kde řídí pochody probíhající ve vegetačním období. Proto se tento systém často nazývá *vegetativní nervový systém*, od latinského slova *vegetus* (hbitý, živý, svěží, čerstvý).

Většina lidí nemá o existenci tohoto nervového systému ani tušení, a tudíž se jim špatně vysvětluje původ jejich potíží. Autonomní nervový systém řídí nejen pochody ve všech orgánech od srdeční akce po trávicí procesy, vylučování enzymů a kyselin, průsvit dýchacích cest, rytmus dechu, průsvit periferních tepen a stovky dalších dějů, ale ovlivňuje také například hlad, sexualitu, žízeň, denní a noční rytmus, teplotu, krevní tlak a další. Jde tedy o nesmírně rozsáhlý a důležitý nervový systém. Zásadní roli hrají především jeho dvě hlavní části - centrální a periferní.

Nervový kmen, který je umístěn u páteře jako jakýsi uzlovitý provazec, je napojen na míchu, a to mezi každým obratlem. Mícha pak přepojuje tento systém do prodloužené míchy,

mozkového kmene a nakonec i do hypothalamu, odkud vedou cesty do limbického systému. Ten je propojen do mozkové kůry a rozhoduje o lidských emocích.

Je tedy možné říci, že autonomní nervový systém nejen naprosto autonomně - tedy bez naší vůle - rozhoduje o tom, co se v našem organismu děje, ale zároveň je modelován lidskými emocemi a mnoha dalšími činnostmi lidského mozku. Tím je ovšem dána jeho značná poruchovost. V centrálním nervovém systému je řízen například krevní tlak a dýchací rytmus (z prodloužené míchy) nebo polykání. Z hypothalamu je ovládán pocit hladu, pocit žízně, částečně je řízen i metabolismus, a to ze zadního laloku hypofýzy.

Pro naši praxi je důležité, že tento nervový systém řídí funkci slzných žláz, činnost štítné žlázy, činnost epifyzy neboli šišinky, produkci cholesterolu v játrech, pohyby střevního traktu, vyprazdňování močového měchýře atd.

Základní funkce autonomního nervového systému jsou rozděleny na část tlumivou a část vzrušivou - excitační. Většinu funkcí tohoto typu zastává oddíl zvaný sympaticus. Je možné říci, že organismus je v podstatě řízen vyrovnáváním rovnováhy mezi těmito systémy, tedy mezi vzrušivou a utlumovou funkcí autonomního nervového systému. Přenášení vzruchu v autonomním nervovém systému se děje především prostřednictvím dvou mediátorů - přenašečů, a to acetylcholinu a noradrenalinu. Jde o látky, kterými je nervový systém napojen na nadledvinky, které se považují za nervový útvar produkující různé látky a hormony.

Pro detoxikační praxi je důležité, že autonomní nervový systém je velmi citlivý na toxiny všech druhů, především na neuroinfekce typu borelie, tetanu a dalších. Lze také pozorovat velkou citlivost na přítomnost vodivých kovů, na mikrobiální i metabolické toxiny. Jeho činnost však podléhá - jak už jsme si řekli - limbickému systému, a tudíž je velice ovlivnitelný i emocemi.

Z uvedeného můžete usoudit, že prakticky není možné vytvořit kompletní preparát, který by dokonale řešil detoxikaci autonomního nervového systému. Tento systém budeme tedy ovlivňovat prakticky všemi detoxikačními preparáty, neboť snížení toxické zátěže se vždy pozitivně promítne do funkce autonomního nervového systému. Často používaným a velice účinným preparátem je v tomto ohledu VEGETON, který v sobě zahrnuje alespoň základní toxiny ovlivňující chod autonomního nervového systému. Téměř neznám pacienta, u něhož bych nezaznamenal poruchu autonomního nervového systému a u kterého by nebylo třeba se jím zabývat.

V softwarovém diagnostickém programu je velký oddíl sledující anatomické uspořádání autonomního nervového systému, kde pro detoxikaci jsou důležité především jednotlivé pleteně ovlivňující činnost orgánů. Z praktického hlediska je například zajímavé, že žaludek, hojně opletený autonomními nervovými vlákny, je prakticky zásadním způsobem ovlivňován autonomním nervovým systémem, tudíž většina problémů se žaludkem se týká vlastně problémů tohoto nervového systému. Toto rovněž platí u problémů se žlučníkem či tlustým střevem. Kvalita autonomního nervového systému je nesmírně důležitá. Lidé s velmi stabilním a funkčně plnohodnotným nervovým systémem se cítí subjektivně dobře a jejich organismus se dobře přizpůsobuje jakýmkoli podmínkám. Naopak lidé, kteří mají labilní a na toxiny velmi citlivý vegetativní nervový systém, se často cítí velice špatně. Mají většinou mnoho problémů špatně se přizpůsobují změnám teploty, bývá jim velmi horko nebo pocítují trvalý chlad, mívají problémy se žaludkem, žlučníkem, střevem, močovým měchýřem, s funkcí slinivky břišní a sexuálními funkcemi, s chladnými končetinami apod.

Autonomní nervový systém ovládá i potní a mazové žlázy, a tak za problémy s nadměrným pocením i s poruchami funkce mazových žláz je třeba hledat autonomní nervový systém. Je nutné naučit se důkladně diagnostikovat zatížení autonomního nervového systému a cíleně jej detoxikovat. Stabilizaci autonomního nervového systému napomáhají například i dechová cvičení, pozitivně působí sport nebo sauna.

V některých částech těla, kde je autonomní nervový systém nakupen, vznikají často problémy, které jsou diagnostickým oříškem i pro velmi zkušené lékaře. Takovou problematickou oblastí je například takzvané atlantooxipitální skloubení. Jedná se o místo, kde je lebka nasazena na poslední dva obratle krční páteře - atlas a čepovec. Zde je velké nakupení uzlin autonomního nervového systému, jejichž větve vedou do oka, ucha, ale například i k srdci, cévám vedoucím do hlavy a k dalším orgánům. Porucha atlantooxipitálního skloubení a dráždění těchto autonomních nervových center způsobuje výrazné, obtížně diagnostikovatelné problémy. Zde může pomoci pouze detoxikace, tedy zbavení se ložisek a kovů, a uklidnění celého systému.

Stejně výrazné nakupení je i v uzlinách krční oblasti. Nejznámější je uzlina nejnižší položená, nazývaná *gangliom stellatum* (hvězdicovitá uzlina), která ovládá velmi rozsáhlou oblast srdce, zažívání, dýchání i cév. Samostatnou kapitolou je pak autonomní nervový systém srdce, poháněný sinoatriálními a atrioventrikulárními uzlíky. Srdce je však mimo tento zcela samostatný autonomní nervový systém napojeno ještě na řadu autonomních vláken z jiných oblastí - z oblasti krční páteře nebo z oblasti nervových uzlů jiných částí organismu. Z toho vyplývá například velký vliv emocionálních procesů na srdce. Jedna z nejznámějších pletení je takzvaný *plexus coeliacus* (solární pleteň), ovládající velkou část horní poloviny břišních orgánů.

Naučme se detoxikovat autonomní nervový systém a především se naučme odlišovat potíže, které jsou způsobeny disbalancí tohoto systému. Jediným specializovaným preparátem je VEGETON. Nicméně i preparáty týkající se psychiky, jako STRESON, NODEGEN, ale i ANTIMETAL, IONYX, LYMFATEX aj., se velmi dobře hodí pro postupnou úpravu autonomního nervového systému.

Břicho jako druhý mozek

*Vezmi nůž a přetni vodní proud,
proud vody bude ještě prudší.
Zvedni pohár, abys zahlal chmury,
chmury budou ještě chmurnější*

čínský básník

Ve staročínské medicíně se objevuje pojem, který lze chápat tak, že břicho je druhým mozkem. Určitě tím není míněno, že bychom mohli břichem přemýšlet, ale spíše fakt, že emocionální část činnosti nervového systému je velice podstatná. Možná že není v naší civilizaci tak ceněna, ale z hlediska zdraví je rozhodně zásadní.

Podstatnou oblastí při detoxikaci je vegetativní nervový systém. Skládá se z uzlin (ganglií) a z pletení (plexů), jež obalují veškeré orgány a tkáně. Řídí tak autonomně jejich činnost ve smyslu sympatické a parasympatické aktivity, tedy dvou protilehlých, protikladných aktivit. Nevhodná aktivizace tkání v nevhodnou dobu či v nevhodné situaci přináší problémy stejně jako nevhodný útlum. Řízení vegetativním nervovým systémem je tedy nesmírně komplikované a citlivé a biopočítač, který je zajišťuje, musí být v naprostém pořádku.

Škodlivé emoce versus radost

Za základní lze pokládat tři emoce: úzkost, která může mít podobu strachu a děsu, smutek, jenž může vypadat jako zármutek, žal či splín, a hněv, mívající charakter podrážděnosti, vznětlivosti, agrese nebo napětí. Proti těmto třem patologickým či lépe řečeno škodlivým emocím (protože jsou fyziologické, přirozené a jen za určitých okolností se z nich stávají emoce nepřirozené, patologické) stojí pozitivní emoce, jakou je radost. Radost se může projevat jako štěstí, veselost či nadšení. Nepoměr počtu je evidentní, a proto jsou daleko četnější právě ony škodlivé emoce. Z toho vyplývá, že pokud si člověk chce zachovat zdraví, měl by vyhledávat pocity radosti.

Podobně jako může být z důvodu možného ohrožení akupunkturních bodů nebezpečné propichování ucha, stejně nevhodný je i piercing, a to nejen v pupěční oblasti.

Škodlivé emoce se dostávají, aniž bychom je hledali. Pramení v CNS - a to i v tom smyslu, že tyto oblasti mohou být porušené, drážděné toxiny a mohou je tedy produkovat - a v dalších strukturách, například právě ve vegetativním nervovém systému. Staročínské pojetí břicha lze redukovat na vegetativní plexy, které jsou schopny si „pamatovat“ dlouhodobě negativní emoce i po eliminaci původce. Dokonce i při detoxikaci struktur v CNS mohou negativní emoce přetrvávat ve vegetativních pleteních a ovlivňovat tak funkci orgánu i naše pocity. Projevuje se to pocitem úzkosti v břiše či sevření u srdce, hněvem a vztekem stoupajícím z hrudníku až do hlavy ve chvíli, kdy se přestáváme ovládat.

Tyto emocionální poruchy vegetativního nervového systému negativně působí na veškeré orgány, a tak se setkáváme s nedostatečným prokrvením orgánů či končetin, s výkyvy krevního tlaku, se zácpami, dysfunkcemi žlučníku nebo s podrážděním a sevřením průdušek a průdušek při astmatu.

Velmi často jde právě o emocionální paměť čili poškození orgánových pletení vegetativního nervového systému, což má za následek fixaci řady zdravotních problémů, které později mohou přejít i do orgánů a změnit samotnou strukturu tkáně.

Dědictví po lovcích mamutů

Budete-li se snažit porozumět celému vesmíru, nepochopíte vůbec nic. Jestliže se pokusíte porozumět sobě, pochopíte celý vesmír.

Buddha

Žijeme mezi monitory počítačů a televizními obrazovkami, s mobilem u ucha, v hluku aut, prachu velkoměst a spěchu 21. století. Nemůžeme tedy prožívat stejný stres jako pravěký lovec mamutů. Jenže ho prožíváme...

Díky mozkové kůře umíme analyzovat, vybírat řešení, kriticky hodnotit a posuzovat, ale máme i takzvaný starý mozkový kmen, jež měli už pravěcí lidé. Analyzátor jejich pramozku vyhodnocoval nebezpečí. Když něco ohrožovalo život, spouštěly se poplachové reakce: stoupla hladina cholesterolu a krevní srážlivost, zmobilizoval se antidiuretický hormon, kortikoidy a další, dala se do pohybu voda i elektrolyty, spustila se zvýšená produkce mastných kyselin, aktivovala se filtrace v ledvinách, změnilo se dýchání, tedy přívod kyslíku do mozku a plic, stejně jako svalové napětí a pocení, cukr a tuk se uvolňoval do krve. Protože by všechny procesy probíhající skrze „počítač“ mozku měly být v rovnováze, docházelo k narušení homeostázy výše popsanými způsoby. Mozkový „pramozek“ existoval už před 450 miliony let a sloužil jako impuls k útěku nebo útoku.

Reakce současného těla

„Pramozek“ se svým programem reakce na stres nám zůstal. Donutí organismus ke stejnému narušení homeostázy a k dalším úkonům jako před stamiliony let. Při nebezpečí jsou zaktivovány nejstarší pudy, které slouží k sebezáchově a uchování druhu. Ovšem náš boj o „přežití s dinosaury“ v každodenním civilizovaném životě vyvolává tisíckrát větší reakce. Prastarý zakódovaný systém se nezměnil. Když už organismus nemůže v tomto kolotoči akce-reakce vydržet, přichází nemoc.

Jednoznačný viník

Stres je příčinou všech onemocnění. Nemám přitom na mysli jenom obecný pojem stres. Toto slovo anglického původu znamená „stlačení, zmáčknutí“ neustále napjaté (vystresované) tkáň, která pak nemá sílu vrátit se do původního uvolněného stavu; může to být tkáň srdce, plic, ledvin, žaludku atd. Naše životospráva, vlastnosti, životní styl, emoce a další okolnosti spoluurčují, o kterou půjde nejdříve.

Všechny toxiny, které získáváme z vnějšího prostředí či dědičně, se „zavrtají“ do stresované tkáň, jež se neumí uvolnit a vyplavit je. Na tkáních orgánů z nich vznikají infekční ložiska, ale současná klasická medicína je přehlíží. Infekce s mikrobiálním obsahem využívají oslabené tkáň ke svému přežití. Jsou-li v letitém stresu, je poškozena i jejich imunita. Z jedů v orgánech vznikají choroby, které nazýváme civilizační: cukrovka, alergie, astma, bolesti kloubů, problémy s páteří, až po rakoviny a srdeční příhody. Infekční ložiska se dokážou uchovat ve stresovaných tkáních po celé generace lidského rodu, a děti se pak rodí s vrozenými poruchami organismu. Proto jsou dnes tak běžné alergie nebo ekzémy.

Přelstít pramozek

Jak uvolnit stresované orgány? Snažíme se pomocí praktik, jako jsou relaxace, meditace, kineziologie, regrese, reiki či sport, udržet homeostázu v rovnováze. Jde o „boj“ s „pramozkem“, jemuž chceme vnútit jiný „program“, jinou reakci na stres. Je to velká každodenní dřina a my, lidé vyspělé civilizace, hřešíme v životosprávě i v dodržování pravidelných pohybových nebo relaxačních aktivit. Dokonce i tehdy, když už se ohlásí zlá nemoc. Při detoxikaci, kterou stále zdokonalujeme, se vlastně jenom polykají preparáty. To je trend dnešní uspěchané doby. Po vyčištění se tkáň uvolňuje, toxiny se vyplavují a následně se mění i naše povaha. Nejsme stlačeni, nemáme ve tkáních stres a toxiny. Přestáváme trpět strachy a úzkostmi. Stáváme se novými osobnostmi se stresy pozitivními.

Únava - fenomén dnešní doby

Díky nemoci známe hodnotu zdraví, díky zlu hodnotu dobra, díky hladu sytost, díky únavě odpočinek.

Hérakleitos z Efesu

Den co den ke mně přicházejí pacienti, kteří si stěžují na únavu, ovšem podle mnohých lékařů nemá tento pojem v medicíně místo. Je to totiž subjektivní stav, nelze jej změřit, zvážit, vyfotografovat ani zrentgenovat, zkrátka nelze s ním dělat nic z toho, na čem současná medicína staví.

Jste unaveni? Tak si odpočiňte, dejte si kávu či něco silnějšího jako guaranu, případně máte k dispozici různé drogy, které člověka pocitu únavy zbavují. Vždyť inspirací pro výrobce Coca-Coly se stali domorodci žvýkající kokové listy pro zaplazení hladu a únavy. Až do doby, než byly kokové listy označeny za drogu, byl součástí Coca-Coly i kokain. Dnes už kokové listy našťestí dodávají jen chuť a kokain je chemicky extrahován.

V televizi denně vídám mladé lidi, kteří se sice trhaně, ale dynamicky pohybují a reklamy nám stále nabízejí svěží aktivní život se spoustou energie, který si skvěle užijeme. Přesto je skutečnost jiná - únava je fenoménem dnešní doby. Je to pocit, se kterým se budíme i po desetihodinovém spánku, anebo pocit nastupující po několika hodinách činnosti. Večer nemáme energii, abychom se věnovali různým aktivitám, jejichž zvládnutí z nás udělá úspěšné lidi. Kde se bere pocit únavy, který se nevztahuje k nějakému závažnému onemocnění, krevnímu, hormonálnímu, případně ke zhoubným nádorům, miastonii gratis či mnohým dalším?

Únava je stav centrálního nervového systému, který má za normálních okolností vrhat do našeho organismu nepřetržitý proud aktivity, nepřetržitou energii. Četl jsem i slyšel velmi mnoho naivních názorů na únavu a naopak na jasný zdroj vitality: „Jezte vitaminy, vrátí se vám vitalita, dejte si jarní očistnou kúru kopřivami a celý rok budete neuvěřitelně svěží atd.“ Skutečnost je však daleko složitější. Únava je mnohem závažnější, než se zdá, a podstatně hůře zvladatelná.

Přibližně před třiceti lety se objevil pojem *chronický únavový syndrom*, který je v angličtině zkracován na CFS a o jehož existenci nejsou lékaři dodnes plně přesvědčeni. Tento syndrom byl popsán především u skupiny mladých zaměstnanců, kterým se v USA říká *yuppies* a kteří v zájmu své kariéry pracují tvrdě 15 hodin denně. Neodjíždějí na dovolenou a na večírcích se baví o nejnovějších technologiích počítačového průmyslu. Syndrom, který vznikl v Silicon Valley, nejbohatším místě na zeměkouli, kde se soustřeďují geniální mladí lidé v geniálně vedených malých podnicích, jejichž společným jmenovatelem je křemík - základ počítačových mikroprocesorů. Protože se s chronickou únavou setkávám u svých pacientů již mnoho let, byl jsem přinucen se tímto syndromem zabývat. K vysvětlení příčin chronické únavy nám pomůže čínská nebo indická energetická medicína.

Již ve starověku si lékaři představovali, že v našem těle proudí v různých kanálech a drahách energie, kterou organismus získává z dechu, jídla a vrozené zásoby, umístěné v oblasti ledvin či spíše nadledvin. Smícháním těchto energií vzniká čchi, jež proudí po celém organismu. Jestliže je její proud zablokovaný, čchi stagnuje, dochází k poruše tkání, které má vyživovat a zásobovat energií. A skutečně. Jestliže vyšetřujeme jednotlivé tkáně a orgány přístrojem SALVIA (modifikace Vollova přístroje), zjišťujeme, že současný člověk má

v mnohých tkáních infekční ložiska, těžké kovy nebo metabolity, jako je zbytkový cukr, gliadin, tuky, kasein apod.

Tato skutečnost má za následek, že přes zanesené orgány neproudí čchi a její kanály jsou blokovány. Čím více toxických bloků toku energie nacházíme, tím silnější je pocit únavy. Protože bohatý je strom praxe a šedivá je teorie, denně vídám, jak člověk zbavený toxinů - infekčních ložisek, kovů, radioaktivity a především metabolitů - ožívá, jak se mění jeho vitalita a energie, kterou může věnovat životu. Na přednáškách tvrdím, že tento krok je pro začátek léčení snad nejdůležitější. Poněvadž jestliže jedinec nemá energii na změnu svého stravování, psychiky (ta často souvisí s nevyhovujícím partnerem nebo zaměstnáním), zkrátka způsobu života, má jen malou šanci se vyléčit.

Energie, vitalita a schopnost akce je nejdůležitější dar, který můžeme našim pacientům dát. Nezískáme jej ovšem pomocí stimulačních prostředků a drog, ale vyčištěním organismu, energetických drah procházejících jednotlivými orgány a tkáněmi, v nichž toxiny brání proudění energie.

Již před několika desítkami let jsem se na akupunktorním kongresu snažil lékařům dokázat, že akupunktura je metoda vytržená z kontextu čínské medicíny, neboť sice zasáhne do distribuce energie čchi, ale pokud nejsou odstraněny blokády, čchi se brzy znovu zastaví a nemocný je tam, kde byl před léčením. Nikoliv zbytečně zahrnoval komplex čínské medicíny i způsob stravování, cvičení, detoxikační procedury pomocí bylin, masáží a dalších úkonů. Základ vitality a předpoklad aktivity zcela nepochybně záleží na průchodnosti jednotlivých orgánů a tkání, na jejich činnosti, na jejich schopnosti generovat dostatek energie, kterou je oživován náš organismus. V těžších případech však nastává problém, který neodstraní ani celková detoxikace našeho organismu a který se ukrývá v mozku.

V lidském mozku existují lokality, které se latinsky nazývají *formatio reticularis*. Jsou to místa, kde vzniká proud impulsů umožňující našemu organismu pocit svěžesti a aktivity. Jestliže je člověk dlouhodobě stresován, naruší se ochranná bariéra mezi mozkem a ostatním organismem, a do mozku tak mohou pronikat toxiny, které by se u šťastného a odpočínutého člověka do mozku nikdy nedostaly. A právě v těchto okamžicích se do zmíněných lokalit mohou dostávat toxiny a různé infekce. Jakmile se v těchto strukturách nachází například různé druhy těžkých kovů (rtuť, olovo, kadmium, měď, stříbro), nastává zde změna elektrické aktivity. Zprvu může přítomnost těchto kovů znamenat zvýšenou aktivitu, neklid, neschopnost vypnout a relaxovat. Ale podle známého pravidla čínské medicíny, že velké jang přechází do velkého jin, přejde poté tato aktivita do trvalého útlumu. Zvláště některé mikroorganismy, které zde mohou vytvořit ložiska - jako jsou EB viry, CMV viry nebo borelie -, způsobí chronický útlum *formatio reticularis* a tím trvalý pocit únavy a ztráty vitality. Nezbývá nic jiného než tato místa očistit, zbavit ložisek a těžkých kovů, aby jejich aktivita mohla dodat organismu potřebnou vitalitu a energii.

Ovšem existuje ještě několik dalších faktorů, které se nakonec slučují do syndromu chronické únavy. Podobný proces, který byl popsán v různých částech organismu, se totiž může vyskytnout i v místech nazývaných nervově-svalové destičky. V těchto útvarech přechází nerv jakožto zdroj a zároveň přívod energie (elektrických impulsů) do svalů ve svalová vlákna. Jestliže se toto spojení zanesou toxiny - a znovu hovořím především o těžkých kovech, protože v těchto místech nacházíme nahromaděnou měď, rtuť či stříbro -, dochází k poruchám přenosu a my se setkáváme s pocitem, že je těžké pohnout rukou, udělat krok, zvednout se z lůžka. Opět nám nezbývá nic jiného než zbavit nervosvalovou destičku toxinů. Tak dojde k téměř zázračnému odstranění pocitu silné svalové únavy, pocitu, že naše tělo je

těžké a jen obtížně překonává gravitaci. Zeptejte se ve svém okolí, kolik lidí takovým pocitem trpí.

Abychom plně pochopili problém únavy, je potřeba seznámit se s činností autonomního nervového systému. Ten je tvořen dvěma protikladnými systémy - sympatikem a parasympatikem. Díky jejich činnosti dochází ke střídání aktivity a útlumu; je tedy nutné ji pochopit, abychom získali klíč ke spánku a k žádoucí relaxaci. Vybuzení, aktivitu a bdělost navozuje sympatikus - aktivuje náš organismus. Naopak relaxaci, uvolnění či spánek aktivuje parasympatikus.

Činnost těchto dvou protikladných částí nervového systému se střídá a je základem onoho známého rytmu nazývaného *čínské orgánové hodiny*. Kolem deváté hodiny večer nastupuje aktivita parasympatiku, která se pozvolna zvyšuje, klouzavě nabíhá, a ve tři hodiny ráno - opět postupně - nastává aktivita sympatiku; organismus se připravuje na probuzení. U mnohých lidí však náběh aktivity není klouzavý a postupný, ale probíhá skokem. Tito lidé pocítují prudký nástup únavy a ospalosti večer nebo naopak nepřiměřené aktivity v čase odpovídajícím ještě době spánku. Takový člověk se kolem třetí hodiny náhle probudí, je svěží a ani se mu nechce pokračovat ve spánku. Zatímco během dne spíše přivítáme aktivitu sympatiku, nutíme organismus k činnosti, u řady lidí s porušenou činností autonomního nervového systému převládá aktivita parasympatiku - tedy útlum, který se projevuje trvalou únavou a ospalostí právě ve chvílích, kdy ji nejméně potřebujeme.

Je tedy nutné zdůraznit, že syndrom únavy je komplexním jevem, k němuž dochází, jestliže struktury mající zajišťovat našemu organismu vitalitu a energii jsou zaneseny toxiny a jejich činnost je blokována. Je to především u lidí stresovaných, žijících v trvalém napětí, kteří neumějí střídat aktivitu a odpočinek.

Ale protože žádné poučky ani nabádání nebralo lidstvo nikdy příliš vážně, bude stále více unavených lidí, a my tedy musíme hledat prostředky, jak jim pomoci. Nejlepším prostředkem je systematické odstraňování toxinů z orgánů a tkání těla, svalového i centrálního a autonomního nervového systému. Teprve pak můžeme hovořit o trvalém a nevysychajícím zdroji naší životní energie a vitality.

NĚKTERÉ CHOROBY A ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY

*To tělo, z něhož se stala všech strastí nádoba,
to věru nepříteli krutému se podobá.
Moudrým však, kteří svá těla promění ve sluhy,
budou i pokladnicemi pro jejich zásluhy.*

Nemoc jako porušení přírodních zákonů

Je třeba žít ve shodě s přírodou.

Publius Cornelius Tacitus

Nikdy jsem nenarazil na nemocnou tkáň, která by nevykazovala přítomnost toxických látek. Znamená to, že mezi nemocí a toxiny existuje přímá úměra.

Moji ordinaci navštívila poměrně mladá žena, které diagnostikovali zhoubný lymfom. Její organismus byl extrémně zatížený toxiny. Kromě ní jsem tehdy vyšetřoval i šedesátiletého muže, který se cítil naprosto zdravý. Chtěl se jen z preventivních důvodů informovat o stavu svého organismu. Jeho subjektivní pocit zdraví koreloval i s nepřítomností toxických látek. Organismus mu fungoval jako dokonalá čistička, imunitní systém ho dokázal průběžně zbavovat nebezpečných jedů. Jeho matka byla i v osmdesáti letech čilá a prakticky nepotřebovala lékaře.

Hledal jsem souvislosti. Rodiče pacientky žádným zhoubným onemocněním nikdy netrpěli a ani v šedesáti letech nevykazovali žádné známky těžké nemoci. Nebylo obtížné se během hovoru dozvědět, v čem vidí příčinu nemoci sama pacientka. Celý život byla nadměrně citlivá, stále se stresovala obavami o existenci druhých, neustále přemýšlela nad stávajícími problémy nebo těmi, které ji mohou potkat.

Jednou nám dědičnost dá velkou šanci na pevné zdraví, jindy si tuto šanci promarníme povahou a dalšími psychickými atributy.

Narušený koloběh čchi

Již starověcí Číňané hovoří jasně o příčinách nemoci. Vesmírné tao vstupuje do člověka a mění se na čchi, které pak oživuje organickou schránku člověka. Distribuuje se do všech orgánů a částí podle přesných zákonů. Dělí se na jin a jang, dva doplňující se principy. Nemoc je svázána s poruchou koloběhu energie čchi. Ta nastane tehdy, když člověk nepochopí přírodní zákony a začne je porušovat. Tyto zákonitosti existují jak v potravě, tak i v naší psychice, stylu života, v chápání ročních rytmů, životních podmínek, zákonitostí věku a dalších faktorů. Porucha distribuce čchi však nemusí vyústit v onemocnění, základní orgán ji může vykompenzovat a problém se přenesení do jiné tkáně, kde se zpracuje. Tak vznikají dysfunkce různých tkání, změny na kůži, projevy psychiky a další jevy.

Naše společnost a lidská civilizace obecně se začala ubírat nezvyklou cestou. Poruchy a nemoci se snaží řešit chirurgickými zákroky a chemickými preparáty ovládajícími tkáň. Hledáme také jedy, tedy zbraně, které by zabíjely úhlavní nepřátele lidstva této doby - mikroorganismy. Proti této filosofii zvládnutí zdravotních poruch stavíme proces nazývaný detoxikace. Ta má za úkol zbavit organismus jedů hromadících se v něm kvůli porušení přírodních zákonů.

Farmacie tleská, příroda trpí

Zdánlivě jednoznačný souboj dvou filosofií, dvou přístupů. Má ovšem hlubší dopady, než se na první pohled zdá. Zakrývání symptomů různými léky má za následek nepochopení důvodů vzniku nemoci. Například užívání hormonů při poruchách hormonálních funkcí - ať už pohlavních nebo štítné žlázy - příčinu neřeší. O tu se lékaři nezajímají, a když se jich

zeptáte, proč dívka trpí poruchou menstruačního cyklu či proč její štítná žláza vykazuje známky toxikózy, nedokáže odpovědět, a dokonce se diví, proč se o to zajímáte. Přitom pochopení příčin vzniku zdravotních problémů by přinejmenším dalo jedinci šanci se změnit, odstranit závady v jednání, jež k uvedenému stavu vedly.

Jestliže příčina poruchy trvá, problém se bude rozvíjet dál a přinese další potíže. Například vykazuje-li v mládí, organismus hormonální poruchy a ty se kompenzují užíváním hormonů, bude dotyčného příčina provázet po celý život a jednoho dne propukne jinde a jinou nemocí. Opět nastoupí chirurgie či léky. Tak se roztáčí kolotoč, na jehož konci najdeme desítky různých pilulek. Lidstvo si už ověřilo, že i takové počínání dokáže snášet, a dožívá se při něm nejdelšího věku ve své historii.

Dva problémy nám však nemohou dát spát. Na jeden z nich ukazují výzkumy pocitu zdraví a spokojenosti, a na druhý naopak dotazy na pocit nemocnosti a nespokojenosti s vlastním zdravím. Většina obyvatelstva naší republiky má již ve středním věku pocit, že jejich organismus není v pořádku, a trpí obavami z vážnější zdravotní komplikace. Téměř každý z nás vykazuje nějaké psychické potíže, které znepríjemňují normální žití. Je proto žádoucí hledat způsob, jak vrátit lidem pocit zdraví a psychického klidu.

Druhé úskalí je možná ještě závažnější. Stovky tun léků, které se každý den na zeměkouli spolykají, procházejí naším organismem a jen částečně se v něm inaktivují. Dostávají se do vody, řek, moří a deštěm se vracejí zpět do půdy. Znamená to, že naše planeta je již zamořena léky a vědci sledují přítomnost hormonů ve vodních tocích i půdě s obavami. Objevují se zprávy o psychických problémech živočichů žijících v takovém prostředí.

Antibiotika a vitaminy

Při detoxikačním vyšetření jsem téměř neobjevil člověka, který by ve tkáních neměl zbytky antibiotik. Nachází se i u lidí, kteří se jimi nijak zvlášť neléčili. Dostávají se totiž do organismu nejen živočišnou stravou, ale již také rostlinnými produkty. Přítomnost antibiotik ve tkáních je závažným varováním. Jsou produkována plísněmi jako zbraň, která jim v přírodě zajišťuje dostatek životního prostoru tím, že zničí ostatní konkurenční mikroorganismy. Takto si počínají i v lidském organismu - získávají životní prostor pro plísně, a tudíž se v nás plísně rozmnožují na úkor jiných mikroorganismů, často ochránců zdraví. Tak se stále častěji vyskytují plísně na gynekologických sliznicích, ve střevech, přibývá ekzémů...

Průnik plísní do tenkého střeva znamená vznik poruchy vstřebávání vitaminů, minerálů a mnohdy i dalších vitálních látek, a také trávicí poruchy, které mají dopad na tlusté střevo a vznik disbiózy v něm. Organismus moderního člověka trpí chronickým nedostatkem vitaminů a minerálních látek, který není způsoben jejich nízkým zastoupením ve stravě, ale vyvolává ho neschopnost je vstřebat, přenést přes střevní stěnu.

Například nervová tkáň sice funguje díky elektrické energii, která vzniká přeměnou molekuly glukózy za přítomnosti kyslíku, ale svoji činnost může provádět pouze za přítomnosti vitaminů a příslušných stopových prvků. Jestliže chybějí, dochází k neschopnosti syntetizovat hormony, látky regulující organismus, ale i samotné mozkové funkce.

Vznikají poruchy funkce nervové tkáně, která je důležitým řídicím centrem těla. Zevně se tento jev odráží v chování, duševních schopnostech, v řízení produkce hormonů apod. Ve stáří vznikají poruchy paměti a chování. Ale třeba i nedostatek hořčičku znamená zvýšenou dráždivost nervové tkáně, která se může projevat jak záchvatovitými stavy, bolestí a

epilepsií, tak i nezvladatelnými výbuchy vzteku a agresivity, protože elektrický výboj, který se rozšíří na určitý region mozkové tkáně, vždy znamená podráždění, a to mívá nepříjemné následky. Děti vykazující nedostatek vitálních látek jsou neklidné, nesoustředěné a dráždění jejich mozku způsobuje neschopnost ponechat jejich organismus v potřebném klidu při učení ve škole nebo jiné činnosti.

Prameny psychické poruchy a chování

Špatným vstřebáváním minerálních látek a vitaminů trpí štítná žláza, kosti, svaly, a především autonomní (vegetativní) nervový systém, který má mnoho společného s vlivem jin a jang popisovaným Čiňany. Vegetativní nervový systém se dělí na dva protikladné nervové systémy, které lze stručně označit za dráždivé, povzbuzující na jedné straně a zklidňující, uvolňující na straně druhé. Jejich souhrou je řízený celý organismus, jeho útroby, cévy, zkrátka veškeré pochody. Jestliže se řízení poruší, projeví se to dysfunkcí orgánů a nastávají poruchy funkce žaludku, střeva, močových cest, srdeční činnosti, tedy všech útrobních systémů.

Vegetativní nervový systém prochází z mozku až do nejvzdálenější části těla, proto jeho poruchy působí i na psychiku a chování. Jakýkoli psychický vliv se jednoduše rozšíří do center vegetativního nervového systému a způsobí poruchy funkce orgánů, což má zpětný vliv na CNS. To se pak projeví problémy v jednání a chování i v nemocích v podobě úzkosti, napětí, agrese, nejistoty a dalších emocionálních atributů včetně dopadu na imunitní systém. Imunita totiž kopíruje psychiku a chová se shodným způsobem. Při úzkosti a nejistotě obranyschopnost vykazuje nedostatečnou činnost, při agresi a autoagresi zase naopak nebyvalou silou napadá tkáň a vyvolává v nich záněty a následnou degeneraci.

