

Ekzém – vyliečenie nevyliciteľného Psychofonetická liečba atopickej dermatitídy

Autor: Yehuda Tagar¹
Preklad: Silvia K. Galatová

„Atopická dermatitída (ekzém) je stav, ktorý spôsobuje, že vaša pokožka sčervená a svrbí. Je bežná u detí, ale môže sa vyskytnúť v akomkoľvek veku. Atopická dermatitída je dlhotrvajúca (chronická) a má tendenciu periodicky vzplanúť. Môže byť sprevádzaná astmou alebo sennou nádchou.“

„Na atopickú dermatitídu nebol nájdený žiadny liek“.

Klinika Mayo²

„Psycho-neuro-imuno-endokrinológia, ktorá bola prvýkrát opísaná v roku 1936, je veda o interakciách medzi psychikou, nervovými a endokrinnými funkciami a imunitnými odpoveďami. Cieľom psycho-neuro-imuno-endokrinológie je aplikovať medicínske poznatky na liečbu rôznych alergických, imunitných, autoimunitných, reumatických, neoplastických, endokrinných, kardiovaskulárnych a dentálnych patológií, a iných porúch“.

PMC, Lekárska knižnica národného zdravotného inštitútu USA (NIH/NLM)

„... na základe takéhoto poznania (antropozofia) si uvedomujeme, že povaha celej ľudskej bytosti alebo ktoréhokoľvek jednotlivého orgánu je videná s jasnosťou len vtedy, ak vieme, ako v človeku pracuje fyzické, éterické, astrálne telo a individuálne „ja“.

"Lebo v astrálnom tele musíme rozpoznať sily pôsobiace v ľudskom organizme odstredivo zvnútra smerom von,...ktoré sa prejavujú napríklad príznakmi ekzému."

Rudolf Steiner a Ita Wegman, 1925³

Nie som lekár a psychofonetika nie je mainstreamová medicínska metóda. Som terapeut a counselor s 20 ročnou klinickou praxou na registrovaných klinikách v Austrálii a Južnej Afrike. Psychofonetika je metóda doplnkovej podpory fyzickej, emocionálnej, mentálnej, vzťahovej a profesionálnej starostlivosti o seba a osobného rozvoja. Psychofonetika je metóda participatívnej medicíny a to, čo dokáže, je v tejto oblasti unikátne. Zapája totiž klienta do procesu sebauzdravovania ako kolegu v terapeutickom tíme, nie ako pasívneho prijímateľa intervencie.

My, psychofonetickí terapeuti, považujeme subjektívne prežívanie a sebauvedomenie klienta za zásadnú zložku terapeutického procesu. Preto je psychofonetika taká účinná pri psychosomatických problémoch. Ľudská konštitúcia nie je len biologický stroj, ale komplikované kontinuum fyzického tela, životného (éterického) tela, vnímavého (astrálneho) tela, komplikovaného života duše, individuálneho ducha – „ja“ a sociálnych vzťahov. Každý zdravotný problém má vo väčšej či menšej miere psycho-somaticko-sociálno-duchovnú zložku, ktorá niekedy predstavuje 5% a niekedy 95% problému. Zapojenie tejto zložky do procesu liečenia je našou špecialitou.

Psychofonetika sa vyvíjala 20 rokov na integrálnych medicínskych klinikách v Melbourne a Kapskom Meste, kde som bol praktickým poradcom a psychoterapeutom pod dohľadom kvalifikovaných lekárov s otvorenou myslou. Odosielali mi pacientov so zdravotnými problémami, ktorých medicínska príčina a liečba nebola známa. Tak som si rozvinul svoje psychofonetické psycho-somatické zručnosti, ktoré teraz vyučujem na Psychophonetics Institute International, ktorý je na Slovensku zastúpený Školou empatie.

Ekzém je jedným z nevyliciteľných zdravotných problémov, pre ktoré som musel vyvinúť psychosomatické vysvetlenie a samoliečebný terapeutický proces s podporou a pod supervíziou mojich kolegov, integračných a antropozofických lekárov. Aké sú teda známe fakty o ekzéme a čo s ním v psychofonetike robíme?

Rád študujem vedecké a populárne epidemiologické popisy a správy o rôznych zdravotných stavoch, ich príčinách, symptómoch a dostupných liekoch na Mayo Clinic, pretože ide o neziskovú organizáciu. A keďže je to taká veľká, renomovaná a dôveryhodná inštitúcia, môže si dovoliť byť úprimná. Ak nie je známa zdravotná príčina choroby, nemôže existovať medicínska liečba. Klinika Mayo vám vždy povie, keď lekárska veda nepozná príčinu a liek na chorobu, a ak to nevie Mayo Clinic, nevie to nik z mainstreamovej medicíny.

