

Meníme svet po kvapkách

Joalis info

5/2015
september- október

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

**Vedieť, čo
a prečo to
robíme!**



**Obličky
a močový mechúr**
Tiene našej duše

Pripravili sme pre vás dva nové plagáty!

PARASYMPATICKÁ NERVOVÁ SOUSTAVA

Organ	Problém	Príčina
Zornice	Problémy s vidieť (zášľapa), omdlievanie - stažení	III. okohybný, šesťnásť ganglion (s. okulomotoricus - III - n. cranialni - súčasť tzv. pyramidy)
Oko	Problémy s vidieť	Zákový ganglion (n. opticus - II - n. cranialni - súčasť tzv. pyramidy)
Slinné žľazy Príušná žľaza	Problémy v ORL systéme, (záňty) - stimulace vylučování	Podčelístní a podžvýčkový ganglion (s. fascialis III, n. glossopharyngeus IX, nervace n. trigeminus - trojklaný nerv V - súčasť tzv. pyramidy)
Štitná žľaza	Chronická nachlazení - hypofunkce (omezení činnosti)	Inervace n. vagus - bludný nerv X - (s. vagus - súčasť tzv. pyramidy)
Svaly krku, mandle	Chronické angíny, bolesti rukou a loktů, suchý kašel	IX. n.
Srdce	Bolesti na hrudi, stavy úzkosti, zpomalení tepu	IX. n.
Pľice	Astma, dýchací obtíže, bronchitída, alergické, bronchitída - stažení dýchacích cest	IX. n.
Zľučník	Problémy se zažíváním - hypofunkce vylučuje žluči	IX. n.
Játra	Bolesti v pravém podžebří - stimulace činnosti	IX. n.
Zaludek	Poruchy trávení, průjmy, meteorismus - stimulace činnosti	IX. n.
Slinná, slinná	Stimulace činnosti	IX. n.
Nadledvinky	Nemá vliv	IX. n.
Ledviny	Stimulace funkce	IX. n.
Močovody	Stimulace funkce	IX. n.
Tenké střevo, lymfatický systém	Rheumatismus, některé druhy neplodnosti, nedostatky vitamínů - stimulace činnosti	IX. n.
Trústé střevo	Křeče, acidóza, dýchací potíže, křečové žíly, nedostatky stopových prvků a minerálů - stimulace činnosti	IX. n.
Appendix	Nemá vliv	IX. n.
Pohlavní orgány, močový mechýr	Bolestivá menštruace, dráždivý močový mechýr, pomôcování, inkontinence, studené končetiny - stažení	KF. p.
Gynekologie	Neplodnost, záňty - stimulace funkce	KF. p.
Esovitá kľička, rektum	Hemoroidy, problémy s vyprazdňovaním - stimulace funkce	KF. p.

SYMPATICKÁ NERVOVÁ SOUSTAVA

Organ	Problém	Príčina
Dolná krvavica	Vysoký krvný tlak, bolesti hlavy, nervozita, nespavosť - stimulace činnosti	Horní krční ganglion - C1 krční (cervikální) plexus
Zornice	Problémy se zaostřováním (zášľapa), omdlievanie - rozšíření	Horní krční ganglion - C2 krční (cervikální) plexus, n. okohybný (n. okulomotoricus - III - n. cranialni - súčasť tzv. pyramidy)
Slinné žľazy	Problémy v ORL systéme - omezení vylučování	Horní krční ganglion - C3 krční (cervikální) plexus, n. trigeminus - trojklaný nerv V - nerv cranialni
Štitná žľaza	Problémy v ORL systéme, (záňty) - omezení činnosti	Horní krční ganglion - C4 krční (cervikální) plexus
Príušná žľaza	Chronická nachlazení - hypofunkce (omezení činnosti)	Horní krční ganglion - C7 krční (cervikální) plexus
Svaly krku, mandle	Chronické angíny, bolesti rukou a loktů, suchý kašel	C6 krční (cervikální) plexus
Srdce	Bolesti na hrudi, stavy úzkosti, zrychlení tepu	Horní krční ganglion - C1-C4 krční, ovládá je cervikální plexus vnútřní krční ganglion - C5-C6 hrudokrční ganglion - C7-Th2
Pľice	Astma, dýchací obtíže, bronchitída - rozšíření dýchacích cest	Th1 - horní krční ganglion, Th3 - patří do tzv. sympatického kmene
Zľučník	Problémy se zažíváním - hypofunkce vylučuje žluči	Th4 - ovládá je hrční plexus
Játra	Bolesti v pravém podžebří - snížení činnosti	Th5 - ovládá je hrční plexus
Zaludek	Poruchy trávení, průjmy, meteorismus - omezení činnosti	Th6 - ovládá je hrční plexus
Slinná, slinná	Omezení činnosti	Th7 - ovládá je hrční plexus
Nadledvinky	Alergie, kofľivka, bolesti zad - stimulace vylučování	Th9 - ovládá je hrční plexus
Ledviny	Stimulace funkce	Th10-Th11 - ovládá je hrční plexus
Močovody	Stimulace funkce	Th11 - ovládá je horní okružní plexus
Tenké střevo, lymfatický systém	Rheumatismus, některé druhy neplodnosti, nedostatky vitamínů - omezení činnosti	Th12 - ovládá je horní okružní plexus
Trústé střevo	Křeče, acidóza, dýchací potíže, křečové žíly, nedostatky stopových prvků a minerálů - omezení činnosti	L1 - ovládá je horní okružní plexus
Appendix	Zápcha, kolitída, príjem - stimulace funkce	L2 - ovládá je horní okružní plexus
Pohlavní orgány, močový mechýr, kolena	Bolestivá menštruace, dráždivý močový mechýr, pomôcování, inkontinence, studené končetiny - úvolnění	L3 - L4-L5 - ovládá je horní okružní plexus
Gynekologie	Neplodnost, záňty - stimulace funkce	ovládáno z priestoru S1-S5 - ovládá ji dolný okružní plexus
Esovitá kľička, rektum	Hemoroidy, problémy s vyprazdňovaním - stimulace funkce	Co - ovládá ji dolný okružní plexus

Plagáty špecifikujú súvislosti medzi parasympatickou a sympatickou nervovou sústavou a možnými zdravotnými problémami.

Plagáty sú vo formáte A3 a A2.
Objednávky na: objednavky@man-sr.sk



Obsah

4 JOALIS TÉMA

Vědět, co a proč děláme!

8 PORTRÉT

Mgr. Ing. Eva Slezáková:

Chci dělat práci co nejlépe a neztratit studijní zvědavost

11 ETIKA ZDRAVÍ

Čtyři základní východiska etiky zdraví

12 ORGÁNY ČÍNSKÉHO PENTAGRAMU

Ledviny a močový měchýř

15 NEKONVENČNÍ MEDICÍNA

Základy přirozené medicíny

16 GALERIE JOALIS

Emoce, Streson a Decitox

18 CESTY KE ŠTĚSTÍ

Paměť, zvuky a hudba

22 DETOXIKACE

Stíny naší duše

27 JOALIS ANIMAL

Joalis animal info

28 SOFTSKILLS

Řeč beze slov aneb Základy nonverbální komunikace

29 LISTÁRNA

30 KALENDARÍUM

Připravované akce

EDITORIAL



Milí čtenáři,

všude kolem nás slyšíme slogany a motta: „Hola, hola, škola volá!“, „Zpátky do školy!“ či „Hurá do lavic!“ Je totiž září – a to je měsíc, který je významný nejen pro naše děti i studenty, ale také pro nás, jejich rodiče. Je po prázdninách a dovolených a všichni nastupují jiný pracovní rytmus.