Mohl bych o vlivu nedostatečného vstřebávání vitaminů a minerálů hovořit ještě dlouho. Nikdy však nesmíme zapomenout na to, že na počátku stojí porušení přírodních zákonů, snaha o zabíjení mikroorganismů antibiotiky, jejich přítomnost v okolní přírodě, a tím i v našich tkáních.

Plísně a střevní dysbióza

Dalším důsledkem je vznik střevní dysbiózy. Vinou antibiotik přemnožené plísně, jejich přítomností vyvolané poruchy trávení začínající již v žaludku a tenkém střevě, ale i dysfunkce autonomního nervového systému - to vše způsobuje, že se v tlustém střevě přemnoží anaerobní mikroorganismy, které narušují zpracovávání stravy, především živočišných bílkovin. Dochází k procesům, při nichž vznikají jedovaté látky. Tlusté střevo se stává výrobnou, samostatným zdrojem jedů s karcinogenním účinkem. Znamená to, že tyto toxiny mutují genetický kód, který mimo jiné zajišťuje i ochranu před vznikem nádorů.

Nádor není nic jiného než přirozená snaha buňky každé živé hmoty rozmnožovat se. Tuto tendenci lidský organismus hlídá pomocí účinných kontrolních mechanismů, které nás chrání před vznikem nádorů. Musejí být ovšem funkční a správně řízené, což zajišťuje genetický systém.

Jestliže selže náš genetický systém, selhávají i ochranné mechanismy a organismus přestává být před nádory chráněný. Riziko jejich výskytu se zvyšuje.

Karcinogeny vznikající v tlustém střevě při trávení živočišných bílkovin a tuků jsou mutagenní, tedy poškozují genetický kód. Mají specifický vliv na tu část genetického kódu,

kteřá ovládá protinádorový obranný systém. U všech lidí se zhoubným nádorem se objevuje porucha tohoto obranného systému, který je řízen centrálním nervovým systémem. Jestliže se nepodaří obranný systém léčbou obnovit, vzniká riziko recidivy nádoru. A obranný systém není možné opravit, jestliže zároveň nevytvoříme průběh trávicích procesů ve střevech, tedy pokud neobnovíme takzvanou mikrobiální symbiózu jako soužití mikroorganismů ve střevě tak, jak je pro trávicí procesy optimální. Abychom tohoto jevu dosáhli, musíme vytvořit podmínky pro existenci mikroorganismů a musíme jim vrátit přírodní zákonitosti. To je ovšem vyloučené, jestliže nezbavíme střevní trakt jedů, mezi něž patří také antibiotika.

Nemoc jako vítězství mikroorganismů

Příroda má ve zvyku vymáhat velmi lichvářské úroky.

Michel de Montaigne

Nemoci, které prakticky vždy doprovází bolest, strach ze smrti či ztráta některých schopností, patří mezi základní utrpení lidstva po celou jeho existenci. Společně s hladem, duševní trýzní a zraněními představují největší hrozbu, proto se lidé odpradáвна snaží odhalit příčiny nemocí, válek i niterného strádání. Vznikaly proto náboženské filosofie nebo se objevovaly snahy vybudovat trvalý blahobyť, aby soužení jednou provždy zmizelo.

Mikro versus makro

Odhalit příčiny nemocí však není snadné, proto se jednou pokládaly za trest Boží, jindy za důsledek špatného stravování, chování, nebo přítomnosti bažin a špíny v okolí bydliště. Povšimněte si, že současná medicína se o skutečných příčinách nemocí téměř nezmiňuje. Špatnou činnost štítné žlázy vysvětluje například nedostatkem jodu nebo autoimunitními procesy, nádory zase změnou genetického kódu či metabolismu buňky. Alergie mají ještě kurióznější výklad - za příčinu se považuje přítomnost pylů, prachu, roztočů apod. Samozřejmě že vy jmenované příčiny nejsou těmi skutečnými. Pokud se někdo nad tímto jevem zamýšlel, musel nutně dospět k názoru, že současná medicína nemá velký zájem na odhalování příčin nemocí, ale pouze zkoumá jevy, které je možné ovlivnit průmyslově vyráběnými léky.

Domnívám se - a moje domněnka není nijak nová -, že většina nemocí je výsledkem souboje mikro a makro světa, neboť mikroorganismy se bez parazitování na makroorganismu nedokáží množit, a proto se snaží různými prostředky dostat do lidského těla a setrvat v něm. Jednou z variant tohoto procesu je tvorba mikrobiálních ložisek, která jsou kvůli svému umístění a konstrukci schopná odolávat útokům imunitního systému i léků, a stávají se tak pevnou součástí tkání. Ložiska provozují diverzní činnost a mění pochody v organismu ve svůj prospěch. Oslabení a změny v činnosti různých tkání a orgánů nazýváme nemocí.

Léčba jako boj „kdo s koho“

Chceme-li nemoc odstranit, musíme se pustit do souboje s rafinovaností mikroorganismů. Představa, že stačí do těla „nasypat“ jed zabíjející mikroby, tedy obvykle antibiotika či chemoterapeutika, však není zcela pravdivá. Mikroorganismy mají řadu obranných prostředků, jak jim odolat. Do ložisek se tyto preparáty prakticky ani nedostanou. Zbývají nám tedy dvě možnosti. Za prvé odstraňovat důsledky činnosti mikroorganismů v ložiscích a jiných formách chronických infekcí v organismu pomocí přírodních nebo chemicky vytvořených látek či chirurgickým odstraněním již poškozených orgánů a tkání.

Tuto činnost lidé nazývají léčbou, ale ve skutečnosti jí není; jde pouze o likvidaci důsledků určitého jevu, s nímž jsme se smířili. Nakonec stejně dojde k tomu, že převaha mikroorganismů je natolik velká, že způsobí dysfunkčnost celé řady orgánů. Tento stav pak nazýváme nemocí stáří, které vyvolává mimo jiné to, že tkáně ztrácejí věkem svou sílu a schopnost regenerace. Jednoduše podle Číňanů vyjádřeno, klesá množství čchi, a tím i umění organismu bránit se důsledkům diverzní činnosti mikroorganismů.

Anebo se můžeme snažit odstranit skutečnou příčinu nemoci, a tou je přítomnost mikroorganismů. V tomto okamžiku však nastává dosti komplikovaný proces, protože jde vlastně o souboj schopností člověka a mikroorganismů. Takový léčebný proces nemůžeme nazývat jinak než bojem, protože je při něm nutné využívat prostředků, které se vždy používaly právě v boji. Mám na mysli různé druhy strategií a taktik, úskoků, fint a lstí, neobvyklé nástroje i odvahu aktérů boje.

Choroba se vyplácí

Lidé jsou zvyklí na to, že po podání určitého prostředku se projeví změna. Pokud nenastane, tvrdí se, že je léčba neúčinná a lékař či lék je špatný. Nechápu, že každý útok nebo obrana nemusí nutně vést k okamžitému vítězství. Jen „vojevůdce“ musí hledat další prostředky a taktiku, aby zvítězil. Takový proces trvá obvykle delší dobu, jestliže nejsem natolik moudrý a vzdělaný, abych byl schopen nepřátelské bojůvky likvidovat hned na počátku jejich akcí.

Lidstvo však ještě nedospělo k takovému zlomu, není natolik moudré, aby začalo zasahovat do svého „zdraví“ již od narození, přesněji řečeno od zplazení. Holedbá se sice prevencí, kterou demonstruje očkováním (některé infekční choroby tímto způsobem skutečně zvládá), ale celá škála problémů zvaných civilizační choroby - různé alergie a následné komplikace, arterioskleróza, rakovina, nemoci stáří obvykle spojované s nemocemi kloubů, očí a nervového systému - nemá žádná preventivní opatření. Toho využívají kritici zdravotnictví s tím, že tyto zdravotní problémy jsou vlastně žádoucí, protože vytvářejí trh pro výrobce léčiv. Žádný obchodník si přece nenapíše na výkladní skříň: nekupujte mé zboží, nepotřebujete ho. Správný obchodník se vám snaží dokázat, že bez jeho zboží nemůžete žít. Farmaceutickým firmám se dokazuje snadno.

Kdybychom začali - a věřím, že jednou toho lidé budou schopni - likvidovat infekční ložiska hned od počátku života, stal by se boj poměrně snadným. Čím déle ložisko existuje, čím více tkání ztrácí svou schopnost bránit se, tím je pomoc složitější. Infekční ložisko nejen produkuje skutečné toxiny - jedy narušující imunitní a nervový systém i samotnou funkčnost tkáně -, ale vytváří rušivé pole ve smyslu energo-informačním. Mění tedy celou koncepci člověka.

Pránájáma, plíce a střevo

Tato kapitola je historicky dosti zajímavá, protože s tímto jevem pracovaly zdravotnické systémy dávné minulosti, především v oblasti Dálného východu. Samozřejmě i v dalších zemích se lidé energo-informační pole narušené existencí ložisek snažili upravit zaříkáváním, léčebnými i náboženskými rituály či sugescí. Asiaté ale vytvořili smysluplnější systémy.

Jako příklad poslouží pránájámická jógová cvičení. Jedná se o dechová cvičení, při nichž se pracuje s pránou, tedy s kosmickou silou oživující organismus. Zásadním a důležitým orgánem v této hře jsou plíce. Podle staročínské medicíny k nim jako dceřiný orgán náleží střevo. V něm dochází k mnoha procesům, stručně řečeno od imunitních přes trávicí až po vstřebávací. Osu plíce-střevo tedy můžeme pokládat za naprosto základní orgánovou dvojici a Čiňané také uvádějí, že celý proces vstřebávání a distribuce čchi začíná právě ve spojení dechu a trávicích pochodů.

Trochu mylně se k plicím přiřazuje pouze tlusté střevo. Vliv plic však začíná již v tenkém střevě v lačníku a pokračuje přes kyčelník (ileum) až do tlustého střeva. Srdce se omezuje na

dvanácterník (duodenum). Po celé délce tenkého i tlustého střeva dochází k popsaným procesům, proto plíce a střevo bývají prvním terčem vzniku ložisek. Však se také u malých dětí nejdříve setkáváme s ložisky v plicích, která pak často pokračují ve střevech. První zdravotní problémy se rovněž týkají plic a většiny dětských nemocí dýchacích cest. Rovněž alergie zasahují především dýchací cesty a zažívací trubici. První strava, tedy mléko, uvolňuje hlen zahlcující opět dýchací cesty, a tím vytváří podmínky pro vznik ložisek.

Ve střevě mají poruchy ještě širší rámec. V tenkém střevě, kde se vstřebávají vitaminy, minerály a ochranné látky (antioxidanty atd.), dochází k poruše funkce, čímž celý organismus chronicky, ale o to nebezpečněji trpí. Ke konci tenkého střeva a v tlustém střevě, kde dochází ke vstřebávání živin, jsou důsledky ložisek stejně závažné, ale v důsledku toho, že se lidstvo v posledních letech systematicky přejídá, poruchy tohoto procesu nejsou v našich zemích natolik nebezpečné a paradoxně nám docela prospívá, že se všechny živiny nevstřebají.

Pránájámická cvičení, která vznikla před tisíciletími, rozvíjejí plíce, provzdušňují plicní sklípky a realizují i různé vibrace. Ovlivňují tak vznik infekčních ložisek v plicích. Pránájáma však zdůrazňuje ještě jednu důležitou okolnost. Okřídlená věta „*Kde je mysl, tam je prána*“ vlastně vyjadřuje, že dýchání bez koncentrované mysli nemá smysl. Pránájámická cvičení doporučují, aby dech vycházel především z břišní dutiny, prvním bodem je takzvaný břišní dech. Ten nejen fyzikálně hýbe s dutinou, ale účast mysli, tedy koncentrace na břišní orgány, zejména na střevo jako nejmohutnější z nich, může znamenat zesílení obranných pochodů v tomto orgánu.

Samotný organismus je za určitých okolností schopen likvidovat infekční ložiska. Ony pochody můžeme aktivovat myslí, ale její vycvičení k tomuto účelu je dlouhodobé, takže jen málokdo k tomu najde trpělivost a odvalu. Pránájáma tedy ovlivňuje nejen pronikání kyslíku do organismu, ale působí i na existenci ložisek v plicích a ve střevním traktu. Tímto způsobem ovlivňuje naše vnímání světa, protože dvojice plíce-střevo stojí za mnoha depresemi. Pránájáma rovněž ovlivňuje vstřebávání živin, vitaminů, minerálů a ochranných látek tím, že odstraňuje infekční ložiska z tenkého i tlustého střeva. Dává nám také pocítit důležitost naší mysli, tedy psychického soustředění. Pránájámické cvičení proto mohlo v historii silně ovlivnit vnímání světa i část utrpení přicházející s nemocemi.

Na tomto příkladu jsem chtěl ukázat, že lidé již v minulosti chápali příčinu nemocí a v taktice jejich odstraňování byli daleko méně zmanipulovaní než my, kteří se domníváme, že na všechno stačí několik tablet léku.

Tyto úvahy se týkají jen části taktiky a činností, které mohou vést k optimalizaci energo-informačního pole narušeného přítomností ložisek či přímo k jejich odstranění. Lze totiž použít daleko více různých přírodních prostředků. Podíváme-li se na to s vírou ve spravedlnost na tomto světě, můžeme se oprávněně domnívat, že pokud příroda dala mikroorganismům do ruky mocnou zbraň, jak se dostat do našeho těla a přežít v něm, tak i lidem musela dát zbraň natolik účinnou, aby síly byly vyrovnané. Hledáním v přírodě, v přirozených procesech, ji můžeme zcela jistě najít.

Detoxikace a zhoubné nádory I

Děje tohoto světa jsou výsledkem tří faktorů: přirozenosti, lidské vůle a náhody.

Avicenna

Strašák nás všech - zhoubný nádor - postihuje prakticky jakékoli tkáň lidského organismu. Kolem tohoto děsivého onemocnění a jeho prevence se již mnoho napovídalo a napsalo.

Po celém světě probíhá výzkum, který by měl přinést převratné výsledky v jeho léčbě. Zatím však i přes značné pokroky statistiky uvádějí, že asi jedna třetina všech úmrtí jde na vrub právě zhoubným nádorům. výskyt některých z nich stagnuje již mnoho let, počet jiných se však neustále zvyšuje.

Moderní diagnostické metody

V současné době spočívá diagnóza zhoubného nádoru především ve dvou procedurách. Stále se zlepšující technické možnosti přístrojů založených na rentgenovém záření a dalších fyzikálních jevech, jako je magnetická rezonance či pozitronová emisní tomografie, umožňují zaznamenat stále menší a menší útvary v těle. Faktem zůstává, že takto diagnostikovaný nádor musí být vždy viditelný pouhým okem, což představuje přítomnost stamilionů buněk, a tedy již značně rozvinuté stadium onemocnění.

Tomuto vyšetření často předchází zjištění takzvaných nádorových markerů, což jsou biochemické ukazatele signalizované rozborem krve. Nebývají zcela přesné a někdy mohou falešně ukazovat pozitivitu na zhoubný nádor, přestože se jedná jen o určitý druh zánětu. Celkem výjimečně lze nádor zjistit i pouhým okem, například při gynekologických vyšetřeních nebo v ústní dutině, případně jinými metodami, které ho však nikdy neukazují s naprostou jistotou. Musí proto následovat histologické vyšetření, tedy vyšetření buněčné struktury, které podezření buď potvrdí, nebo vyvrátí.

Česká republika vede co do výskytu zhoubných nádorů v konečníku a ve střevech. Odborníci se shodují v tom, že máme v tomto ohledu špatnou genetickou výbavu, kterou ještě zhoršujeme způsobem stravování v podobě typicky české kuchyně složené především z bílé vymílané mouky, tuku a masa. Tato strava zároveň obsahuje málo ochranných faktorů, tedy surovin kompenzujících nádorové složky v jiných potravinách. Vždyť při uzení a smažení masa (pravděpodobně i brambor) vznikají karcinogenní látky. O výskytu nádoru však rozhoduje nejen příprava stravy, ale i množství konzumovaných tuků. Ochranné protinádorové faktory se vyskytují v mnoha druzích zeleniny, například v brokolici, sóji a některých méně užívaných potravinách.

Přírodní léčivé prostředky

Nádorovému onemocnění se věnujeme již mnoho let, a tak jsme samozřejmě vyzkoušeli všechny historické i současné léčebné prostředky. Pacienti se nespokojují jen s oficiální medicínou a vyhledávají či rozvíjejí i takzvané alternativní metody. Mezi nejčastější patří užívání různých výtažků ze jmelí, které například obsahuje preparát Iscador, nebo prostředky s imunitním dopadem, jako je Thymus. Při léčbě se využívá také zjištění, že vysoké teploty mohou zastavit růst nádoru i donutit ho k ústupu, a proto se používá metoda takzvané hypertermie, kdy se pacientům vstříkují různé látky vyvolávající záchvaty vysokých horeček.

Zkoumá se i vliv vitaminů a minerálů a nadějně jsou vysoké dávky vitaminů C, selenu či zinku.

Řada lidí sází na tvrdá dietní opatření, z nichž nejznámější je takzvaná Breussova hladovka, neboli dvaadvaceti denní půst, kdy se konzumují jen zeleninové šťávy, především kombinace mrkve a červené řepy, a různé bylinné směsi. Také makrobiotika má vypracovanou dietu pro léčbu nádorů.

Zaznamenal jsem určité výsledky, které vyvolala urinoterapie neboli užívání moči jak ve formě nápoje, tak klystýru. V předchozích desetiletích se objevily i některé nové metody, například užívání vysokých dávek hormonů slinivky břišní nebo tripsinu - jednoho z trávicích enzymů. Zajímavých výsledků bylo dosaženo takzvanými kávovými klyzmaty působícími na takzvanou detoxikaci jater, které aplikovali v USA.

Známé jsou i psychoterapeutické protinádorově zaměřené techniky, které provádějí lidé věřící na psychickou podstatu této nemoci. Snad vůbec nejznámější je psychotronické působení, kdy někteří specialisté dosáhli při ovlivnění růstu nádorů značného věhlasu. Psychoenergie, kterou působili na nemocného, vyvolala v jistých případech dokonce ústup nádorových problémů. U nás dosáhl značné popularity již zemřelý léčitel Zezulka, který se na léčbu nádorů specializoval.

Mezi alternativní metody by se mohla zařadit i devitalizace, kdyby však nešlo o chirurgickou metodu označovanou za neúčinnou, která probíhá pokoutním či takzvaně alternativním způsobem. Zaznamenal jsem i stovky pacientů, kteří se léčili injekcemi z třezalky, „vynálezem“ docenta Dolejšího. S jeho smrtí tato léčba ale postupně zanikla.

Psychohygienu jako prevence

Hodně se hovoří také o prevenci nádorového onemocnění, protože klasická medicína nabízí pouze včasnou diagnózu, nikoli preventivní opatření. K nim bezesporu patří takzvaná psychohygienu, tedy dodržování určitých psychických pravidel, mezi něž se řadí především pravidlo nepřetěžovat se stresem. Silná a vleklá stresová zátěž má nepochybně vliv na vznik nádorů, jak jsem si opakovaně ve své praxi ověřil.

Třiašedesátiletá žena, která při dopravní nehodě ztratila muže, za několik měsíců po této tragédii onemocněla zhoubným nádorem. Důvod byl evidentní - naprosto se nevyrovnala se smrtí manžela. Ukázalo se, že bez něj není téměř schopná samostatné existence. Do onemocnění rakovinou se potácela v hlubokých depresích, beznaději a pocitu zbytečnosti. Zemřela při pokusu o devitalizační chirurgický zákrok.

Jiná žena, kterou jsem znal desítky let, se celý život obávala zhoubného nádoru a neustále dodržovala velmi přísné diety. Před její šedesátkou u jejího manžela náhle propuklo nádorové onemocnění a zakrátko nato zemřel. Po jeho skonu onemocněla i ona, a ačkoli na to byla vlastně připravena, psychicky se zhroutila, odmítala pomoc a skonala. V anamnéze lidí s rakovinou se často nachází dlouhodobé psychické vypětí, stres a přepínání sil.

Střevní dysbióza a vnitřní karcinogeny

Po mnohaletém vyšetřování Vollovým přístrojem jsem došel k závěru, že u všech pacientů s rakovinou se takřka bez výjimky vyskytují naprosto logické souvislosti, které je možné ovlivňovat především preventivně, ale také je využívat k léčbě. Jedná se o stav střevní

dysbiózy s produkcí takzvaných vnitřních karcinogenů čili látek vznikajících při chybném trávení živočišných tuků a bílkovin. Již v minulosti je popsali hygienici působící v potravinářství, takže jejich názvy i původ vzniku jsou detailně známy.

Problém spočívá v tom, že nikdo subjektivně nepozná, že trávicí procesy přešly do patologického režimu - oxidativního rozkládání živočišných tuků a bílkovin - způsobeného přítomností nadměrného množství anaerobních mikroorganismů, především kmene *Bacteroides*. Tento jev odůvodňuje pozitivní vliv diety. Veškeré protinádorové diety jsou totiž vegetariánské bez přítomnosti živočišných tuků a bílkovin. Tímto způsobem je tedy možné zabránit produkci karcinogenních látek ve střevech, což má značný význam pro prevenci nádorů, o něco méně pro jejich léčbu.

Při přírodní léčbě rakoviny je tedy třeba nastolit střevní symbiózu a změnu trávicích procesů. Vynechání masa a živočišných tuků je proto samozřejmostí. Karcinogenní látky vznikající tímto způsobem jsou však již obsaženy ve tkáních, a jsou-li postiženy jejich automatické detoxikační schopnosti, nejsou je schopny samy vyloučit. Je proto třeba provést i detoxikaci tkáně od vnitřních neboli střevních karcinogenů. Vollův přístroj dokáže jejich produkci odhalit. Toto vyšetření je možné využít i coby prevenci, protože obnovení fyziologických procesů ve střevě je věc poměrně jednoduchá a v tomto případě bývá život zachraňujícím počinem.

Vliv prostředí i zlovyků

Dalším faktorem objevujícím se u všech lidí se zhoubnými nádory je přítomnost zevních karcinogenů. Z nich nejčastěji nacházíme různé rakovinotvorné chemikálie, jako dehty dostávající se do organismu kouřením nebo některými pracovními činnostmi, azbest, metabolity některých léků či látky vznikající při specifické přípravě potravin. Pro nikoho asi není tajemstvím, že v našem životním prostředí se těchto karcinogenů vyskytuje velké množství. Některé z nich si vytváříme i špatnými návyky, jako je kouření, užívání drog apod. Mnohé látky tohoto typu jsou také užívány v potravinářském průmyslu, kde se řadí mezi takzvaná „ěčka“, nebo v zemědělství, kde slouží k hubení hmyzu a plevelů. Z tohoto důvodu se u nás i ve světě intenzivně rozšiřuje užívání takzvaných biopotravin nebo organických potravin, které neobsahují potenciální karcinogenní látky.

Faktor dědičnosti

Vnitřní i zevní karcinogeny mají takzvané mutagenní účinky, to znamená, že zasahují do genetického fondu organismu. Náš genom obsahuje celou řadu genů a genetických seskupení s hlídacím protinádorovým i takzvaným opravným významem. Druhá skupina systematicky opravuje chyby vyskytující se v první skupině. Dosud nebylo možné, aby genetika účinně zasáhla do prevence a léčby nádorů, protože rozpoznání a ovládnutí těchto genetických procesů zatím není vzhledem k jejich složitosti dostatečně zvládnuté.

Důležité je, že zevní i vnitřní karcinogeny můžeme diagnostikovat pomocí Vollova přístroje, a dokonce orientačně diagnostikovat i genetické změny nebo genetický potenciál, protože dispozice k těmto procesům se dědí. Jestliže rodič onemocní zhoubným nádorem, je pravděpodobné, že je ohroženo i některé z dětí. Vollův přístroj je schopen tyto dispozice zjistit pomocí příslušných preparátů. Lidé ovšem o tato zjištění nemají valný zájem, protože určitě není příjemné žít s představou, že jednoho dne u nich může propuknout rakovina.

Ve starším věku - u mužů nad 50 let a u žen nad 60 let - se začíná genetický potenciál diferencovat na dvě větve: cévní a nádorovou. Tyto tendence je obvykle možné zaznamenat pomocí Vollova přístroje, což má značný význam pro prevenci. Lidé, u nichž se nevyskytují uvedené genetické dispozice ani ve věku nad 60 let, bývají s velkou pravděpodobností dlouhověcí, protože k rozvoji dispozic dochází až v sedmdesátce či osmdesátce.

Detoxikace a zhoubné nádory II

Kořenem všeho zla je nedostatek poznání.

Buddha

V minulé kapitole jsem probíral podmínky nutné ke vzniku zhoubného bujení, vnitřní a vnější karcinogeny a genetické změny i dispozice. Nyní budu v tomto tématu pokračovat.

Hlavní hráč

Dalším a pravděpodobně rozhodujícím faktorem pro existenci nádoru je pokles protinádorové imunity. Náš organismus disponuje speciálními látkami a buňkami, které ovládají potenciální nádorové procesy. Buňka jako živý organismus má vždy tendenci se rozmnožovat, růst. V lidském těle je tento jev nemožný, protože orgány i tkáně zachovávají svůj tvar důležitý i k jejich funkci. Proto je růst buněk geneticky naprogramován a organismus jej řídí. Jestliže tyto mechanismy selžou, dochází k nekontrolovatelnému množení buněk, které vzhledem k překotnému růstu mají patologický charakter, což v podstatě znamená nádor.

Dlouhodobým výzkumem se zjistilo, že tyto procesy ovládá centrální nervová soustava (CNS). Dokonce se podařilo přímo lokalizovat místa s rozhodujícím řídicím účinkem. Jakmile tato mozková centra začnou vykazovat chybné řídicí vlastnosti a protinádorová imunita klesá, ať už v kvantitě nebo kvalitě, dochází k realizaci chybných genových úkonů vyvolaných karcinogenními látkami a k růstu nádoru.

Kde není ložisko, není nádor

Nádorové onemocnění má však i další souvislosti. Zásadně se nevyskytuje v žádném orgánu, v němž by se nenacházelo takzvané skryté infekční ložisko. Samotné narušení imunitních vlastností orgánu ložiskem a jeho ovlivnění ložiskovými toxiny způsobuje, že v něm dochází k nahromadění toxinů, a tím ke zvýšené citlivosti na nádorové vlivy. Detoxikace od ložisek proto patří k důležité protinádorové prevenci.

V CNS existuje i příslušné centrum brzdící metastazování nádoru, tedy odlupování a usazování nádorových částic v jiné části organismu. Je-li porušeno, dochází k metastazování. I zde platí, že metastázy se tvoří jen v těch orgánech, v nichž se nacházejí ložiska. Například je známo, že nádor prsní žlázy může metastazovat do kostí. To se však stává pouze u pacientů, kteří mají v kostech infekční ložiska a u nichž nacházíme poruchu v příslušné části CNS.

Chceme-li zabránit vzniku nádoru, musíme detoxikovat organismus od zevních karcinogenů, ale také se jim vyhýbat, což znamená neustále čerpat znalosti o karcinogenních látkách a v tomto duchu dbát na „biočistotu“ potravin i jejich správnou přípravu.

Střevní symbióza a vliv jater

Dalším nezbytným krokem je udržování střevní symbiózy, což vyžaduje nejen opatrné nakládání s antibiotiky, ale i určité stravovací zvyklosti. Jde především o přítomnost vlákniny a dostatku ochranných protinádorových látek ve stravě, tedy zvýšená konzumace ovoce, zeleniny (zejména brukvovité) a sóji, která se v USA již dostala na seznam potravin

podporujících zdraví. To je velmi významné, neboť do oficiálního seznamu jsou opravdu zařazovány jen potraviny s prokazatelnými účinky.

Centra pro řízení protinádorové imunity poškozují rovněž játra, čehož si v dějinách lidstva byli vědomi již mnozí lékaři. Nezbytná je prevence vytváření ložisek v játrech čili především játra nepřetěžovat. Očistné jaterní kúry a diety proto vždy byly nezbytnou součástí prevence i léčby nádoru. Naše strava bohužel játra přetěžuje vysokou konzumací masa, tuků a soli. Velmi významným pomocníkem je v tomto smyslu jihoamerická bylina vilcacora, kterou využívá páter Sheliga ve svém peruánském zařízení pro léčbu nádorů.

Problém spočívá v tom, jak nám sdělili jihoameričtí kolegové, že se vilcacora v Peru vyskytuje v několika variantách, z nichž pouze dvě jsou léčivé a účinné. Do Evropy se však dováží až 90 % levných neúčinných forem této rostliny. Užívat vilcacoru (Una de gato) tedy vždy neznamená chránit se nebo léčit, protože její účinnost rozpoznají pouze laboratorní testy nebo znalci z řad indiánů. Naštěstí Vollův přístroj je schopen ukázat, která vilcacora je léčivá a která nikoli. Tento poznatek pravděpodobně i zdůvodňuje využití kávových klystýrů a jiných procedur pro čištění střeva jater.

Zásadním přínosem jsou však preparáty sloužící ke znovuzprovoznění center v CNS, a tedy k nastolení kvalitní protinádorové imunity. Rozhodující úlohu mezi nimi hraje směs bylin nacházející se v preparátu, který jsem pro tento účel vyvinul. Systematické odstraňování infekčních ložisek především z kritických orgánů, jako jsou střeva, prsní žlázy, prostata, vaječníky, plíce apod., je významná preventivní metoda. Lze říci, že prevenci i diagnostiku potencionálních nebezpečí máme již dobře zvládnutou.

Léčba jako aktivace

Při léčbě nádorového onemocnění všechny procedury pokládáme za doplňkové k základní léčbě zastoupené třemi postupy - operací, chemoterapií a radioterapií. To pacientům vždy z absolutního přesvědčení zdůrazňujeme, protože daleko lépe se zvládají ojedinelé nádorové buňky než jejich obrovské množství v organismu. Všechny tři postupy mohou odstranit nádorové buňky nebo významně omezit jejich výskyt, bohužel jen málokdy zasáhnou příčinně, tedy odstraní důvod, proč nádorové onemocnění vůbec vzniklo.

Kombinaci moderní a přírodní léčby nádorů pokládáme za optimální, protože významně zvyšuje šanci pacienta na uzdravení. Mohli bychom dokumentovat spoustu běžných případů protinádorové léčby i řadu případů zázračných, ale to není smyslem tohoto textu ani mým záměrem. Zázrak je zázrak a zůstává výjimečnou záležitostí.

Důležitá je systematická prevence, tedy zvládnutí problematiky střeva, jater, CNS a infekčních ložisek v orgánech. Nedisponujeme žádnou látkou ani postupem, který by dokázal zabít a likvidovat nádorové buňky. Umíme pouze probudit síly v lidském organismu, které jsou určené k tomu, aby ho chránily před nádorem.

Jestliže jsou tyto síly dostatečné, člověk zvítězí. Pokud už nestačí na likvidaci nádoru, jeho šance jsou podstatně menší, protože musí spoléhat jen na umělou likvidaci nádorových buněk.

Při odstraňování nádorů dochází ke dvojímu procesu. Prvním je vstřebávání díky imunitním buňkám, z nichž každá je schopna „pozřít“ jednu buňku nádorovou. Vzhledem k tomu, že jde o sta miliony, nebývá tento proces vždy snadný a úspěšný, zvláště při větším rozsahu nádoru. Za druhé velmi často dochází k opouzdření nádoru, jeho izolaci od těla a

deaktivaci. Přítomnost novotvaru však v místě nádoru mnohé pacienty i lékaře děsí, a tak doba, než se prokáže, že nádor je opravdu zlikvidovaný, se často protahuje na úkor nemocného a jeho psychiky.

K prevenci i léčbě nádorového onemocnění využíváme preparáty k úpravě střevního prostředí, jaterní funkce a zásahu do CNS. Celou proceduru, která trvá řadu měsíců a někdy i let, doplňuje systematické odstraňování skrytých infekčních ložisek z důležitých orgánů, jako jsou plíce, slezina, ledviny, kosti a další. Celý tento proces doprovází odpovídající stravovací režim.

Vzhledem ke skutečnosti, že se výzkumů rakoviny účastní tisíce odborníků z celého světa, zdá se být prevence primitivní a jednoduchou záležitostí. Nedělejme si naděje, že někdo vykřikne „Heuréka“ a prevence rakoviny bude rázem na světě. S tímto arzenálem denně pracuji a vidím výsledky; jsem si však jistý, že prevence možná je.

Prevenci nabízím pacientům, sám sobě i svým blízkým. Léčba je možná, ovšem za předpokladu, že poměr mezi silami organismu a nádorem svědčí ve prospěch pacienta. Potom může vyhrát, definitivně se zbavit nebezpečí nádorového onemocnění a zejména nahlédnout do kuchyně detoxikace coby účinné a univerzální metody prevence a léčby chronických i životu nebezpečných chorob.

Detoxikace a hormonální systém I

To, co vytvořila příroda, je vždy lepší než to, co bylo vytvořeno uměle.

Marcus Tullius Cicero

Toxiny neboli jedy usazené ve tkáních zhoršují jejich funkci a ve svém důsledku i fungování celého organismu. Některé systémy pracují na konkrétních úkolech a kromě toho - díky vzájemné propojenosti - ovlivňují i další tělesné funkce. Z tohoto důvodu bychom měli tyto „jednostranné“ systémy udržovat v ideální kondici, protože i zdánlivě nepatrný problém může mít značný dopad na ostatní orgány a tkáně.

Jednostranné a univerzální

Mezi jednostranné například patří dýchací systém, který má jasně stanovenou funkci - nasávat vzduch z okolí a provádět výměnu plynů mezi krví a plícemi. Mění přitom kyslík na kysličník uhličitý. Kromě toho souvisí i s nervovým ústrojím, kůží a lymfatickým systémem. Nepatrný problém, malé ložisko v některé ze struktur dýchacího ústrojí může způsobit špatnou funkci kůže nebo lymfatického systému.

Na tomto principu spočívá celostní medicína a její vztah s detoxikací. Podaří-li se nám odhalit tkáň, v níž se nachází ložisko či toxin a očistit ji, detoxikovat, zmizí nejen problém na dané ústrojí vázaný, ale mnohdy i ten nacházející se ve vzdálených částech těla. Znat tyto vztahy, detoxikační postupy a podrobně lidské tělo, abychom mohli stanovit, v jakém místě se toxiny nacházejí, je úkol jistě nelehký, ale zvládnutelný.