Lekárska príčina ekzému nie je známa. Mnoho ľudí ním trpí celý život. Podľa siete Allergy & Asthma Network trpí ekzémom 31 miliónov Američanov (z 340 miliónov ľudí, takmer 10 % celkovej populácie), vrátane 9,6% detí. Dve tretiny z nich uvádzajú, že im to zasahuje do každodenného života, 30 % uvádza poruchy spánku, u 50 % detí s ekzémom sa rozvinie astma. 23,8 % adolescentov s ekzémom má samovražedné myšlienky. Je zvláštne, že ekzém sa častejšie vyskytuje u detí z rodín s vyšším príjmom a vzdelaním. Ekzém sa považuje za typickú súčasť „triády“ astma - senná nádcha - ekzém, pri čom každá z týchto chorôb sa považuje za nevyliciteľnú. Keďže neexistuje žiadne lekárske vysvetlenie ekzému na čisto fyzickej úrovni, neexistuje žiadny liek, čo každý ekzematik veľmi dobre vie. To je jasný náznak toho, že príčina aj liečba čakajú na svoje odhalenie na psychosomatickej úrovni.

Vo svetle poznatkov novej vedy, psycho-neuro-imuno-endokrinológie, hrá stres hlavnú úlohu pri zhoršení, kontrole a náprave poškodenia zdravia v tomto komplikovanom kontinue. Túto súvislosť objavil významný slovensko-maďarsko-kanadský endokrinológ Hans Selye⁴ (1907-1982), ktorý v roku 1940 objavil existenciu biologického stresu. Fyziologické dôkazy škodlivých účinkov stresu na celý ľudský systém sa dnes považujú za mainstreamovú vedu, ale ako všetci vieme, stres nie je nikdy len biologický. Stres je zo svojej podstaty psychosomatický.

Ekzém je typická psychosomatická choroba. Prostredníctvom klinickej skúsenosti s psychofonetikou sme zistili, že ide o „nesprávne umiestnený oheň“, ktorý spaľuje kožu, telesné teplo, ktoré sa nikdy nemalo dostať na povrch tela, ale ktorého správne miesto je vo vnútri tela. Ľudské telo potrebuje oheň. Aby vnútorné orgány fungovali, musí udržiavať celkovú priemernú teplotu 37 °C, ale táto teplota nie je rovnomerne rozložená po celom tele. Existuje tzv. „tepelné telo“, ktoré udržiava, produkuje, absorbuje, odstraňuje, vyrovnáva a distribuuje teplo po celom tele podľa rôznych potrieb rôznych orgánov. Pre fungovanie metabolického a imunitného systému je potrebné nadpriemerné teplo: pečeň dosahuje teplotu cca. 41 °C, takže môže skutočne zahriať krv, zatiaľ čo reprodukčné orgány musia byť chladnejšie: Teplota semenníkov sa udržiava na 35 stupňoch Celzia, pretože spermie sú najšťastnejšie pri 33 °C, a preto sa nachádza mužský miešok mimo tela, kde sa ľahšie ochladí. Priemerná teplota ženských prsníkov sa pohybovala medzi 32,7 °C a 36,4 °C, čo je značne pod priemernou celkovou telesnou teplotou⁵, a podobne ako mužské semenníky, aj ženské prsia vyčnievajú z trupu von, aby vyžarovali teplo, pravdepodobne preto, aby sa optimalizovala tvorba mlieka. Telo svoju teplotu neustále monitoruje a obnovuje na priemernú homeostázu 37,2°C, a zároveň udržiava teplotné rozdiely jednotlivých orgánov.

Ľudská pokožka má rada nižšiu teplotu, ako je telesný priemer. **Normálna teplota ľudskej kože sa pohybuje medzi 33,5 a 36,9 °C.** Keď sa teda na perifériu vytlačí extra teplota, ktorá správne patrí vnútorným metabolickým orgánom, **pokožka je prakticky v plameňoch** a tak to človek aj cíti. **To je ekzém.**

Prečo sa však teplo tlačí z vnútra tela na okraj? Ak by lekárska veda mohla na túto otázku odpovedať, ekzém by sa dal vyliečiť. Existujú hypotézy o spojitosti s genetikou, kontaktom s chemikáliami či stravou, ale skutočný pôvod ekzému zostáva pre modernú medicínu záhadou.