Na první pohled je zřejmé, že téma vzdělávání se nám jaksi samo ozvalo, ba přímo vnutilo. Můžete si přeci jen, jak je potřebné sledovat soustavně vývoj metody a nejnovější poznatky aplikovat ve své terapeutické praxi, nebo jak působí hudba a rytmus na naše učení. Ponořte se do příběhu terapeutky, která, jak říká – schovala své diplomy do šuplíku.

Všichni víme, že opakování je matkou moudrosti. Proto jsme zařadili také témata, která Vás budou v čase dozrávajících švestek velmi zajímat, neboť pomalu, ale jistě nastává podzim a s ním spojené problémy s depresí a úzkostmi, které se poté projevují také v somatické rovině, a to stresem v okruhu ledvin.

Jak pravil Seneca: „Non scholae sed vitae discimus (Neučíme se pro školu, ale pro život).“

Mgr. Denis Drahoš

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Číslo bolo spracované s využitím textov z českého vydania bulletin Joalis info 5/2015

Spracovanie pre SR: Ing. Lýdia Eliášová, man-sr@man-sr.sk

Grafická úprava pre SR: Ivan Sokolský | ywan, www.ywan.sk

Tlač v SR: Tlačiareň P+M s.r.o., Budovateľská 1, 038 53 Turany

Distribúcia v SR: MAN-SR s.r.o., Plzenská č.49, 040 11 Košice

Redakčná rada: MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková

Šéfredaktor: Mgr. Denis Drahoš, d.drahoš@joalis.eu, tel. 602 694 295

Grafická úprava: Martina Hovorková

Vydavateľ: Joalis s.r.o., Orlická 2176/9,

130 00 Praha 3, IČO 25408534, www.joalis.eu

Evidován pod č. MK ČR E 14928

Společnost Joalis s.r.o., má certifikovaný systém řízení, kvality dle normy ISO 9001.





Vědět, co a proč děláme!

V letošním roce můžeme uzavřít určitou etapu existence firmy Joalis. Za patnáctiletou existenci jsme se stali velmi dobře známí. Myslím, že i proto nastal vhodný čas k zamyšlení, v jaké fázi se detoxikační medicína aktuálně nachází.



Moje slova budou spíše kritická, než oslavná. V uplynulých letech jsme vyškoliili několik stovek detoxikačních terapeutů, poradců a lidí, kteří chtějí do tajů této metody proniknout, byť jen třeba jen pro svoji vlastní potřebu či rozšíření obzorů a svého vzdělání. A ať chceme nebo nechceme, tak celý náš detoxikační systém je v podstatě velmi podobný jiným systémům, které známe ze zdravotnictví.

Cesta za vzděláním

Dovolte, abych vám podrobně vyličil cestu za vzděláním lékaře. Domnívám se, že tento model by měl být v mnoha směrech vzorem a vhodný k napodobení. Nejdříve musí budoucí lékař samozřejmě absolvovat příslušné vzdělání na lékařské fakultě. Nejkratší studium trvá šest let a během něj student proniká do tajů anatomie, fyziologie, biochemie, histologie, lékařské fyziky, mikrobiologie i do tzv. klinických oborů, jakými jsou interní lékařství, chirurgie, gynekologie. Medik zkrátka objevuje celou řadu tajů medicíny.

Myslím si, že každý terapeut i každý člověk, který zkoumá lidský organismus, by měl určité základy teoretických znalostí i praktických dovedností ovládat. Jinak řečeno, terapeut by se s nimi měl seznámit. To však stále není dostatečné k úspěšnému výkonu řízené a kontrolované detoxikace. V našem případě je nutné studovat také toxikologii, dietologii či psychologii. Nadto je v základním penzu si osvojit také speciální předměty týkající se teorie a praxe detoxikační medicíny.

Ve vzdělávání terapeutů vidím jednu z významných rezerv. Odstranění těchto nedostatků by zaručeně zvýšilo i kvalitu námi poskytovaných služeb. Víím, že neříkám žádnou novinku, ale považuji to za natolik důležité, abych důrazně doporučil vážně se tímto nedostatkem vzdělávání našich terapeutů zabývat. Nakonec historie medicínského vzdělávání sahá hluboko do raného středověku a řada předmětů, které jsem vyjmenoval, byla vyučována už na středověkých fakultách. Jde tedy o systém velmi rozpracovaný a vyzkoušený.

Úskalí medicínských specializací

Po ukončení studia se musí lékař připravovat na složení atestace, tj. zvolit si specializaci v některém z oborů. Tímto krokem se ovšem lékař stává odborníkem, který se v budoucnu věnuje výhradně svému oboru – výjim-

kou je samozřejmě praktický lékař, který není takto úzce specializován. Tuto kapitolu medicínského vzdělávání bychom v naší praxi rozhodně napodobovat neměli. V celostní medicíně je nesmyslné vychovávat detoxikační terapeutů zaměřených na výhradně na oči, zažívací trakt atp. Detoxikační medicína má naprosto jiné cíle, než rozmělnění detoxikačních postupů podle jednotlivých systémů a orgánů.

Další kapitolou v životě lékaře (což je podstatné období) je systém celoživotního postgraduálního vzdělávání. Skládá z různých

Reptalové a mlčenliví

Dostávám do ruky emaily od různých lidí, nebo ke mně přicházejí klienti a referují, co doposud z detoxikačních preparátů užívali. Právě takto zjistím, jak terapeuté často setrvačně doporučují preparáty, které v určité době vývoje detoxikační medicíny byly populární, ale vývoj je odsunul na vedlejší kolej. Vidím, jak mnozí nejsou schopni posunout svoje myšlení do vyšších pater, nejsou ochotni se dále vzdělávat, ačkoli dostupných vzdělávacích akcí, které pořádá především ECC, je dostatek.

Ve vzdělávání terapeutů vidím jednu z významných rezerv.

kurzů, stáží, konferencí, kongresů a je ve svém profesním růstu velmi pečlivě sledován. Každý lékař musí navštívit určitý počet vzdělávacích akcí, aby získal příslušný počet bodů. Na vzdělávání lékařů samozřejmě dohlíží i nadřízený lékař, obvykle primář oddělení, protože chce spolupracovat s dobře vyškolenými odborníky. I v tomto bodě vidím další nedostatek našeho vzdělávacího systému. Nepopírám, že mnoho našich lidí dochází na semináře, kurzy, letní školy, konference i kongresy, přesto se stále velký počet terapeutů dále nevzdělává. Určitě by nikdo z vás nechtěl přijít k lékaři, který by preskriboval léky z doby před dvaceti, třiceti léty. Takového lékaře, který by nepostřehl, že se v medicíně leccos změnilo, by nikdo nebral vážně. Bohužel, takových lidí je v našem společenství poměrně dost. A protože detoxikační medicína prodělává obdobný vývoj jako všechny jiné obory lidské činnosti, je nezbytné tento vývoj sledovat.

Psychologové vědí, že daleko více je slyšet nespokojence než lidi spokojené. Mezi deseti spokojenými lidmi bude vykřikovat jeden nespokojený a vytvoří dojem, že vše je špatné. Spokojení lidé většinou mlčí. Stejný princip platí i v detoxikační medicíně a lidé, kteří prošli detoxikačním procesem, za který zaplatili, mají stále vyšší a vyšší nároky. Ostatně v minulosti již samo označení přírodní preparát stačilo k tomu, aby k němu lidé vzhlíželi s důvěrou. Dnes to již neplatí. Lidé chtějí vidět výsledky. Jestliže se výsledek nedostaví, bývají mnohdy nespokojení a hlasitě reptají. Tito „reptající“ klienti narušují obraz celé detoxikační medicíny. Samozřejmě se nelze zavděčit všem a zvládnout všechny možné problémy spojené s lidskou existencí. Vidím-li však, že klientovi bylo možné velmi snadno pomoci a že neúspěch je daný zejména tím, že terapeut ustrnul na znalostech z doby před deseti léty, pak nemohu být pochopitelně spokojen.