Vedle jednostranných orgánů se v těle nacházejí univerzální systémy ovládající z principu celý organismus. Hovořili jsme o imunitním systému, a i když jsme látku ještě zdaleka nevyčerpali, neboť imunita je záležitost velmi složitá a zásadní, můžeme se věnovat detoxikaci některého z dalších univerzálních systémů. Aniž bych chtěl určovat pořadí důležitosti, na mysl mi přišel hormonální systém.

Hormonální ústrojí tvoří orgány produkující buď přímo hormony, nebo látky mající k nim úzký vztah. V našem těle je takových orgánů hned několik: zejména štítná žláza (tyreoidea), podvěsek mozkový (hypofýza), šišinka (*glandula pinealis*), nadledvinky (*glandula suprarenalis*), vaječníky (*ovaria*), varlata (*testes*) a inzulinové ostrůvky (Langerhansovy ostrůvky). Hormony a látky hormonální povahy jsou ovšem produkovány i jinými tkáněmi a slouží k vyvolání dějů majících často zásadní charakter pro existenci lidského organismu. Například buňky uložené v ostrůvcích ve slinivce, takzvané beta-buňky, produkují inzulin, který rozhodujícím způsobem ovlivňuje metabolismus cukru, a tedy i přeměnu potravy na energii.

Hypofýza a pohlavní hormony

Lidé si pod pojmem hormony často představují ty sice nejpopulárnější, ale zdaleka ne jediné - pohlavní. Produkci pohlavních hormonů řídí přední lalok hypofýzy. Ženské pohlavní hormony zajišťují menstruační cyklus, což je vlastně příprava děložní sliznice na přijetí oplodněného vajíčka.

Pohlavní hormony mají vliv nejen na utváření pohlavních znaků, ale i na závažná období v životě, jako je puberta či přechod. Do značné míry určují i povahu, druh chování, stupeň

agresivity a mnohé další projevy lidského organismu. Řídící hormony z hypofýzy ovlivňují vlastní pracovní orgány - vaječníky u žen a varlata u mužů. Pohlavní hormony rovněž produkuje kůra nadledvinek.

Toxické zatížení hypofýzy v současnosti představuje značný zdravotní problém. Lékařská věda dokáže vyšetřit množství pohlavních hormonů; úskalí ale nastává, když laboratorní výsledky signalizují, že ve sféře pohlavních hormonů není problém, zatímco naše vyšetření využívající přístroje EAV (SALVIA) poukazují na něco jiného. Vedle množství pohlavních hormonů může o jejich činnosti pravděpodobně rozhodovat i jejich kvalita. V každém případě se však v hypofýze velmi často nacházejí zátěže ze životního prostředí - těžké kovy, jejichž zdroj v podobě amalgámových plomb bývá často značně masivní, radioaktivita, chemikálie a zbytky očkování. Rovněž infekční ložisko v hypofýze je častá nesnáž.

K nejnámějším důsledkům dysfunkce patří nepravidelnost menstruačního cyklu, setkáváme se i s nepřiměřeným průběhem puberty, výskytem akné a jiných zánětů mazových žláz, bouřlivým klimakteriem, zbytněním prostaty, hormonálně podmíněnými bolestmi hlavy, bolestmi prsních žláz v průběhu cyklu a hormonálně podmíněnými nádory.

Obecně se traduje, že uměle podávané hormony, například v podobě antikoncepčních pilulek, ovládnou natolik sféru pohlavních hormonů, že zmizí vlastní chyba v jejich produkci. Není to pravda a u žen užívajících antikoncepci zcela běžně naměříme skrytou hormonální poruchu. Uměle podávané hormony je tedy nechrání před zdravotními potížemi - chronickými záněty poševní sliznice spojenými s výtoky, svěděním a plísňovými i jinými infekcemi.

Problematická pleť, myomy, cysty

Pro fyziologický i hormonální vývoj obou pohlaví v pubertě i v dospělosti a pro fyziologický přechod obou pohlaví je zásadní, když detoxikační snahy zaměříme na hypofýzu, přesněji řečeno na její přední lalok jako řídicí orgán hormonálního cyklu. Nesprávná funkce hormonální osy vyvolává poruchy chování v pubertě, přechodové návaly a rozladěnost, změny psychiky i problémy s pleť (záněty mazových žláz). Porucha této osy se podílí také na vzniku myomů, cyst, adenomů prostaty, ale i zhoubných nádorů v hormonálně ovlivňovaných orgánech jako jsou prsní žlázy, vaječníky, prostata a děloha. Způsobuje i komplikace menstruačního cyklu, chronické záněty poševní sliznice, kandidózy a jiné infekce. S jistotou lze konstatovat, že umělá hormonální substituce jak hormony syntetickými, tak i přírodními nemá žádný vliv na důsledky vyvolávané hormonální poruchou. Mezi nejčastěji používané přípravky v naší ordinaci patří ty, které mají za úkol detoxikovat orgány účastníci se produkce pohlavních hormonů.

Hypofýza a štítná žláza

Hypofýza stejně tak produkuje hormon regulující štítnou žlázu. Většina poruch bývá proto spojena s hypofýzou a evidentní bývá chyba v produkci řídicích hormonů štítné žlázy, v níž se pak usazují další toxiny, především radioaktivní látky, infekční ložiska a těžké kovy. Celou situaci ještě zkomplikuje vznik autoimunitní aktivity imunitního systému, která ve svém důsledku vede k destrukci štítné žlázy. V případě, že autoimunitní prvek není přítomen, setkáváme se hlavně s poruchami funkce štítné žlázy, což má vliv na celkový metabolismus, využívání energie a například i na kvalitu vlasů. Jen pro názornost, poruchami štítné žlázy trpí více než 20 % lidí, zejména žen.

K detoxikaci štítné žlázy slouží preparát VELIENDREN, cíleně detoxikující jak řídicí žlázu - přední lalok hypofýzy -, tak i přímo štítnou žlázu. Nadřazeným orgánem pro tyto hormonální struktury je slezina. K její detoxikaci využíváme preparát VELIENHELP, který vznikl na základě vibrační medicíny; patří tedy mezi rezonanční preparáty.

Tím ovšem není výčet žláz s vnitřní sekrecí ukončen. Před krátkou dobou moji ordinaci navštívili dva pacienti, z nichž jeden vyrostlo neuvěřitelných 30 cm za rok (ze 160 na 190 cm). V té době mu bylo 16 let. Druhý stejně starý mladík přestal před rokem růst při výšce 163 cm. Nevyrostl ani o milimetr, takže se už vzdával naděje, což je samozřejmě pro muže jeho věku traumatizující. Zadní lalok hypofýzy, takzvaná neurohypofýza, produkuje růstové hormony ovlivňující zásadním způsobem růst. I ve zmíněných případech pomůže detoxikace, protože odblokuje produkci hormonů.

Šišinka, skvrny a pomočování

Samotná hypofýza je zdrojem ještě dalších hormonů regulačních i řídicích, ale celý výčet by přesahoval možnosti tohoto článku. Zmíním se ještě o nepříliš známé hormonální žláze, s jejímiž účinky se v moderní medicíně prakticky nepracuje. Je to šišinka neboli *glandula pinealis*. Její význam není zatím dost dobře známý, ale víme, že především reguluje distribuci pigmentu. Její toxické zatížení často vede ke vzniku skvrn na kůži zvaných „stařecké“, a ty většinou bývají spojovány s játry. Skutečnost je ovšem taková, že jsou výsledkem toxického zatížení šišinky, která ovlivňuje rozmístění melanocytů (buněk obsahujících pigment).

Bohužel ke stejné poruše dochází i v případě obávaného kožního nádoru melanomu, který je typický tím, že se vyskytuje v místech mateřských znamének a nakupení pigmentu. Při objevení tohoto nádoru rovněž nacházíme poruchu v šišince, tedy máme co do činění s distribucí pigmentu. Často se na mě obracejí lidé, kterým se tvoří mnoho mateřských znamének (desítky); i u nich slaví detoxikace této žlázy úspěch.

Šišinka řídí i produkci antidiuretického (protimočového) hormonu ovlivňujícího tvorbu moči. S jeho poruchou se setkáváme nejen u pomočujících se dětí (*enuresis nocturna*), ale i u lidí trpících tím, že krátce po napití musí močit. Toxické zatížení tedy může stát za nutkavým či příliš častým nočním močením, protože právě v noci má tento antidiuretický hormon za úkol zastavit tvorbu moči. Uvedené poruchy bývají často spojovány s prostatou, ale jak vidno, nemusí tomu tak být vždy.

Glandula pinealis v sobě rovněž skrývá biologické hodiny, takže rytmus spánku a bdění může být při její dysfunkci narušen. Takový člověk bývá často ospalý přes den a čiperný v noci. Detoxikace této části mozku prostřednictvím přípravku VELIENHELP v kombinaci s VELIENDRENEM představuje přínos pro pacienty s uvedenými zdravotními potížemi.

Detoxikace a hormonální systém II

Cokoliv příroda říká, je moudré.

Iuvenalis

V ordinaci se nejčastěji setkávám se zjevnými i skrytými poruchami hormonálního systému. Jen namátkou jmenujme: přibývání na váze, akné, seborea, rosacea, tvorba lupů, padání vlasů, vitiligo, svalová ochablost, bušení srdce, pocit vnitřního neklidu, nepravidelná a bolestivá menstruace, výtoky, neplodnost, nízká odolnost vůči stresu, příliš malý nebo velký tělesný vzrůst, poruchy a nepřiměřená ochablost prsní žlázy aj.

Hormony a imunita

Že tyto zdravotní problémy souvisejí s funkcí žláz s vnitřní sekrecí, s tím zřejmě budete souhlasit. Existují však i potíže, které s nimi nebývají spojovány, a přesto se při detoxikačním výzkumu ukázalo, jak značný mají význam. Například kvalita imunitního systému. Špatná produkce hormonů a dysfunkce hormonálního systému může imunitu negativně ovlivňovat. Dokonce lze konstatovat, že problémy s imunitou pramenící z hormonální dysfunkce jsou poměrně dost časté.

Vždyť do hormonálního systému patří i brzlík (*thymus*), jenž je všeobecně uznávaným imunitním orgánem. Při detoxikačním výzkumu ukázal svou druhou tvář, v medicíně dosud nepopsanou. Jeho toxické zatížení stojí za mnoha křečovými stavy, jakými jsou například migrény, epileptické a epileptoidní poruchy, záchvaty agresivity a výbuchy zlosti. Křeče mohou postihovat i orgány, svaly a cévy. I za nimi se ukrývá toxická zátěž brzlíku. Jeho detoxikace má tedy význam nejen pro imunitu, ale i pro odstranění křečových tendencí. Tento nenápadný orgán se prakticky vždy podílí také na žilní dysfunkci.

Stejně nečekaný vliv najdeme u příštitných tělísek, v medicíně spojovaných s produkcí parathormonu, který ovlivňuje metabolismus vápníku. Při detoxikaci se však projevil jejich širší význam pro lidský organismus.

Nacházejí se ve štítné žláze ve dvojicích a anatomově je dělí na horní a dolní pár. Je podivuhodnou hříčkou přírody či Stvořitele, že porucha horního páru má jiný vliv než toxické zatížení páru dolního.

Vnitřní kódy a klíče

Vliv příštitných tělísek nelze vysvětlit jejich fyziologickou funkcí, která je důkladně prozkoumána, ale tím, že v těle existuje ještě řada jiných vztahů než ty podléhající zkoumání anatomů. Jednou bychom je mohli shrnout pod pojem esoterická fyziologie a anatomie. Jedním z těch tajemných vztahů je systém nazývaný „Kódovací orgány a jejich klíče“. Je zcela přirozené, že pokud nějaký orgán onemocní, je tedy postižen infekcí nebo jinou poruchou, organismus má schopnost ho uzdravit. S tím se denně setkáváme a v minulosti tomu bylo ještě častěji. Proč častěji? Dnes s každou bolístkou pospícháme za lékařem, jenž nám vždy naordinuje léky. Pak jim připisujeme uzdravení, i když některá vyprávění pacientů zní až komicky, třeba: „Dostal jsem ten a ten lék a po něm potíže zmizely.“ Je to úžasné až na to, že tentýž lék užíval již několik let a nikdy potíže nezmizely.

Magická moc léků a bílého pláště je značná a nechtěl bych ji narušovat, protože tvoří významnou součást léčby. Moderní člověk bohužel ztratil víru ve vlastní organismus, a tak již ani neví, že většina zdravotních potíží zmizí i bez léků. V mnoha případech se však neztratí a přetrvávají někdy i navždy.

U někoho se objeví ekzém a za nějaký čas zmizí. Dotyčný pak mívá pocit, že to je tím, že si ho něčím namazal. Většinou tomu ale bývá tak, že ekzém zmizí, ať si ho namažeme čímkoli, třeba i slinou, kterou ráno po probuzení plivneme na kůži. Jindy se problém zafixuje a odolává veškeré léčbě. Sám o sobě se neztratí a léky ho ovlivní jen málo a obtížně. A tak někteří lidé mají ekzém celý život nebo několik desetiletí, než jim zestárne kůže.

Tak je to i s dalšími potížemi. U někoho alergie či astma přetrvává a způsobuje velké problémy, u jiného zmizí. Někoho přestane bolet žaludek, jiného ne, někomu se srovnají jaterní testy a druhému ne... A tak bychom mohli pokračovat téměř donekonečna.

Ložiska v kódovacích orgánech

Proč se někomu zdravotní problémy fixují? Stává se to tehdy, když jim předchází takzvané zakódování. K pochopení tohoto pojmu nahlédněme do světa mikroorganismů. Představte si, že vedle nás, moderních lidí *Homo sapiens sapiens*, žije ještě jiný typ člověka, například neandertálec, a že nastal souboj o přežití. Takový souboj se na naší planetě skutečně odehrával, protože tyto dvě konkurenční skupiny vedle sebe žít neuměly, a tak jedna zvítězila.

Podobný model se odehrává - našťastí s nerozhodným výsledkem mezi mikroorganismy a námi. Mikroorganismy našťastí nestavějí domy, nevyrábějí auta ani neshromažďují peníze v bankách. Mají jenom jeden přízemní cíl - rozmnožování. Mnohé to však umějí jenom jako nitrobuněční paraziti v jiných organismech, v tom jim ovšem brání imunitní systém, který je proto třeba překonat rafinovaností a strategií, což se odráží v systému kódovacích orgánů.

Jestliže mikroorganismus vytvoří ložisko v kódovacím orgánu, ten začne negativním způsobem ovlivňovat jiný orgán pro život člověka daleko zásadnější. Postupně tak způsobí, že důležitější orgán onemocní, jeho tkáň ztrácí na kvalitě, zhoršuje se jeho funkce a stává se tak příjmem pro mikroorganismy. V lidském pojmosloví bychom mohli tento jev nazvat záškodnictvím. Organismus nemá šanci uzdravit základní, důležitý orgán, protože ten neustále poškozují negativní impulsy z kódovacího orgánu. Rovněž léky, které si „všimají“ právě oněch sice důležitých, ale ne prvotně napadených orgánů, nemohou stav změnit.

Je totiž zapotřebí zaútočit na kódovací orgán a odemknout ho, čímž ztratí vliv na základní orgán a ten se může uzdravit. Někdy se to člověku nevědomky podaří různými metodami přírodní léčby i fyzioterapeutickými prostředky či léky. Mnohdy se také stává, že při operaci dojde k odstranění kódovacího orgánu a tím se problémy upraví. Nedávno jsem například četl, že si lékaři všimli, že po operaci srdce, zvláště jedné přepážky, u pacientů mizí bolesti hlavy. Jistě, protože se v ní nachází kódovací zařízení.

Lebeční švy a esoterika

Podobných souvislostí najdeme celou řadu. Některé dokonce vstoupily do historie a staly se samostatnými přírodními léčebnými metodami. Jeden důležitý kódovací orgán se například nachází v lebečních švech, takže ty pak ovlivňují celou řadu funkcí, zvláště hormonální

system. Řeč je o švech s chrupavčitou povahou. Vazivové švy mají složitější úkol ovládat funkce mozku, které se například při poruše mohou jevit jako neuróza.

Možná vás zarazí, že ovlivňují ještě jednu podstatnou záležitost, a to kvalitu sedmé čakry. Ta mimo jiné zprostředkovává náš kontakt s realitou. Pokud je v pořádku, praktický pohled na život slaví úspěchy. Při její poruše však dochází ke zkreslení reality a takový člověk ne vždy dovede pochopit svět kolem sebe.

Extrémní porucha tohoto typu se nazývá schizofrenie, kdy je dotyčný naprosto mimo realitu. Lehčí poruchy reálného vnímání lidem umožňují lépe vidět a chápat svět nereálný, tedy esoterický. Jejich dispozice tedy vzniká v sedmé čakře, kterou ovlivňují lebeční švy. Metoda využívající jejich úlohy se nazývá kranialní terapie a zvláště v USA je velice rozšířena. Často bývá nazývána také kraniosakrální, protože pracuje s lebečními švy a kostrčí. A kostrč můžeme vnímat jako místo, u něhož je stočena síla kundalíní, kterou vyznávají indiští filosofové a lékaři. Ta stoupá čakrami až do té poslední, naplňuje je a výrazně ovlivňuje jejich činnost.

Léčba znamená odemykání

Mnohdy se lze také dočíst, že čakry jsou vlastně nakupením vegetativních a hormonálních orgánů. A skutečně, v kódovacím orgánu uloženém v kostrči se nachází kód pro vegetativní nervový systém, který výrazně ovlivňuje kvalitu čaker. Jestliže pracujeme s oblastí kraniosakrální, zapojujeme jak hormonální systém, tak i vegetativní nervstvo, psychiku, a dokonce i vstřebávání vitaminů a minerálů. Chceme-li upravit chronické zdravotní problémy v těchto oblastech, musíme se naučit „odemykat“ ony zakódované orgány.

Takto zeširoka jsme se dostali zpět k příštitným tělískům, protože ta patří mezi významné kódovací orgány. V horní dvojici bývá kód pro klouby, v dolní pro oční bulby, a opanuje je ten, kdo se naučí tělíska dekódovat. Úmyslně říkám oční bulby, protože zrakový orgán se skládá ještě z nervové části - sítnice a optického nervu - a z přídatných částí jako jsou víčka, spojivky, slzné žlázy atd. I kloub se skládá z celé řady orgánů a příštitná tělíska představují kódovací orgán pouze pro vlastní tkáň kloubu, nikoli pro vazy, výstelku, burzy a další části.

Orgány hormonálního systému, tedy žlázy s vnitřní sekrecí, vylučují do krve látky, které fungují jako hormony, nebo řídí hormonální systém, stejně jako kódovací orgány. Jako příklad jsem uvedl příštitná tělíška čili *glandulae parathyreoideae*. Hormony a žlázy s vnitřní sekrecí jsou velice významné, proto se tak často stávají cílem konkurenčních mikroorganismů, které narušují jejich funkci se značným dopadem na naše zdraví.

Paracelsus a skleróza multiplex

Zdraví je nejdůležitější kvalita těla.

Aristoteles

Značný ohlas mezi čtenáři Regenerace vzbudil článek, v němž jsem se zmiňoval o *sclerosis multiplex* neboli roztroušené skleróze. Skutečností je, že toto onemocnění se pokládá za jedno z nejtěžších a jeho vyléčení je vzácností.

Po celém světě se léčí stejně podle doktríny, která vychází z příznivého účinku hormonálních preparátů vytvořených na bázi nadledvinkového kortizonu a z prostředků potlačujících imunitu (imunosupresiv) po transplantačních zákrocích. Současná medicína - dle Paracelsa „školometská“ - využívá látky, které jsou součástí takzvané humorální složky imunity. O příčině onemocnění nehovoří, ostatně ta se pokládá za neznámou a nepostižitelnou.

V tomto článku si dovoluji použít několik výroků a názorů jednoho z nejslavnějších lékařů historie, již zmiňovaného Paracelsa. Mimo jiné napsal: „Ze zneužití víry musí nutně povstat pověra.“ Ve spojení s moderní medicínou je slovo „pověra“ určitě kacířské a málokoho v této souvislosti napadne. Cožpak ale lidé odnepaměti netouží po ochraně, kterou jim dokáže poskytnout bytost stojící nad nimi? Po tisíciletí se utíkali pod ochranu božstev, prosili je o zásah proti utrpení, tedy i nemoci. Božstva ovšem v tomto směru často selhávala, a proto si obyčejní smrtelníci prožívali mnohá utrpení včetně nemocí.

Snad proto se lidé upínají k jiné víře - víře ve vědu. Ta nás má svým nadlidským postavením uchránit před utrpením. Lékařská věda je však sluha mnoha pánů, jejichž zájmy chrání a prosazuje. Vysloví-li dogma, že dnes jsou příčiny roztroušené sklerózy neléčitelné a nepoznatelné, pacienti je přijmou a vytvoří pověru bez racionálního základu. Když chce někdo pověry vyvracet, narazí na bariéru, která se jen nesnadno rozbíjí. Použijme však pravidla léčby, která před 500 lety stanovil právě Paracelsus. Panoval hluboký středověk, když napsal: „Nemoci léčete podle pěti entí, tedy pěti metodami léčby. Za prvé - Ens astrale - posilující terapií budující energii. Podávejte životní elixíry povzbuzující vitalitu a životní síly.“

Nedostatek vitálních látek

Podívejme se na první entii z hlediska současných znalostí. Právě roztroušená skleróza je nemoc z tohoto hlediska velmi charakteristická. Prakticky u všech chronických pacientů dochází k jednomu jevu, který je dán přírodní zákonitostí, tedy bojem mezi světem mikroorganismů a makroorganismem představovaným člověkem. Mikroorganismy vědí, že lidské tělo nejlépe oslabí, změní-li možnosti přívodu látek nezbytných pro fungování a existenci jedince. Zjednodušeně řečeno, člověk je organismem fungujícím na bázi elektrické energie.

Glukóza a kyslík se v minielektrárnách každé buňky, tedy v mitochondriích, přeměňují na elektrickou energii, takže každá buňka v lidském těle vytváří elektrický potenciál. Tato energie pak slouží k přenosu informací a jako pohon pro vitální funkce. Pokud však organismu chybí stopové prvky, minerály, vitaminy a mnoho dalších vitálních látek, které musí získávat z potravy (například nenasycené mastné kyseliny či enzymy), dochází k narušení funkčnosti přenosu informací a k narušení tvorby konečných prováděcích látek.

Mikroorganismy o těchto skutečnostech „vědí“, a proto jeden z prvních úkolů, které realizují v lidském těle, je omezení přívodu vitálních látek. Ty se vstřebávají v převážné většině v tenkém střevě. Vytvoří-li v něm mikroorganismy ložiska, podaří se jim zabránit optimálnímu vstřebávání těchto látek z potravy.

Vytváření ložisek ulehčuje přítomnost antibiotik. Ta používáme nejen pro léčbu infekcí, ale i jako prevenci do krmných směsí pro dobytek a zvířata ve velkochovech. Dá se říci, že dnes již tvoří stálou složku životního prostředí, které se nelze vyhnout. Antibiotika se dostávají z organismu močí a stolicí, prostřednictvím koloběhu vody se vracejí, takže je přijímáme v každé potravíně. Ty, jichž se nestačí naše tělo zbavit a ukládá je, způsobují rozšiřování plísní a tvorbu plísňových ložisek, která jsou nejčastější v tenkém střevě.

Všichni pacienti s diagnózou skleróza multiplex trpí závažnou poruchou vstřebávání vitaminů, minerálů a stopových prvků. Tento jev oslabuje imunitní systém, protože ten optimální množství vitálních látek potřebuje nejen k tvorbě imunitních látek, ale i k přenosu informací v celém řídicím procesu. Na základě tohoto procesu dochází k oslabení nervového systému, takže v něm mikroorganismy mohou vytvářet další a další ložiska. Borrelie, neuroviry a podobně jsou organismy schopné přežít v nervovém systému, v němž nacházejí optimální podmínky pro svoji existenci. Vylučováním toxinů dále narušují funkčnost imunity, a zejména funkčnost gliových buněk nezbytných pro ochranu nervového systému.

Narušení informační sítě

Člověk není pouze hmotná substance, ale je i souborem ergo-informačních subpolí, která dávají kompletní ergo-informační obraz celého organismu, tedy to, čemu říkáme aura. Dochází-li k rozbití struktury řady těchto subpolí, narušuje se celková informační integrita organismu. Výsledkem je nedostatečné řízení jednotlivých funkcí a oslabení organismu jako celku.

Představme si analogii tohoto procesu s vojenskými operacemi. Myslím si, že zvláště mužům, jimž je válčení daleko bližší než ženám, bude jasné. Ostatně všichni jsme na vojně slýchávali heslo: „Bez spojení není velení.“

Kolem infekčních ložisek, odkud se šíří nejen chybné informace, ale i mikrobiální toxiny, se shromažďují jedovaté látky ze životního prostředí a vytvářejí se tak další podmínky pro vznik dalších ložisek. Postupně dochází k narušení činnosti CNS, zejména předního mozku, v němž sídlí řídicí centra imunity, ale i mozečku zajišťujícího koordinaci pohybů, prodloužené míchy a mozkového kmenu, v němž se nacházejí funkce řídicí vitální procesy. Obsazování a zaplavování míchy toxiny v ní narušuje důležité metabolické procesy, a především reakci již narušených dezintegrovaných imunitních center, kterou nazýváme autoimunita.

Mikroorganismy tak velmi prozíravě využívají ve svůj prospěch nejlepší zbraň našeho organismu, která je v podstatě namířena proti nim. Zneužijí imunitu, nasměrují ji na tkáň, kterou potřebují oslabit natolik, aby se v ní mohly nerušeně množit. Není to logické a rafinované? Nepostupovali bychom stejně, kdybychom chtěli ovládnout nějaké jiné území? Nehemží se historie lidstva právě zneužitím vlastních sil společnosti, vlastních obyvatel? Nezískal Hitler obrovské množství kolaborantů mezi Čechy, nezískali komunisté sílu a energii svého národa proto, aby ho ovládli? Makrosvět a mikrosvět se ve svých postupech a myšlenkových pochodech nijak neliší.

Obsazení a poškození nervového systému pokračuje a obvykle zasáhne i periferní nervstvo, do něhož patří například hlavové nervy; v případě roztroušené sklerózy je časté postižení okohybných nervů, optického nervu i motorických nervů zásobujících končetiny a umožňujících jejich pohyb. Výsledkem je postupné poškozování celého nervového systému počínaje CNS a konče vegetativním nervovým systémem. Celý proces roztroušené sklerózy se obvykle nespokojí jen s postižením nervů a zasáhne i štítnou žlázu, v níž využívá poškození její funkce k další dezintegraci metabolismu celého organismu a k oslabení neuromuskulárních pochodů. Takto postižený člověk se cítí unavený a slabý. Štítná žláza se svojí celotělovou funkcí je důležitý strategický bod, který je třeba ovládnout.

Pochopíme-li princip této nemoci, jsme schopni s ní v rámci biologických zákonů bojovat, a to velice úspěšně.

Likvidace programových virů

Vraťme se však k Paracelsovi, protože v první metodě léčby, tedy v obnově vstřebávání vitaminů, minerálů a stopových prvků, eventuálně v jejich dodávání, spatřujeme možnosti, jak začít upravovat tak závažné onemocnění, jakým je *sclerosis multiplex*.

Druhou metodou léčby - *Ens veneni* - je míněno odstranění jedů. Tehdy se likvidovaly prostřednictvím tělesných šťáv, tedy čištěním žluči, krve, moči i stolice. Dnes víme, že nejlepším prostředkem k vyčištění organismu je využití imunitního systému, který tehdy nebyl jako celek pochopitelně znám. Tím se ovšem nezříkáme ani těchto tradičních cest, které dnes nazýváme vyčištění ledvin a střev pocením nebo využitím resolventů či rozpouštědel. U sklerózy multiplex jsem již naznačil, že tento bod je dalším důležitým postupem, který musíme využít.

Po obnovení imunitní funkce a vitality organismu, čehož dosáhneme tím, že dodáme tělu dostatek látek nutných k realizaci těchto pochodů, přistoupíme k očistě. Čistit nervový systém mechanickým způsobem není možné. Naštěstí nám cestu ukázala věda, která stvořila počítače, a kybernetika, která je umožnila oživit - díky tomu jsme pochopili, že jedna z částí funkce nervového systému je jakýsi program. Je možné ho vkládat nejen do neživého přístroje, jakým je počítač, ale i do biologického computeru jako jedné z důležitých součástí lidského organismu.

Budeme-li pokládat jed za „programový virus“, můžeme ho vložením patřičného programu do lidského těla zlikvidovat a obnovit tak kvalitu původních programů. To je, myslím, obecně vzato princip toho, co nazýváme detoxikací neboli čištěním. Snad bychom někdy mohli tento pojem zmodernizovat a hovořit o antivirových programech, které k procesu detoxikace využíváme.

U roztroušené sklerózy tak dokážeme čistit nervový systém od ložisek a směřovat imunitu do míst, kde je zapotřebí, a proti látkám, které z nich potřebujeme odstranit.

Léčba individuální a duševní

Třetím způsobem léčby podle Paracelsa je *Ens naturale*, tedy individuální koncept terapie. V současné době ho využívá pouze homeopatie, jež ho nazývá konstituční léčbou. Posiluje v lidském organismu ty konstituční rysy, které jsou individuální pro každého z nás. Zatím neznám jiný způsob léčby, jenž by splňoval požadavky dané Paracelsem pro *Ens naturale*. A proto k léčení roztroušené sklerózy můžeme využít možností konstituční homeopatie.

Nezapomínejme však, že tento bod není prvním ani druhým, ale třetím. Jeho zařazení na toto místo v postupu léčby je velmi podstatné.

Čtvrtým bodem je *Ens spirituale*. Myslím, že se mnou budete souhlasit, že léčení duchem a duší by mělo být součástí každé terapie. Neznám žádnou chronickou nemoc, na níž by se nepodílela psychika a kterou by nebylo třeba léčit psychologickými postupy. Když jsem *sclerosis multiplex* zkoumal z tohoto hlediska, došel jsem k závěru, že u všech pacientů se vyskytovala a vyskytuje úzkost. Stejně tak další patologie lidské psychiky, jako třeba agrese, se může přeměnit na sebedestruktivní program tvořící základ autoimunitních procesů.

Znovu bych však chtěl připomenout, že *Ens spirituale* je čtvrtý bod léčby, což je opět velmi podstatné. Jestliže bychom léčení duchem posunuli na první místo v době, kdy organismus není schopen integrovaných pochodů v materiální i informační oblasti, kdy je zamořený jedy, ničeho bychom nedosáhli.

Pátý a závěrečný bod Paracelsovy léčby ponechám bez komentáře, protože výklad by byl jenom směšným zkreslením obrovského problému, který tento bod skrývá. Jedná se o *Ens dei*. Paracelsus řekl, že důležitou součástí vyléčení chronických chorob je uvědomění si metafyzického pozadí nemoci. Onen duchovní rozměr každé nemoci je nám znám a myslím, že jenom zabeďněnci a ignoranti nejsou ochotni nad touto věcí uvažovat. Ani v tomto případě však nemůžeme pokládat tento bod za všemocný. Za nejdůležitější považuji pochopení celého komplexu, onoho postupu, který jsem se snažil ukázat na nemoci *sclerosis multiplex*.

Ostatně i proto jsem sérii svých článků v *Regeneraci* označil společným jmenovatelem, a tím je celostní medicína. Jak vidíte, není snadné tento pojem vysvětlit, natož ho v celé šíři pochopit.

Lymfatický systém a naše zdraví

Nejsem příliš nemocný, ještě o tom mohu mluvit.

William Shakespeare

Lidský organismus udržuje své vnitřní prostředí zbavené toxinů pomocí složitého mechanismu, do něhož je zapojen imunitní, lymfatický, žilní, detoxikační a vylučovací systém.

Buňky imunity vyhledávají cizí látky, mikroorganismy či různé anorganické toxiny, které se do těla dostávají stravou či dýcháním, a odpadní produkty metabolismu a pronikají do tkání díky lymfatickým cévkám, které v nich končí i začínají. Lymfou jsou nalezené toxiny dopravovány stále silnějšími a silnějšími lymfatickými cévami do lymfatických uzlin, kterých je několik desítek, snad i stovek. Uzliny tvoří síť ovládající určité regiony, například hlavy a krku, horních končetin, hrudi, břicha, pánve či dolních končetin.

Lymfa se v uzlině prodírá složitými cestami a je vlastně filtrována. V uzlině působí další buňky a látky imunitního systému, které se podílejí na inaktivaci toxinů. Zneškodněné jedy jsou pak mízními kmeny dopravovány do žilního systému, který je v konečné fázi transportuje až k vylučovacím orgánům. Mezi ně patří střevní trakt, dýchací cesty, kůže a zejména ledviny, které tělo zbavují největšího množství odpadních produktů. Vzhledem k tomu, že krev probíhá zároveň játry, jsou některé látky detoxikovány a metabolizovány ještě předtím, než se vyloučí ledvinami. Takový je osud například zbytků léků, alkoholu nebo odpadních produktů vznikajících třeba z metabolismu masa.

Lymfatický systém tedy představuje důkladnou drenáž a slouží i jako dopravní cesta pro imunitní buňky do tkáně. Kdyby nefungoval, tkáň by se brzy zahltila toxiny a měla by značné problémy s vlastní funkcí. Z toho důvodu tvoří lymfatický systém síť - když se ucpe jedna, nahradí ji jiné.

K blokádam odtoku lymfy dochází proto jen výjimečně při těžkých chorobách, operacích, úrazech. Přesto je výhodné, aby byl lymfatický systém dobře průchodný. K tomu třeba slouží lymfatické masáže odstraňující z tkání přebytek lymfy a tím i některé toxiny, které se tam nacházejí.

Perpetuum mobile v nás

V lymfatickém systému číhá ovšem jedno nebezpečí, kterého si je detoxikační medicína vědoma - v lymfatických uzlinách, kudy procházejí mikroorganismy před zničením, dochází často k jejich usídlení. Což je paradox a naplnění známého pořekadla, že pod svícnem je největší tma. Mikroorganismy vytvářejí v uzlinách infekční ložiska a odtud se pak jejich toxiny prostřednictvím lymfatického systému šíří do celého těla. Některé z nich považují uzliny dokonce přímo za své životní prostředí například EB viry, tuberkulózní mikroby, tularemie a mnohé další. Jiné se do uzlin dostávají náhodně, ale i ony vytvářejí ložiska, a to především tehdy, pokud samotný lymfatický systém není sám o sobě dostatečně funkční. Zcela evidentně se s tvorbou ložisek v lymfatickém systému setkáváme především u stresovaných lidí. Dlouhodobý stres je mnohdy oním rozhodujícím momentem, jenž zhoršuje subjektivní i objektivní zdravotní stav.