Tu je možné psychosomatické vysvetlenie:

Keď je z nejakého dôvodu narušená psychologická a psychosomatická (astrálna) dynamika, dochádza k čiastočnému odklonu úrovne ľudskej konštitúcie od fyzického orgánu, ku ktorému primárne

zodpovedná, a k narušeniu celého metabolického procesu. Táto situácia sa môže ľahko stať chronickou a celoživotnou, pretože dynamika prostredia, najmä rodičov, ktorá obklopuje človeka, najmä v ranom detstve, zvyčajne pretrváva počas celej dĺžky vývoja dieťaťa. Táto situácia má tieto dôsledky: 1) naruší sa metabolický proces, 2) psycho-somatická dynamika je vytláčaná z centra tela na jeho okraj: do hlavy – výsledkom je migréna, a na kožu - čo vedie k ekzému. Alopatické, homeopatické, bylinné, čínske a ajurvédské lieky môžu byť účinné, ale z vyššie uvedeného hľadiska môžu pôsobiť len symptomaticky, neriešia hlavnú príčinu ochorenia. (viď obrázok dolu)

Vo svetle tohto vysvetlenia potom liečba pomocou psychofonetiky prebieha takto:

V psychofonetickom procese použijeme na odkrytie vnútornej dynamiky sekvencie prieskumu, ktoré zahŕňajú metodickú empatiu, pamäť tela, vnímanie, spontánne vedomé gesto, vizualizáciu a hlásky ľudskej reči. S pomocou týchto nástrojov sa v každom procese týkajúcom sa ekzému odkryje nasledovný vzorec: hlboko rozrušené malé dieťa, vystavené neznesiteľnej ľudsko-environmentálnej dynamike, z ktorej sa nevie vymaniť, a proti ktorej sa nemá ako brániť. Súčasťou obrazu je aj seba-nenávisť a odmietnutie.

V momente, keď si klient v sebaopozorovaní uvedomí túto vnútornú drámu, zdvihne sa v ňom vlna súcitu s trpiacim vnútorným dieťaťom, ako v každom normálnom človeku. To najprv zastaví a postupne ukončí škodlivú dynamiku seba-nenávisti. Tento proces zvyčajne vedie k výraznému zníženiu pocitu svrbenia a viditeľnosti zápalu. To je prvá časť procesu.

Inými slovami: určité emocionálne narušenie ovplyvní psychosomatickú dynamiku vo vnútornom metabolickom živote tela, vyženie psychosomatickú prítomnosť s jej teplom preč zo stredu tela na jeho okraj. Nadbytočné teplo tam následne vyvoláva typické prejavy ekzému – pálenie a svrbenie.

Navyše, z ochorenia plynúce obmedzenia a hanba za svoj výzor má za následok antipatiu a nenávisť k vlastnému telu. Toto typické sebaodmietanie a seba-nenávisť sa stáva sekundárnou príčinou emocionálnych porúch, ktoré ovplyvňujú metabolizmus dlho po zmene pôvodnej znepokojujúcej rodinnej situácie. Z tohto „začarovaného kruhu“ vyplýva celoživotná chronická situácia. Akoby vo vnútri človeka prebiehala občianska vojna alebo, ako to v hebrejčine nazývame: „vojna bratov“.

Keď sa odhalia tieto dve postavy, trpiace dieťa s horiacou pokožkou a vnútorná postava seba-nenávisti, prirodzene sa vynorí aj tretia postava, „seba - súcitiť“. Energia seba-nenávisti sa aspoň na tú chvíľu zastaví, prebytočné teplo ustúpi z pokožky do vnútornej oblasti brucha, kam patrí a svrbenie sa výrazne zníži. Klienti potom pokračujú s cvičením doma až do bodu, kedy sa ekzém úplne odznie.

V psychofonetike tento proces nazývame: „Trojuholník súcitu“. Ide o prekonanie chronickej seba-nenávisti tým, že ju nahradíme súcitom so sebou samým.

Ak sa vám to zdá príliš jednoduché, vyskúšajte to sami a uvidíte výsledok.

Všetky psychofonetické procesy sú tvoríme tak, aby klient mohol pokračovať autoterapiou doma. Psychofonetika je „Psychológia slobody“ a má za cieľ prekonať tendenciu závislosti na terapeutovi. Ak je proces úspešný, klient sa stáva sám sebe liečiteľom.