Kauza chaotické detoxikace

Mnohdy se mne nespokojení pacienti snaží dotknout a jejich emaily obvykle začínají slovy: „Prošel jsem Vaší metodou...“, „Bral jsem řadu Vašich preparátů...“, „Navštívil jsem Vaše terapeutu...“. Jako příklad bych použil konkrétní případ, který mne šokoval. Pacientka má problém již od roku 2005, podstoupila celkovou výměnu chrupu, odstranění amalgámových plomb, má problémy se stabilitou, rychlými pohyby, opakovaně byla odvezena rychlou záchrannou službou, trpí kolísáním krevního tlaku, brněním končetin, točením hlavy a má začínající problémy

- v první kúře **Lymfatex, LiverDren, CorDren**
- v druhé kúře **Cranium, Elemde**
- v třetí kúře **CorDren, MindDren, VelienDren, Antivex**
- ve čtvrté kúře **UrinoDren, Nodegen, Cortex, Spirobor**
- v páté kúře zahájena léčba parazitů
- v šesté kúře **LiverDren, MindDren, Mezeg, InfoDren**
- v sedmé kúře užívá **Diamino, Antimetabol, Medulon**

V roce 2015 upadla na chodníku, čímž dokumentuje, že se její stav i po všech kúrách s přípravky Joalis stále zhoršuje, stejně jako

jakékoli vnitřní souvislosti, a že při jejich podávání jsou narušeny důležité postupy, jako je seřazení preparátů a zacílení na určitý problém. V dané kazuistice můžeme jednoduchou úvahou dojít k závěru, že jde o nemocnění nervového systému, a proto by se detoxikace měla soustředit především na nervový systém. Neurčité sdělení o tom, že byla zahájena léčba parazitů, podle mne vypovídá o tom, že se v celém postupu naprosto ztrácí logika. Ostatně, soudný člověk ví, že celý humbuk kolem parazitů je jedním velkým nesmyslem.

Adekvátní detoxikační postup

Jakým způsobem bychom měli při detoxikaci s těmito potížemi postupovat? Podle závěrů z výzkumu poslední doby jsou zásadním toxinem mikroorganismy. Právě je bychom měli odstranit především. Kúry na odstranění mikroorganismů ale musíme jasně oddělit. Jeden systém bude řešit tělesné zatížení mikroorganismy, jiný systém preparátů bude řešit zatížení nervového systému. Je tedy třeba skladbou preparátů dát jasně najevo, že nyní řeším možná mikrobiální ložiska v nervovém systému. Preparát **Nodegen**, což je preparát, který musí předcházet jakékoli další snaze o likvidaci mikrobiálních ložisek, lze poté doplnit přípravky **Cranium**, event. **Cortex**, nebo **NeuroDren** či **Elemde**. Takto postupovat je možné pouze s vědomím, že

Lidé chtějí vidět výsledky, ne jen sliby.

s mlouvou. Byla hospitalizována v různých nemocnicích a v jejím nervovém systému byly zjištěny závažné změny. Lékař udělal diagnózu, že se jedná o tzv. parkinsonský syndrom (pozor, nezaměňovat s Parkinsonovou chorobou!) a byla jí diagnostikována zvýšená hodnota boreliových protilátek.

Obrátila se na dvě terapeutky, které, jak žena uvádí, pracují pod záštitou MUDr. Josefa Jonáše. Byli jí zjištěni paraziti v těle, jinak další (celkem logické) toxiny, těžké kovy, borelie. Postupně užívala následující preparáty:

její psychický stav. Seběmenší vypětí jí způsobí třes končetin, chůze se stává obtížnou, hlava se motá, lokomoce je neuspokojivá, nadměrně se potí a špatně mluví.

Již základní analýzou užívaných preparátů vidím, že jde o naprosto chaotický a nesmyslný výčet preparátů, a to dokonce hned v první kúře, což je alarmující. Víme přece, že existují mateřské orgány, které ovládají podřízené systémy, lymfatický systém je podřízen slezině a tudíž podávání **Lymfatexu** nemá žádné odůvodnění. Je zcela zřejmé, že jde víceméně o nahodilou skladbu preparátů bez

mikrobiální ložiska představují pouze jednu třetinu možného mikrobiálního zatížení.

Další důležitá část terapie bude představována chronickými infekcemi. V tomto případě téměř jistě půjde o borelii pravděpodobně kombinovanou s viry. Konkrétně je potřeba vždy odstranit zátěž z gliového systému preparátem **Mezeg**, aby mohlo dojít k čistým procesům nervových buněk. Kombinací preparátů **Nodegen**, **Mezeg** a **Cranium** bude mít imunitní systém dostatečnou výkonnost. Teprve pak můžeme nasadit preparát **Spirobor**, event. **Antivex**. Podstatné je, aby bylo ze seřazení preparátů zřejmé, že terapeut uvažoval nad imunitou, nad drenážními možnostmi nervových buněk a také nad samotnou očistou nervových buněk.

Preparáty pro somatickou očistu jako jsou **CordDren**, **LiverDren**, **VelienDren**, na které se dotyčné terapeutky soustředily, jsou v tuto chvíli jen preparáty pomocnými a rozhodně bych se jimi v konkrétním případě nezdržoval. Je možné, že ani po takové detoxikaci nedojde ke změně zdravotního stavu. Neznám konkrétní psychický stav dotyčné pacientky a neznám ani její věk. Myslím si však, že stres a emoce budou hrát velmi důležitou roli. V současné době je zpracován systém, který nám umožní další očistu od mikroorganismů, což bude pro výsledky detoxikace velmi významné.

Špatné pochopení konkrétních postupů

Je zřejmé, že dotyční terapeuti správně nepochopili detoxikační postupy, a přestože většina preparátů je ve všech jejich kúrách v podstatě obsažena, jsou seřazeny naprosto v nesprávném pořadí. A proto také nemohou fungovat. Naše postgraduální vzdělávání by tyto chyby mělo jednoznačně odstranit. Zároveň by mělo pomoci terapeutům, aby jejich logika řazení preparátů a skladba odpovídaly nejnovějším závěrům výzkumu. Je totiž zcela samozřejmé (jako ve všech vědních oborech), že dochází nejen k vývoji poznání, ale také k proměnám samotné technologie. Jestliže se zabýváme lidským zdravím, upisují se také tomu, že budu pečlivě sledovat všechny nejmodernější poznatky, abych mohl klientům pomoci na té nejlepší možné úrovni. Nelze tedy říci, že by ten nebo onen člověk detoxikaci neuměl, lze však říci, že do své praxe nedokáže přenést poznatky, které známe a kterým věnujeme veliké úsilí.

Budeme se snažit, aby školící systém, včetně trvalého doškolování, měl maximální účinnost. K tomu však je zapotřebí, aby to tak chápali a vnímali všichni z nás. Špatná a nedo-

konalá práce se nám mnohokrát vymstí, a to nejen právě tomu konkrétnímu terapeutovi, ale i terapeutům ostatním, neboť stín neúspěchu padá na všechny.

komplikovaným orgánem), ale že se na celý problém musíme dívat celostně.

Abychom uspěli a abychom byli schopni akceptovat všechny nové trendy detoxikace,

Apeluji na všechny, aby věnovali novým poznatkům výzkumu mimořádnou pozornost a snažili se tyto poznatky začlenit do své práce.