Například šestatřicetiletý muž - v roce 2000 začal stavět dům, stal se otcem trojčat, zhoršily se podmínky v jeho podnikání, stavba se mu nedařila. Dostal chřipku, z níž se nemohl dlouho dostat, několik měsíců měl zvýšenou teplotu kolem 37,5-37,7 °C, cítil se unavený, potil se a začal trpět depresemi a nespavostí. Byla mu neustále zima, i v létě spal v teplákách a dramaticky utrpěla i jeho erektilní schopnost, takže několik let byl jeho sexuální život takřka znemožněn.

Příčinou tohoto onemocnění, stejně jako u mnoha dalších, bylo obsazení lymfatických uzlin chřipkovými viry a vytvoření četných ložisek. Z nich se stále uvolňovaly do organismu nejenom tyto viry, ale především jejich toxiny, které mají negativní vliv na nervový systém. Došlo tak k postupnému narušení nervových vláken ovládajících topořivá tělíska v penisu i center pro termoregulaci v mozku a dalších nervových struktur. Vzhledem k tomu, že tento stav vytváří v organismu jakési perpetuum mobile, ani po letech se nijak významně nezlepšuje a není šance na radikální spontánní změnu. Mnoho lékařských vyšetření, kterými dotyčný prošel, nepřineslo žádné výsledky, a proto nemohla ani být nasazena účinná léčba. Teprve vyčištění lymfatických uzlin od infekčních ložisek mu umožnilo změnit napětí nervového systému, jeho regeneraci a odstranit zmíněné potíže.

Mnoho kořenářů a bylinářů, ať vědomě nebo nevědomě, vyčistí svými čaji lymfatický systém a následně pak dojde až k zázračné úpravě některých chronických stavů. Jakmile zmizí toxin, začne se měnit stav nervového systému, tím se změní i funkce řady orgánů, obnoví se pochody metabolismu a normalizuje se tak chod celého organismu. Je to jako zázračné otočení klíčem od hlavních dveří zakletého zámku.

Dokonalý imitátor

V literatuře o přírodní a alternativní medicíně se mnohdy diskutuje o vlivu orgánů na další části a funkce těla. Celý tento seriál je vlastně o celostní medicíně. Nikde se však neuvádí, že hovoříme-li o vlivu orgánů, například na imunitu, psychiku, kůži, klouby a podobně, je to zcela nedostatečné. Orgán se totiž skládá nejen z vlastní tkáně, ale i z cévního, vegetativního nervového, často i motorického a senzitivního zásobení a z lymfatických céva uzlin.

Zejména vegetativní nervový systém umí napodobit různé projevy nemoci samotného orgánu, takže subjektivně nelze ani rozpoznat, zda bolesti vycházejí z vlastního orgánu nebo jenom z nervového systému. Pacienti uvádějí, že mají asi něco s ledvinami, protože cítí bolesti, tlaky a poruchy močení, takže je zcela jasné, že musí mít ledviny a močový trakt nemocné. Odborné vyšetření však neprokáže žádné změny, protože spočívá především na takzvaných zobrazovacích metodách, kdy je nutné, aby byly vidět nějaké změny ve tkáni.

Vyšetření laboratorními a mikrobiologickými technikami rovněž neukazuje stav nervových pletení obklopujících ledviny, které však často podléhají vlivu stresu nebo toxinů. Změny v pleteních pak imitují nejen subjektivní bolesti příslušného orgánu, ale i změny jeho funkce, takže mohou způsobovat zástavu či častější močení, nepříjemné pocity a tlaky v oblasti ledvin.

Při přenosu těchto problémů do vzdálenějších částí organismu se mnohdy spoluúčastní vegetativní nervový systém. Hovoříme-li například o vlivu ledvin na vlasy nebo plic na kůži, máme na mysli zejména problémy přenášené vegetativním nervovým systémem těchto orgánů. Vzhledem k tomu, že vegetativní nervový systém je řízen z mozku strukturami napojenými i na emocionální úseky, můžeme tyto potíže spojovat se změnami psychického stavu či emocí přicházejících z našeho okolí.

Úprava vegetativního nervového systému je obtížná a člověk se na ní musí podílet změnami svého životního prostředí a psychickou reaktivitou. Takové pokusy dostat se ze zdravotních komplikací trvají dlouho a bývají neúspěšné. Je tedy třeba hledat zdroj toxinů, které kromě emocionálních problémů nejvýrazněji ovlivňují vegetativní nervový systém. Zdroj se nachází nejen uvnitř orgánů, jejichž detoxikací se mnoho let zabývám, ale také v jejich lymfatických uzlinách.

Jestliže však toxická zátěž postihuje lymfatickou síť, vegetativní pleteň i vlastní orgán, bývá snaha uzdravit se téměř marná. Někteří pacienti jsou v tomto ohledu velmi houževnatí a pokoušejí se o to dlouhodobě a co nejintenzivněji. Obvykle se uchylují k přísným dietám, omezují svůj život na nestresující situace, navštěvují lékaře, užívají psychofarmaka, zkrátka činí vše, aby se onemocnění zbavili.

Masáže a diety nestačí

Neexistuje ani mnoho přírodních prostředků, které by mohly pomoci. Musím říci, že lymfatická masáž není schopna z lymfatického systému odstranit ložiska už také proto, že v končetinách se nenacházejí ložiska zásadního charakteru; ta můžeme najít spíše kolem orgánů uvnitř břišní dutiny nebo v hlubokých lymfatických systémech hrudníku či hlavy. Různé mechanické pomůcky používané při lymfodrenáži, například vakuové přístroje, rovněž nevedou k uzdravení. Sledoval jsem možnosti dietních kúr doporučených pro vyčištění lymfatického systému - například dlouhodobějších půstů spojených s požíváním ovocných šťáv apod. -, ale ani zde není účinnost příliš vysoká.

Dlouhý čas (počítáno na roky) mi trvalo, než jsem řadou pokusů vyvinul preparát, jenž dokáže odstranit ložiska z lymfatického systému, tím ho zprůchodní a především vyčistí natolik, aby nadále nebyl zdrojem toxinů poškozujících zejména metabolismus tkáně a její nervové zásobení. Toxiny se nevyhýbají ani CNS, napadají tedy ty části organismu, které jsou vrozeně oslabené, méně kvalitní a disponované.

Například u osmnáctiletého chlapce se náhle začaly projevovat známky duševního onemocnění: obával se, že je homosexuál, ačkoli se to nijak neprojevovalo a nic to nesignalizovalo, uzavíral se do sebe, trpěl depresemi a přehnaně sledoval své zdravotní problémy. Odmalička byl přecitlivělý a měl jisté nervové a psychické zvláštnosti. Z toho lze vydedukovat, že některé jeho nervové struktury CNS nebyly právě nejkvalitnější. Při výskytu toxinů a jejich vlivu na jeho organismus došlo k porušení právě funkce těchto částí nervového systému.

Preparát jsem nazval LYMFATEX. Patří mezi základní kameny detoxikačních postupů. Aplikuje se hned po normalizaci prvního stupně celého detoxikačního procesu, kterým je imunita.

Myslím, že lymfatickému systému se musíme v budoucnu ještě hodně věnovat, protože u značné části chronicky nemocných tvoří základ a jakýsi udržovací zdroj jejich zdravotních potíží.

Adenoidní tkáň a zdraví

Ne přírodě poroučet, přírodu poslouchat!

Francis Bacon

Na počátku dýchacích a zažívacích cest se nachází velice sofistikovaný systém - takzvaný Waldeyerův okruh tvořený pěti mandlemi. Mandle je v podstatě nakupení lymfoidní tkáně, která má za úkol zadržovat a likvidovat nežádoucí cizorodé látky vstupující do našeho organismu vzduchem, potravou či tekutinami. Nejznámější jsou patrové mandle, ale často se setkáváme i s nosní mandlí, která se nachází při vyústění Eustachovy trubice spojující střední ucho s nosními průduchy. Mandle kořenu jazyka, mandle hrtanová a mandle v oblouku nosohltanu velice promyšleně hlídají vstup do našeho organismu. Jsou napojené na lymfatický systém a posunují zpracované toxické látky k další likvidaci do lymfatického systému, kde jsou díky filtračnímu a imunitnímu zařízení lymfatických uzlin likvidovány a odváděny do žilního systému.

Často se setkáváme s názorem že problémy s mandlemi jsou příčinou našich zdravotních potíží. Při opakovaných rýmách nebo zánětech středního ucha otorhinolaringologové odstraňují nosní mandli, aby se zlepšila průchodnost Eustachovy trubice. Při častých angínách, bolestech v krku a podobných opakujících se onemocněních bývají odstraňovány mandle patrové. Ovšem zde je důležité si uvědomit, že mandle nejsou příčinou našich zdravotních potíží. Naopak nefunkční mandle jsou jejich důsledkem.

Špatná funkčnost imunitního systému, kterou zaznamenávám u většiny dětí, je příčinou toho, že mandle se nemohou kanalizovat do lymfy, ale musí se v podobě akutního zánětu čistit na druhou stranu. Mohutný zánět a horečka vyčistí mandle tak, že jsou schopné zas na nějakou dobu fungovat. Ovšem vlivem konzumace velkého množství mléčných koncentrátů již od raného dětství dochází k ucpávání lymfatického systému kaseinem a mucinem. sýry, různé krémy, šlehané tvarohy a jiné koncentráty přinášejí do našeho organismu velké a těžko zpracovatelné množství těchto složek mléka a lymfatický systém není schopen je odvádět. V hlenu se pak hromadí různé druhy infekcí, z nichž některé jsou přímo předurčené k životu v lymfatické tkáni. Epstein-Barr viry, lymfadenoviry a mnohé další se s oblibou usazují právě v uzlinách lymfatického systému - zhoršují jejich průchodnost a funkci. Navíc lymfatické uzliny pak bývají zdrojem mikrobiálních toxinů, například streptokokových, boreliových či plísňových, které se díky velké dokonalosti a rozsahu lymfatického systému dostávají do všech částí našeho organismu. To je pak příčinou různých kožních a kloubních problémů, stejně jako vážných potíží se srdcem či ledvinami. Na tyto toxiny je velice citlivá také naše nervová soustava.

Díky tomu, že se v mandlích hromadí toxické látky, usazují se tam i chronické infekce, které nejen narušují mandli samotnou, ale jsou opět rozváděny přes lymfu a krevní systém do celého organismu. V tkáni mandlí se hromadí rovněž těžké kovy, protože organismus se musí velice bránit, aby tyto jedovaté prvky, jako rtuť, kadmium, olovo, kobalt, hliník, cesium, stroncium aj., neunikaly do našeho organismu. Mnohdy lékaři navrhnou jako řešení odnětí mandlí, ale k tomuto kroku je třeba přistupovat nesmírně uváženě. Jeho důsledky nebývají zřetelné hned, ale zcela logicky se po řadě let projeví. Imunitní systém, který se stará o očistu vnitřního prostředí našeho organismu, má určitou kapacitu, a co ji přesahuje, musí být uloženo. Infekce a toxické látky se tak ukládají v podkoží, v kloubech, zkrátka všude tam, kde to jen jde. Odložené toxiny se pak v pozdější době stávají příčinou různých zdravotních

problémů, ale také kosmetických změn - vrásek, nečistot pleti, celulitidy a předčasného stárnutí.

Je proto logické, že se musíme snažit zachovat funkci tohoto adenoidního systému jako důležité filtrace při vstupu potravin a vzduchu do našeho organismu. Neuděláme-li to, náš postoj se nám zcela jistě negativně zúročí. Tak jako každý filtr, například u automobilu, vodovodu, čističky v bazénu apod., je třeba i adenoidní systém čistit a udržovat v dobré funkci. Důležité je zbavovat jej zátěže toxickými kovy, reziduálními infekcemi, metabolity (chybně zpracované potraviny), je potřeba odstraňovat chemii, zkrátka vše, co tam nepatří.

V detoxikační medicíně na čištění tohoto okruhu myslíme a stálá starost o funkčnost lymfatického systému a mandlí patří do základní detoxikační činnosti. Je přece zcela logické, že pokud nebude fungovat městský kanalizační systém a čističky vod, pak se brzy celý organismus města zahlčí jedy a jedy přinášejí nemoci. Možná že za nějakou dobu nebudeme umět pochopit pasivitu těch, kteří očekávají, že organismus si poradí sám, ať s ním děláme co chceme. Jde o omyl a myslím, že historie ukazuje naprosto jasně, že tento omyl se lidstvu již mnohokrát vymstil.

Plíce nemáme pouze k dýchání

Pod vedením přírody nemůžeme nikterak pochybit.

Marcus Tullius Cicero

Nedávno jsem na stránkách Regenerace rozebíral vznik ložisek a jejich vliv na chronické nemoci. Článek končil příkladem dýchacího ústrojí, které je zároveň ústrojím detoxikačním. Přes dýchací cesty se vylučuje hlen z organismu, což nakonec znáte, protože kdo neměl v životě kašel a hlen neviděl na vlastní oči?

Dýchací ústrojí se zahleňuje obvykle jako první. Infekce, jež se do hlenu dostávají, jsou samozřejmě všude kolem, a proto značná část mých dětských pacientů přichází se zahleněným dýchacím ústrojím a z toho vyplývajícími potížemi - od zápalů plic přes záněty průdušek, hrtanu, hltanu, mandlí, nosohltanu až po záněty vedlejších nosních dutin.

Právě jsem vyjmenoval různé části dýchacího ústrojí, což je pro detoxikaci podstatné, protože každá část má své specifické vlastnosti. Podle mých zkušeností není možné tvrdit, že detoxikují dýchací ústrojí jedním prostředkem, nebo že piji takový či onaký bylinkový čaj, abych si je vyčistil. K detoxikaci plicních sklípků musím přistupovat určitým způsobem a úplně jiné prostředky musím použít k vyčištění nosních dutin. Jak je vidět, dýchací ústrojí tedy není vůbec snadné od chronických infekcí vyčistit.

Pohled čínské medicíny

Prostřednictvím dýchacího ústrojí dochází k výměně plynů z krve, tedy kyslíku a kysličníku uhličitého. V čínské medicíně má mnoho dalších významů, slouží například ke vstřebávání čchi ze vzduchu čili jedné důležité složky životní energie, má vliv na distribuci vody v organismu a tím i na pohyb tělesných tekutin. Stoupá do něj čchi ze zažívacího ústrojí a právě zde se mísí se vzdušnou čchi.

Dýchací ústrojí má však vliv i na střevo, protože tlusté střevo je dceřiným orgánem plic, proto pod vlivem plicních problémů dochází nejen ke změnám funkce tlustého střeva, ale především ke změnám v jeho prostředí. A řetězec se odvíjí dál, protože v tlustém střevě tak může vzniknout stav dysbiózy, čímž nastávají poruchy procesu trávení, protože až 80 % bílkovin je tráveno působením střevních mikroorganismů a nikoli trávicích šťáv, jak se většina lidí domnívá. Dysbióza, tedy rozšíření nepřátelských organismů ve střevě, má za následek vznik jedovatých toxinů, které se dostávají do celého organismu a poškozují jej.

Karcinogen ještě neznamená nádor

Za nejnebezpečnější toxiny považuji takzvané karcinogenní látky vznikající chybným trávením živočišných bílkovin a tuků prostřednictvím anaerobních mikroorganismů. Ty jsou běžnou součástí střevní mikroflóry, ale jejich nadměrné rozmnožení znamená změnu v trávicích procesech a možný vznik karcinogenních látek. Tyto vnitřní karcinogeny mají zcela nezpochybnitelnou účast na vzniku jakéhokoli zhoubného nádoru v organismu. Nikdy jsem se za svou letitou praxi nesetkal s onkologickým pacientem, který by měl v pořádku trávení. Naštěstí jen samotný vznik karcinogenů ještě nemusí vést ke vzniku zhoubného nádoru, protože k tomu jsou zapotřebí další podmínky.

Se střevními karcinogeny se ale můžeme setkávat i u jiných nemocí, například u lupénky nebo u poruch krvetvorby nezhojného charakteru, například u úbytku krevních destiček nebo bílých krvinek, kdy karcinogeny poškozují kostní dřev. Zmíněné střevní karcinogeny mohou způsobit změny genetické informace, takzvané genetické mutace. A právě geny hlídající organismus před vznikem nádoru jsou na střevní karcinogeny velmi náchylné a citlivé.

Přenesením vlivu plicního ložiska na tlusté střevo vznikají střevní ložiska, jež produkují vlastní toxiny. Vůči nim reaguje imunitní systém, a jsou-li jeho reakce patologické, poškozují střevo. Tímto mechanismem si můžeme vysvětlit vznik závažných střevních zánětů, jakými jsou záněty autoimunitní, Crohnova choroba, *colitis ulcerosa* či chronické záněty střeva, na jejichž základě vznikají divertikuly nebo jiné oslabení střevní stěny. Také růst střevních polypů je následek chronického střevního zánětu. Samozřejmě že tento proces poškozuje funkci střeva a vede k nadýmání, zácpám či průjmům. Přemnožené mikroorganismy se ze střeva mohou krevní i mízní cestou dostávat do gynekologického a močového ústrojí a dávat tak základ chronickým močovým problémům a vzniku ložisek v močovém či gynekologickém ústrojí.

Snížená obrana proti bakteriím

Zřejmě nejpodstatnější je však vliv ložiska v plicích na nervový systém, protože toxin z něj působí na některé části centrální nervové soustavy. Za nejběžnější lze považovat ovlivnění čelního laloku velkého mozku, odkud je řízena proti bakteriální imunita. Následkem plicního ložiska se tak projevují poruchy imunity a v organismu vznikají podmínky pro existenci chronických bakteriálních infekcí. Ty vytvářejí další ložiska v různých orgánech podle pravidel, jež si vysvětlíme v dalších kapitolách.

Například, je-li organismus infikován třeba borelií a není-li tato infekce včas podchycena a léčena antibiotiky - což se stane málokdy -, ke slovu přichází imunitní systém. Pokud nemá tu správnou výkonnost, ať už v důsledku poruch svých výkonových orgánů nebo řídicích systémů, vznikají podmínky pro vznik dalších a dalších ložisek, jež postupně narušují jednotlivé orgány a funkce, čímž dochází k postupné devastaci organismu.

Důsledkem je skutečnost, že obvykle po padesátém roce věku se začínají objevovat chronické zdravotní potíže s dýchacím či močovým ústrojím, oběhovým systémem, psychikou apod. Dalším výsledkem tohoto procesu pak mohou být tragické novinové zprávy o tom, že další dítě nebo mladý člověk zemřel na meningokokovou infekci. Klesající protibakteriální imunita a s ní klesající obranyschopnost populace je totiž do značné míry spojena se stále častěji se vyskytujícími ložisky v dýchacím ústrojí. Dnes se již prakticky nesetkávám s pacientem, který by neměl ložiska v dýchacích cestách.

Tři podmínky - nejhorší je mléko

Zopakujme si pro jistotu podmínky pro vznik ložiska v dýchacím ústrojí. Jednou z nich je hlen, který se tvoří většinou z mléka a mléčných výrobků. V mléce se ovšem nachází i látka, která působí na rozpouštění hlenu a funguje tedy jako protijed. Nachází se v syrovátce; bohužel zpracováním mléka dochází k odstranění syrovátky a naopak k přidání hlenotvorných látek. Když si vyrobíte jogurt doma, rozhodně se nepodobá tomu prodávanému v obchodech. Ten totiž musí být zpracován tak, aby byl vazký a měl určité vlastnosti, pro něž si na něm lidé mohou vytvořit závislost. Nechci vám kazit chuť, ale sami si domyslete, jakou má vlastně jogurt konzistenci.

Rovněž celá řada sýrů se jí blíží - musí působit tak, jako by obsahovaly velké množství tuku; protože ten je z nich odstraňován v rámci zdravé výživy a bývá nahrazen jinými látkami. sýr tak získá na roztíratelnosti a určité chuťové neodolatelnosti.

Jestliže se někdy pozastavujeme nad tím, že člověk za své existence nikdy nejedl cukerný koncentrát, jako to děláme posledních sto let my, úplně stejně můžeme hovořit o mléčných koncentrátech, které v této podobě rovněž nebyly nikdy v historii požívány, a když ano, tak rozhodně ne v takové míře. To je vysvětlení jevu, jenž doprovází tuto civilizaci, a také je to jedna z podmínek vzniku hlenových ložisek v plicích. A nezapomeňme přitom na určitou souvislost se zhoubnými nádory.

Druhou podmínkou pro vznik hlenového ložiska je infekce a ta se samozřejmě vyskytuje všude kolem nás.

Třetí podmínkou jsou emoce. V některém z dalších pokračování se k nim dostaneme, ale už nyní zdůrazním, že základní poškozující emoci pro plíce je psychické napětí, jež představuje určitou formu stresu a jednu ze sester úzkosti. Úzkost, stres a psychické napětí jsou věrnými průvodci současné civilizace. Poslední kamínek do mozaiky je tak vložen.

Z výše uvedených tří faktorů vznikají infekční ložiska, která pak mají výše popsané důsledky. Chceme-li rozetnout kruh stále se opakujících respiračních infekcí a ozdravit střevo, musíme začít od detoxikace dýchacího ústrojí. Po mnoha letech práce a experimentů jsem došel k sestavě, která je tvořena informační a takzvanou rezonanční složkou. Výsledkem jsou komplexy rozpouštějící ložiska v dolních i horních cestách dýchacích a schopné detoxikovat sliznice.

Plicní ložisko člověka

Jedině příroda ví, co chce. Nikdy nežertuje a nikdy nedělá chyby, ty dělá jen člověk.

Johann Wolfgang Goethe

V předcházející kapitole jsem hovořil o nebezpečí, které představuje zahlenění a infekční ložisko v plicích, jaké problémy přináší dýchacím cestám i celému organismu. Pozorné čtenáře jistě napadlo, že detoxikační medicína je vlastně realizací celostní medicíny.

O celostní medicíně neboli o pojetí organismu jako celku se dnes mnoho hovoří a každý uznává, že jeden orgán ovlivňuje druhý a jedna funkce závisí na další. Realizovat celostní medicínu je však dosti složité. Jak historie dokládá, obvykle bylo nutné použít celou řadu metod, stravováním počínaje, přes masáž, byliny, akupunkturu a psychologickým působením či dalšími technikami konče.

Vždy bylo mým přáním shrnout znalosti o celostní medicíně do jednoho celku, a proto jsem vám v těchto kapitolách líčil vlastní zkušenosti s různými přírodními léčebnými postupy. Detoxikace, v níž se skrývá práce s mozkem, a tedy s nervovou soustavou i psychikou, obsahuje také znalost vztahů různých orgánů. A práce s jedním orgánem může znamenat zlepšení ve zcela jiné oblasti. Pokračujme v objasňování a příkladech těchto vztahů.

Složité nervy

Zůstaňme i nadále u dýchacího ústrojí, tedy u plic jakožto mateřského orgánu, tlustého střeva coby sesterského orgánu a všimněme si i souvztažných orgánů. Pokusme se pochopit vztah plic a nervového systému, jak je definován v celostní medicíně. Každý tělesný orgán, respektive všechny mateřské orgány, jež jsou shrnuty v geniálním, staročínském pentagramu, ovlivňují nervový systém. Ten se skládá z celé řady struktur. Jedná se o centrální nervovou soustavu (CNS) neboli mozek a míchu.

Mozek například tvoří mozeček, mezi mozek, velký mozek, mozkový kmen atd. Z mozku vychází přes prodlouženou míchu samotná mícha, jež se nachází v páteřním kanálu a z níž vychází nervy, kterým říkáme periferní. Z mozku vycházejí nervy nazývané mozkové. Zatímco míšní nervy slouží především k ovládnutí těla, ke kontrole pohybu, dotyku, tepla a jiných sensorických vjemů, mozkové nervy jsou k dispozici funkcím nacházejícím se v orgánech hlavy.

Další kapitolou nervového systému jsou vegetativní nervy, které ovládají útroby a další orgány jako například potní nebo mazové žlázy v kůži, a to na principu útlumu či povzbuzení. Zní to velmi jednoduše, ve skutečnosti však jde o navýsost složitou hru, kterou by i dnes, v době vyspělé techniky, mohl zajistit jen obrovský počítač. V tom tedy přece jen technika za člověkem ještě kulhá, protože u něj se vše vejde do menšího či většího prostoru lebky.

Každá část mozku má svoji funkci, ale všechny části jsou složitým systémem propojeny, takže někdy lze jen velmi obtížně lokalizovat určitou tělesnou nebo duševní funkci jen do jedné ohraničené oblasti.

Kruh rozetne jen detoxikace

Ložisko v plicích ovlivňuje například čelní lalok velkého mozku, který je kromě jiného i sídlem sociální a emoční inteligence. Při funkčním postižení této části mozku se tedy stává, že člověk ztrácí optimální schopnost emočně a sociálně reagovat na určité společenské situace. Jestliže se začne tento jev vyskytovat masově, vzniká jiná kultura - kultura paradoxu a absurdity, kdy se za normální považují neadekvátní reakce, ztráta tradice a konvence.

Setkáváme se tak se světem plným absurdit, v němž mnoho lidí chápe jako zcela normální paradoxní emocionální reakce a sociální otupělost, která v kombinaci s dalšími problémy může vést až ke zvláštnostem vymykajícím se současným přijatelným zvyklostem.

Jestliže se pak některý ze sdělovacích prostředků přizpůsobí této měnící se kultuře, získává velkou popularitu, protože existuje stále více a více lidí, kteří těmto reakcím rozumějí a jejichž emocionální a sociální myšlení odpovídá těmto kvalitám.

Čelní lalok je i řídicím orgánem proti bakteriální imunitě, a kdybychom respektovali přírodní zákony, nemuseli bychom se setkávat s agresivními důsledky například meningokokové infekce a jiných infekčních hrozeb současnosti.

Ložisko v plicích pak prostřednictvím toxinu ovlivňuje i část mozku zvanou diencephalon. V ní vznikají některé závažné emoce, jejichž porucha člověka značně sužuje. Jde o náladu, a tedy o depresi či mánií jakožto patologické projevy nálady. Stále se stupňující množství depresí má souvislost nejen se stupňujícím se stresem, který postihuje CNS, ale i se stupňujícím se množstvím hlenových ložisek v plicích jako důsledku stravy a napětí.

Kruh se uzavírá. Napětí evokuje vznik ložisek, ložiska evokují vznik deprese a deprese evokuje vznik napětí. A tak rotujeme jako myš běžící svou nekonečnou pouť v točícím se kruhu.

Úzkost, deprese, agrese

Příčina většiny nemocí tkví v psychice. Psychika je jako pestrobarevný karneval, protože její projevy mohou hýřit nejrůznějšími odstíny a tvary, a tudíž je můžeme donekonečna literárně popisovat. Jestliže však budeme hledat kořeny, nakonec zjistíme, že všechny emocionální projevy můžeme shrnout do několika málo pojmů.

Jedním ze základních emocionálních projevů je úzkost. Ta může mít různé varianty, projevy, které pak nazýváme strachem, obavou, starostí či předtuchou apod. Vznikají ve složité lidské psychice a zaujalo mě, jak jsou používány v různých zemích, kde žijí lidé s poněkud odlišnější mentalitou. Mám možnost pracovat v Polsku, na Slovensku, v Německu či ve Francii, setkávám se s lidmi ze Spojených států a mohu říci, že jsem si musel zvyknout na emocionální pojmy, které mají v různých zemích různý význam. V některých státech se s nimi setkáte zcela běžně, aniž by vyjadřovaly hlubší závažné situace, a v jiných zemích se jejich užití velmi zvažuje - používají se jen ve skutečně vážných případech.

Protože jsem vyrostl v kultuře, která v běžném hovoru emocionálními projevy šetří, na Slovensku nebo v Polsku jsem si zprvu myslel, že lidé jsou šťastnější nebo nešťastnější než my, a naopak, že lidé v Německu či ve Spojených státech téměř netrpí žádnými psychickými problémy. Po delší době jsem samozřejmě poznal, že je tomu jinak a že člověk při naslouchání lidem z různých končin musí vědět, jakou náplň pro ně emocionální pojmy mají.

Další základní emocií je smutek, deprese, která opět může mít různé varianty a těmi mohou být například flegmatismus, melancholie, pesimismus, splín, psychická únava aj.

Třetím základním emocionálním pojmem je agrese. Zlost, vztek, výbušnost, cholericnost představují zase různé varianty a tělesná, psychická či emocionální agrese jsou jen jemně odlišené pojmy znamenající vždy totéž. Jestliže říkám „znamenající vždy totéž“, hovořím o určitých částech mozku, kde se odehrává aktivita, která se nakonec jako emoce projeví.

Zvláštní poškozující emocionální aktivitou je negativismus. Zprvu jsem se domníval, že je variantou agrese, protože tyto dva emocionální pojmy se velmi často vyskytují společně, ale při výzkumu jsem zjistil, že negativismus má své specifické sídlo v nervovém systému, a tudíž jej pokládám za zvláštní kapitolu.

Zcela nezvyklým poškozujícím emocionálním pojmem je pak radost, nadšení, euforie, protože trvá-li dlouho, i ona se může stát negativní emocií. Má rovněž své sídlo v určité části mozku.

Automatické negativní emoce

V mozku se mohou vytvořit ložiska, jež mají souvztažnost se základními orgány pentagramu, a pokud se vyskytnou v emocionálních oblastech, znamenají pak jakousi stálou produkci určité emoce, která není závislá na vnějších okolnostech, i když ty ji samozřejmě mohou zesilovat a dávat jí určitý obsah. Výsledkem mého mnohaletého výzkumu je poznání, že poškozující emoce se nacházejí u každého chronicky nemocného člověka. Na základě toho lze učinit závěr, že vztah mezi existencí poškozující emoce a zdravotními problémy je zcela evidentní.

Kdybychom chtěli teoretizovat, mohli bychom předpokládat, že vlivem životního prostředí a stylu vzniká negativní emoce, například úzkost, napětí nebo strach. Tato emoce spolu s hlenem a infekcí vytvoří hlenové ložisko v plicích. Plíce ovládnou určitou část mozku, kde tyto emoce vznikají, a může dojít ke vzniku ložiska, které pak dráždí nervový systém. Výsledkem je, že člověk produkuje poškozující emoci jakoby automaticky. Někdo ji pravidelně pociťuje a projevuje se tedy v jeho pocitové emocionální složce osobnosti, jiný ji nevnímá tak silně jako emoci, ale přenáší ji do orgánů: somatizuje ji.

Negativní emoce ovládají činnost orgánů - proto se nám při úzkosti tají dech, buší srdce nebo se svírá žaludek, strachem se stahují hýždě. Ostatně o působení emocí na naše útroby existuje celý řada postřehů lidové moudrosti. Obdobně však působí i chronická emoce neboli chronická aktivita ložiska v emocionálních mozkových strukturách.

Kineziologie a tak dále

Při snaze o vyléčení funkce některých tkání je dobré, když tento patologický zdroj poškozující emoce odbouráme. Lidstvo se o to pokouší již mnoho století různými psychotherapeutickými postupy, například v poslední době velmi populární kineziologií. Efektivita těchto technik však stále není dokonalá, a proto se hledají další možnosti.

Můj příspěvek k této problematice spočívá v možnosti odbourávat patologická centra automatické emocionální aktivity pomocí informace a rezonance. Tato možnost je obsažena v preparátech, s nimiž pracuji. Odbourání ložiska v plicích tedy nejen zvyšuje proti bakteriální imunitu, zlepšuje odolnost dýchacích cest, vytváří podmínky pro lepší funkci tlustého střeva,

ale také specificky zasahuje do emocionálních center CNS, která vytvářejí jev zvaný deprese. Při vytvoření ložisek v CNS je třeba použít i další prostředky, které budou rezonančně působit na tato centra. Musí jich být více proto, že mozek je komplikovaná záležitost a patologické emoce nevznikají jenom v jednom, ale ve více centrech.

Odstranění automatické poškozující emoce je důležité i při detoxikaci a zlepšení funkcí jiných orgánů, protože některá z poškozujících emocí stojí za kterýmkoli orgánem. O tom si budeme povídat jindy. Nyní můžeme skončit Pitkinovým heslem: „A o tom to je.“

Alergie

Patrně jediný způsob, jak si zachovat zdraví, je jíst, co ti nechutná, pít, co se ti oškliví, a dělat, co se ti nechce.

Mark Twain

Kdo co - alergie, bez koho čeho - bez alergie, s kým čím - s alergií, zkrátka slovo alergie se v novodobé společnosti skloňuje ve všech pádech, a to proto, že počet alergiků je velmi vysoký - a co hůře, neustále stoupá. Již dnes se odhaduje, že asi čtvrtina populace je alergická a každý rok přibývají další procenta. Lze předpokládat, že do budoucna by měl být alergikem v podstatě každý, a tak bude možná člověk 21. století označován jako „Homo allergicus“.

Alergie je vlastně přecitlivělost na cizorodou bílkovinu. Pojem alergie se však rozšířil i na jiné reakce, které nemají společnou podstatu, ale výstup, tedy jakési symptomy. A tak se hovoří o alergii na chladnou vodu, o alergii na slunce, o alergii na vůně a podobně. Cizorodá bílkovina, která se dostane na sliznici dýchacích nebo zažívacích cest, musí být pochopitelně zlikvidována. Organismus není schopen cizí bílkoviny zpracovávat jinak než velmi složitým pochodem, rozložením na jednotlivé aminokyseliny a jejich dalším zpracováním. Bílkovina, která není určena ke zpracování, musí být likvidována. Proto její přítomnost vyvolává přirozenou reakci, které si však člověk prakticky nevšimne, a tak na naší sliznici dýchacích cest neustále přistávají částičky prachu, pylu, roztočů, zlomky různých zvířecích chlupů, vlny, bavlny a mnoho jiných bílkovinných látek. Zdravý člověk tyto bílkoviny zpracuje, odnese je ze sliznic a vyloučí. Alergik nikoli.

Alergická reakce se podobá hysterické reakci ženy: na mírný podnět nastává velmi silná reakce. Jedná se tedy o nepřiměřeně silnou reakci na přítomnost cizorodé bílkoviny. Do tohoto okamžiku je to, myslím, velmi jasná záležitost, ale jakmile zabrousíme do oblasti takových otázek, jako například proč je alergie tak obrovský civilizační fenomén nebo jak alergii léčit a vyléčit, v tom okamžiku všechny vědecké múzy mlčí.

Existuje velmi mnoho různých teorií o příčinách vzniku alergie. Její léčba je však vyřešena uspokojivě jen pro farmaceutický průmysl. Podáváním antihistaminik dojde k dočasnému vymizení alergické reakce, a přestože se občas podávají i jiné léky měnící prokrvení sliznic dýchacího traktu nebo proti zánětlivě léky, hlavním lékem je právě antihistaminikum.