Vyliečenie ekzému je jedným z typických príkladov „vyliečenia nevyliečiteľného“ pomocou psychofonetiky. V blízkej budúcnosti vám na stránkach Vitality ponúknem ďalšie príklady týkajúce sa sennej nádchy, astmy, herpesu, migrény, zápalu močových ciest, syndrómu dráždivého čreva a ďalších.

Psycho-neuro-imuno-endokrinológia je úplný názov psycho-somatického kontinua, v ktorom psychika klienta, jeho subjektívne prežívanie, uvedomenie, činy a vzťahy zohrávajú hlavnú úlohu v priebehu jeho choroby a v procese uzdravenia. Je len logické zahrnúť hlavného protagonistu tejto subjektívnej zložky chorôb - klienta, ako člena a kolegu terapeutického tímu. Toto umenie možno nazvať „participatívna medicína“. V tomto je psychofonetika je priekopnícka a účinná metóda.

To všetko bolo možné uskutočniť vďaka praktickej aplikácii antropozofického chápania ľudskej konštitúcie ako kontinua tela, duše a ducha.

Ukončujem tento článok tak, ako som ho začal, mottom Rudolfa Steinera a Ity Wegmanovej o základoch umenia liečiť z ich poslednej knihy: Základy terapie, 1925:

„... na základe takéhoto poznania (antropozofia) si uvedomujeme, že povaha celej ľudskej bytosti alebo ktoréhokoľvek jednotlivého orgánu je videná s jasnosťou len vtedy, ak vieme, ako v človeku pracuje fyzické, éterické, astrálne telo a individuálne „ja“.

Yehuda Tagar je medzinárodný kouč, poradca, psychoterapeut, konzultant a tréner organizačného rozvoja, zakladateľ psychofonetiky, metodickej empatie a humanizácie pracoviska, riaditeľ Psychofonetického inštitútu International a dekan na Škole Empatie na Slovensku. <https://linktr.ee/yehudatagar>

²Klinika Mayo je neziskové americké akademické lekárske centrum zamerané na integrovanú zdravotnú starostlivosť, vzdelávanie a výskum. Je domovom mnohých najuznávanejších rezidenčných vzdelávacích programov v Spojených štátoch. Vynakladá viac ako 660 miliónov dolárov ročne na výskum a zamestnáva viac ako 3 000 výskumných pracovníkov. Už štrnásť rokov po sebe je na zozname „100 najlepších zamestnávateľov“, ktorý vydáva časopis Fortune. https://en.wikipedia.org/wiki/Mayo_Clinic#cite_note-6

³Rudolf Steiner & Ita Wegman, Základy terapie, kapitola 1 & 20.