Věnujme pozornost výzkumu!

Původní téma dnešního článku, které jsem dostal zadáno a které znělo: Okruh ledvin, močový měchýř, klouby, kosti, děloha, vlasy, jsem musel změnit právě proto, že se vytrácí pochopení smyslu detoxikace jako celostní metody. Je nasnadě, že při nemocných vlasech nebudeme detoxikovat vlasy a při nemocných kostech kosti (a to nemluvím o kloubech, které jsou samy o sobě nesmírně

musíme zvládnout detoxikaci mozku, musíme pochopit jeho funkce, musíme pochopit lokalizaci jednotlivých problémů. K tomu je zapotřebí mnoho studia, mnoho práce. A tak apeluji na všechny, kdo detoxikaci provádějí, aby věnovali novým poznatkům výzkumu mimořádnou pozornost a snažili se tyto poznatky začlenit do své práce. Jedině tak vytvoříme systém, o kterém budou lidé hovořit pochvalně. A jediné tak jim bude zcela zřejmé, že víme, co a proč děláme.

MUDr. Josef Jonáš





Mgr. Ing. Eva Slezáková:

Chci dělat práci co nejlépe a neztratit studijní zvědavost

Vystudovala několik škol, přesto své diplomy odložila „do šuplíku“ a již několik let se věnuje praxi detoxikační terapeutky. Aneb o tom, jak se z univerzitní manažerky mezinárodních projektů stala odbornice na toxiny.

Povězte mi, prosím, jak jste se dozvěděla o přípravcích Joalis?

Možná to bude znít trochu netradičně, ale k detoxikační medicíně mě přivedla moje ošetřující lékařka. S mými zdravotními obtížemi si jednoduše nevěděla dál rady. Po mnoha letech intenzivního boje s bolestmi jsem byla vyčerpaná já i ona. Nakonec jsme dospěly do bodu, kdy už na mě nezabíraly žádná analgetika. Jednou, když jsem z ordinace odcházela s pláčem, mi paní doktorka dala do ruky vizitku brněnského detoxikačního cent-

ra (Body centrum). S tím, že mi nemůže záručit úspěch, ale že to můžu zkusit. A ono to pomohlo. Přibližně za rok a půl jsem se k ní vrátila, abych jí poděkovala. Žádné léky na bolest už jsem nepotřebovala. Tentokrát měla slzu na krajíčku ona. Bylo to krásné setkání. Jsem jí opravdu vděčná.

S čím konkrétně jste se dlouhodobě léčila?

Tak to by byl dlouhý soupis. Lékaře už očividně také nebavilo to všechno vyjmenovávat

a tak souhrn mých obtíží nejčastěji označovali pojmem „chronický únavový syndrom“. Nicméně mezi mé hlavní obtíže patřily opakující se zápaly plic, migrény, alergie, astma, chudokrevnost a únava. Ovšem skutečně nejpalčivějším problémem byly menstruační bolesti. Problém, který se vlastně za nemoc ani nepovažuje. A přitom ho dobře zná tolik žen. Bylo to opravdu horší než všechny ostatní nemoci dohromady.

Co Vás na terapii v detoxikačním centru zaujalo?

Nemůžu říct, že by to s detoxikací byla láska na první pohled. Při první návštěvě poradny jsem byla hlavně ostražitá. K alternativním přístupům jsem jakožto absolventka oboru „Aplikovaná matematika“ neměla žádnou důvěru. Metodu jsem jednoduše zkusila jen proto, že mi to doporučila má lékařka. V průběhu terapie se objevovalo mnoho detoxikačních projevů, žádný zásadní význam jsem jim však nepřisuzovala. Skutečný zlom přišel přibližně po třetí kúře, kdy jsem si všimla, že už mě nebolí hlava. Letité migrény byly pryč. Během následujícího roku se pak spravila i většina ostatních problémů. A to je to, co mě zaujalo a přesvědčilo zároveň.

V té době jste se rozhodla stát terapeutkou?

Asi ano. V té době jsem se rozhodla, že se chci více dozvědět o principech detoxikační medicíny. Začala jsem navštěvovat semináře firmy Joalis, přečetla jsem spoustu knih a hodně jsem se vyptávala terapeutů. Čím více jsem detoxikační metodu zkoumala, tím více jsem byla fascinovaná. Nakonec jsem si pořídila přístroj Salvia, testovací ampule a později i program. A tak jsem v roce 2010 otevřela první poradnu doma v obýváku. Když přátelé začali vodit své kolegy z práce a vzdálené příbuzné, nastal čas otevřít veřejnou poradnu ve městě.

Takto to vypadá docela jednoduše, a byly i okamžiky, kdy jste svého rozhodnutí litovala? S čím jste se na začátku musela poprat?

Tak v prvé řadě jsem se musela poprat s myšlenkou, že budu ještě něco dalšího studovat (smích). Po mnoha letech na vysoké škole, se zdálo být zcela absurdní pouštět se do dalšího vzdělávání. Ale měla jsem velkou chuť to udělat, tak jsem to udělala. Nevzpomínám si, že bych tohoto rozhodnutí někdy litovala.

Co se týče praxe, tak ze začátku mě nejvíce stresoval pocit, že nevím co z mnoha informací a toxinů mám měřit jako první a které

z mnoha preparátů mám klientovi doporučit. Nicméně od této mírné neurózy mi pomohl Pavel Jakeš, skvělý terapeut z Brna, který mě naučil, jak si v informacích, toxinech i preparátech udělat systém. Jak rozpoznat, co je momentálně pro klienta nejdůležitější, jak se neztratit v detailech a jak v dané situaci sestavit nejlepší preparátovou kúru. Od doby, kdy jsem tento systém zavedla, mám lehčí hlavu a lepší výsledky u klientů.

Objevily se i nějaké další výzvy v souvislosti s Vaší terapeutickou praxí?

Čím více jsem detoxikační metodu zkoumala, tím více jsem byla fascinovaná.

Výzvou pro mě bylo všechno vyřizování, které přímo nesouvisí s detoxikací, ale bylo to nutné. Trochu mě překvapilo, kolik času zabere hledání a zařizování poradny, různá administrativa, tvorba webových stránek, vizitek, psaní článků, odpovídání na emaily a telefonáty. Teď už naštěstí všechno běží docela plynule. Myslím, že to bylo náročné hlavně proto, že jsem k tomu všemu zároveň chodila do původní práce. Domů jsem se vracela kolem páté hodiny a pak teprve začali přicházet klienti na detoxikaci.

Vaše první poradna tedy byla doma. Jak na to reagovala Vaše rodina?

Rodina si nějakou chvíli myslela, že mě detoxikační idealismus brzy přejde. Ale když pořád nepřecházel, rozhodli se sami přesvědčit o účincích preparátů Joalis. S výsledkem byli spokojeni a od té doby mě podporují i v této věci. A to je fajn, vážím si toho. Myslím, že pokud terapeut nemá podporu od rodiny a nejbližších, musí to být opravdu těžké.

Díval jsem se na Vaše webové stránky. Jsou moc pěkné. Zaujal mě Váš online objednávkový formulář. Osvědčil se Vám tento koncept?

Rozhodně se osvědčil. Online přihlašování bylo moje velké přání, které se nakonec podařilo naplnit. Mám pouze čtyři klienty, kteří se nechtěli nebo nedokázali přes web přihlásit na termín. Tak s těmi se na setkání domlouváme telefonicky. Všichni ostatní ale tento systém vítají. Je to pohodlné. Po rezervaci přijde klientovi potvrzující email, že vybraný termín platí. Přihlašování je možné udělat z domu, z mobilu i z tabletu. A to klidně i o půlnoci. Navíc je možné se i elektronicky odhlásit (max. 48 hodin před návštěvou).