Tento způsob léčby je nesmírně obchodně výhodný - lék se musí užívat stále dokola po celou alergikovu kariéru, a tak je odbyt skvěle zajištěn. Ponechat projevy alergie bez léčby je velmi problematické, neboť kýčání, svědění, rýma, kašel a nakonec i různé záněty jsou velmi nepříjemné symptomy.

Alergie má celou řadu komplikací. S alergií se například často spojuje vznik astmatu, tedy potíží, při kterých dochází ke spasmu průdušek a omezení proudu vzduchu v průduškách. S alergií se také spojuje laryngitis, sevření laryngu s následnou dušností a kašlem, či kožní problémy a to nejen kopřivky (*urticaria*), ale i řada typů ekzémů. Alergická reakce v zažívacím traktu může být příčinou průjmu, zácpy, nadýmání, dysbiózy, zkrátka zažívacích potíží. Méně časté bývají alergické projevy na sliznici pochvy nebo sliznici močových cest. Spojivka oka a jiné tkáně očního bulvu mohou rovněž trpět alergickými záněty, tedy reakcemi na cizorodou bílkovinu s nadprodukcí histaminu.

Pro detoxikaci je klíčovou otázkou, proč se v novodobé historii lidstva alergie tak masivně šíří. Souvisí s civilizací, to je zřejmé, to je nad slunce jasnější. Proto se z nárůstu alergií obviňují různé chemikálie, kovy, ale také například částice asfaltu, které se odírají ze silnice při automobilovém provozu, nebo výfukové plyny z aut. Alergie se přičítají i stresu, typickému pro současnou civilizaci, podávání antibiotik, ale především příliš sterilnímu životnímu prostředí, které podle lékařů nedostatečně stimuluje imunitní systém v dětském věku a imunitní systém pak vykazuje poruchy včetně poruch alergických.

Nutno říci, že trávy a květiny či stromy, respektive jejich pyl, nejsou skutečnou příčinou alergie. Rostliny tady byly již před vznikem člověka, a člověk se tedy zrodil do prostředí plného rostlin, pylu a prachu, tudíž by neměl na něco tak přirozeného reagovat. Tedy chyba nespočívá v přírodě, ale je v nás. Občas se můžeme dočíst, že nejlepší léčbou alergie by bylo zabetonování všech travnatých ploch mezi paneláky, takže by pak nebylo třeba vysílat v médiích pylové zpravodajství, aby alergici mohli před pyly uskakovat a nemuseli se s nimi setkávat.

Pro detoxikaci je tedy důležitý závěr našeho výzkumu a ten zní, že za alergii může náš mozek. Pokusme se objasnit toto tvrzení. Pro detoxikaci je důležité vnímat mozek jako počítač, ve kterém je mnoho programů vloženo na základě dědičnosti, mnoho programů se mozek učí a některé - zvláště v emocionální oblasti - si i sám vytváří. Pro nás je podstatné, že i imunitní systém je řízen tímto počítačem a z hlediska alergie je tedy mozkiem určována i síla reakce, kterou podnět v podobě bílkoviny vyvolá.

Samozřejmě že mozek nehraje roli jen v poruše imunity, kterou nazýváme alergií, ale i v jiných typech poruch imunity, jako je třeba autoimunitní problematika, nedostatečná imunitní reakce a další. Při detoxikaci alergie je tedy zásadní detoxikace mozku. V mozku alergiků nacházíme pravidelně celou řadu toxinů, které je třeba odstranit, aby tento komplikovaný počítač opět dobře fungoval. Zcela pravidelně, jako vždy a všude, u každé tkáně, která vykazuje nějakou poruchu, nacházíme i zde infekční ložisko. Infekční ložisko se u alergiků pochopitelně tvoří již v průběhu nitroděložního vývoje, a nejde tedy o nějaký jev, který by vznikl až v průběhu vlastního života. Centra pro řízení imunity jsou uložena v telencephalonu, tedy v předním mozku, a zde musí probíhat základní protialergická detoxikace. Ložisko z telencephalonu odstraňujeme preparátem CRANIUM.

Druhý toxin, který se u alergiků vyskytuje naprosto pravidelně, je toxin vyplývající z poruchy glutenového metabolismu. Poruchy glutenového metabolismu se týkají výhradně bílkoviny pšeničné mouky. Mohu říci, že vlastně není vůbec jasné, proč lidé současné civilizace postihuje porucha glutenového metabolismu v tak masovém měřítku. Zda jde o výsledek genetického šlechtění pšenice či o výsledek obrovského zvýšení konzumace pšeničné bílkoviny - zkrátka není zřejmé, proč touto poruchou trpí dnes víc než 60 % evropské civilizace, a to zvláště v mladších a středních věkových skupinách. Vzhledem k tomu, že u starších lidí se s tímto problémem setkávám celkem výjimečně, vyvolává to ve mně dojem, jako by šlo o něco, co vzniklo v šedesátých a sedmdesátých letech minulého století a zapříčinilo poruchu a změnu glutenového metabolismu. Pro odstranění glutenových metabolitů používáme preparát GLI-GLU.

Přítomnost dalších toxinů již není bezpodmínečně nutná, ale běžně se s ní setkáváme. Jde o toxické kovy, eventuálně o radioaktivní látky. Preparáty ANTIMETAL a IONYX proto mohou patřit i k detoxikaci alergiků. Vzhledem k tomu, že poruchy imunity velmi úzce souvisejí s emocionalitou člověka - a snad nejzřetelněji se nám tento problém může jevit při autoimunitních poruchách, kdy psychologický fenomén sebedestrukce a autoagrese vystupuje

velmi výrazně -, můžeme při poruchách funkce imunity sledovat přítomnost úzkosti, ustrašenosti a slabosti nervového systému. U alergiků může fenomén předrážděnosti, fenomén související s emocionálními poruchami, sehrávat velmi zásadní roli a my můžeme emoce spojovat s různými funkcemi centrálního nervového systému. Proto na doléčení alergiků používáme i preparát EMOCE.

Důležité je i místo, kde se alergie projevuje. Nejčastějším cílovým místem jsou dýchací cesty, a proto pro úplnou detoxikaci alergie použijeme preparát RESPIDREN. Pokud jde o odstranění ložisek v dýchacích cestách, další významné toxiny, jako je gliadin, toxické kovy a eventuálně radioaktivní látky, jsou již odstraňovány při detoxikaci centrálního nervového systému. Při očních reakcích použijeme oční preparát OKULADREN, který odstraňuje ložiska z oka a příslušných očních orgánů, a pro alergie v zažívacím, respektive ve střevním traktu použijeme preparát COLIDREN se stejným efektem na zažívací trubici. Při vzácnějších alergických potížích v gynekologickém, případně močovém ústrojí použijeme preparát GYNODREN a URINODREN.

Vztah k fenoménu civilizace je poměrně komplikovaný a nejasný. Zdá se, že by oním civilizačním fenoménem mohly být nějaké látky, které současná civilizace produkuje, například látky chemické, ale určitou roli mohou hrát i antibiotika či očkování. Stejně jako v případě jiných poruch funkce tkání v lidském organismu i zde může být porucha telencephalonu fixována emocionálním problémem, ale také může spočívat v epigenetickém prostředí a následně narušovat funkce genu. Některá antibiotika a některé očkovací látky se podle detoxikačních výzkumů ukazují být genotoxické a bývají příčinou zátěže epigenetického prostředí. Jestliže je tento faktor přítomen, je třeba podávat i detoxikační preparáty jako ATB či DEIMUNAKTIV, abychom očistili epigenetické prostředí a aby gen řídící tyto funkce mohl opět začít bezporuchově pracovat.

Souborně jsou detoxikační programy, o nichž byla zmínka - tedy především gliadinové metabolity, ložiska v respiračním traktu, ložiska v telencephalonu, antibiotika a očkovací látky -, uloženy v preparátu ANALERG, který jako komplex může řešit převážnou většinu symptomů alergie.

Při řešení alergie se dotýkáme vlastního smyslu detoxikace a celá alergická problematika je v podstatě její výkladní skříní. Mimo způsobu detoxikace ukazuje i na problém, který současná civilizace řeší, většinu chronických zdravotních potíží. Ač se to zdá pro mnoho lidí neuvěřitelné, detoxikací lze dosáhnout naprostého vymizení alergické reakce, navíc ještě s tím úžasným výsledkem, že alergická reakce mizí jednou provždy a není potřeba tyto kúry nějak pravidelně, každoročně opakovat. U onemocnění, která mohou s alergiemi souviset - především je to *urticaria* neboli kopřivka -, zmíněnou léčbu doplňujeme preparátem CUTIDREN. U astmatických potíží a ekzémů se pak kromě odstranění ekzémů řídíme ještě některými dalšími pravidly detoxikace.

Je třeba se ještě zmínit o pseudoalergických problémech, tedy o reakcích, kdy například při sprchování studenou vodou, při vystavení kůže slunci nebo při pozření některých druhů zeleniny či ovoce dochází ke kožním nebo slizničním reakcím, ke svědění a otokům. S alergií má tento fenomén společnou histaminovou reakci v kůži či ve sliznicích. Reakce je však oproti klasické alergii způsobena přítomností těžkých kovů na nervových zakončeních v kůži a na sliznicích. Při řešení těchto potíží je nezbytný preparát ANTIMETAL a INFODREN KII, který řeší problémy periferního nervového systému.

Nedá se očekávat, že současná civilizace změní svůj pohled na pšeničnou mouku a stravovací zvyklosti. Je tudíž velmi pravděpodobné, že výskyt alergií bude skutečně stále častější a častější, bude postihovat stále větší procento obyvatelstva, a právě tak lze očekávat i zvýšené množství komplikovaných alergických reakcí a reakcí, které s alergií bývají spojeny, jako je astma, ekzémy apod. Detoxikaci struktur podílejících se na alergii lze tedy pokládat za jeden ze zásadních detoxikačních postupů pro budoucnost.

STRAVA A METABOLISMUS

*Lidé se touží dožít vysokého stáří,
nad tím, jak stárnou, jsou však plni rozpaků.
V kom se strach ze stáří a touha po něm sváří,
ten zaujímá směšný postoj hlupáků.*

Potrava tvá budiž lékem tvým

Hlad a láska určují veškeré lidské dějiny.

Buddha

Zmíním se o jedech, které mimo lidský organismus nikdo za toxiny ani nepovažuje. Jedovatými se stávají teprve po vstupu do našeho nitra. Jde o toxiny, ve které se může přeměnit běžná strava. Slovo „může“ má v tomto případě dva významy. První z nich znamená, že tento jev nastává individuálně a nemusí se uskutečnit u každého. Druhý signalizuje, že sice není u každého tentýž, ale jak ukazuje praxe, je v našem životě častý, dalo by se říci, že osudový.

Varovný dopad živočišných bílkovin

Naše strava se skládá ze živočišných bílkovin, které zastupují především maso a vejce; zvláštní kapitolu pak tvoří mléko. Dále ji tvoří rostlinné bílkoviny, živočišné a rostlinné tuky, složité a jednoduché cukry. Prakticky na kteroukoli z těchto základních živin může organismus reagovat jako na toxin.

Nejběžnějším případem je nemoc zvaná *diabetes mellitus* neboli cukrovka, kdy jednoduchý cukr a složité cukry na něj se přeměňující se dále nemetabolizují. Pokud by člověk nebyl uměle satureován inzulinem, nezpracovaný cukr, v tomto případě jed, by vedl až k jeho záhubě.

Jiným běžným příkladem je porucha metabolismu živočišných tuků. Dvě třetiny populace jsou nemocné a umírají na problémy s cévním systémem. Obvykle se na cévní stěně ukládají usazeniny způsobující nemoc zvanou skleróza tepen. Jejich podstatnou část tvoří cholesterol - tuk, který si organismus vyrábí převážně sám, ale zároveň mu ho dodáváme v bohaté míře s potravou. Musí být zpracováván; pokud se tak neděje v dostatečné míře, stoupá jeho hladina v krvi a on se stává důležitou součástí tepenných nánosů.

Mléko coby lepidlo

Společnost se důsledně vyhýbá debatě o dalším z potencionálních jedů mléce. Mléčná bílkovina - kasein - je v podstatě lepidlo, které se ostatně jako skutečné lepidlo využívalo, zvláště k lepení papíru. V našem organismu se bohužel chová stejně. Vytváří vazký a pevný sliz, který omezuje nejen cirkulaci tekutin, ale i metabolismus buněk a působí i jako nervový jed. Neschopnost zpracovávat kasein bývá poměrně častou příčinou nervových poruch u dětí a nemocí, které s nimi souvisejí. Objevuje se také u astmatu, tedy onemocnění úzce spjatého s nervovým systémem. Stejně tak u části alergií, a zejména psychických poruch, jakými jsou nadměrná úzkostnost, psychická labilita, agresivita a jiné.

Mléko tím však ještě nevyčerpalo všechny své možnosti. Přináší do organismu i hlen neboli mucin. Ten se usazuje v dýchacích cestách, vedlejších dutinách nosních, střevech a gynekologických orgánech. Zde pak tvoří živnou půdu pro mikroorganismy, které se odtud šíří v pravidelných intervalech a způsobují častou nemocnost dětí i dospělých v podobě chorob dýchacích cest, střevních problémů, snížené imunity a střevní dysmikrobie ovlivňující chod celého organismu, z níž může vzejít až tvorba karcinogenních látek v tlustém střevě. Hromadění hlenu v pohlavních orgánech z valné části způsobuje funkční neplodnost žen.

Mléko v lidském organismu vytváří hlen. Ten se usazuje v dýchacích cestách, vedlejších dutinách nosních, střevech a v gynekologickém ústrojí. Vytváří živnou půdu pro mikroorganismy.

Žehráni na lepek

Značně rozšířeným problémem je i neschopnost rozkládat některé rostlinné bílkoviny. To se projevuje nemocí zvanou coeliakie, při níž se člověk musí celý život vyhýbat konzumací obilnin obsahujících lepek. Zapomíná se však na to, že tento typ coeliakie by se měl nazývat primární, tedy vrozený, při němž je postižený enzym, jenž má rozkládat obilné bílkoviny.

Vedle tohoto typu však existuje i takzvaná sekundární coeliakie znamenající neschopnost metabolizovat bílkovinu pšenice. Ta se může objevit kdykoli - v jednom roce, ve dvaceti, třiceti či čtyřiceti letech. Představuje závažný problém a někteří odborníci uvádějí, že jím trpí většina evropské populace.

Podle mé letité praxe figuruje přibližně u 30 % mých pacientů. Jejich organismus si neví rady s bílkovinou evropské pšenice. Tato bílkovina gluten - se rozkládá ve střevní stěně pomocí enzymů. Dojde-li k jejich defektu, gluten proniká do organismu, kde působí jako vážný nervový jed. Zejména u žen se pak setkáváme s výraznou psychickou labilitou, neschopností odolávat stresovým situacím, neustálou ústaraností, úzkostí a obavami. To vede ke zhoršené funkci ledvin a pokračuje jako onemocnění páteře a kloubů, což jsou orgány kontrolované právě ledvinami. Dispozice k tomuto onemocnění bývá vrozená, ale často i zděděná. Síla enzymů rozkládajících pšeničnou bílkovinu je individuální.

U mužů vede sekundární coeliakie spíše k neurologickým chorobám. U obou pohlaví se setkáváme s tímto problémem prakticky u všech onemocnění - sklerózy multiplex, chorob tlustého střeva, jako je *colitis ulcerosa*, či Crohnova choroba i u diabetu I. typu.

Neschopnost rozkládat mléčnou bílkovinu kasein či pšeničnou bílkovinu gluten vede rovněž často k migrénám a jiným onemocněním CNS.

Maso znamená také soli a puriny

Výčet problémů, jež vznikají z potravy, není ovšem zdaleka ještě konečný. Zaměříme se na živočišnou bílkovinu obsaženou především v mase. Poruchou jejího metabolismu vznikají dvě sféry problémů. Častým je nadměrná tvorba a usazování solí v těle. Maso je kyselinotvorné - jeho rozkladem vzniká značné množství kyselin, z nichž má velký dopad zejména kyselina močová. Reakcí se zásadami se vytvářejí soli, které se usazují v kloubech, šlachách, kolem páteře, ve vazivu a nakonec i v nervovém systému.

Solí se rovněž srážejí ve žlučových cestách a ledvinách. Pokud nevyvolají tvorbu kamenů, výrazně ovlivňují činnost ledvin. Dochází pak k rozvoji dalších symptomů tohoto řetězce. Soli se ve zvýšené míře usazují v kloubech, které se nacházejí pod kontrolou ledvin, takže dochází k artróze a artritidě. Pokud do patologického procesu ještě vstoupí porucha imunity, rozvíjí se revmatismus či další séronegativní artritidy.

Jindy se metabolismus masa zastavuje na purinech, jež poškozují kromě ledvin i tepny a nervový systém. Rozkladem živočišné bílkoviny v tlustém střevě trpícím dysbiózou, při níž se přemnožují anaerobní mikroorganismy rodu *Bacteroides*, vznikají rakovinotvorné látky,

například mercaptan a mnohé další. Jsou jedním z nezbytných průvodců při vzniku zhoubných nádorů.

Rozkladem masa vzniká množství kyselin, které reagují se zásadami a vytvářejí soli. Ty se pak srážejí ve žlučových cestách a ledvinách. Pokud nevyvolají tvorbu kamenů, výrazně ovlivňují činnost ledvin.

Na usazeniny dieta neplatí

Pozorného čtenáře chci upozornit, že primárně žádná z uvedených potravin není jedovatá a řada jedinců je může požívat bez jakýchkoli následků. Za určitých okolností se z nich však jedy stávají, a pokud je organismus nezvládá - což se stává ve většině případů -, znamenají rozvoj vážných nemocí a obvykle i smrt.

Je tedy dietologickým paradoxem, že lze tyto potraviny označit za rizikové, někdy i škodlivé, a zároveň se zcela po právu mohou ozvat ti, kteří dokazují jejich naprostou neškodnost například oním tolik zprofanovaným výrokem, že dědeček jedl špek celý život a zemřel v 95 letech po pádu z koně. Pokud totiž člověk dobře metabolizuje určité potraviny - a to se týká právě dlouhověkých lidí, kteří dobře metabolizují všechny potraviny -, nedochází k jejich přeměně na jedy, a jsou tedy pro ně nejedovaté.

Na druhé straně se běžně setkávám s lidmi, kteří trpí poruchou metabolismu již od dětství. Na základě toho se u nich vyvíjí celá řada vážných nemocí, které jednoznačně souvisejí se stylem stravování. Pokud při čtení těchto řádků zajásáte a prohlásíte: „Vždyť léčba je tak jednoduchá, prostě tyto potraviny nebudu konzumovat,“ vězte, že to tak jednoduché není. Vynecháním těchto potravin ze stravy se totiž obvykle neovlivní to, co jsme stihli zkonsumovat během uplynulých let. Nezměníme tedy minulost, můžeme ovlivnit pouze svoji budoucnost. To ovšem mnohdy k uzdravení nestačí, protože jed v tkáních působí dále i po vynechání příslušných škodlivých potravin. Nezbyvá nic jiného než tyto potraviny vyloučit a naučit se stravovat tak, aby jejich vliv byl co nejmenší.

Potravinová „Borgiové“

Příroda je moudrá - každý jed má i svůj protijed. Když jsem začal studovat protijedy výše uvedených potencionálně jedovatých potravin, byl jsem udiven, co všechno lidstvo vědělo a co zapomnělo. Například protijedem k mléčnému hlenu i mléčné bílkovině jsou syrovátka a podmásli, tekutina vznikající při výrobě másla. V současné době se ovšem většina lidí brání tím, že nepije mléko a jí pouze sýry, jogurty a jiné mléčné výrobky.

Systematickou propagandou se dosáhlo toho, že lidé kvašený mléčný výrobek prakticky nepovažují za mléko, ale za cosi božského, co má jen a pouze pozitivní dopad na organismus. Neuvědomují si, že jogurtovou konzistenci vytváří především hlen provázený již zmíněným lepidlem kaseinem. Mléčné výrobky zbavené syrovátky jsou proto mnohonásobně nebezpečnější než mléko samotné.

Pšenice, která se velmi často vyskytuje například v italské kuchyni, by musela u Italů vést k vážným zdravotním potížím. Příroda však je k tomuto jižnímu národu milosrdná a připravila mu jídelníček, v němž se vyskytují jed i protijed současně. Protijedem proti bílkovině běžné evropské pšenice je tvrdá pšenice, se mola dura neboli semolina, z níž se vyrábějí kvalitní italské těstoviny. Sníme-li pšeničnou pizzu a po ní si dáme oblíbené špagety z tvrdé pšenice, tyto dvě potraviny se vykompenzují tak, že nejsou v konečném důsledku jedovaté.

Také bazalka - typické italské národní koření vhodné k těstovinám - je protijed proti pšeničné bílkovině. Na tomto příkladu vidíme, jak některé kuchyně byly kýmisi moudrým v minulosti dokonale koncipovány, jenom jsme na to během staletí zapomněli.

Sója protijedem masa

Protijedem k purinům je sója, proto nás střídání masa a sójových jídel ochrání před následky konzumace masa. Odvod solí z lidského organismu je už záležitost složitější.

Celkově vzato, je třeba promýšlet nejen skladbu jídelníčku, omezovat potenciálně škodlivé potraviny, eventuálně se podrobit diagnostice upozorňující na toto nebezpečí, ale i pravidelně čistit tělo od metabolitů. Obávám se ovšem, že i kdybych sepsal ještě mnoho stran důkazů, má slova nebudou mít takovou váhu, jak bych si přál. Medicína totiž obvykle léčí důsledky poruch, které si sami způsobujeme. A dieta sama o sobě stačí na vyléčení jen málokdy. Je třeba využít znalostí, jak vzniklé toxiny odstranit z lidského organismu a jak poškozené tkáně regenerovat. Jak snadné a pochopitelné, že! Myslím si ovšem, že jde o osudový problém lidstva, kterého se jen tak nezbavíme.

V detoxikační medicíně mám mnoho důkazů svědčících o tom, že toxiny ze životního prostředí a další zhoršují trávicí procesy, vstřebávání i metabolismus různých potravin, což je problém závažný a stále častější. Neexistuje prakticky žádný zdravotní problém, u něhož bychom nenašli poruchu metabolismu některé ze základních potravin.

Vedle dietních opatření doporučuji ještě diagnostiku jednotlivých metabolických poruch a vyloučení starých metabolických usazenin, jako jsou mléčný hlen, mléčná bílkovina, soli, gluten, tuky a další.

Když se řekne... dieta

Jez do polosyta, pij do polopita a budeš žít dlouhá léta.

české přísloví

Tento výraz má svůj původ v řečtině - diates - a do péče o zdraví se přenesl díky starověkému řeckému lékaři Hippokratovi, který v jednom ze svých odborných pojednání analyzoval vliv stravy na lidský organismus. Tvrdil, že může být obživou, ale i lékem.

Je poněkud paradoxní, jak to ostatně již v životě bývá, že všichni lékaři od starověku do současnosti skládají Hippokratovu přísahu, kterou popsal ve svém spise Horkos, a přitom k myšlenkám Hippokratovým (narozen 460 př. n. l.) nemá nikdo dál než oni. Tento lékař totiž vycházel z pozorování přírody a varoval před zevšeobecňováním. Bral mimořádný ohled na zvláštnosti každého případu, zatímco v současnosti se stalo modlou slovo statistika. Napsal také spisy o vzduchu, vodách a krajích a uváděl životní prostředí do souvislosti s nemocemi.

Z jeho pera je také spis *O životních šťávách - o vodě, krvi, slizu, černé a žluté žluči*. Jejich vyváženost byla základem zdraví a v rámci prevence bylo zapotřebí udržovat jejich rovnovážný poměr pomocí správného stravování. Jistě vám neunikne zásadní rozdíl mezi myšlenkami tohoto věhlasného lékaře a současnou podobou medicíny. Posledním zbytkem jeho myšlenek se zdá být jen ta přísaha.

Budeme o hladu?

Dnes má dieta dva zcela odlišné významy. Ten původní řeší vztah stravy a nemoci. Ten druhý, nejrozšířenější, znamená úpravu stravování tak, aby vedlo ke snižování hmotnosti. To však může být protikladné: někdy hubnutí organismu prospěje, jindy mu zas naopak může uškodit. Dieta je obvykle omezení ve stravovacích zvyklostech. Má rozměr fyzický, který zahrnuje množství stravy, chuťové zvyklosti, přísun vitaminů, minerálů a kalorií, a rozměr psychický.

Do toho se promítá především archetypální strach z hladu, který byl miliony let největším hnacím motorem vývoje. Nyní již není nutný, a tudíž s ním máme potíže, protože vyvolává stres. Rozum se tak dostává do boje s nevědomým strachem zakořeněným v lidstvu po dlouhé generace. Přestože k zajištění potravy by stačilo pracovat velmi málo, jsme zvyklí vytvářet přebytky. Strach z hladovění se kombinuje i s obživným pudem, jež mají zvířata i lidé a jehož potlačení bývá až chorobné (viz mentální anorexie), a může tak vést ke smrti.

Jídlo je rovněž „rozpouštěč“ stresu - navozuje v člověku pocit libosti a určité potraviny podporují vylučování endorfinů (hormonů radosti a bezstarostnosti). Stravě je přikládán často až magický vliv - diety však dokáže dodržovat jen nízké procento lidí; i s krátkodobým omezením mívá drtivá většina nepřekonatelné potíže.

Motivem k celoživotní dietě je snad jen krása či závažné zdravotní důvody. Červenou nit dietářství můžeme sledovat od starověku ve všech společnostech, kde byl stravy nadbytek, a tudíž bylo i co omezovat.

Historie správné výživy

Složení stravy se přísně hlídalo u čínských a japonských císařů. Lid je posuzoval podle vitality a množství energie, kterou pak mohli věnovat vladaření. Slabý, málo vitální člověk nemohl být dobrý panovník. I proto měl také každý středověký vládce v Evropě svého dvorního lékaře, který mu určoval skladbu jídelníčku. Naše představa o nezřízeném hodování se možná týká šlechty a jiných tehdejších boháčů, ale ne samotného krále. Ten měl být nejen fyzicky zdatný, protože se účastnil vojenských tažení, ale musel být především zdravý.

Lékaři už tehdy věděli, že pojem „zdraví“ lze dát do úzké souvislosti se slovem „strava“. Proto zakazovali svým panovníkům tučná a těžká masa, mnoho koření, ale i neředěné víno. A kupodivu také zeleninu; ve středověku byla v Evropě pokládána za škodlivou, protože vnášela do organismu vlhko. Je však možné, že při neznalosti mikroorganismů a při mizivých hygienických návycích to byla pro mnohé záchrana, protože se hnojilo zvířecími a lidskými výkaly, což mohlo být silným zdrojem infekcí.

S dietami se roztrhl pytel v 19. století. Johann Schroth, současník známého Priessnitze, živil své pacienty suchou celozrnnou a jednoduchou stravou. Doporučoval jim obilniny, kroupy, proso, rýžovou kaši a celozrnný chléb. Odvodňoval je pocením, až u nich vyvolal horečku. Byl úspěšný u řady kloubních, kožních či metabolických chorob. Položil základy, které jsou dnes aplikovány v městěčku jeho působení, v Lipové na Jesenicku. Svou dietu vytvořil jako přímý protiklad Priessnitzovi, který místo odvodňování ordinoval velkorysé pitné kúry. Bylo to proto, že jej zjevně neměl rád a chtěl se od jeho metody odlišit.

Tip na dlouhověkost

Spočívá ve snížení příjmu potravin. V tomto ohledu dosáhla značné popularity kniha šlechtice Cornára, který se dožil sta let, protože nejedl denně víc než 375 g chleba, zeleniny a masa (375 g stravy dnes představuje jednu průměrnou denní porci). Doporučoval omezení množství stravy jako recept na dlouhověkost a účinnost svého tvrzení demonstroval délkou vlastního života.

Názory na hladovění se v různých dobách lišily. V 19. století se půst dokonce pokládal za smrtelný a dodnes, když se před akademicky vzdělaným lékařem řekne, že člověk nemusí jíst 40 dní bez újmy na zdraví, za lekne se a nechce s tím mít nic společného. Statisíce lidí to však již podnikly, a přestože dotyční nejedli, klidně pracovali i sportovali; umělci například dokázali hladovět až 60 dní.

Popisy o změnách po dlouhodobém hladovění využil Švýcar Breuss, jenž vytvořil pojem léčebné hladovky, kterou kombinoval s čaji a šťávami. Breussova dieta má dodnes své zastánce. Dánská lékařka Nolfi ve své knize popsala vyléčení syrovou stravou. K ní se přidali další dietologové jako Sidoly či Keley, kteří dokazovali, že tímto způsobem lze vyléčit různé nemoci. Jestliže nebudeme lidský organismus chápat jen jako kotel, v němž se vaří kalorie, ale jako reaktor, ve které se uvolňují částice hmoty, zjistíme, že živá strava je nezbytný pohon pro správnou funkci všech tělesných orgánů. Doporučovali proto rostlinné potraviny a vyloučili vše živočišné s výjimkou mléka a vajec. Této metodě je blízké například veganství, kdy se ovšem nekonzumuje ani mléko a vejce.

Vegetariánkou nejen Madonna

Bylo dokázáno, že lidé stravující se výhradně potravinami rostlinného původu netrpí civilizačními chorobami, jako jsou vysoký krevní tlak, cukrovka, rakovina, cévní a srdeční poruchy. V Japonsku se maso nejedlo po celá staletí, a pokud ano, výhradně na doporučení lékaře ve speciálních restauracích a obchodech; i oni znali rizika naprostého vyloučení živočišných bílkovin, tak je nahrazovali tofu, tempeh, miso pastami a sójovou omáčkou.

Ryby nebyly nikdy pokládány za maso, a tak je směli jíst i středověcí Japonci. V křesťanské Evropě se staly součástí půstů předepsaných náboženstvím. Můžete proto jíst ryby podle libosti! Je to ovšem podivné, protože maso je sval jak savců, tak ryb - má jen jiné složení a vlastnosti.

Je známo, že u členů americké náboženské sekty Amisur, která maso zakazuje, je o 80 % menší výskyt rakoviny. Sám jsem byl 7 let naprostý vegetarián a nikdy jsem se necítil tak dobře. Ale měl jsem chuť! Dějiny znají mnoho slavných vegetariánů: Sókratés, Platón, Seneca, Pascal, Pýthagorás, Newton, Franklin, Wagner, Tolstoj, Shaw, Hitler. Dnes je známou vegetariánkou například zpěvačka Madonna. Ještě přísnější je živá strava bez živočišných pokrmů - frutariánství, kdy se nesmí nic vařit. Uvádí se i ovofrutariánství, kdy je možné konzumovat syrová vejce.

Můj osmdesátiletý pacient s rakovinou se odstěhoval na venkov v jarních měsících a jedl jen to, co rostlo na zahradě - pupeny, větvičky, zeleninu - vše v syrovém stavu. Na podzim mu rakovinu již nenašli a dožil se ve zdraví 94 let.

Živou stravu údajně konzumuje Jana Kratochvílová, která v ní hledá elixír mládí. Enzymy a vitaminy, které se vyskytují v živé stravě, zajímají lidstvo už delší dobu; spatřuje se v ní totiž všelék i proti stárnutí.

Další zkušenosti z ordinace

Makrobiotika vychází z taoistického učení o principu jin a jang, které má tisíciletou tradici. Japonsko toto učení začlenilo do svého zenového buddhismu a vznikl soubor pokynů pro stravování. Každé jídlo je rozděleno podle mužské a ženské síly, jin a jang. Nejvyrovnanější je rýže. Cukr je výrazně jinový a bývá příčinou chorob z přemíry jinu. Smažené maso a sůl jsou jangové a mají na svědomí jangové nemoci.

Vyrovnanost stravy se učí v kurzech. Příkladem je obilné zrno: obal je jang s minerály a není požitelný v čisté podobě. Vnitřní obsah zrna, škroby a klíček je jin. Požíváme-li jen obsah, pak jsme jinoví, ale jen celé zrno je pro organismus harmonické.

Makrobiotika je učení o stravě s převahou celých obilných zrn, pohanky, jáhel, pšenice, žita a celozrnné hnědé rýže. Stoupenkyní tohoto směru je také Madonna a nutno podotknout, že kdyby strava byla základem jejího úspěchu, pak by to byla nejlepší propagace makrobiotiky.

V současné době se setkáváme s celou řadou diet s rozdílnou filosofií, jejichž výsledek je vcelku stejný. Varují před živočišnými tuky a preferují tuky rostlinné. Ovšem až na slavného Atkinsona, který obvinil z nemoci a nadváhy uhlohydráty a škroby, které rozkolísají hladinu inzulinu. Atkinsonova dieta doporučuje výhradně živočišné produkty - maso a tuky. Od rána do večera se proto konzumuje slanina, vejce a maso, zelenina jen některá, v malém množství

a s minimem škrobů. Mám řadu pacientů, kteří se o tuto dietu pokoušeli. Atkinson totiž slibuje radikální zhubnutí a změnu metabolismu.

System je kontroverzní a může ohrozit zdraví. Režim organismu přejde do takzvané katabolické fáze, při níž vznikají jedovaté látky, a rovněž velký přísun živočišných tuků a bílkovin může být nebezpečný. Bili Clinton to může potvrdit. Byl příznivcem této diety několik let a nyní se v šedesáti letech „pyšní“ několika srdečními by-passy. Velkou popularitu tento způsob stravování sklízí v Polsku, kde doktor Kwasniewski založil sanatoria, v nichž se léčbě podrobují i vládní špičky. Lech Walesa tvrdí, že se takto zbavil vysokého krevního tlaku a cukrovky. Na podobném základu vznikly různé dietní od nože.

Na principu úpravy rozkolísané hladiny inzulinu je založena i nízkouhlovodanová dieta. Jednou denně, během 60 minut, můžete sníst, co chcete, a to včetně sladkostí. A během 14 hodin jen dvě malá jídla bez uhlovodanů (tj. bez příloh).

Hubněte a na množství nehleďte

Dělená strava u nás proslula díky Lence Kořínkové. Podstata spočívá v tom, že se dohromady nekombinují živočišné a rostlinné produkty. V Čechách však neexistují specializované restaurace jako v Americe, kde se v tomto pojetí nabízejí hotová menu nebo jsou již hotová k dispozici v obchodech. Přestože tento způsob stravování nic nevylučuje, bývá náročný psychicky. Lidé totiž milují kombinace, a pokud tuto možnost nemají, cítí se neuspokojeni. Moje žena se takto stravuje více než deset let, je štíhlá, i když na množství nehledí. Pro mě představuje živý důkaz, že takto jíst lze - dotyčný nezemře ani neonemocní.