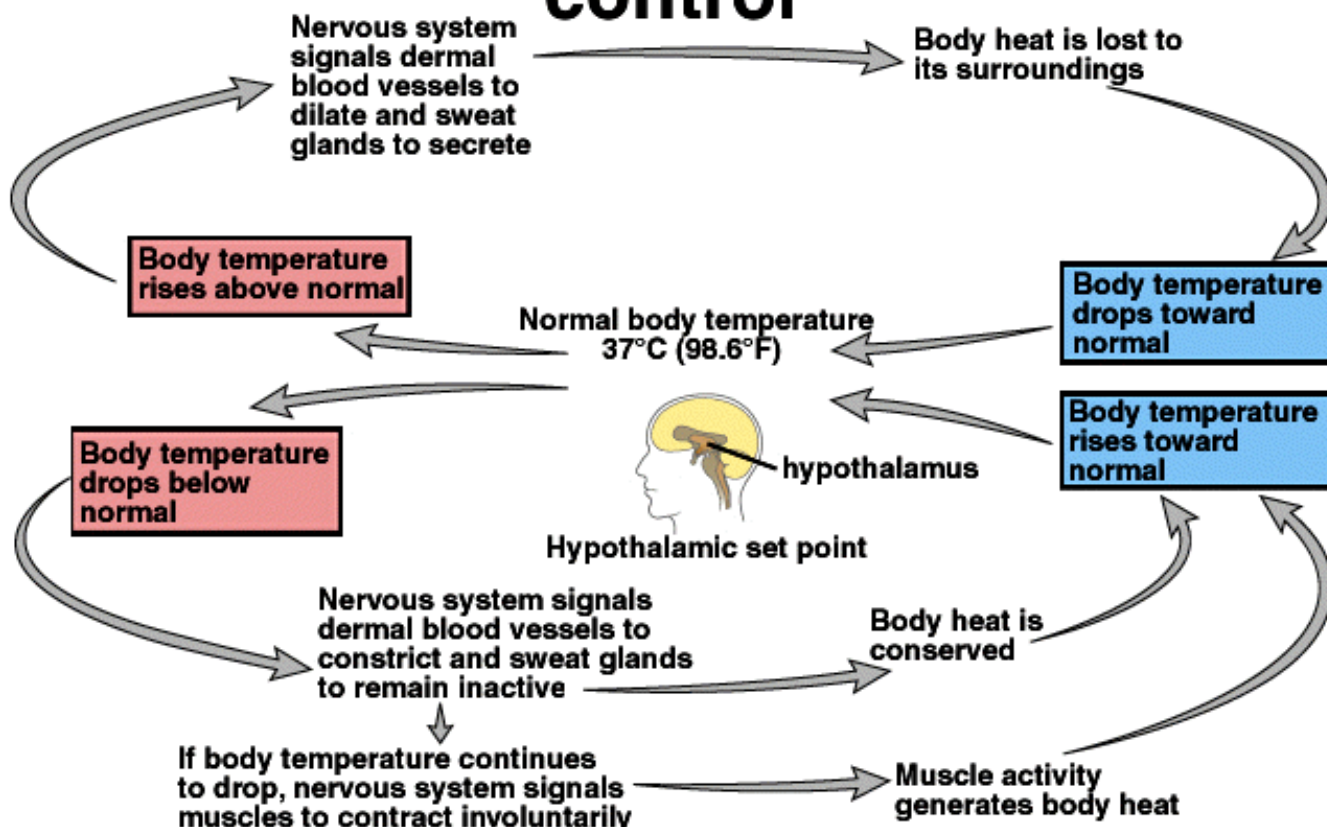
⁴János Hugo Bruno "Hans" Selye (maď. Selye János) 1907 – 1982, bol priekopnícky maďarsko-kanadský endokrinológ, ktorý viedol dôležité vedecké práce o reakcii organizmu na stresory. Vyrastal v Komárne na Slovensku, kde je po ňom pomenovaná jediná maďarsky hovoriaca univerzita na Slovensku: Univerzita J. Selyeho (maď. Selye János Egyetem). Svoju priekopnícku prácu v oblasti stresu a endokrinológie vykonával na Johns Hopkins University, McGill University a Université de Montréal.

⁵<https://www.scielo.br/j/eins/a/kKYjgBRxWcN3FtLWCGRnwHs/?lang=en>

Preklad schémy:

Copyright © The McGraw-Hill Companies, Inc. Permission required for reproduction or display.

Homeostasis and temperature control



Homeostasis and temperature control

(Horný okruh od červeného políčka v smere šípok)

Body temperature rises above normal

Nervous system signals blood vessels to dilate and sweat glands to secrete

Body heat is lost to its surroundings

Body temperature drops toward normal

Normal body temperature 37°C

(stred)

Hypothalamus

Hypothalamic set point

(Spodný okruh od červeného políčka v smere šípok)

Body temperature drops below normal (*červené políčko a od neho v smere šípok*)

Nervous system signals blood vessels to constrict and sweat glands to remain inactive

Body heat is conserved

Body temperature rises toward normal

(Najspodnejší polkruh zľava doprava)

If body temperature continues to drop, nervous system signals muscles to contract involuntarily

Muscle activity generates body heat

Homeostáza a kontrola teploty

(Horný okruh od červeného poľa v smere šípok)

Telesná teplota stúpa nad normá

Nervový systém dáva krvným cievam signál rozšíriť sa a potným žľazám vylučovať

Telesné teplo sa stráca do okolia

Telesná teplota klesá k normálu

Normálna telesná teplota 37°C

(stred)

Hypotalamus

Nastavená hodnota hypotalamu

(Spodný okruh od červeného poľa v smere šípok)

Telesná teplota klesne pod normá

Nervový systém signalizuje cievam zúžiť sa a potným žľazám ostať neaktívne

Telesné teplo je zachované

Telesná teplota stúpa k normálu

(Najspodnejší polkruh zľava doprava)

Ak telesná teplota naďalej klesá, nervový systém signalizuje svalom, aby sa mimovoľne stiahli

Svalová aktivita vytvára telesné teplo