Nikdo nikam nemusí vyvolávat. Myslím, že jsme všichni spokojeni. Dvacáté první století přináší skvělé technické možnosti, tak proč toho nevyužít?

Ovládáte diagnostiku, máte poradnu i klienty. Skoro to vypadá, že teď už Vás čeká jen stereotyp.

To si nemyslím. V poradně je každý klient úplně jiný. I když třeba lidé přicházejí se stejnými obtížemi, tak příčiny nemusí být vůbec stejné. Spíš bych řekla, že je to naopak docela rozmanitá práce (smích). Navíc samotné

preparáty procházejí neustálou inovací, takže terapeut by měl pořád sledovat vývoj metody. Zároveň vím i to, že přede mnou pořád leží spousta neprobádaných oblastí v oblasti zdraví a nemoci. Člověk se aspoň může těšit na další objevování. Myslím, že to takto vnímají i ostatní terapeuti.

Pokud někdo teprve uvažuje o tom, že by detoxikační dráhu vyzkoušel – jsou nějaké vlastnosti nebo kvality, které by měl mít?

Myslím, že v prvé řadě by obecně měl mít rád lidi a měl by být schopen a ochoten naslouchat problémům druhých. Pak se taky docela hodí, aby člověk nebyl příliš sentimentální a nebral si problémy jiných příliš k srdci. Zdá se mi, že na tom vyhořelo nejvíce terapeutů.

A jak to teda řešíte Vy, nasloucháte klientům jen jedním uchem?

Beru klienta vždycky vážně a je jedno, jestli přišel s „rýmičkou“ nebo s cystou. Když jsem v poradně, naslouchám vždy oběma ušima a do hledání nejlepšího detoxikačního řešení se snažím vkládat vždy sto procent svojí energie. Těžké životní situace klientů si ale nenosím domů. V poradně pro ně udělám to nejlepší, co umím, ale pak už nad tím nepřemýšlím. To nemám z vlastní hlavy. To mě naučili přátelé, kteří pracují v tzv. „pomáhajících profesích“. Myslím, že je to jediná šance, jak se nezbáznit (smích).

Promiňte mi trochu rýpavou otázku, ale navštěvují Vaši poradnu i někteří Vaši bývalí kolegové, matematici? Podařilo se Vám někoho z nich přesvědčit? Respektive – pokusila jste se o to?



Já ze zásady nikoho nepřesvědčuji. Kdo se chce něco dozvědět, ten se mě může zeptat, podívat se na můj web, nebo se objednat na měření. Ale někteří mi přátelé – matematici, fyzici a různí inženýři za mnou do poradny přišli, metodu vyzkoušeli a nahlásili mi statisticky významné zlepšení problému už při

Ale pokud chcete slyšet konkrétní příběh, můžu se podělit třeba o jeden dnešní. Do poradny na kontrolu přišla paní Lucie (36 let). Když jsme se před dvěma měsíci viděly poprvé, trpěla po každém jídle nafouknutím a velkými bolestmi břicha. S tím, že to trvá asi jeden rok a lékaři neodhalili žádnou pří-

Vidět pokroky je nejsilnější motivace.

první kúře. Joalis si zařadili do kategorie „šedá zóna“, tedy, že neví – co si o tom mají myslet. Ale s tím, že to asi funguje. Za vyložení akademickou výhru se toto označení asi považovat nedá. Ale tito klienti se uzdravují a posílají mi na detoxikaci i ostatní členy rodiny, takže z terapeutického hlediska to považuji za úspěch. A na zbytek tak úplně nezáleží.

Můžete se s námi podělit o některé další zkušenosti z Vaší poradny?

Moji poradnu nejčastěji vyhledávají lidé, kteří se svým chronickým zdravotním problémem absolvovali všechna doporučená vyšetření, hadičky i léky. Bohužel však bez zásadnějšího úspěchu. Nejčastěji se jedná o alergie, astma, ekzémy, zažívací nebo gynekologické obtíže, opakované anginy apod. Záleží na ročním období. Na podzim nejvíce řešíme dýchací obtíže, po Vánocích je nejčastějším tématem zažívání a s nadcházejícím jarem začínají přicházet alergie.

Takoví lidé jsou asi dost zoufalí... Pracujete nějak s jejich psychikou?

Klienty většinou při první návštěvě informuji o tom, že čínská medicína (ze které vycházíme) klade velký důraz na význam emocí pro zdraví člověka. Považuji to za užitečnou informaci, nicméně nesnažím se nikoho měnit ani moralisticky poučovat. Podrobněji o emocích v poradně hovořím zejména tehdy, pokud nám emocionální záležitost vyjde v souvislosti s játry nebo se slezinou. Staří Číňané to měli dobře promyšlené. Říkali, že se stačí zbavit hněvu a naše játra budou jako nová. Stejně tak, že pro vylepšení kondice okruhu sleziny a slinivky, je potřeba uklidnit mysl a přestat pořád nad něčím pře-

mýšlet. Teoreticky to víme všichni, ale prakticky je to o dost horší. Škoda, že nás už na základní škole neučili, že není potřeba se pořád dokola rozčilovat a brát život příliš vážně.

To se jednoduše řekne, ale těžce realizuje... Jak se bráníte rozčilování Vy konkrétně? Co Vám pomáhá?

Snažím se především cíleně vyhýbat hněvu. Člověk stejně nakonec přijde na to, že to k němu nebylo. Tak proč si zbytečně zatěžovat játra? (smích)

Jaký cíl si v detoxikační praxi kladete?

Dělat svoji práci co nejlépe a nikdy neztratit studijní zvědavost. Vždycky se najde spousta věcí, o kterých by se terapeut mohl (a z hlediska profesního posunu zřejmě i měl) dozvědět více. Ale pokud se mě i v následujících letech bude držet takový detoxikační idealismus jako teď, tak v tom snad nebude problém. Uvidíme, zeptejte se za pár let. 

Mgr. Denis Drahoš

Jméno a příjmení:

Mgr. Ing. Eva Slezáková

Datum narození:

21.6.1983

Vzdělání:

Masarykova univerzita
(Přírodovědecká fakulta,
Ekonomicko-správní fakulta,
Fakulta sociálních studií)
Vysoké učení technické
(Fakulta podnikatelská)
Vrije Universiteit Brussel
(studijní pobyt)
Státní jazyková škola Brno

Záliby:

Buddhismus, cestování

Působíště:

Brno

Kontakt:

www.evaslezakova.cz,
info@evaslezakova.cz

Co mám ráda...

víno a hvězdy nad hlavou

Co nemusím...

olivky, koriandr a politickou korektnost

Čtyři základní východiska etiky zdraví



Jakákoli metoda nekonvenční medicíny, která usiluje o legitimitu, koexistenci či integraci s aktuálně platnou lékařskou praxí, musí zejména reflektovat a osvědčovat základní principy, na nichž stojí lékařská etika.

Pokud chceme přibližovat nekonvenční medicínu lidem z hlediska etiky, dosáhnout legitimní pozice v rámci zdravotnického systému ČR a přijetí jak laickou, tak také odbornou veřejností, měli bychom budovat etiku zdraví v souladu s etikou lékařskou, která je normativní a deontologická (viz box). To znamená, že vychází ze závazných norem a klade důraz na vztah mezi povinností a naším jednáním. V detoxikační praxi jsme povinni konat – bez ohledu na okolnosti či výsledek. A protože je lékařská etika normativní, pak její základ je tvořen principy, normami, institucemi a maximami.