Když se shlukují krvinky při kontaktu s potravinou, jedná se o nevhodnou stravu, to je zase princip diety podle krevních skupin. Jídelníček pro osoby s krevní skupinou A, B, 0, AB představuje soupis vhodných potravin. Nejméně náročnou na dodržování je 0, o kterou se údajně zasloužili pravěcí lovci: obsahuje maso bez omezení, semena, bobuloviny a všechny druhy zeleniny. Neznám ovšem nikoho, kdy by dokázal dietu držet déle než několik měsíců.

Pšenice je zakázána u všech krevních skupin, což koresponduje i s mými lékařskými zkušenostmi. Evropská pšenice je totiž pro mnohé obtížně stravitelná, protože obsahuje gluten (nervový jed). Pšeničná mouka zahleňuje, zpomaluje metabolismus a podílí se na přibírání na váze.

Velkou podporu získala středomořská dieta, protože doporučuje červené víno, které je dáváno do souvislosti s chorobami srdečně-cévními. Středo mořské národy, i přes svou zálibu v hodování, jimi nijak netrpí. Doporučuje také olivový olej, bazalku a ryby. Těstoviny z tvrdé pšenice (semolina - má jiné vlastnosti než pšenice běžná) také neškodí.

Vše bylo již popsáno

Někteří horují pro pravěkou stravu, primitivní, založenou na hrubě mleté mouce, čerstvé zelenině, ořiscích a olejovitých rostlinách. Je však stále těžší přijít s novou dietou. Všechny další pokusy, zejména ty americké, bývají nelogické a také těžko dodržitelné. Zdá se, že veškeré možnosti byly již popsány; u všech je problém červené maso (s výjimkou Atkinsona a zvěřiny u skupiny 0), bílá pšeničná mouka, mléko (zahleňuje a podílí se tak na vzniku chronických onemocnění, sůl a živočišné tuky. Kvalitní oleje, celozrnné obiloviny (pohanka, proso, hnědá rýže) se objevují ve všech dietách, jakož i zelenina a ovoce.

V USA nyní zažívá renesanci dieta, kdy ke každé kyselinotvorné potravíně musíme jíst převahu zásadité (k mouce, masu, mléku a cukru dodávat ovoce, zeleninu a kysané mléčné výrobky). Naše zdraví totiž závisí na acidobazické vyrovnanosti, což odpovídá i mým zkušenostem z praxe.

Čím kdo zachází, tím také schází

Čím více se sladí, tím hůře se vstává od stolu.

lužické přísloví

Hledáme-li dietu, která by upevnila naše zdraví, musíme vzít v úvahu dva základní faktory: metabolismus potravin a ochranné přírodní látky vyskytující se v potravinách. Poslední dobou začíná hrát velmi důležitou roli také třetí významný faktor a tím je obsah takzvaných arteficiálních neboli umělých přídatných látek, které se do potravy dostávají z průmyslového pěstování a zpracování.

Metabolismus začíná trávicím procesem, tedy v ústech. Víme, že některé dietní systémy, například makrobiotika, velice dbají na to, aby strava byla dokonale rozkousána a prosliněna. Je zajímavé, že důkladné zpracování potravy v ústech není podstatné jen z hlediska trávení, ale ústa jsou pokládána i za počátek energetické trubice, kterou potrava prochází. Právě v ústech již může do lidského organismu vstupovat mnoho informací a podnětů. Krevní oběh je přímo napojen na mozek, a tudíž veškeré informace nebo - jak se často používá - veškerá energie proudí přímo do mozku, čímž vynechává další části trávicího ústrojí.

Potravu se doporučuje rozmělnit několika desítkami kousnutí, a znal jsem vytrvalce, kteří dokázali jedno sousto rozmělnovat až desetkrát déle. Faktem zůstává, že kdyby lidé byli schopni tohoto procesu, zmenšilo by se procento obézních lidí, protože člověk sní daleko méně potravy, než když hltá - pocit nasycení se totiž objeví mnohem dříve. Psychika slasti je ovšem tak ošidná, jako ostatně i u jiných slastných činností, například u sexu, že člověk přirozeně pospíchá, aby slasti dosáhl co nejdříve. Lidé tak mají tendenci polykat rychle, neboť pocit slasti se dostavuje obvykle až při doputování potravy do žaludku. Je proto důležité trénovat vůli a tomuto nutkání odolat.

V žaludku začíná již mimovolní trávicí proces nastartovaný žaludečními kyselinami. Postupně se přidávají fermenty slinivky břišní, žluč a především mikrobiální flóra, která v tlustém střevě zajišťuje velkou část trávicího procesu. Jestliže je trávicí proces narušen, potrava zahnívá, je nedokonale rozložena, nevstřebávají se z ní potřebné vitaminy a stopové prvky. První krok ke špatnému metabolismu je učiněn.

Potraviny se vstřebávají přes stěnu střeva, kde dochází k velmi podstatnému rozkládání potravin na částice, které jsou pro organismus tolerovatelné. Jak už jsem se zmiňoval, neexistuje žádná potravinová látka, která by se mohla dostat „beztrestně“ přímo do krevního systému, opomineme-li alkohol a některé jednoduché cukry.

Na dalším metabolickém procesu se podílí především játra, v nichž prý za den proběhne až 320 miliard enzymatických reakcí. Nevím, jestli je to pravda - nikdy nikdo tyto reakce pravděpodobně nepočítal. V každém případě fakt, že v játrech probíhá obrovské množství různých chemických procesů, již naznačuje určité problémy - v tak složitém enzymatickém kolosu musí zákonitě docházet k poruchám.

V dalších metabolických pochodech hrají zásadní roli i některé hormony, například inzulin, glukagon, hormon štítné žlázy a další látky, které kolují v krevním systému. Kapacita těchto procesů je omezená, a čím je člověk mladší, tím má kapacitu metabolických procesů větší. Proto může mladý člověk často sníst příliš velké množství nezdravé potravy bez nějakých dramatických následků. Ovšem je třeba si uvědomit, že velké množství potravy

přináší do organismu - kromě velkého množství enzymatické výbavy - také velké množství škodlivých látek. To je důvod, proč se velcí jedlíci nedožívají příliš vysokého věku - brzy u nich totiž nastávají poruchy metabolismu, poruchy zpracování potravy.

Vzpomínám na jednoho svého pacienta, kterému bylo již přes 90 let a říkával, že za svůj vysoký věk může poděkovat svým zdravotním potížím. Mnoho let byl totiž invalidním důchodcem a jeho žaludek snášel jen minimální množství velmi dietní potravy. Všichni z jeho okolí ho litovali, že se nemůže pořádně najíst, ale - věřte tomu nebo ne - ti všichni byli již dávno na onom světě. Jedině on, dietář z donucení, žil, a dokonce byl schopen přijíždět z Brna do Prahy k lékaři.

Okřídleným úslovím v nadpisu jsem měl na mysli především jednu konkrétní potravinu, na níž přinejmenším euroamerická civilizace založila svou existenci - pšenici. Když v šerém dávnověku začali lidé postupně šlechtit stepní trávy, jistě netušili, jaké bude mít lidstvo s obilím problémy. Brzy se přišlo na to, že nejpříjemnější chuť má obilnina, které dnes říkáme pšenice, avšak ta prošla v průběhu dějin tak bouřlivým vývojem, že ta současná nemá s pravěkou pšenicí již vůbec nic společného.

Takzvaná jednozrnka či dvouzrnka, která se nachází při archeologickém výzkumu, by jistě dnešní pekaře ani kuchaře neuspokojila. V průběhu tisíciletí se totiž pšenici podařilo natolik geneticky vyšlechtit, že v současné době obsahuje velké množství pšeničné bílkoviny - lepku (glutenu) a škrobu, tedy dvou nejvyužitelnějších částí zrna. Nikdo ale netušil, že zpracování obilného lepku je velice křehká záležitost. Aby obilný lepek nebyl pro člověka jedovatý, musí být enzymaticky zpracován. Již asi sto let je známo onemocnění zvané coeliakie - vrozená absence enzymu, který lepek štěpí -, ovšem alarmující je fakt, že existuje i takzvaná coeliakie sekundární. Tato forma onemocnění byla zjištěna poměrně nedávno. Může vzniknout v kterémkoli věku a týká se především pšenice a pšeničné bílkoviny.

Příčiny těchto problémů ale nespočívají v nějakých mimořádných vlastnostech pšenice, nýbrž v tom, že ji lidstvo povýšilo na první z prvních. Navíc se tato obilnina začala vymítat, tedy koncentrovat škrob i bílkovina. Množství konzumovaného jídla, které v moderní době kriticky převyšuje množství konzumované kdykoli v historii, je velkým problémem, neboť enzym, který pracuje ve stěně tlustého střeva, se velmi často rozbíjí a neplní svou funkci. V organismu se pak nachází špatně metabolizovaný produkt glutenu, takzvaný *gliadin*, který je pro lidský organismus velmi jedovatý. Přítomnost protilátek na gliadin se dá laboratorně poměrně snadno zjistit a poněkud složitější vyšetření - odebrání vzorku sliznice z tenkého střeva - může potvrdit coeliakii.

Těžko vysvětlitelným faktem však je, že při EAV vyšetření nacházíme v lidském organismu zbytkový gliadin, jenž pravděpodobně není výrazem existence nozologické kategorie, jakou je coeliakie, ale signalizuje přesycení lidského organismu glutenem, který v některých etapách lidského života nestačí enzymy zpracovávat. Gliadin je nervový jed, a jak je dobrým zvykem našeho organismu, vše, co nemůže zpracovat a co je škodlivé, ukládá do různých tkání a již se k tomu problému nikdy nevrací. To je nutné si uvědomit. Mnozí lidé se totiž domnívají, že přestanou-li jíst nějakou potravinu, odčiní se všechny hříchy, jež nadělali v minulosti. Je to omyl, a jak již bylo řečeno, organismus se nevrací k tomu, co někde uložil a co je tedy jaksi mimo hlavní proud imunitního systému.

Gliadin ve tkáních způsobuje problémy především svou jedovatou podstatou, ale navíc může dráždit imunitní systém, který často proti tkáni prosycené gliadinem vytváří autoimunitní aktivitu. Pšeničná mouka má vysoký takzvaný glykemický index, a působí tedy

na metabolismus lidského organismu velmi negativně. Navíc asi 30 % lidí není schopno ji dostatečně zpracovat, a tak v jejich organismu zůstává jedovatý metabolit gliadin. S tímto jedem se setkáváme u mnohých duševních chorob, ale i u neurologických degenerativních onemocnění, jako je *sclerosis multiplex*, a také u autoimunitních chorob, jako je *colitis ulcerosa* nebo *morbus crohn*. Vede také k psychickým problémům, migrénám, epilepsiím. Vznik těchto problémů nelimituje žádný konkrétní věk - často se s nimi setkáváme u lidí ve věku kolem 70 let, ale i u dětí.

Proto je nezbytnou součástí většiny diet omezování nebo vynechávání pšeničné mouky. Ovšem podařilo se mi narazit na jednu unikátní dietu, která před 50 lety slavila značné úspěchy, a to především v Německu. Jedná se o dietu F. X. Mayra, při níž se doporučovala dlouhodobá konzumace mléka a bílého pečiva! Že tuto dietu nelze doporučit, o tom není třeba se zmiňovat.

Čím později se do dětského organismu dostane koncentrovaný pšeničný lepek a v čím menším množství se s ním bude člověk v průběhu života dále setkávat, tím je pravděpodobnější, že si uchová pevné duševní zdraví a nenaruší si celkový metabolismus. Ostatně chléb z čistě žitné mouky má poloviční počet kJ než stejný chléb z bílé pšeničné mouky. Mimo psychických a neurologických problémů navíc vyvolává přítomnost gliadinu i trávicí problémy, především nadýmání, zácpy, bolestivé tenesmy, průjmy aj.

Problémem ovšem je, jak donutit gliadin, aby náš organismus opustil. Prvním předpokladem je odstranit z jídelníčku pšeničný gluten. Pšenice špalda (nebo tvrdá pšenice - *semola dura* - používaná při výrobě italských těstovin) má jiné vlastnosti a je metabolizována jinými enzymy. Proto bezpšeničná dieta vůbec nemusí být tak zlá, jak se někomu na první pohled jeví. Při každoročních návštěvách Itálie dokonce s překvapením sleduji, že se na tamním trhu objevuje stále více a více bezpšeničných těstovin, například z rýže, ze špaldy a jiných obilnin. To je u takové tradiční země opravdu co říci.

Dále je třeba použít prostředky, které uvolní gluten z různých tkání, především z nervového systému, ale tím už se zabývá proces, který nazýváme detoxikací. Některé národní kuchyně jako by s tímto jevem už mnoho století počítaly a používají protijed, který snižuje nebezpečí působení špatně metabolizovaného glutenu. Listy bazalky, sušená rajčata, tvrdá pšenice, žito vytlačují gliadin z tkání, a proto je v hojné míře mohu doporučit.

Špatný metabolismus glutenu vytváří celou škálu problémů, se kterými si nelze poradit jinak než dietou a detoxikací. Jako obvykle je však prevence lepší než jakákoli léčba.

Obezita

Vznik nového jídla má pro lidstvo větší význam než objev nové hvězdy.

Savarin

V tisku dnes velmi často dostávají slovo po popularitě toužící obezitologové, kteří ale svými metodami rozhodně nikdy nikoho nezhubnou. Všechna média nás zavalují inzeráty na zázračné tabletky na hubnutí, které zaručeně účinkují, nejlépe ve spánku a s plným žaludkem. Z těchto kampaní pak vyplývá, že obezita je vlastně problém, který je už vyřešen, takže lidé se mohou dále „tláskat“ čímkoli v jakémkoli množství a budou štíhlí.

Domnívám se, že současný nárůst výskytu obezity úzce souvisí s obyčejným filosofickým problémem, který osudově zasáhl již do dějin starověkého Řecka i Říma - epikurejství a hédonismus, tedy touha po slasti, která vedla k degeneraci společnosti těchto národů. Lpění na slasti přesáhlo vše, a tak cokoli kromě honby za požitky přestalo mít smysl. Nechci být vůbec žádným prorokem - natož pak špatným -, ale vidím jisté paralely mezi naší společností a tehdejším upadajícím antickým světem.

Vraťme se však k obezitě. Tento problém detoxikace nijak bravurně řešit neumí a není třeba, aby se tak tvářila. Existují však určité případy, kdy můžeme lidem s obezitou významným způsobem pomoci. Například jeden můj pacient, mladý muž z velmi známé české rodiny, vážil 105 kilogramů. Během několika měsíců po zahájení detoxikačního procesu zhubl - aniž by změnil svoje stravování - o 15 kg. Další úspěch v souvislosti s hubnutím měla detoxikace u pacientky, devadesátikilové čtyřicetileté ženy. Popíšme si nyní některé problémy související s obezitou, do nichž můžeme detoxikací zasáhnout.

Kontrola jídla

Ke kontrole sytosti dochází v hypothalamu. Hromaděním toxinů v hypothalamických centrech jsou způsobeny zejména poruchy příjmu potravy jako mentální anorexie nebo bulimie. K nim se přidružují i poruchy psychiky, především z emocionální oblasti, a samozřejmě i psychologické faktory v okolí. Již v dřívějších dobách bylo pozorováno, že například bludy schizofreniků se mění podle společenské atmosféry, v níž nemocný žije.

Ve středověku patřily mezi bludy a halucinace především ty o ďáblech a zázracích, zkrátka ze světa náboženského. Za války převažovaly bludy o Němcích, popř. Jiných nepřátelských národech, a v současné době jde především o sledování televizí, vysílačkou, internetem, z letadel, ale také o to, že všichni touží po našich penězích či slávě - vše, co patří do moderní doby. Společenská atmosféra má pochopitelně velmi sugestivní vliv i na obsah bludu vyskytujícího se u mentální anorexie - touha po extrémní štíhlosti, která je v naší moderní době společensky kladně hodnocena a i jaksi diktována.

Nám jde však o jednodušší problematiku - neschopnost kontrolovat množství potravy, nepřiměřená chuť k jídlu a neustálé nutkání jíst. SALVIÍ můžeme změřit fakt, že hypothalamus je toxicky zatížený - při jeho dokonalé detoxikaci pak dochází ke zlepšení regulace příjmu potravy a člověk je schopen jíst přiměřeně podle vlastního rozumu, a ne podle chuti. To je jeden moment, který může hrát významnou roli v souboji s obezitou. Dalším problémem, který se rovněž týká hypothalamu, je voda.

Vodní hospodářství našeho organismu je velmi komplikovaná záležitost, proto také k poruchám regulace vody dochází poměrně často. Voda nejen koluje v našem cévním systému, ale vyplňuje i mezi buněčné prostory, a tak se uvádí, že jsou jí vlastně tvořeny asi ¾ naší tělesné hmotnosti. Distribuci vody v našem organismu řídí podle čínské medicíny plíce, podle moderní fyziologie antidiuretický hormon. Nedostatek tohoto hormonu způsobuje nemoc zvanou *diabetes insipidus*, česky žíznivka - pacient okamžitě vymočí vše, co vypije. Naopak přebytkem zmíněného hormonu dochází k zadržování vody v organismu. Na přesné regulaci antidiuretického hormonu se podílí osa epifýza-hypothalamus.

Zadržování vody je problém mnoha lidí - hmotnost u nich kolísá o několik kilogramů nahoru a dolů, tkáně jsou dužnaté. Jasnou známkou toho, že člověk se zbavil přebytečné vody, pak bývá rychlé hubnutí. Na zadržování vody v mezibuněčném prostoru má ovšem vliv nejen antidiuretický hormon, ale i přebytek soli v našich tkáních, neboť sůl - jak je známo - na sebe váže vodu. Odsolení tkání a detoxikace žláz s vnitřní sekrecí může výrazným způsobem snížit množství vody v lidském organismu na normu. Jedna matka mě požádala o pomoc pro svoji 25letou dceru, která přes všechno cvičení a dietu stále přibírá na váze a vypadá jakoby „zalitá“. Někdy se jí v závislosti na menstruačním cyklu podaří zhubnout 5 kg, ty ovšem během několika dnů nabere zpět. Po úpravě regulace vody došlo u pacientky i k úpravě tohoto problému a již rok mi při každé návštěvě matka s potěšením sděluje, že dcera vypadá velmi dobře a také její atraktivita na poli lidských vztahů se výrazně zvýšila.

Lepek

Již dlouho je známo, že lepek dokáže metabolismus našeho organismu výrazně zpomalovat. Proto lidé trpící častým pocitem hladu jedí většinou mnoho lepku, protože jim dlouhodobě zajistí pocit sytosti - jejich metabolismus se tím ovšem nebezpečně zpomaluje. Úprava metabolismu lepku a jeho vyloučení z tkání může rovněž pomoci zbavit se obezity.

Mnohdy o obezitě rozhoduje psychický stav člověka. Je totiž velmi dobře známo, že stresy a úzkosti se dají zajist, protože jídlo způsobuje zvýšené vylučování látek zvaných endorfiny, které můžeme nazvat i látkami zajišťujícími blaženost. Zvýšené vylučování endorfinu navozuje iluzi štěstí - a proč si štěstí nezajistit jídlem! Celková detoxikace CNS a především detoxikace našich chybných psychických programů a emocí pomůže zajistit naši kontrolu nad jídlem - umožní nám potravu sesadit z piedestalu štěstí na pouhé naplnění obživného pudu. To ale samozřejmě neznamená, že po úžasné slavnostní večeři nepocítíme jakousi rozkoš.

Některé poruchy žaludku a dvanácterníku, jako jsou záněty či žaludeční vředy a s nimi spojená porucha *nervus vagus*, mohou způsobovat trvalý pocit prázdného žaludku a nutkání ho naplnit. Detoxikace těchto oblastí sehrává při obezitě rovněž důležitou úlohu. Existuje pochopitelně ještě celá řada dalších příčin obezity, já bych ale rád alespoň krátce pohovořil o hladině cukru v krvi.

Hladina cukru v krvi

Jestliže kolísá hladina cukru, znamená to, že mechanismy, které zajišťují její stabilitu v naší krvi, selhávají. To způsobuje pocit silného hladu. Mozek totiž signalizuje, že hladina cukru klesla, což je pro něj nebezpečné, protože z cukru vytváří nervové buňky mozku elektrické potenciály. Jde tedy o pouhou hmotu pro mozek. Známé mechanismy regulace cukru, jako je inzulin a glukagon, samozřejmě podléhají různým poruchám, a to nejen poruchám nedostatečné produkce - jak známe z diabetu A a B typu. Dochází také ke kolísavé

produkci způsobené špatnou regulací z CNS, případně nadprodukcí, kdy prudce klesá hladina krevního cukru.

Stabilizace těchto procesů detoxikací beta buněk, jaterní buňky i CNS zajistí v našem organismu vyrovnanou hladinu cukru a příjem potravy si pak můžeme skutečně regulovat rozumem a ne patologickými signály našeho toxiny zavaleného mozku.

Jen málo nového pod sluncem

Jednou z podmínek uzdravení je chuť se uzdravit.

Seneca

Na téma *zdravá výživa* by se téměř hodilo okřídlené latinské úsloví *nihil novi sub sole* - tedy „nic nového pod sluncem“.

Již řadu století před počátkem našeho letopočtu věděli lékaři o výživě téměř tolik, co víme dnes. Hippokratés ve svém spise *O dietách* (slovo *dieta* pravděpodobně použil jako první) popisuje, že zdravá strava znamená strava bez sladkostí, těžkých jídel, neředěného vína, strava plná ovoce a lehké zeleniny.

V průběhu staletí lidé znalosti o zdravé stravě spíše zapomínali než doplňovali. Přesto i ve středověku osobní lékaři předepisovali panovníkům jen minimum zvěřiny a jiných těžkých mas, žádné smetanové omáčky a stravu maximálně dvakrát denně.

Teprve 20. století přineslo nové poznatky o stravě, a to především v oblasti vitaminů a minerálů. Spíše než znalosti však v první řadě přineslo množství škodlivých látek - rozmohlo se vymílání mouky a odstraňování různých příměsí, jako klíčků či plev, objevila se průmyslová výroba a tím i konzumace cukrového koncentrátu z řepy a cukrové třtiny. Toto století ovládly konzervanty, barviva, emulgátory a mnoho jiných chemikálií shrnutých dnes pod E-kódy. Do zemědělství se dostaly chemikálie označované jako pesticidy, insekticidy, fungicidy a strojená dusíkatá hnojiva. Výrazně stoupla konzumace masa a tím i soli.

Lidé začali jíst pětkrát i vícekrát denně. Objevily se brambůrky, tyčinky, průmyslově vyráběné sladkosti a jiné pochutiny, ztužené tuky a masová výroba mléčných koncentrátů, jako jsou různé krémy, šlehané tvarohy a další. To vše mělo za následek vzestup srdečně-cévních onemocnění, a především jejich posun do nižších věkových skupin. Podle statistik má údajně jedna třetina dětí zvýšený cholesterol v krvi. Možná se změnami ve stravě souvisí i nárůst počtu zhoubných nádorů a řada jiných chorob.

Ze znalostí lidstva téměř vymizely také vědomosti o vlivu potravin na psychiku člověka. Již staří Římané věděli, že z jídelníčku vojáků svých legií musí vypustit sladkosti a jinou měkkou stravu, která se spíše hodí pro ženy, a je třeba jim naopak zajistit ovesnou kaši a maso. Pohanková kaše byla označována jako kaše vtipná, protože zlepšovala funkce mozku a zbystřovala psychiku. Naproti tomu dámám byly podávány sladkosti z mandlí, medu, ořechů a jiných jemných potravin.

Při rozhovoru s jedním profesorem archeologie vyšlo najevo, že archeologové mají z materiální stránky již slušně zmapován život lidí o mnoho století i tisíciletí nazpět, ovšem o jejich psychice toho vědí velmi málo. A právě psychika našich předků začíná archeology hodně zajímat. Bez ní totiž nepochopí, z jakého důvodu určitým způsobem jednali, proč věci vyráběli a jak je užívali. Tomuto archeologovi jsem nadnesl možnost zamyslet se nad psychikou těchto lidí s ohledem na jejich stravu. Zamyslel se a později mi sdělil, že je to velmi zajímavé vodítko.

Že lidskou emocionalitu určitým způsobem ovlivňuje způsob stravování, věděli již Číňané, když vyvažovali svoji stravu ve smyslu jin-jang, staří Řekové, Římané, Egypťané a nakonec i středověk. Lze říci, že lidská psychika musela být při tehdejší výživě nutně velmi

odlišná od současnosti. Změkčilost našich povah a nevyváženost emocionality do značné míry koresponduje se způsobem našeho stravování.

Starověcí Číňané pochopili, že strava, která osciluje mezi extrémními hodnotami jin-jang přináší do duše zmatek a obdobně se pak mezi krajními póly pohybuje i psychika. Sladké či chemicky preparované jídlo jako představitel extrémního jin, kombinované se smaženým, pečeným a prosoleným masem, formuje psychiku tak, že o ní rozhodně nebudeme hovořit jako o vyrovnané.

Naopak strava, která se bude skládat ze samých jangových potravin, jako je maso, sůl a sýry, nás bude přitahovat k uvolňujícím potravinám či drogám včetně alkoholu. Extrémně jinová strava - jak již bylo řečeno -, sladká, chemicky preparovaná, vymílaná či složená ze samých měkkých vodnatých zelenin, bude znamenat změkčilost, plačtivost, sklon k úzkostem a nízkou odolnost vůči stresu. Bohužel taková je strava mnohých dnešních lidí. Podívejme se nyní blíže na to, co může například špatně složená strava způsobit.

Abychom porozuměli stravování, musíme nejprve pochopit slovo *metabolismus* (také látková výměna). Jde vlastně o způsob, jakým je strava v lidském organismu zpracovávána, připravována organismem nejen k využití, ale i k vyloučení, a to díky rozpadu na látky, jichž je organismus schopen se zbavovat. Začátkem metabolismu je pochopitelně trávicí proces, který se skládá z rozmělnění potravy, proslinění v ústech a natrávení žaludečními kyselinami a který především zahrnuje práci fermentů slinivky břišní, žlučových kyselin a zejména mikroorganismů v tlustém střevě.

Většina trávicích procesů je zajištěna právě mikroorganismy, nikoli trávicími enzymy, jak se lidé často mylně domnívají. Při vstřebávání přes stěnu střeva dochází k prvním metabolickým procesům v užším slova smyslu, což představuje působení několika tisíců různých enzymů. Dále tyto enzymatické procesy probíhají v krevním systému i v každé tkáni, i když za nejdůležitější pro metabolismus se považují játra.

Neméně důležité jsou ovšem i hormony slinivky břišní - jako je inzulin - nebo hormony štítné žlázy, které se vedle enzymů podílejí na obrovsky komplikovaném metabolickém procesu. Každá část naší potravy musí být metabolizována - žádná není využitelná v té formě, ve které ji požíváme.

Vysvětleme si nyní podrobněji jednu z poruch metabolismu, o které člověk prakticky neuvažuje - poruchu metabolismu uhlovodanů neboli škrobů, představujících podstatnou část naší stravy. Jedná se o složité cukry, které musí být rozkládány na jednoduché právě metabolickými procesy. Organismus je potřeby rozložit na takové cukry, jaké dokáže zpracovat a energeticky využít. Brambory, mouka, řada druhů zeleniny i ovoce přinášejí do našeho organismu velké procento škrobů. Ještě větším problémem je velké množství stravy, které v současné době konzumujeme. Jelikož množství škrobů pak vysoce přesahuje naši spotřebu, dochází k velmi častým poruchám jejich metabolismu - tedy jejich rozpadu.

Nevyužité cukry způsobují značné civilizační obtíže. V lepším případě se začínají ukládat do zásob v podobě tuku, a to jak podkožního, tak i tuku kolem orgánů. Tuk je pro organismus výhodná zásoba, protože je mobilizovatelná a rozložitelná na cukry v případě nouze. Ovšem taková nouze se v civilizovaném světě vyskytuje jen velmi zřídka, obvykle v případě závažných zdravotních potíží. Mnozí lidé se řídí známým starým příslovím: „Až tlustí budou hubení, tak hubení budou studení.“ K tomuto názoru našich předků, že v případě nouze je

dobré mít zásoby tuku, je ale nutno poznamenat, že taková situace se v naší době dostavuje jen zcela výjimečně.

Druhým důsledkem špatného metabolismu škrobů je ukládání nevyužitelných cukrů do různých tkání a jejich vylučování prostřednictvím kůže a sliznic vně organismu. Tkáň prosycená cukry nejen přitahuje vodu, a tudíž mnozí z nás trpí vodnatelností tkání - tedy prudkým přibýváním na váze, eventuálně kolísáním váhy podle množství zadržené vody -, ale tyto cukry jsou především živnou půdou pro plísň.

Na sliznicích, kudy je nevyužitelný cukr vylučován, jako jsou například sliznice střeva, gynekologických či dýchacích cest aj., se pak rozrůstají plísň, rozkládající nevyužité cukry na pro ně potřebnou energii. Vzniká tak chronické plísňové onemocnění, které samo o sobě přináší problémy, ale také narušuje symbiotickou rovnováhu mikroorganismů osidlujících sliznice, a tím narušuje například imunitu sliznic či vstřebávání látek, které obvykle sliznicemi musí projít. Důsledkem bývá nejen výskyt častých infekcí střeva, gynekologického nebo dýchacího ústrojí, ale dochází také k poruchám vstřebávání vitaminů. Mnohé plísň totiž vitaminy spotřebovávají, a ty se pak nedostávají organismu.

Plísň navíc vylučují různé toxické látky (takzvané mykotoxiny), látky podobné pohlavním hormonům či látky alergizující. Plísň jsou dále schopny proděravět sliznice, čímž je různým mikroorganismům umožněno pronikat hlouběji do těla, případně mohou alergizovat organismus a my se pak potýkáme s dalšími problémy, nepřímými způsobenými plísněmi.

Jestliže se tedy vyskytne porucha metabolismu uhlovodanů, je potřeba ji nejen odstranit (v detoxikační medicíně se tímto problémem výrazně zabýváme), ale především snížit přísun cukrů a škrobů. Daleko účinnější je samozřejmě prevence, která spočívá zejména v příjmu mnohem nižších dávek potravin, než na jaké jsme zvyklí. Důležité je pochopitelně omezování škrobů, které se nacházejí hlavně v moučných výrobcích a bramborách.

Rozsah pojmu zdravá výživa je obrovský a k jeho pochopení je nutné pronikat do problematiky metabolismu potravin v lidském organismu. Je třeba, aby si lidé alespoň částečně osvojili znalosti ochranných látek proti cévním a nádorovým onemocněním, které lze organismu zajistit právě z potravin. Důležité je také zajímat se o ekologii potravin, respektive o přísun chemických látek do našich potravin.

ŽENY A MATEŘSTVÍ

*Ten, jehož rozum není zcela nezdravý,
ať chybu přizná a hned léčí.
Jen když si takto hledí vlastní nápravy,
stoupá do výšky stále větší.*

Žena pod drobnohledem

Sto mužů dokáže vytvořit tábor, ale jenom žena dokáže vytvořit domov.

čínské přísloví

Pacienti si často v ordinaci stýskají, že jim některý orgán nepracuje správně, nebo mají pocit, že nejsou úplně v pořádku. Odborník jim předepíše léky, doporučí vyšetření či operaci. Nemocný se však už nezajímá o to, proč nastala ona porucha. Proč se třeba slepé střevo zanítilo, proč se ženě opakovaně tvoří cysty, proč se narodilo hyperaktivní dítě, proč má mladík potíže s dechem apod. Snad se spolu s lékařem domnívají, že příroda občas dělá chyby, za což platí svým zdravím. Nebo si snad myslí, že je v podobě nemoci stíhá trest za hříchy a špatný životní styl?

Když se na úvod přece jenom lékaře zeptají, nejspíš znervózní - dotaz jej přivede do úzkých. Ovšem právě pochopením příčin vzniku zdravotních problémů lze stanovit racionální léčbu, a hlavně účinnou prevenci. Rád bych se pokusil alespoň na některá PROČ odpovědět.

Náš organismus tvoří soubor orgánů, které zajišťují konkrétní životní funkce - mám na mysli systém trávicí, hormonální, dýchací... Jako první jsem zvolil ženské pohlavní ústrojí. Symbolizuje zrození, a proto není vhodnějšího tématu na začátek.

Kde jsme se tu vzali?

Gynekologické ústrojí tvoří dva vaječníky - na pravé a levé straně pánve. Od nich vedou ke středu pánve vejcovody, které ústí v rozích dělohy. Ta se zužuje směrem k děložnímu hrdlu a v podobě děložního čípku směřuje do pochvy, která přechází v otvor, jenž nazýváme poševní ústí. Ve vaječníku jsou vajíčka, která v pravidelném cyklu dozrávají, oddělují se a putují vejcovody do dělohy. Nejsou-li oplodněna, neuchytí se v děložní sliznici a odcházejí s ní a menstruační krví ven z těla. V děloze pak začíná nový cyklus růstu sliznice, tedy příprava na přijetí oplozeného vajíčka.

Jestliže se tak stane, zachytí se v děložní sliznici, kde pak vyrostě dítě. Jeho vývoj trvá deset lunárních měsíců. Plod je vyživován z placenty, s níž je spojen pupeční šňůrou, a do jeho těla proudí krev, jež přivádí všechny potřebné látky.

Celý cyklus dozrávání vajíčka, přípravy sliznice, její odlupování, odchod i přijetí vajíčka a jeho další vývoj ovlivňují pohlavní hormony. Ty má na starosti přední lalok hypofýzy (podvěsek mozkový), tzn. žláza zavěšená na spodině mozku. Nad ní se nachází ještě jeden orgán, jenž se podílí na regulaci hypofyzálních pochodů. Jedná se o hypothalamus.

Hypofýza je orgán nesmírně důležitý, protože mimo jiné právě produkuje řídicí hormony. Tyto látky přesně regulují všechny zmíněné pochody. Důležitost tohoto jevu si lidé často ani neuvědomují. Hypofýzu totiž můžeme přirovnat k čipu s přesně naprogramovaným cyklickým programem. Takzvané ženské problémy bývají rozličného charakteru; zmíním ty nejčastější.

Menstruace

Funkční poruchy se projevují nepravidelností v menstruačním cyklu či v nadměrném nebo příliš dlouhém krvácení provázeném bolestmi. Případně dochází k úplné zástavě či vymizení menstruace, nebo naopak k trvalému krvácení a odlupování sliznice. Mohu konstatovat, že

podávání hormonů sice subjektivně odstraňuje nepříjemnosti, které funkci těchto orgánů provázejí, ale zároveň skutečný stav zakrývají. Taková léčba vede k riziku - žena se domnívá, že je naprosto zdravá. Když se pacientek dotazují, zda mají menstruaci v pořádku, přitakají. Už jsem se ale naučil, že se musím pít i po tom, zda užívají hormonální antikoncepci, která ji reguluje, ale případné potíže zastírá.