Principem (z lat. *principium*, počátek) je základní a obecně uznávané myšlenkové východisko. Je to nějaká zásada, která se již dále nedokazuje, ale ze které lze odvozovat další důsledky pro jednání či poznání. Morální principy jsou obecnější než normy a nejsou založeny na legislativě. V antice byl považován princip za prvotní a základní prvek jakékoli další činnosti nebo věci. Rozdíl mezi obecným principem a principem morálním je založen v praxi. Morální zásada zdůvodňuje podřízené normy a je v tomto smyslu také počátkem morálních i právních norem. Základními principy lékařské etiky, kterým se budeme věnovat v dalším čísle bulletinu Joa-

lis info, jsou principy nonmaleficence, beneficence, respektování autonomie a spravedlnosti.

V obecné rovině se požadavek na chování nebo vlastnosti věcí, člověka, situace pojmenovává slovem **norma** (z lat. úhelnice, pra-

praktikovaný, schvalovaný a předávaný způsob jednání a vztahů. Instituce je v sociologickém slovníku způsob vykonávání nějaké činnosti čili jak se nějaká věc dělá. Organizace je, jakým způsobem lidé tuto činnost koordinují. Pro příklad uvedme zdravotnické

Měli bychom budovat etiku nekonvenční medicíny v souladu s etikou lékařskou.

vítko, předpis), které pochází z antického stavitelství a znamenalo kolmici či přímku. Dobro by mělo být neměnné, stejně jako je geometrie. Morální norma je formulací nároku, který je vyjádřen v povinnosti. Je vyjádřením toho, co je povoleno a co zakázáno. Norma může být předepisována a vyžadována, nebo pouze popisuje, co je přijatelné či obvyklé. Normy mohou být psané i nepsané a odlišují se závazností a rozsahem platnosti. Mezi normy můžeme řadit subjektivní individuální lidské normy či právní normy, které jsou povinné pro všechny.

Slovem **instituce** (z lat. *instituere*, ustanovit, zřídit) nebudeme v morální diskuzi chápat organizaci a účelové společenské útvary, jak se slovo v běžné řeči užívá, ale obecně

zařízení jako organizaci a zdravotnictví jako instituci. Každá instituce působí coby mechanismus udržující sociální kontrolu a řád. Instituce je v konečném důsledku vzorem pro jednání, jímž si lidé usnadňují práci a zjednodušují život, jsou to de facto automatizované nástroje rozličných lidských činností, které například regulují oblast náboženskou, vzdělávací a v našem případě také medicínskou. Instituce jsou soubor akceptovaných a ustálených norem.

V etice používáme ještě jeden důležitý pojem a to je **maxima**. Lékařská etika a v ní ukotvená Etika zdraví vychází z povinnosti. Pojem povinnosti rozvinul I. Kant a znamená zásadu, která se racionálně, tj. před zkušeností, vyjevuje každému člověku. Slabým místem maximy je nemožnost zahrnout veškerou sociální realitu a oblasti lidského jednání. Nejznámější je Kantův kategorický imperativ: „Jednej jen podle té maximy, o níž můžeš zároveň chtít, aby se stala obecným zákonem.“

Mgr. Denis Drahoš

Deontologie nebo deontologická etika (z řec. to deon, vyžadované, povinné, povinnost) je směr normativní filosofické etiky, který soudí, že člověk se má rozhodovat a jednat podle pevných zásad povinnosti.

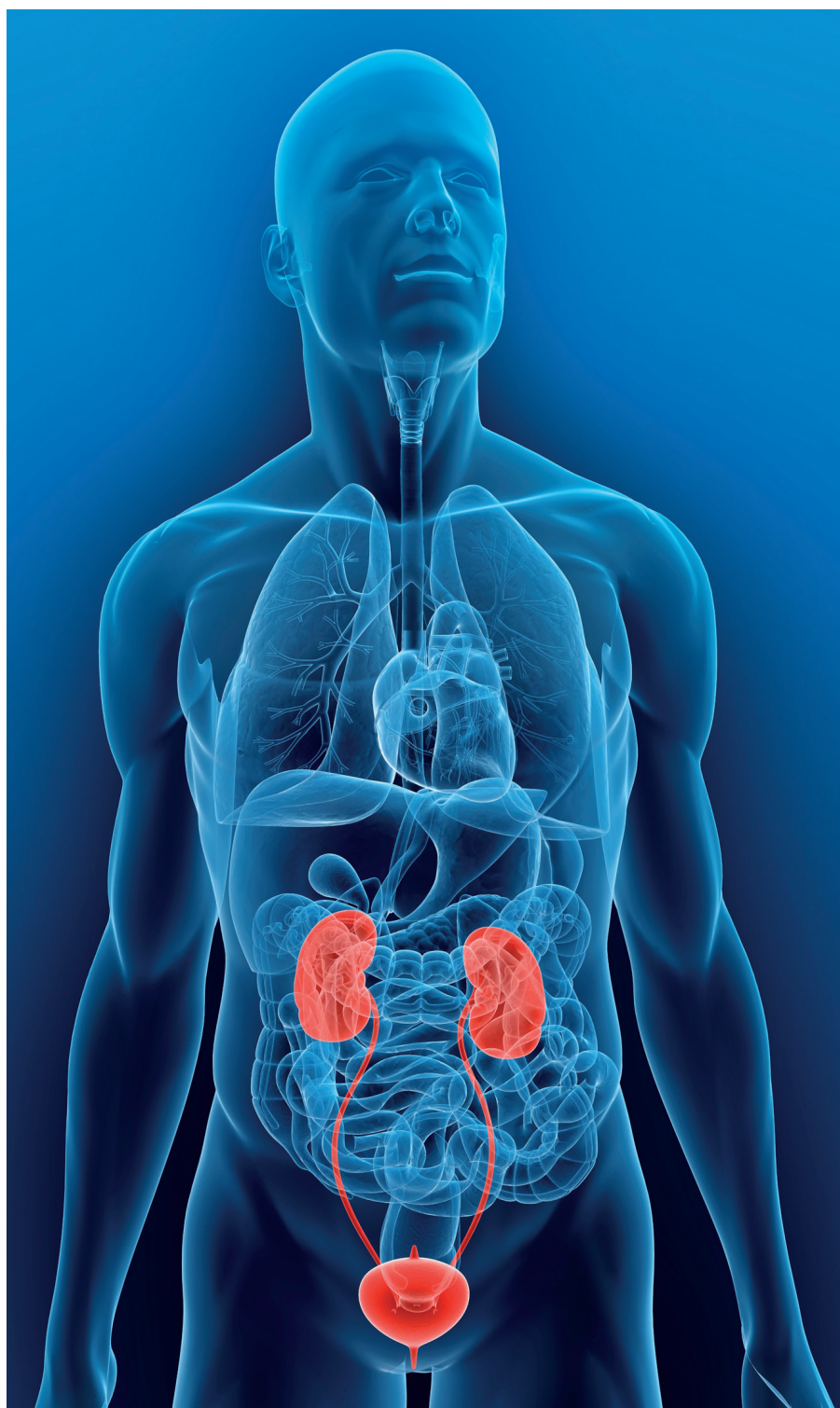
(zdroj wikipedia)



Ledviny i močový měchýř spolu tvoří funkční celek a jsou přes emocionální mozek člověka spojeny s emocemi strachu, nejistoty nebo úzkosti. Tím dráždí nervová centra, což vede ke zvýšené aktivitě ledvin a logicky také k větší potřebě vyprazdňovat močový měchýř.



Ledviny a močový měchýř



Jistě nikdo z nás nepochybuje o tom, že ledviny jsou velmi podstatný párový orgán, který určuje kvalitu lidského života. Ledviny jsou umístěny v zadní části dutiny břišní tak, aby byly mechanicky chráněny dolními žebry. Pravá ledvina je přitom kvůli umístění jater o něco níže než levá, levá ledvina je zase větší a těžší. Délka ledviny je asi deset centimetrů, její šířka asi tři centimetry. Ledvina se skládá ze tří hlavních částí: z kůry, dřeně a ledvinové pánvičky, která ústí do močovodu.

Před mechanickými nárazy jsou ledviny chráněny vazivovým pouzdem (*capsula fibrosa renalis*) a tukovým pouzdem (*corpus adiposum pararenale*). Při dýchání kopírují pohyby hrudníku. Správná technika dýchání proto pomáhá uvolňovat ledviny, a tedy i odstraňovat z nich stres.

Dokonalá čistička organismu

Hlavní funkcí ledvin je nepřetržitá filtrace krve. Tento proces filtrace krve můžeme přirovnat k průmyslovému čištění odpadních vod. Krev, kterou máme v těle, projde mnohokrát denně ledvinami, které ji vyčistí a odstraní z ní odpadní látky našeho metabolismu i některé toxiny, a to ty, které jsou rozpustné ve vodě (jako např. některé léky, chemické látky nebo některé toxické kovy). V ledvinové kůře se nacházejí nefrony, základní filtrační jednotky. Každý nefron přijímá krev z ledvinové tepny (*arteria renalis*) a odvádí ji ledvinovou žílou (*vena renalis*). Nefrony „nasají“ z krve, která protéká okolo nich, asi 170 litrů tekutiny denně. Tato tekutina je přefiltrována, čímž vzniká tzv. primární moč. Z té se však většina vrací zpátky

do krevního oběhu, takže pouze jedno procento z tohoto filtrátu putuje přes sběrné tubuly (nacházející se ve dření ledvin) do ledvinové pánvičky, kde se tato tekutina sbírá a putuje dále do močovodu a močového měchýře. Za 24 hodin tak ledviny vyprodukují asi 1,5 litru definitivní moči. Definitivní moč je z 95 % tvořena vodou. V ní jsou rozpustěné látky, které již tělo nepotřebuje.

Všechny tyto děje jsou součástí dokonalého a nesmírně důmyslného systému filtrace, který má za úkol zajistit, aby se důležité látky vrátily zpět do krve a naopak nepotřebné vyloučily z těla ven. Jaká látka projde přes glomerulární filtr, a dostane se pak do výsledné moči, rozhoduje z velké části velikost molekuly dané látky (např. červené krvinky a bílkovinné molekuly jsou příliš velké, a tak zůstávají v krvi stále). Můžeme si to zjednodušeně představit jako prosívání písku přes síto.

Ledviny mají kromě odstraňování nepotřebných látek z těla také další funkce. Mezi ty nejvýznamnější patří regulace vylučování vody z těla. Děje se to prostřednictvím antidiuretického hormonu (ADH), který je

Proces filtrace krve můžeme přirovnat k průmyslovému čištění odpadních vod.

vylučován hypothalamem. Podáváme-li například fyzický výkon, tělo se více potí a hypothalamus vyšle signál do hypofýzy, která vyloučí více ADH do krve. Krví je tento hormon dopraven do ledvin, kde je identifikován speciálními čidly. To pak způsobí větší reabsorpci vody, a tedy její menší vylučování do výsledné moči.

K detoxikaci ledvin a ledvinového okruhu použijeme zejména tyto preparáty:

Joalis UrHerb (UrinoHelp)
Joalis UrinoDren
Joalis Deuron
Joalis OsteoDren
Joalis InfoDren KI
Joalis Antimetall Pb
Joalis Antimetall Cd
Joalis Metabex
Joalis NeuroDren

Močový měchýř

Močový měchýř je dutý svalový orgán uložený zcela na dně pánevní dutiny. Z hlediska

hlavních orgánů čínského pentagramu se jedná o nejnižše položený dutý orgán. Je tedy nejbližší zemi, kam se také vyloučená moč (voda) vstřebává. Maximální dosažitelný objem močového měchýře je u člověka asi 600–800 ml, ale jeho skutečná náplň obvykle nepřesahuje 400–450 ml. Už při naplnění měchýře močí o objemu zhruba 150–300 ml pocituje obvykle člověk nutkání k močení. Optimální rychlost, s jakou se bude močový měchýř naplňovat, totiž záleží především na správné funkci ledvin a jejich aktivitě.

Stěna močového měchýře je tvořena třemi vrstvami hladké svaloviny, která umožňuje postupné smršťování močového měchýře během močení. Samovolnému odchodu moči brání dva svěrače: vnější svěrač je tvořen příčně pruhovanou svalovinou (lze ho tedy ovládat vůlí), zatímco vnitřní svěrač je tvořen hladkou svalovinou (jeho uvolnění je mimovolní). Přesné anatomické umístění močového měchýře záleží na jeho objemu, tj. na stavu naplnění: naplněný močový měchýř zasahuje až do břišní dutiny. Za močovým měchýřem je u mužů umístěn konečník, u žen pochva.

Říká se, že slavný astronom Tycho de Brahe pokládal na neslušné opustit hostinu, ▶



Joalis UrHerb (UrinoHelp)
Joalis UrinoDren
Joalis ProHerb (ProstaHelp)
Joalis ProstaDren
Joalis GynoDren
Joalis MiHerb (MindHelp)
Joalis MindDren
Joalis NeuroDren
Joalis Cranium
Joalis Emoce
Joalis Nodegen
Joalis Streson

- vylučovací ústrojí
- rozmnožovací ústrojí
- nadlebkiny
- kosti
- zuby
- kolena
- bederní páteř
- klouby
- vlasy
- uši

V průběhu života má občasné potíže s udržení moči až polovina všech žen.

Poruchy vylučování

Jedním ze základních úkolů dítěte v útlém věku je zvládnout tuto korovou kontrolu. Můžeme říci, že okamžik, kdy je dítě poprvé schopno zadržet močení a dojit si na nočník, je významným mezníkem v životě člověka. Ve vyšším věku dochází u lidí k poruchám vyprazdňování. Muži trpí zadržováním moči a sníženou schopností vyprázdnit se v důsledku potíží spojených s prostatou, u žen převažuje porucha močové kontinence (schopnosti zadržet moč), což vede k pomo-

moči) u žen se doporučuje cvičit svalstvo pánevního dna. Z našeho hlediska můžeme doporučit nejenom detoxikaci ledvin a močových cest, ale také detoxikaci centrální nervové soustavy.

Ledviny i močový měchýř jsou přes emocionální mozek člověka spojeny s emocemi jako strach, nejistota a úzkost. Právě tyto aktuálně prožívané emoce jsou impulsy pro dráždění nervových center, což vede ke zvýšené aktivitě ledvin a logicky také k větší potřebě vyprazdňovat močový měchýř. Detoxikací močových cest zmírníme subjektivně prožívané strachy a nejistoty, stejně jako překonáním strachů a nejistot prožívaných v psychice člověka zkvalitníme fungování celého urogenitálního traktu.

Ing. Vladimír Jelínek



Homér líčil ve svých eposech Ilias a Odyssea zejména hrdinské skutky. My však z jeho děl můžeme vyčíst i to, že nemoc a zdraví jsou lidem osudově dány z vůle bohů.



Základy přirozené medicíny

Léčbu nemocných prováděli i v antice zpočátku kněží, kteří byli specialisty na komunikaci s bohy. Velmi podstatnými terapeutickými opatřeními bývala magická zařikávání, spojená s rituálními obřady, užívali amulety, talismany i věštbami. Pomalu však získávali vzhled do příčin a možností léčby.