Záněty a výtoky

Poševní sliznice je nadměrně citlivý orgán, který by měl být v dokonalé kondici. Pochva je otevřena navenek a bývá ohrožena různými infekcemi. Při pohlavním styku se totiž přenáší značné množství mikroorganismů. Poševní sliznice to musí „zvládat“, k čemuž jí slouží poševní hlen s baktericidními účinky. Pomáhají i laktobacily, které infekce na sliznici likvidují velmi rychle.

Když se mikroorganismy přemnoží ve střevě, krevní či mízní cestou se šíří až do gynekologického ústrojí. Rovněž přenos infekcí z konečníku bývá příčinou poševních zánětů a výtoků. Po střevu a kůži je pohlavní ústrojí ideální pro vznik plísni, neboť ty ke svému růstu potřebují vlhké a teplé prostředí. Spolu s nimi se zde vyskytují i kvasinky, méně často i různé typy vláknitých plísni.

Mnozí považují „kandidózu“ za synonymum plísňového onemocnění, jelikož jejím nejčastějším zástupcem bývá *Candida albicans*. To je ovšem značně zjednodušený pohled. Nebezpečné jsou i mikroorganismy zvané *Mollicutes*, a to především rod *Ureaplasma*, který vyvolává značný počet zánětů gynekologického ústrojí a močových cest. Také střevní mikroorganismy *Escherichia coli* bývají častou příčinou, stejně jako streptokoky, stafylokoky či proteus. Nebezpečí představují rovněž viry, především papilomaviry, z nichž některé kmeny jsou karcinogenní, tudíž iniciují zhoubné bujení.

Virus je parazit přežívající v buňkách, a to zejména děložního čípku a hrdla. Při chronické infekci může přítomnost papilomavirů signalizovat počínající rakovinu. Proti této virové infekci se již uvažuje o očkování.

Chronická infekce vejcovodů

Často bývá zapříčiněna chronickou infekcí způsobenou chlamydiemi. Kromě ní jsou ve hře i další choroby přenášené pohlavním stykem, třeba infekce gonokoková (kapavka) či trichomonádová. Chronický zánět vejcovodu může vést k uzavření této cesty, která je jedinou možností pro pouť vajíčka do dělohy.

Cysty na vaječnicích

Jedná se o duté útvary různých velikostí, které způsobují ubývání vlastní tkáně vaječníků. Bývají naplněné tekutinou nebo krví čili hrozí také krvácení do dutiny pánevní.

Endometrióza

Neboli odlupování děložní sliznice, jež putuje mimo dělohu a zachycuje se v pánevní nebo břišní dutině. I takto dislokovaná prodělává normální menstruační cyklus, což vede k bolestem a k dalším změnám ve zmíněných oblastech.

Nádory

Naštěstí jsou nejčastější nezhoubné myomy, kdy svalová tkáň dělohy roste a zduřuje do podoby kulovitých útvarů, jež mohou vyplnit až celou děložní dutinu. Dorůstají do značné velikosti a narušují tak funkčnost ženského pohlavního ústrojí. Zhoubné útvary jsou problém, který přesahuje zaměření tohoto článku.

Výhřez dělohy

Jde o uvolnění děložního a pánevního dna, které padá do poševního kanálu i mimo něj.

Další funkční poruchy nastávají v okamžiku, kdy by mělo dojít k otěhotnění, k uhníždění vajíčka v děložní sliznici. Neustále stoupá počet žen, jimž se tento proces nedaří, přestože se u nich neprojevila žádná mechanická nebo zánětlivá příčina.

A zase ta hypofýza

Tento orgán reguluje celý hormonální systém. Z hlediska přírodního lékařství, a především detoxikační medicíny, se setkáváme s celou řadou toxinů, které narušují jeho jemnou funkci. Bývají to kovy jako rtuť, chrom, nikl, stříbro a podobně. Po mnoha letech užívání antikoncepce, kdy si žena myslí, že je v naprostém pořádku, může být funkce hypofýzy trvale oslabena. Nabádám k tomu, aby podávání hormonů bylo uvážlivější, protože jejich značná nemetabolizovaná část odchází močí z těla, tedy do životního prostředí, což má zpětný vliv na hypofýzu.

Role ženy v naší společnosti je značně stresující a rozporuplná. Není jasné, zda je především matka, manželka a milenka, výdělečný člen rodiny, nebo dokonce jedinec, který by si měl hledět kariéry a svého uplatnění v ekonomickém systému. Nejde o rozumové pojetí tohoto problému, ale o nevědomý rozpor, do něhož se zákonitě značná část ženské populace dostává.

Toto postavení ženy symbolizuje právě hypofýza, a proto je neustále vystavena stresu a mnohonásobně více podléhá hromadění toxických látek. Ovšem jen orgán nezatížený stresem, jenž nemá poškozenou psychickou sílu a stabilitu, se těmto jedům ubrání.

O poruchách ženského těla

Přišel-li čas, kdo by nepřišel? Nepřišel-li čas, kdo by přišel?

čínské přísloví

Než se pustíme do výčtu dalších příčin a problémů, které postihují gynekologické ústrojí, vrátíme se k tématu infekčních ložisek.

Lidstvo má jasnou a poněkud pyšnou představu, že řídí život na této planetě. Pokud se začneme zabývat výzkumem příčin a důvodů různých nemocí, pak tato vize dostává povážlivé trhliny. Domnívám se, že život na Zemi řídí mikroorganismy, které vystupují jako jedna vysoká inteligence, jež je podivuhodně organizována a má neuvěřitelné schopnosti k přežití. Tato „mikrobiální civilizace“ nevyrábí traktory, pušky ani kosmické lodě, a přesto má dokonalou soudržnost a ještě větší organizovanost. Využívá náš organismus k rozmnožování, neboť nezbytně potřebuje svého hostitele. Vede s ním boj o přežití, a k tomu slouží imunitní systém. Ten se snaží bránit naše tělo proti každé akci. Mikroorganismy však promyšleně obsazují jednotlivé orgány a tkáně, usídlují se v nich ve formě ložisek a řídí pak chod organismu ke svému prospěchu.

Infekční ložiska se vyskytují v hypofýze, řídicí žláze hormonálního systému. Z ní ovlivňují celou řadu orgánů a způsobují poruchy. Ovládají prsní žlázu, vaječníky, jejich prostřednictvím dělohu, pochvu, vejcovody, ale i nadledvinky či štítnou žlázu. Mikroorganismy pak s člověkem „manipulují“ a vyvolávají nejrůznější zdravotní poruchy.

Souvislost s mléčnou žlázou

Hormonální dysfunkce vyvolává ložiska v mléčné žláze, ty pak bují ve formě nezhoubných nádorků adenomů, které se přeměňují ve vazivo, a z toho vznikají fibroadenomy. Jsou citlivé vůči hormonálním vlivům, kvůli nimž rostou nebo se zvětšují, každopádně způsobují potíže. Následně se hromadí toxické látky, protože žláza pod jejich vlivem ztrácí své obranné schopnosti. Radioaktivní látky, pesticidy, fungicidy a chemikálie se kupí a mezi nimi je i mnoho karcinogenních látek, které jsou schopny měnit genovou výbavu buňky. Pokud se přiřadí k celému procesu i vnitřní karcinogeny, nastává onemocnění, které nazýváme zhoubný nádor. Toxiny přítomné v mléčné žláze mohou při kojení přecházet do organismu dítěte a mnohdy způsobují nepříjemnosti. Nejčastěji se jedná o různé cizorodé látky, plísň a jiné infekce. Kojenec na ně může reagovat až precitlivěle, přestože jej matka vzorně kojí.

Myomy a nádory v děloze

Podobně se toxiny chovají v děloze. Vytvářejí infekční ložiska nejen v její sliznici, ale i v poslizničních vrstvách, ve svalové vrstvě nebo ve vazech dělohy - *parametriu*. Děloha je pod vlivem hormonů i ložisek a toxinů bolestivá, bývají v ní záněty a vznikají nezhoubné myomy i zhoubné nádory. Mikroorganismy mají i další strategii. Ložisko vytvořené v děložní sliznici určují toxické bílkoviny, které při vývoji plodu ohrožují a poškozují nervový systém, ale i jiné orgány vyvíjející se pod vlivem genového programu.

Nejčastějším obsahem infekčních ložisek jsou borelie nebo toxoplazma přenesená ze zvířat. Toxiny těchto infekcí jsou velice agresivní vůči nervovému systému. Ten je složitý a k jeho poškození dochází v kterékoli části. Potíže nastávají v motorických, řečových,

imunitních či emocionálních centrech, v nepřeborném množství různých nervových struktur. Novorozенец pak může mít nějakou zdravotní poruchu. Pro mikroorganismy je pozitivní, jestliže jde o záležitost imunitního systému. Proto se stále více dětí rodí s jeho oslabením, s alergicky či atopicky reagující imunitou, s autoimunitními poruchami.

Všechny tyto nemoci jsou řízeny centrálním nervovým systémem a jedinec je připraven jako výhodný objekt sloužící k přežívání a k rozmnožování dalších škůdců. Této situace pochopitelně využijí i jiné mikroorganismy a vytvoří se nová ložiska. Na svět přijde další ekzematik, astmatik nebo alergik. Narodí se človíček s nemocnými dýchacími cestami, poruchami zažívání nebo refluxem v močovém systému. Start do života pak nemá zrovna optimální.

Nezbytná očista před počtím

Lidé jsou si vědomi toho, že má-li být výrobek kvalitní, musí být přísně dodrženy normy při jeho výrobě. Ve farmaceutických továrnách se čistota blíží absolutnu, potravinářské podniky hlídají týmy hygieniků, jimž neunikne ani smítko. Ve firmách, kde vznikají počítače, je sterilní prostředí jako v laboratořích, aby během citlivé a unikátní výroby nevznikl zmetek.

Je pro mě nepochopitelné, že v jakémsi opojení ze své výjimečnosti lidstvo zapomíná na to, že vývoj v prenatálním stadiu i narození dítěte je ten nejsložitější a nejcitlivější proces. Rodiče by chtěli potomka, který nebude hyperaktivní, dyslektický, neklidný, s emocionálními zvláštnostmi či alergický. Každý si přeje dítě, jež nepotřebuje mimořádnou péči, ale člověk si zvykne i na šibenici. Někteří moji pacienti proto říkají: „Můj syn/dcera má astma, ale to má dnes každý. A tak se tím nebudeme zabývat...“

Přitom stačí tak málo. Když žena touží přivést na svět potomka, je důležité, aby svůj organismus připravila a očistila. Jedinou cestou z bludného kruhu je prevence.

Potíže v přechodu nejsou normální

Řízení hormonální sféry je nesmírně jemné a jeho porucha způsobuje příznaky, které nazýváme klimakterické symptomy, jako jsou návaly horka, deprese, roztržitost, úzkostnost, bezradnost apod. Ženy se domnívají, že je to normální a že to souvisí s fyziologickým procesem. Mohu zodpovědně prohlásit, že tomu tak není a že tyto potíže jsou vždy výrazem poruchy řídicí funkce hypofýzy, která nastává na základě toxické zátěže. Po kontrolované detoxikaci se problémy upravují.

Častou příčinou toxické zátěže hypofýzy v přechodu, a nejen v něm, jsou kovové materiály užívané v zubním lékařství. Za nejškodlivější můžeme označit amalgám - slitinu rtuti, stříbra a dalších kovů. V moderní medicíně se při potížích podávají umělé hormony, aniž by se hledala příčina. Přes všechna tato opatření chybná činnost hypofýzy přetrvává, protože roli nehraje jenom množství produkovaných hormonů, ale i jejich kvalita. Na porušenou kvalitu pak hormonální orgány reagují většinou chybně. Prsní žláza, vaječníky i děloha jsou ohroženy nádory a dochází i k dalším poruchám.

Nenáročná prevence zhoubných nádorů

Stačí udržet v dobré kondici řízení hormonálního systému a zabránit shromažďování karcinogenních látek v organismu. Detoxikace vedoucí k optimalizaci obranného protinádorového systému je v naší ordinaci každodenní praxí. Snad se to mnoha lidem zdá

příliš jednoduché. Kdyby to stálo miliony, možná by ve funkčnost uvěřili. Prostředky a systém, které skutečně zbavují organismus všech toxinů, jsou však už jiná kapitola.

Lidské papilomaviry

Jevy jsou zábleskem toho, co je skryto.

Anaxagorás

Papilomaviry patří do čeledi *Papovaviridae* a jsou to parazitující viry, které přežívají v buňce, často skrytě, po desítky let. Když se zaktivizují, bývají příčinou různých zdravotních potíží. Papilomaviry existují výhradně v povrchových epiteliálních buňkách kůže a sliznice. Můžeme od nich očekávat vznik bradavic různých typů - *verruca ulgaris*, *verruca plantaris* aj. - či v gynekologickém ústrojí *condiloma acuminatum* a především adenokarcinomu děložního čípku.

Různé typy papilomaviru se nachází u 90 % případů tohoto karcinomu, a tak byla v současné době dána do prodeje očkovací vakcína bránící vzniku zmíněného onemocnění. Vlastní typ papilomaviru, který je označován jako původce rakoviny děložního čípku, se vyskytuje asi u 70 % těchto nádorů. Jestliže se naplní naděje tvůrců vakcíny a předejde se u určitého procenta žen vzniku karcinomu, je to jistě velmi podstatná a velmi zajímavá záležitost. V této souvislosti je však třeba zmínit určité nedostatky.

Papilomaviry stojí u vzniku pouze 75 % nádorů děložního čípku - ve zbývajících případech vznikají karcinomy ze zcela jiných příčin, například působením jiných virů apod. Ochrana se tedy může pohybovat okolo 70-80 % případů, přičemž roční výskyt tohoto typu rakoviny je kolem 300-400 případů. Protože inkubace tohoto viru je 10-20 let, lze spolehlivě očkovat jen ty dívky, které dosud nevedou aktivní sexuální život, nejlépe ty, které ještě neměly pohlavní styk. Hovoří se zejména o dívkách ve věku 10-14 let. Jestliže se totiž virus začal v buňkách již rozmnožovat, je očkování v podstatě neúčinné. Přesto podle tvůrců může vakcína úspěšně stimulovat organismus v boji s tímto virem i v případě již aktivní rakoviny, respektive přednádorového stavu (takzvaná prekarcinóza). Očkování ovšem nepůsobí na vznik bradavic ani condilomat.

Kvůli dlouhé inkubaci papilomaviru se o výsledcích tohoto očkování můžeme dozvědět přibližně za 20 let. Zatím není jasné, jaký výsledek pro snížení výskytu tohoto karcinomu bude očkování mít. Pro svoji prioritu v oblasti rakovin má však velkou podporu sdělovacích prostředků, a často se tak slibuje nemožné. Důležité je zdůraznit zejména preventivní cytologické vyšetření, které by se mělo provádět pravidelně a jímž je rakovina děložního čípku poměrně dobře zachytitelná.

Detoxikace se s problémem papilomavirů vypořádává úspěšně, a mohu říci, že pokud jsme se systematicky věnovali problematice bradavic, condilomat nebo patologické cytologii děložního čípku, byli jsme prakticky vždy úspěšní. Při detoxikaci proti papilomaviru jde vždy především o normalizaci imunity, kterou provádíme preparáty IMUN, CRANIUM a INFODREN K1.

Mnohokrát jsem již opakoval, že i další detoxikační postupy patří z velké části mezi kroky zlepšující funkci imunitního systému. Je vhodné užít například preparáty ANTIMETAL a IONYX - odstranění kovů a radioaktivních látek z CNS. Dále je nutné se zbavit psychických toxinů pomocí preparátů NODEGEN, STRESON a EB. Podporují dobrou funkci imunitního systému. Pro gynekologickou oblast je důležité odstranit především ložiska, protože ničí lokální imunitu orgánu - zde pomůže preparát GYNODREN. U kůže hraje zásadní roli preparát CUTIDREN.

Mikroorganismy, a to především plísně vyskytující se často jak v pochvě, tak na kůži, je třeba odstraňovat preparátem YEAST. Důležité je také zbavit se toxinů stimulujících růst plísní, zde poslouží FUNGICID, ATB či MYKOTOX. V závěru detoxikační kúry podáváme preparát ANTIVIR, který obsahuje informaci papilomavirů, a to jak typů způsobujících růst bradavic, tak i typu žijícího v epitelu děložního čípku. U bradavic snadno poznáme výsledek, protože zmizí a další se netvoří. U gynekologického problému se spoléháme na vyšetření gynekologa. A podle mých zkušeností se lze vrátit k naprosto fyziologickému nálezu až ze stadia 2-3.

Otázkou zůstává, zda vymýcení papilomavirů očkováním skutečně ovlivní výskyt rakovin. Je přece známo, že k vyvolání rakoviny nikdy nestačí jedna jediná příčina, nýbrž je třeba působení několika souběžných faktorů, aby byl nastartován celý řetězec vedoucí ke vzniku zhoubného nádoru. Není ani jasné, jestli se snížením výskytu karcinomu děložního čípku ovlivní celkový počet případů rakoviny, neboť organismus vytváří nádorová bujení stále v přibližně stejném poměru vůči ostatním nemocem a zdá se, jako by bylo jedno, které orgány si vybere. Je tomu tak pravděpodobně proto, že důležitým startérem vzniku nádoru je přítomnost radioaktivních látek a přibližně stále stejné procento lidí má tendence tyto látky v sobě kumulovat.

Šťastné je jen zdravé

Člověk narozený z ženy má krátký věk, avšak nepokoje do sytosti. Jako květ vzejde a zvadne, prchá jako stín.

knih Jób, Starý zákon

Chronické nemoci se v dětské populaci vyskytují stále častěji. Jedná se o poruchy imunity, nejrůznější alergie, ale také *astma bronchiale* nebo atopický ekzém. Přibývá rovněž dysfunkčních poruch mozku, jako jsou hyperaktivita, dyslexie, dysgrafie, poruchy chování a povahové zvláštnosti. Jen díky organizované lékařské péči se tato onemocnění nepromítají do vyšší úmrtnosti dětí či do jiných alarmujících ukazatelů.

Komplexně lze říci, že zdraví dětské populace se progresivně zhoršuje a stále více malých pacientů je závislých na lékové substituci. Objevují se různé teorie, proč tomu tak je. V současné době je populární například teorie mikrobiální sterility, která je založena na tom, že sterilní domácí prostředí je pro dítě zhoubné, neboť se nevyvíjí jeho imunita. Hledají se souvislosti se životním prostředím, zneužíváním antibiotik, hormonů atd.

Pokusím se podívat na tuto problematiku očima lékaře zabývajícího se alternativními metodami, který jen nepapouškuje názory imaginárních autorit velkého medicínského světa, jež jsou pod vlivem velkých farmaceutických koncernů.

Jedy v tělíčku

Značná část chronických chorob, tedy poruchy imunity, astma, ekzémy a podobně, se objevuje v kojeneckém věku. Je logické, že jejich příčiny musíme hledat již v prenatálním stadiu. Když jsem v uplynulých desetiletích hledal souvislosti, zjistil jsem, že v organismu nemocných dětí se až stereotypně nachází celá řada jedovatých látek, které se u těch zdravých nevyskytují. Mezi nejpočetněji zastoupené patřily těžké kovy, především rtuť, olovo, stříbro, zlato, chrom a nikl. Rovněž výskyt radioaktivních látek, jako cesium a stroncium, nebyl výjimkou. Zarážející bylo, že se v jejich organismu nacházely i toxiny z potravy, s nimiž by se teoreticky neměly vůbec setkat. Mám tím na mysli pesticidy a fungicidy, stejně jako látky s poněkud dobrodružným původem - mykotoxiny, tedy produkty plísní.

Zvláštní je, že mykotoxiny nejsou produkty plísní vyskytujících se v lidském těle, ale vznikají z potravinových plísní. Nejčastěji se objevují v produktech ze subtropického a tropického pásma. Je logické, že při pěstování, skladování a zejména dopravě z těchto vzdálených krajů dochází k jejich znehodnocení právě produkty plísní aspergillového typu. Některé tyto toxiny patří mezi nejjedovatější látky vůbec, například aflatoxin nebo ochratoxin.

Nápadné bylo, že u dětí se i lidské plísňe objevovaly v neúměrně vysokém množství a také v místech, kde by vůbec být neměly, dejme tomu na pokožce nebo v dýchacím ústrojí. Zároveň byl jejich organismus znečištěn fungicidy, mykotoxiny či antibiotiky.

Zdravá nemocná

Velmi citlivou metodou EAV, kterou vynalezl dr. Voll, je možné v nervovém systému novorozenců a kojenců vytestovat toxiny produkované mikroorganismy typu borelie a dalších bakterií a virů. Tato zjištění zákonitě vedla k dalšímu výzkumu a ke srovnávání toxického a mikrobiálního zatížení matek dětí se zdravotními problémy. Velkým překvapením bylo, že

toxický a mikrobiální obraz novorozenců, kojenců a batolat se naprosto shodoval s obrazem jejich matek.

Testování se zaměřovalo především na matčino gynekologické ústrojí a později i na oblast páneve, která s ním souvisí. Přítomnost toxinů patogenních mikroorganismů provázely klinické symptomy, jako jsou záněty gynekologického ústrojí, bolestivá či nepravidelná menstruace, nervové obtíže, záněty žil, kožní choroby a podobně. U značné části ženské populace jsou tyto toxiny a mikrobiální zátěže bohužel asymptomatické, tedy bez příznaků. A žena, budoucí matka, si myslí, že je v pořádku...

Detoxikace matky je nutná

Dospěli jsme k takovému mechanismu, kdy se místo kojence či batolete se zdravotními potížemi vyšetřuje jeho matka. Stanoví se její toxické zátěže a poté mohou být odstraněny toxiny i z organismu jejího potomka. Zjistili jsme, že se toxická zátěž u malých pacientů soustřeďuje především v centrálním a periferním nervovém systému, ale také v systému mízním, dýchacím či na pokožce. Tyto nálezy odpovídají nejčastějším příčinám jejich chronických onemocnění.

Na základě dlouhodobých zkušeností jsme stanovili hypotézu, že tyto toxiny mohou být příčinou i genetických vad, které souvisejí s orgánovými změnami. Jedná se o dětskou mozkovou obrnu, genetické postižení srdce, močového ústrojí a mnohé další. Opakovaně jsme si ověřili, že některé poruchy motorického aparátu, především v centrální části, jako jsou hypotonie či hypertonie svalová, lehké formy obrny či vady řeči, po odstranění toxinů velmi rychle odeznívaly, a to přesto, že trvaly několik let.

Z toho je jasně patrná souvislost mezi těmito vadami a přítomností toxinů v době nitroděložního vývoje. Na základě empirického srovnání několika tisíc jedinců bylo možné stanovit hypotézu: v rámci preventivních opatření vzhledem k budoucímu zdravotnímu stavu dítěte je nutná detoxikace budoucí matky, především je třeba odstranit toxické zátěže z její pohlavní a pánevní oblasti.

Bohužel jsem nedisponoval tolika finančními prostředky, abych této hypotéze mohl dát podobu moderní vědecké práce. Bez nich totiž není možné vést kontrolovanou studii na potřebném počtu jedinců. Nicméně i empirické sledování mě opravňuje k tomu, abych nekompromisně tuto hypotézu vyslovil.

Všudypřítomný stres

Tento zásadní poznatek kombinující letitou praxi i teoretické znalosti má i bez vědecké klinické studie velký význam pro chronicky nemocné děti. Na základě uvedených postupů byla vypracována efektivní péče, díky níž dosahujeme pronikavého zlepšení u těch chorob, které jsou stále pokládány za neléčitelné nebo jen obtížně léčitelné - astma, alergie, ekzémy, oslabení imunity, chronické záněty dýchacího ústrojí, funkční vady centrálního nervového systému atd.

Je třeba si uvědomit, že žena je sama o sobě bezmocná vůči přítomnosti toxických zátěží ve svém těle. Mohla je „zdědit“ po své matce. Stejně tak je bezbranná vůči stále se zhoršujícímu životnímu prostředí. O co víc se v populaci projevují poruchy imunity, o to nápadněji se zvyšuje toxická zátěž žen. Čím více matek bude trpět imunitními poruchami, tím víc bude stoupat počet dětí s toxickým zatížením, a tedy se zdravotními komplikacemi.

K tomu přidejte chronický stres, úzkosti, nejistoty a jiné negativní emoce, které ovlivňují nejen imunitní systém, ale i odolnost jednotlivých tkání a orgánů. Každá negativní emoce vyvolává cílené znečištění orgánů jedovatými látkami. Stresovaný orgán totiž ztrácí schopnost sebeočisty.

Sporák kontra počítač

Úloha žen prochází když ne krizí, pak revolučními změnami. Orgány, které symbolizují její roli, tedy hormonální a pohlavní, jsou neustále pod vlivem stresu. Jestliže bychom hledali orgány, do nichž můžeme situovat ženskou duši, nepochybně dojdeme právě k těm hormonálním a reprodukčním.

Reprodukční role ženy je v naší civilizaci vážně ohrožena. O tom svědčí stoupající počet žen s takzvanou funkční neplodností. Statistiky uvádějí, že touto poruchou trpí asi 20 % všech mladých párů a jejich počet narůstá. Ze sdělovacích prostředků se dovídáme, že žena už není služkou svého muže. Opoprhovaným modelem se stala „žena od sporáku“, a naopak uctívaným „žena manažerka“ vydělávající mnoho peněz, případně „žena ve významném politickém postavení“, která se spíše než vařečkou ohání počítačem.

Bez ohledu na to, co si myslím, je daleko důležitější, co si myslí příroda. Svůj názor dává najevo dosti zřetelně, například i stoupající nemocností dětí. Klesá jak imunita lidí, tak přírody. Na vině je množství průmyslových chemikálií, kovů a radioaktivity v přirozeném životním prostředí, ale také vzrůstající množství jeho infekčního zatížení - kvůli chemii v zemědělství přibývá infikovaného hmyzu.

Množství zjevných i skrytých toxických zátěží bude výrazně stoupat. Jedině vytvořením praktického modelu vnitřní očisty ženy, budoucí matky, můžeme pomoci budoucí populaci, a tedy i celé civilizaci. Jde pochopitelně rovněž o racionální prevenci chronických dětských nemocí.

Horník, který pracuje v extrémně špinavém prostředí, musí očistě těla věnovat delší čas než třeba úředník či učitel. A budoucí matka by měla před početím udělat totéž - věnovat značné úsilí vnitřní očistě.

ROZHOVORY

*Člověka dokonalého - kdo by nehledal.
I nezvaní by nablízku být chtěli.
Ať kvete vonný květ od úlu sebedál,
stejně ho v mračnech obletují včely.*

Lidstvo stále hledá svůj všelék

Ponoř se do sebe. V tvém nitru je pramen, který nikdy nevyschne, pokud ho dokážeš najít.

Marcus Aurelius

Málokdo z těch, kdo navštíví MUDr. Josefa Jonáše v jeho Institutu celostní medicíny, asi tuší, že je původně psychiatr. A zřejmě jen hrstka z těch mála by věděla, že se na počátku své kariéry zúčastnil vědeckých pokusů s halucinogenní látkou LSD, od níž se očekávaly až zázračné účinky v rámci psychoterapie a pochopení duševních chorob. V následujícím rozhovoru se MUDr. Josef Jonáš nejen svěřil se svými psychedelickými zkušenostmi, ale zároveň poodhalil praktiky psychiatrie v dobách komunismu.

Jak došlo k tomu, že jste se zapojil do experimentů s LSD?

Bylo to na sklonku 60. let, kdy bylo LSD novinka, dokonce ho tenkrát začala vyrábět tuzemská farmaceutická firma Spofa. Od této substance se očekávalo, že dokáže objasnit princip schizofrenie; při požití totiž vznikají halucinace, které jsou často podobné těm schizofrenním. To se samozřejmě nepodařilo a vznik tohoto onemocnění zůstává dodnes nevysvětlený. Dále se předpokládalo, že když se psychiatři dostanou do psychedelického stavu, snáze pochopí svět duševně nemocného, lépe porozumí jeho situaci a představí si, co se může v jeho mozku odehrávat. A do třetice se předpokládalo, že bude-li odborník pod vlivem drogy a povede s pacientem analytický rozhovor, může odhalit nevědomé momenty v jeho mozku.

Proto tenkrát oficiálně, s povolením ministerstva zdravotnictví, bylo umožněno, abychom my, mladí psychiatři, užívali LSD a zkoumali jeho vliv. Psychiatrické zařízení v Sadské se tehdy zaměřovalo na léčbu neuróz a vedl ho dr. Milan Hausner, jenž byl výrazný průkopník této drogy, hojně ji na pacientech i na sobě zkoušel, vedl o tom obsáhlé záznamy a pokoušel se ji aplikovat při léčbě v rámci psychoterapeutických seancí.

S jakými indikacemi se substance distribuovala?

Výhradně pro psychiatrické účely. Slibovalo se i využití ve vojenství; kdyby se voják pokropil LSD, byl by vyřazen z boje. Dávka, kterou člověk potřeboval, aby se ocitl v psychedelickém stavu, se pohybovala v tisícinách gramu. To znamená, že droga je obrovsky účinná a její spotřeba je minimální. I výroba byla levná, stála několik haléřů.

Je průběh působení této substance individuální záležitost?

Psychedelický stav probíhá u všech vesměs podobně jen s tím rozdílem, že někdo ho vnímá jako příjemný a jiný jako děsivý. Z toho se pak vyvozovaly určité závěry. Halucinace byly přeháňené, byl to asi můj nejhlubší životní zážitek. Dotyčný například slyšel barvu. Vůbec všechny barvy byly sytější a impozantní, vše dohromady působilo jako nádherná symfonie a lidé se přeměňovali v krásné obrazy. Například se mi zjevily půvabné nahé dívky s motýlími křídly přes celou oblohu, které nade mnou létaly byl jsem samozřejmě o mnoho let mladší. Okolo nebyly žádné pevné zdi, vše se vlnilo a pohybovalo, byl to skvostně barevný a ozvučený svět, jenž se konejšivě pohyboval.

Při aplikaci byl vždy přítomen zkušený psychoterapeut, který se vyptával na prožitky, ale i různé životní zkušenosti, třeba na vztahy s rodiči a podobně.

Ti, kteří již před pokusem nebyli psychicky v pořádku nebo trpěli duševními poruchami, měli nepříjemné halucinace: lezli po nich štíři, draci a jiné potvory, které se snažili zabít. Museli jsme mít k dispozici psychofarmaka, neboť bylo většinou nutné takový proces přerušit; jedna dávka LSD působila šest až osm hodin. Kdybychom člověka nechali tak dlouhou dobu v tomto stavu, mohl by mít tendence se zabít, utéct, skočit z okna a podobně.

K takovým případům docházelo?

To ani ne, největší nebezpečí - což vidíme dnes - spočívalo v dlouhodobém užívání. Například dr. Hausner po dvaceti letech onemocněl schizofrenní psychózou a pravděpodobně v tom sehrály roli jeho četné pokusy. U více osob, které si s tím zahrávaly, psychóza nakonec propukla.

Někteří jedinci jsou geneticky vybaveni tak, že jisté drogy dokonale odbourají a dlouhodobé užívání nemá na jejich život silný účinek, ale jiní to nedokážou, látka se zabudovává do jejich nervového systému, způsobí celoživotní chaos a nakonec je zničí. Takže když někdo začne s drogou experimentovat a není na to vhodně geneticky vybavený, „rozpadne se“ a nemůže se již vrátit zpět - to jsou ty tragické případy. Dokonce víme, jaký gen to zapříčiňuje.

Když se látka podávala schizofrenikům, nehrozilo nebezpečí, že jejich nemoc ještě umocní?

Schizofrenikům se neaplikovala, jen psychiatrům, aby chorobu pochopili. Možná někde ano, ale nevzpomínám si na to.

Vy jste LSD užíval s pacienty?

Ano, s neurotiky. Očekávali jsme, že díky silným zážitkům dojde k určité přestavbě osobnosti, a to pod naším terapeutickým vedením. Byl to ale chybný předpoklad. Jednalo se o jednu ze slepých uliček experimentální psychiatrie, kterých bylo koneckonců spousta. LSD ještě patřilo k těm nejméně škodlivým.

Jaké další metody nikam nevedly?

Za psychochirurgii, při níž se schizofrenikům přerušilo spojení mezi mozkovými hemisférami, byla dokonce udělena Nobelova cena. Nakonec se však ukázalo, že se z nich staly jakési nádoby bez emocí. Zcela se změnili, byli náchylní k různým kriminálním deliktům, protože postrádali vědomí, co je dobré a co špatné. Nejprve z toho byla velká sláva a asi během deseti let se vytvořily deseti tisíce takových lidských monster.

Také jsem zažil éru takzvaných šoků, z nichž dodnes přetrvávají elektrošoky, kdy se vlastně vyvolá epileptický záchvat. My jsme ještě aplikovali inzulinové šoky, při nichž se pacient „nadopuje“ inzulinem. Ocitne se tak na pokraji smrti, upadne do bezvědomí, a když se z něho probere, což se většinou stalo, na čas zmizí jeho duševní problémy. Obdobných metod se používalo více, například atropinové šoky.

Byly tyto drastické postupy legální?

Legálně používané. Tehdy byl duševně nemocný na okraji zájmu společnosti, takže pokud se něco nepovedlo, nikdo po tom nijak zvlášť nepátral.

Bylo LSD vnímáno jako droga, nebo jako seriózní terapeutický prostředek?

Jednoznačně jako seriózní, vždyť se užíval v pracovní době. Tenkrát nebyly v Československu k dispozici žádné drogy. Marihuana byla neznámá, pervitin se nevyráběl, tvrdé drogy jako kokain a heroin - známé již za první republiky - kvůli valutové bariéře nebyly k mání a zahraniční drogové dealery naše koruna nezajímala.

Také jsme zkoušeli psylocibin, což je výtažek z mexické houby, který měl podobné účinky jako LSD, ale kratší; dvou až tříhodinové, což bylo příjemnější.

V čem se tyto stavy lišily?

Až osmihodinové působení LSD bylo únavné a ještě dlouho doznívalo. Řadu měsíců poté se objevovaly zvláštní stavy, například člověk nepřírozně vnímal svoji tělesnou stránku, míval pocit, že se rozpadá. Nebo si pamatuji, že jsem natáhl ruku a zdálo se mi, že je tři metry dlouhá a že sahám na vzdálené předměty. Byly to naštěstí krátké, minutové flashbacky, nicméně značně nelibé.

V 70. letech ale již bylo LSD ve Spojených státech postaveno mimo zákon.

U nás problémy s drogami ještě nenastaly, nikdo se nad tím tudíž nepozastavoval. Jediná droga byl alkohol, čili my jsme o tom nic nevěděli.

Proč se tedy skončilo s výzkumy?

Závěr zněl, že LSD nemá pozitivní přínos pro psychiatrii. Skutečně jsme ho brali jako psychiatrii v rámci výuky a léčby. Dr. Hausner se ještě snažil pokračovat, ale těžko říci, jestli to nebylo z osobních důvodů a zda se jeho návyk nestal hlavním motivem.

Jsou tedy halucinogeny návykové?

Všechno je návykové. Návyky se dělí na fyzické a psychické, u LSD se jednalo o psychickou závislost a člověk si psychicky může vytvořit návyk na cokoli.

Jak často jste látku užívali?

Jednou měsíčně v průběhu dvou let. Měli jsme k tomu účelu vyhrazenou zvláštní místnost s jednocestným zrcadlem, kterým nás pozorovali. Prostor byl vypořádávaný, abychom si nemohli nic udělat, pokud bychom zažívali nějaké divoké stavy. Přítomen byl většinou i zkušený psychiatr, který nebyl pod vlivem substance.

Vynálezce LSD Albert Hofmann tvrdí, že záleží na podmínkách a prostředí, v nichž se látka aplikuje. Dokud drogu testovali ve sterilním nemocničním prostředí, byly jeho zkušenosti děsivé. Až když ji požil v příjemné atmosféře domova, měl až mystický „trip“.

Jeden můj spolužák byl úplný abstinent, který nikdy v životě nepozřel kapku alkoholu. Jednou jsme si z něj udělali legraci. Tehdy do Čech dorazil tonik a s ním gin-tonik, který se prodával ve stejných lahvích jako limonády. Neznal takovou chuť a my jsme mu tvrdili, že je to limonáda, a on se opil. Vůbec to netušil, protože opilost nikdy nezažil, a tak se nechal odvézt do nemocnice. Měl tak nepříjemné stavy, že se domníval, že má přinejmenším infarkt nebo mrtvici, a nechal se vyšetřovat, zatímco my jsme zpívali a veselili se.

Tím chci říct, že záleží na očekávání a zkušenosti. Po marihuaně člověk také nemá hned typické zážitky, neboť organismus musí získat určitou praxi. Ještě důležitější je očekávání. Polovina dojmů, které dotyční uvádějí, se formuje na základě očekávání. Kdyby jim nějakou látku aplikovali, aniž by to věděli, vše by probíhalo jinak. My jsme věděli, co máme od LSD očekávat, a tím to bylo dané.

Někteří považují užívání za součást mystické cesty. Jak se díváte na takové pojetí? Spojovali jste třeba své výzkumy s takovými otázkami?

Mystika u nás skončila s rokem 1948 s význačnými prvorepublikovými mystiky. My jsme byli vychovaní v tak tvrdém materialismu, že tady ani nebyli nositelé žádných mystických myšlenek, a pokud ano, nešlo se k nim dostat. My jsme měli k mystice strašně daleko. LSD se využívalo ve výtvarném umění i hudbě, neboť pak má tvůrce skutečně nezvyklé nápady a vidění světa. Když to malíř dokázal zachytit, vytvářel zajímavá psychedelická díla se zvláštní barevností. Hippies byli nositeli tohoto umění.

Chápu to tak, že si člověk může přivodit pocity, které označí za mystické, neboť se liší od reálného světa, ale pokládám je za iluzorní, nepravdivé a pseudomystické. Pokud chce mít mystický zážitek, musí k němu dojít komplikovanou cestou a nikoli takovou zkratkou. Nevidím v tom tedy přínos pro pochopení čehokoliv.

Stále existují studie a psychiatři, kteří tvrdí, že tato látka měla dobré výsledky při léčbě alkoholismu, dalších závislostí, různých neuróz i psychóz. Také se projevuje snaha substancí opět legalizovat pro psychiatrické účely. Co si o tom myslíte?

Každá psychoterapie jistým způsobem účinkuje, ale jestli proběhly nějaké rozsáhlé seriózní studie, to nevím. Tenkrát se to u nás uzavřelo s tím, že LSD není o nic účinnější než jiné, méně rizikové metody. Ale věřím, že existují i odlišná stanoviska.

Jaký je váš osobní názor?

Bylo to příliš riskantní. Někteří se opravdu nedokázali vrátit zpět do reality a nebylo to zanedbatelné procento. Mně samotnému trvalo rok, než jsem se plně vrátil do skutečnosti a stal jsem se znovu klidným a sebejistým. Vnímám jsem, že u mě probíhají jisté osobní změny, a to nijak příjemné.

Myslíte, že se k LSD česká psychiatrie ještě vrátí?

Myslím, že je to uzavřená záležitost. Již nelze objevit nic, co by o této látce nebylo známo. O biochemii a působení drog na mozek už víme tolik, že je zřejmé, že se od ní nedá nic očekávat.

Proč přesto někteří stále usilují o návrat substance do psychiatrie a psychoterapie?

Dnes se vede debata o marihuaně, zda má léčebné účinky a zda by se dala psychiatricky využít. Jedny skupiny shromažďují důkazy pro její používání a jejich odpůrci zase tvrdí, že je to větší riziko než přínos a pomoc. Tak je to se vším; čím je metoda extrémnější, tím bouřlivější diskuse se strhne. Zrovna tak bude věčně trvat debata o opiu. To byl zpočátku velmi rozšířený lék, který nemocní užívali dokonce i na zácpu. Již za časů Paracelsa se nazývalo laudanum, což latinsky znamená všelék. Ať bylo dotyčnému cokoli, po požití opia se mu ulevilo.

Lidstvo si myslelo, že objevilo všelék; něco, co působí naprosto na všechno. A tyto snahy neustaly, stále hledáme nějaký všelék, své laudanum, které by dokázalo změnit úplně všechno na světě. Drogy se tomu nejvíce podobají. Mají skutečně univerzální účinky, protože působí přes centrální nervový systém. Historická touha po všeléku je prostě veliká a nikdy se jí nezbavíme.

Pavλίna Brzáková a Ludmila Škrabáková
Rozhovor z měsíčníku Regenerace

Marie Dolejšová

Zkušená terapeutka a lektorka detoxikační medicíny

V následujícím rozhovoru vám paní Dolejšová může poradit, jak začít s vlastní praxí, co dělat a čeho se vyvarovat, pokud máte zájem stát se terapeutem Řízené a kontrolované detoxikace organismu dle MUDr. Jonáše.

Milá paní Dolejšová, můžete zájemcům o naši metodu vysvětlit, jak jste se k Řízené a kontrolované detoxikaci dle MUDr. Jonáše dostala a co vás vedlo k tomu, že jste se nakonec stala terapeutkou?

Myslím si, že každý terapeut se k této práci většinou dostane přes vlastní zdravotní potíže.

Dokud totiž člověku nic není, má pocit, že se ho nic netýká. Já jsem pracovala 25 let u rentgenu. Užívala jsem odjakživa metody klasické medicíny a myslela si, že mě někam dovede. Opak byl pravdou - ona mě sice kamsi vedla, ovšem podle mého názoru to nebyla dobrá cesta - léků mi přibývalo, a když mi bylo 46 let, začali mě lékaři pomaloučku připravovat na to, že skončím v invalidním důchodu. S tím jsem pochopitelně nechtěla souhlasit a stále jsem si říkala: „Já chci být zdravá.“ Okolo sebe jsem ale slyšela jen: „Co bys chtěla ve svém věku?“

Takový impuls k tomu, že bude třeba hledat jinou cestu, byl ten, když jsem viděla umírat svého tatínka, který 31 let trpěl vážnou srdeční chorobou. Přes intenzivní léčbu kardiologů zemřel a jeho srdce vážilo 4 kg, lymfa mu tekla povrchem kůže. To bylo hrozné. Tenkrát mi lékaři prorokovali, že dědičně budu mít tuto chorobu také.

Takže jsem už neváhala a začala se zajímat o jiné možnosti léčby, rozhodla jsem se zkrátka najít jinou cestu. Nevěděla jsem ale, kam se konkrétně obrátit. Naštěstí je můj partner mnohem průbojnější než já, a tak jsme se najednou začali setkávat s lidmi, kteří se pohybovali v alternativních léčebných směrech. Zpočátku jsme se zajímali o různé potravní doplňky, ale jednoho dne jsme se dozvěděli o paní Marii Zítkové, lektorce doktora Jonáše, která přednáší o osteoporóze z hlediska přírodní medicíny. Samozřejmě jsme se zúčastnili. Zajímalo nás, co by nám přírodní medicína mohla říct, takže jsme šli vlastně jakoby na výzvědy.

Když jsem pak paní Zítkovou poslouchala, zjistila jsem, že jsme vlastně nevzdělaní a poměrně hloupí, když věříme všemu, co nám klasická medicína řekne, a začala jsem se o to víc zajímat. Brzy jsem sama na sobě vyzkoušela nějaké preparáty pana doktora Jonáše, a jejich výrazný pozitivní účinek mi úplně vyrazil dech. Mé potíže ustupovaly a začínala jsem se cítit dobře. Lékaři mi sice říkali: „Jen počkej, až se ti to vrátí, ty všemu věříš,“ nicméně problémy se mi nevrátily dodnes.

Navíc v té době se s vážnými zdravotními potížemi potýkal i můj syn. Ve 22 letech mu byla diagnostikována roztroušená skleróza, a takovou věc samozřejmě každá matka velmi těžce prožívá. Koupila jsem tedy od pana doktora Jonáše přístroj SALVIA a snažila se synovi nějak pomoci. Pochopitelně mě tehdy ani ve snu nenapadlo, že se ze mě jednoho dne stane nějaký terapeut - měla jsem především strach o své dítě. Můj syn ovšem paradoxně tuto léčbu odmítal. Byla to pro mě najednou velice těžká situace, protože jsem již věděla, že mu tahle metoda může pomoci, ale nedokázala jsem ho přesvědčit.

Nicméně nakonec syn začal preparáty užívat, a i když v terapii po půl roce polevil, byl z nejhoršího venku. Odmítl i léčbu kortikoidy, což se nakonec ukázalo jako velice prozíravé, protože ve skutečnosti se u něho o roztroušenou sklerózu vůbec nejednalo. Vyšlo najevo, že má v sobě borelii, která dokáže tuto vážnou chorobu imitovat. Po detoxikační kúře si jeho imunitní problém s borelií poměrně snadno poradil. Dnes je můj syn naprosto zdravý 33letý muž. Začal se o sebe starat, jinak žít a dnes sám detoxikační preparáty užívá.

Takže vašeho syna se vám tehdy nepodařilo přesvědčit. Myslíte si, že je dobré se pokoušet klienty k detoxikaci přimět?

V žádném případě k tomu člověka nelze nutit nebo ho nějak přesvědčovat. To musí být jeho vnitřní rozhodnutí, v podstatě jakási jeho životní filosofie. Jestliže člověk není ochoten přijmout celou metodu a to, co přináší, jako určitý styl života, pak je jakákoli detoxikace ztrátou času. Tohle říkám všem terapeutům, když se mě ptají, jak klienty přesvědčit. Platí totiž, že každý terapeut, který se bude snažit lidem vnutit něco, s čím oni vnitřně nesouhlasí, o své klienty přijde - už se k němu nikdy nevrátí. Nechat klienta, aby si sám vše promyslel, dospěl k detoxikaci jako k cestě, to je jediná šance.

Velmi často se setkávám například s klienty, které ke mně pošle manželka nebo je přesvědčí děti; těmto lidem detoxikační kúru téměř vždy rozmlouvám. Vysvětluji jim, že pokud nejsou pro tuto terapii připraveni a není to jejich vlastní vnitřní přesvědčení, nemá smysl, aby zkoušeli užívat nějaké preparáty. Tito klienti si totiž často dělají z detoxikace legraci, takže proč bychom je k něčemu nutili? Dejme jim čas. Pokud dojdou ke zjištění, že klasická medicína neřeší vše, přijdou sami. O takových lidech říkám, že si detoxikaci ještě nezasloužili.

Já opravdu tvrdím, že detoxikaci si musí člověk zasloužit, nějak k ní sám dojít. A věřte tomu, že lidé - jak procházejí různými životními etapami, řadou pracovních, psychických a zdravotních potíží - se často zastaví a cítí, že je toho všeho najednou dost. Mají pocit, že chtějí jít někam dál a hledají. A v ten moment k nám, detoxikačním terapeutům, často přicházejí. A detoxikovat člověka, který si vás najde, to je to nejideálnější.

Paní Dolejšová, co byste vy jako zkušená terapeutka poradila těm, kteří se teprve chystají vybudovat si své detoxikační centrum a profesionálně se řízené detoxikaci věnovat?

Já si myslím, že každý, kdo se rozhodne touthle metodou pracovat, musí být pokorný, protože ty úspěchy, kterých dosahujeme, nejsou naše - ty patří doktoru Jonášovi. My jsme jenom ti, kteří se naučili nějakým způsobem jeho poznatky aplikovat na ostatní.

Já jsem šťastná, že to umím, ale jsem za to vděčná MUDr. Jonášovi.

Důležité je, aby si již při vstupu do poradny klient uvědomil, že nečekáte na jeho peníze. Každý člověk, který přijde, musí vědět, že teď jsme tady pro něj. Že jsme na stejné úrovni, na stejné vlně. Že nás zajímají jeho problémy a chceme mu pomoci.

Pracovat s klientem je velmi složité, proto jsem se uvolila k tomu, že budu školit nové terapeutky. Školením mi už prošlo tak 400-600 lidí, ale ne všichni se terapii nakonec věnují. Je to často tím, že mnozí lidé přicházejí s úmyslem vydělat, to znamená zařídit si živnost. Takhle to ale nejde. Naši klienti nejsou žádní hlupáci. Oni v nás chtějí mít své partnery, opravdové terapeutky, někoho, za kým mohou přijít, když mají problém, někoho, kdo jim poradí. Vkládají v nás důvěru. Tohle vše je třeba jim umožnit.

Víte, já mám ráda lidi a o tom je tahle práce především. Jestliže se pro tuto práci rozhodne někdo, kdo dosud prodával pračky a nerad s lidmi komunikuje, tak si s klienty patrně těžko porozumí, protože naše práce znamená mít pochopení, vcítit se do člověka a jeho trápení, občas je třeba i obejmout. Každý z nás by měl vlastně jistým způsobem fungovat jako psychoterapeut.

Každý by měl také počítat s tím, že začátky jsou složité. Je třeba vše pochopit, nastudovat, docházet ke zkušenějším kolegům na stáže a sledovat je při práci. Každému také doporučuji nechat si zpočátku své zaměstnání. Nikdy totiž nevíte, jak vám ta práce půjde a jestli vás uživí; v případě, že se vám nebude dařit, budete ve stresu, budete se snažit prodat. Klient však tento tlak ucítí a ztratí jeho důvěru. Znovu opakuji, že detoxikaci nelze dělat kvůli penězům, člověka to musí bavit.

Jaké jsou tedy úplné začátky terapeuta?

Zpočátku každý z nás zkouší měřit svoji rodinu, známé, pomalu nabírá zkušenosti a jednoho dne ho začnou klienti sami vyhledávat. Po nějaké době ale rozhodně doporučuji vytvořit nějakou příjemnou poradnu, protože klienti chtějí vědět: ano, zde je centrum detoxikační medicíny, sem budu docházet. Kdo si myslí, že je možné s přístrojem objíždět domácnosti, ten se velmi mýlí. Tohle nefunguje.

Já jsem nejprve měřila v pronajaté kanceláři, ale brzy to přestalo vyhovovat, takže jsem najala maličký byt. Vyžadovalo to samozřejmě určitou investici, ovšem můj partner i celá rodina mě podpořili, což bylo pro mě velice důležité. Proto jsem ty začátky zvládla, i když jsem se pochopitelně zadlužila. Podpora rodiny a blízkého okolí ovšem mnoha lidem chybí.

Na co by si tedy měli dát budoucí detoxikační terapeuti pozor?

Především na to, zda mají o věc skutečný zájem. Detoxikační medicína se vám musí dostat pod kůži - pokud tuhle práci chcete dělat okrajově, nemá to cenu.

Také je nesmírně důležité, aby preparáty užívali zejména oni sami - je zásadní vědět, co který preparát umí a jaké jsou jeho možnosti. Pak je pochopitelně nutné neustále se aktivně metodou zabývat - účastnit se přednášek, zajímat se o novinky ve výzkumu apod.

Paní Dolejšová, jak široká je vlastně dnes vaše klientela?

Mohu vám říct, že do dnešního dne jsem už změřila kolem 15 000 lidí. Je ale pravda, že pracuji každý den od 9 do 19 hodin a mám v současné době tolik klientů, že se jim ani nemohu věnovat tolik, jak bych si v ideálním případě představovala.

Můžete nám přiblížit věkové složení vašich klientů?

Chodí sem například řada maminek s dětmi. A protože malé děti je nejlépe proměřovat přes matku, tak vyšetřuji vlastně ty maminky. Víte, detoxikace matky s dítětem je to nejlepší, protože každé dítě chce mít zdravou matku a každá matka chce zas zdravé dítě.

Proto já v takových případech neúčtuji měření - maminky s malými dětmi mají ode mne tento bonus: vyměření toxinů zadarmo.

Jinak ale ke mně chodí i lidé, kterým je kolem 80 let - ta věková škála je velice široká. Takové jádro ale představují z 80 % ženy ve věku 30-50 let. Zbytek, tedy 20 %, tvoří muži.

Většinou jsou to lidé, kteří nevěří reklamám, mají své vlastní názory, zajímá je jejich zdraví a nechtějí si nechat cokoli nutit. Řada z nich zakládá rodiny, plánuje děti, takže pochopitelně začínají s detoxikací.

Mám i mnoho případů úspěšných otěhotnění u párů, kterým bylo řečeno, že děti mít nemohou. Po detoxikaci se pak narodila zdravá miminka víte, to jsou krásné případy, velice mě to těší. Zrovna minulý týden mi přišlo oznámení: Narodil jsem se, jmenuji se Adámek. To je miminko, jehož otci lékaři oznámili, že děti nikdy mít nebude. A najednou - Adámek.

Co byste, paní Dolejšová, poradila budoucím terapeutům na závěr?

Především to, že lidé si musí hlavně věřit, vybudovat si důvěru ve vlastní schopnosti, vlastní sebevědomí. Jinak nemohou pomáhat druhým.

Paní Dolejšová, děkuji za rozhovor a přeji mnoho úspěchů ve Vaší praxi.

Dita Mollerová

Na závěr několik praktických rad pro zájemce o metodu Řízené a kontrolované detoxikace dle MUDr. Josefa Jonáše

Chcete již konečně účelně vyřešit zdravotní problémy své i vašich blízkých?

Zajímá vás účinná prevence a zdravý životní styl? Hledáte novou seberealizaci?

Ovládněte metodu Řízené a kontrolované detoxikace organismu dle MUDr. Josefa Jonáše - naučte se porozumět lidskému tělu a předcházet nejruznějším chorobám.

Staňte se profesionálním terapeutem!

Jak na to?

Školící semináře pro stávající i budoucí terapeuty pořádá ve spolupráci s MUDr. Josefem Jonášem a dalšími vyškolenými profesionály společnost Economy Class Company s. r. o.

Tyto semináře jsou určeny pro lékaře i nelékaře.

Pokud se chcete stát terapeutem Řízené a kontrolované detoxikace dle MUDr. Josefa Jonáše, doporučujeme vám zúčastnit se následujících seminářů:

1. Základní seminář (jednodenní):

Tematický obsah:

- úvod do problematiky detoxikace organismu,
- čínský pentagram, jeho principy a souvislosti,
- příklady řešení základních zdravotních problémů detoxikací organismu,
- poradenství při doplnění pojmů a vzdělání z oblasti anatomie, mikrobiologie, somatologie, ale také marketingu apod.

Po absolvování tohoto kurzu obdrží účastníci *Certifikát o absolvování semináře I.*

2. Pokračovací (jednodenní) seminář:

Tematický obsah:

- konkrétní postupy v procesu Řízené a kontrolované detoxikace organismu,
- praktické využití detoxikace při řešení složitějších zdravotních problémů,
- problematika práce s klientem,
- nejnovější poznatky a pokroky v detoxikační terapii.

Po absolvování tohoto kurzu obdrží účastníci *Certifikát o absolvování semináře II.*

3. Doškolovací (jednodenní) seminář:

Tematický obsah:

- konkrétní postupy v procesu Řízené a kontrolované detoxikace organismu,
- využití softwarové databáze anatomických a jiných pojmů souvisejících se zdravím člověka, program EAM SET,
- praktické využití detoxikace při řešení složitějších zdravotních problémů,
- problematika práce s klientem.

Po absolvování tohoto kurzu obdrží účastníci *Certifikát o absolvování semináře III.*

Přístroj SALVIA, program EAM SET a testovací sady ampulí

Budoucí terapeut dále potřebuje ke své práci přístroj SALVIA, testovací sady ampulí a testovací program EAM.

Optimální sestava pro práci s klientem je tedy tato:

- přístroj SALVIA
- TEST SET sada I, II
- notebook nebo pevná PC stanice s programem EAM SET.

Co je to SALVIA?

SALVIA je bateriově napájený přístroj, který je odvozen z obdobné řady zahraničních přístrojů. Jeho nenáročná a lehká konstrukce umožňuje dobrou přenosnost a skladnost. Předností přístroje je nenáročnost na údržbu a uživatelská dostupnost při zachování špičkových parametrů.

Funkce přístroje:

Funkční vegetativní test podle dr. Schimmela. Orientačně srovnávací test při vložení testovaného materiálu do zabudované misky. Vegetativní funkční test je odvozen od metody, kterou v roce 1954 popsal dr. med. Reinhold Voll. Tento německý lékař využil znalostí akupunktury a možnosti ovlivnit funkci organismu prostřednictvím kožních bodů a okrsků.

Jak je známo, vegetativní nervový systém tvoří hustou síť, která funkčně propojuje celý organismus. Právě změny v tomto systému, který reaguje na veškeré děje v organismu, jsou pravděpodobným nositelem elektrických změn v kůži. Doktor Voll předpokládal, že cesta z kůže k orgánům není jednosměrná, a tudíž lze využít i směru obráceného: od orgánů ke kůži. Výzkumem bylo zjištěno, že vegetativní funkční test reaguje na interakci mezi testovaným materiálem a měřenou osobou. Při testování využíval dr. Voll na těle měřené osoby několika stovek testovacích bodů.

Modifikaci tohoto testování uvedl do praxe dr. med. Schimmel, který metodu původního Vollova testu v podstatě zjednodušil - používán je pouze jediný komplexní bod a naměřené změny jsou srovnávány s testovacími standardy.

To umožňuje orientačně usuzovat na funkci orgánu nebo systému. Z tohoto hlediska může být tedy přístroj využíván k orientaci k získávání informací při tvorbě zdravého životního stylu, a to z hlediska dietologického či přírodně léčebného. Další využití představuje orientační diagnostika, která pak může být dále cíleně rozvíjena.

Co je to EAM SET?

EAM SET je softwarová databáze anatomických, fyziologických a jiných pojmů souvisejících se zdravím člověka. Jedná se o počítačový program, který lze připojit k přístroji SALVIA. Program obsahuje cca 14 000 přehledně seskupených pojmů představujících jednotlivé testovací ampule.

Program obsahuje tyto skupiny testovacích ampulí:

- kompletní strukturovanou anatomii lidského těla v latině, seznam všech orgánů v latině
- zjednodušenou strukturovanou anatomii v národním jazyce, seznam všech orgánů v konkrétním jazyce
- strukturovanou mikrobiologii
- soubor nejčastějších příčin onemocnění
- léčivé byliny latinsky i v konkrétním jazyce
- potraviny, potravinová aditiva a další alergeny
- drogy
- biochemické látky včetně vitaminů, hormonů, enzymů
- očkování
- měření infekčních ložisek dle pentagramu
- emoce
- nosody a diagnózy
- homeopatie
- léky užívané v praxi
- toxiny včetně toxických kovů a radioaktivních látek
- zubní materiály

Tento program umožňuje sestavování vlastních testovacích sad, což zrychluje samotné měření. Dále program umožňuje vést adresář klientů a zaznamenávat naměřené zátěže při jednotlivých návštěvách. Při další návštěvě lze použít naměřené zátěže při měření, ampule se nemusí složitě vyhledávat v seznamech a rychle lze zkontrolovat, zda od minulé návštěvy došlo ke změně. Součástí programu je samozřejmě možnost vyhledávat požadované ampule v seznamech.

EAM SET je určen především pro profesionály, kteří se aktivně zabývají měřením na přístroji SALVIA. Program je distribuován včetně propojení na přístroj SALVIA, kabeláže, montáže, návodu na použití, instalačních CD a licenční smlouvy.

Výhody tohoto programu:

- snadná aktualizace nových pojmů (testovacích sad)
- mobilita programu - program lze nainstalovat na notebook i pevnou PC stanici
- rychlá a efektivní práce s klientem (při práci lze současně využívat misku přístroje SALVIA a elektronickou virtuální misku programu)
- program nezamezuje užívání dalších funkcí vašeho PC (internet, Word, Excel)
- jazykové mutace programu: česká, slovenská, maďarská, polská, německá; připravuje se též anglická

Pro instalaci programu EAM SET je nutné:

- dodání vašeho notebooku nebo pevné PC stanice
- volný port USB
- operační systém Windows 98, XP, NT2000, Vista
- minimální konfigurace 150 MB paměti na pevném disku, 32 MB RAM

Stáže - sledujte detoxikační terapeutů při práci v praxi

Stáž představuje možnost sledovat naše profesionální terapeuty při práci s klienty přímo v detoxikačních centrech. Další možností je absolvovat stáž přímo u MUDr. Josefa Jonáše v jeho ordinaci. Tyto stáže jsou určeny především zájemcům, kteří již absolvovali alespoň výukové kurzy I-III. Dovolujeme si vás ještě upozornit, že s ohledem na naše klienty je počet účastníků na stážích omezen a účast je třeba předem objednat. Předpokládáme, že se stáže zúčastní spíše zájemci, kteří nejsou v práci s informační medicínou úplní začátečníci. Doporučujeme tedy nejprve využít kurzů I, II a III.

Na seminářích a dalších akcích si samozřejmě můžete zakoupit různé studijní materiály vztahující se k metodě Řízené a kontrolované detoxikace organismu dle MUDr. Josefa Jonáše, dále přístroj SALVIA a testovací sady.

OBSAH

ŘÍZENÁ A KONTROLOVANÁ DETOXIKACE ORGANISMU DLE MUDr. JOSEFA JONÁŠE.....	3
Pár slov úvodem.....	4
MUDr. Josef Jonáš o řízené a kontrolované detoxikaci organismu.....	9
DETOXIKACE V OBECNÝCH SOUVISLOSTECH.....	13
V rostlinách se skrývá mocná síla.....	14
Věčně zelené naděje.....	17
Začátky jedné cesty.....	20
Zázrak elektroakupunktury.....	23
„Violisté“ po česku.....	25
Příčinou všeho zlého jsou jedy.....	28
Detoxikace - praktické základy.....	31
Detoxikace - tajemství kamene mudrců.....	35
O smyslu a principu.....	39
Toxiny se týkají všech.....	42
Šedá eminence toxin.....	45
Hlen znamená infekční ložisko.....	49
Infekční ložiska.....	52
Infekční ložiska - časovaná bomba.....	56
Mikroorganismy a jejich toxiny.....	59
Toxické kovy.....	62
Detoxikace po používání léků.....	65
Antibiotika.....	68
Metabolity.....	70
Místo detoxikace v našem životě.....	75
MOCNÁ SÍLA LIDSKÉ PSYCHIKY.....	78
Citová potrava je stejně důležitá jako ta fyzická.....	79
V zajetí psychiky.....	82
Psychika a tíha našeho bytí.....	86
Psychické toxiny.....	89
Psychika a detoxikace.....	93
Detoxikace a duševní choroby.....	96
Emoce - vysoká škola detoxikace.....	100
Emoce na pokračování.....	102
Autonomní nervový systém.....	105
Břicho jako druhý mozek.....	108
Dědictví po lovcích mamutů.....	110
Únava - fenomén dnešní doby.....	112
NĚKTERÉ CHOROBY A ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY.....	115
Nemoc jako porušení přírodních zákonů.....	116
Nemoc jako vítězství mikroorganismů.....	120
Detoxikace a zhoubné nádory I.....	123
Detoxikace a zhoubné nádory II.....	127
Detoxikace a hormonální systém I.....	130
Detoxikace a hormonální systém II.....	133
Paracelsus a skleróza multiplex.....	136
Lymfatický systém a naše zdraví.....	140

<u>Adenoidní tkáň a zdraví.....</u>	<u>143</u>
<u>Plíce nemáme pouze k dýchání.....</u>	<u>145</u>
<u>Plicní ložisko člověka.....</u>	<u>148</u>
<u>Alergie.....</u>	<u>152</u>
<u>STRAVA A METABOLISMUS.....</u>	<u>156</u>
<u>Potrava tvá budiž lékem tvým.....</u>	<u>157</u>
<u>Když se řekne... dieta.....</u>	<u>161</u>
<u>Čím kdo zachází, tím také schází.....</u>	<u>166</u>
<u>Obezita.....</u>	<u>169</u>
<u>Jen málo nového pod sluncem.....</u>	<u>172</u>
<u>ŽENY A MATEŘSTVÍ.....</u>	<u>175</u>
<u>Žena pod drobnohledem.....</u>	<u>176</u>
<u>O poruchách ženského těla.....</u>	<u>179</u>
<u>Lidské papilomaviry.....</u>	<u>182</u>
<u>Šťastné je jen zdravé.....</u>	<u>184</u>
<u>ROZHOVORY.....</u>	<u>187</u>
<u>Lidstvo stále hledá svůj všelék.....</u>	<u>188</u>
<u>Marie Dolejšová.....</u>	<u>193</u>
<u>Na závěr několik praktických rad pro zájemce o metodu Řízené a kontrolované detoxikace dle MUDr. Josefa Jonáše.....</u>	<u>197</u>
<u>Přístroj SALVIA, program EAM SET a testovací sady ampulí.....</u>	<u>199</u>

z



„Stejně jako zdravotní věda dospěla před několika staletími k poznání, že středověké životní špinavé prostředí je příčinou moru a tyfu, tak současná doba je zralá na poznání, že jedy pocházející z civilizace jsou příčinou dnešních chorob. Se středověkou špinou si poradila komunální a osobní hygiena - a s civilizací chorobami si může poradit jedině nový přístup k léčbě, vnitřní hygiena našeho těla. Jako kdysi vznikl hygienický průmysl, bude muset vzniknout další obor, sofistikovaná činnost k očistě lidského organismu od toxinů“.

Josef Jonáš
MUDr. Josef Jonáš


Metoda Řízené a kontrolované detoxikace organismu dle MUDr. Josefa Jonáše

Proč je metoda „řízená a kontrolovaná“? K zjištění stavu organismu a jeho zatížení toxiny používá akreditovaný specialista přístroj a sady ampulí nebo testovací počítačový program EAM Set. Po vyšetření doporučí vhodné preparáty Joalis.

Preparáty Joalis jsou to čistě přírodní energo-informační preparáty, které organismus nijak nezatíží. Naopak, mohou ho zbavit toxinů z životního prostředí, ale i toxinů psychických. Člověk se tak může zbavit většiny zdravotních obtíží, jako jsou především imunitní poruchy, alergie, chronické záněty dýchacího ústrojí a močových zánětů, a dále pak gynekologických poruch a problémů spojených s menopauzou, kožní choroby, potíže s pohybovým aparátem, únavy, deprese a mnoha dalších.

V průběhu, používání preparátů nebo dle dohody se svým klientem pak měření na přístroji zopakuje a zkontroluje výsledný efekt detoxikační kúry a případně doporučí další postup.

Akreditovaní specialisté zabývající se touto metodou působí na území celé ČR. Jejich seznam naleznete na www.joalis.cz.

 **Více informací a objednávky:**
Economy Class Company, s. r. o.
Výhradní distributor výrobků Joalis v ČR

Na Výhledech 1234/8, 100 00 Praha 10,
tel./fax: 274 781 415
Expediční centrum: U Řepické zastávky 1293,
386 02 Strakonice II, tel.: 383 321 741,
fax: 383 321 696, mobil: 604 247 774
e-mail: info@joalis.cz



MUDr. Josef Jonáš

KDE KONČÍ DUŠE A ZAČÍNÁ TĚLO

Sazba Jaroslav Bulíček
Obálka Zdenka Gelnarová
Tisk CPI Moravia Books s. r. o., Pohořelice

Vydalo nakladatelství Eminent
P. O. Box 298
111 21 Praha 1
www.eminent.cz

08/05/10
ISBN 978-80-7281-352-0



MUDr. Josef Jonáš (1945) je jedním z našich nejpobulárnějších autorů a zároveň vyhledávaným praktikem celostní medicíny. Věhlas získal především svým průkopnickým dílem *Křížovka života*, které dodnes patří mezi nejžádanější publikace, jež u nás kdy vyšly. Volně na ni navazují dvě knihy s názvem *Tajenky života* odhalující další skryté souvislosti v lidském organismu.

Jeho *Praktická detoxikace podle MUDr. Josefa Jonáše* je učebnicí originální a celosvětově ojedinělé metody řízené a kontrolované detoxikace organismu, která je završením celoživotní autorovy badatelské cesty přírodní medicínou za odhalením tajemství novodobého kamene mudrců.

Další jeho ojedinělá kniha *Jonášova kuchařka pro zdraví* přináší nejen stovky receptů, které vycházejí z autorovy detoxikační metody, ale ukazuje také vliv jednotlivých druhů potravin na lidský organismus a na jeho momentální i dlouhodobý zdravotní stav.

Knihá *Kde končí duše a začíná tělo* je souhrnným dílem MUDr. Josefa Jonáše o řízené a kontrolované detoxikaci organismu. Vše, co kdy MUDr. Jonáš řekl, napsal nebo si jen o této problematice myslel, najdete v kapitolách jako jsou Detoxikace v obecných souvislostech, Mocná síla lidské psychiky, Některé choroby a zdravotní problémy, Strava a metabolismus a na své si přijdou rovněž těhotné ženy.

„Hlavní myšlenkou řízené a kontrolované detoxikace organismu je nalézat kořeny nemoci a usilovně se stále hlouběji prokopávat ke kořenům stromu, na němž ,zraje ovoce nemoci‘.“

Josef Jonáš pravidelně publikuje na stránkách měsíčníku REGENERACE, časopisu pro zdravý životní styl, který integruje poznatky tzv. západní a alternativní medicíny.