Léčivá síla přírody

V pozdějším období se nespecializovala pouze medicína, ale také kompetence bohů. Možnost léčit byla připisována výhradně Asklépiovi. Velmi podstatnými terapeutickými opatřeními bývala obvyklá magická zařikávání, spojená s rituálními obřady, užíváním amuletů, talismanů a věšeb. Druhou stranou mince antické medicíny je pomalé získávání vzhledu do příčin a možností léčby různých chorob. Během řecké etapy se velmi razantně vyvinula anatomie, fyziologie a zdokonalila se chirurgická technika, přestože byli chirurgové považováni pouze za řemeslníky. Etruskové bývali velmi dobrými zubaři a zhotovovali nejen výplně zubů, ale dokonce i zubní korunky.

V Řecku se prosadilo tzv. hippokratovské pojetí medicíny a sám *Hippokratés* bývá označován jako „otec lékařství“. Základním principem tohoto přístupu je tvrzení, že nerovnováha tělesných tekutin (krve, hlenu,

žluté a černé žluči) způsobuje fyziologické poruchy a nemoci. Jako nemoc bývá označován nedostatek, či přebytek některé látky a zdraví je pojímáno jako jejich správný poměr. Nemoc tedy nepochází z nadpřirozené říše, ale je to stav čistě přirozený. Hlavními předpoklady léčby byly dodržování dietetických nařízení a zásad správného životního stylu (dietetika je naukou o správné životosprávě a obsahovala péči jak o tělo tak také o duši). Tento přístup vycházel z léčivé síly přírody a rozvinul se v tzv. alexandrijské škole,

obkladů či prášku a pro zajímavost zde vznikl tzv. dryák, neboli Theriak (všelék), což byla směs 61 ingrediencí obsahující např. zmiji maso či opium.

Aristokratičnost medicíny

Římská etapa se v úvodní fázi vyznačuje odmítnutím řeckého lékařství a vzdělanosti, jejich zájmy byly čistě aristokratické, protože kultura té doby přeceňovala politickou a so-

Nemoc je stav čistě přirozený.

která se stala kolébkou současné medicíny, neboť na její úspěchy navázali v Římě i v Byzanci a nakonec i v křesťanském a arabském středověku.

Ve filosoficko-náboženské nauce o souvislosti mikro a makrokosmu se objevovala víra v sílu přírody. Příroda sama zásadním způsobem ovlivňuje všechny léčebné postupy nebo alespoň lékaři naznačuje, jak má postupovat. Proto se nejdůležitější koncepcí medicíny stala tzv. *techné* (umění), která spočívala v analýze nerovnováhy, stanovení anamnézy, prognózy i diagnózy. Antičtí léčitelé úspěšně užívali léky z rostlin ve formě

ciální dimenzi života. Vědecký přístup do medicíny přinesl Galénos, ačkoli v jeho době stále působil kult bohů a léčitelů. Galénos sepsal práce o anatomii, fyziologii a praktickém lékařství. Zavedl do medicíny pitvu, experiment a klinické pozorování. Kladl důraz na učení o tělesných šťávách a Hippokratovu nauku.

Římská aristokratičnost pronikla i do medicíny a příslušníci lékařského stavu se začali ostře vymezovat proti nevzdělaným a pseudolékařům. Protože pověst lékařů nebyla vždy dobrá, vznikla velmi přísná opatření proti diskreditaci stavu lékařského, která se zakládala nejen na „vědecké“ metodě, ale také na etice a etiketě. Předepisovaly se způsoby vystupování, vzhledu i chování lékaře. Medicína v Římě byla a je souhrou různých druhů lidské aktivity, znalostí a dovedností. Pisemný pramen o šedesáti spisech, ve kterém nám byly uchovány zkušenosti a dovednosti lékařské, se nazývá *Corpus Hippocraticum*.

Mgr. Denis Drahoš

Hygieia (řecky Ὑγιεία) nebo Hygeia (řecky Ὑγιεία) byla v řecké mytologii dcera boha Asklépia a Epione. Označovali ji za bohyni zdraví, čistoty, a také bohyni Měsíce. Hygieia se stala součástí kultu v 7. století př. n. l. Z jejího jména je odvozené moderní slovo hygiena.

(zdroj wikipedia)



Dvě cesty detoxikace

Nový vítr detoxikace

16 | Joalis info 5/2015

vymizel. Nebyl tedy dál schvalován, protože v současném byrokratickém systému, který je předepsán pro potravinové doplňky, je nutnost každé tři roky znovu a znovu nechat každý přípravek projít schvalovacím procesem na Ministerstvu zdravotnictví. Jestliže některý preparát nepodáme ke schválení pro další období, pak se v našem výrobním pro-

prežívá ještě další forma existence mikroorganismů, které nemají charakter mikrobiálních ložisek, a ani charakter chronických infekcí. Z tohoto hlediska pak nereagují na detoxikační postup.

Využitím informační technologie zaměřené na miasma ukázalo, že aplikování takových preparátů pomůže odstranit tuto třetí, zatím

Udělalí jsme další krok na cestě za dokonalou detoxikací.

gramu přestane vyrábět. Uvedení na trh je opět spojeno s novým schvalovacím řízením, které je stále náročnější.

Když jsem ale objevil nové možnosti toho, co homeopaté znají pod názvem miasma, rozhodl jsem se obsah této informace vložit do některého preparátu, který je zcela opomíjen, ale ještě je aktivní ve smyslu schvalování. Jedná se o preparát **Decitox**. Přípravek v sobě obsahuje informace týkající se osmi různých miasmat. Jak se ukázalo, přináší to nejen zcela nečekaný vítr do plachet detoxikace, ale zároveň to objasňuje, proč tento pojem i tzv. miasmatické preparáty přežili 200 let používání homeopatie.

Miasma bývá vykládáno historicky tak, jak jej vnímal sám Dr. Samuel Hahnemann. V detoxikačním pojetí má tento pojem zcela jiný smysl. Víme, že detoxikace se obrací především proti zátěžím, jež způsobují mikroorganismy, které vytváří v lidském těle mikrobiální ložiska. Můžeme se s nimi setkat i v podobě akutních infekcí. Důležité jsou také chronické infekce. Odstranění těchto mikroorganismů máme již velmi dobře vyřešeno. Podrobné zkoumání dlouhodobě detoxikovaných klientů ukázalo, že v jejich organismu

nepojmenovanou formu existence mikroorganismů. Nejsou to jiné mikroorganismy, ale jsou to známé viry chlamydie, bakterie borelie, mollicutes atd. V tomto případě můžeme kombinovat preparát **Decitox** s přípravky, které řeší konkrétní mikroorganismy. Ty dělíme do pěti skupin:

- Viry (**Antivex**)
- Borelie (**Spirobor**)
- Parazity (**Para-Para**)
- Plísňe (**Yeast**)
- A všechny ostatní, např. koky, bakterie, chlamydie, mollicutes, rickettsie (**Nobac**).

Tímto postupem se stává využití našich antimikrobiálních preparátů prakticky použitelné. Celá řada skupin mikroorganismů podle mikrobiologie nám znesnadňuje využívání správných přípravků, neboť víme, že organismus může být zatížen mnoha typy mikroorganismů, což pak z detoxikace dělá velmi nepřehledný systém. Čas a zkušenost ukáží, zda naděje, které vkládám do tohoto postupu, se naplní. Zatím alespoň plní mou duši optimismus, že jsme udělali další krok na cestě za dokonalou detoxikací.

MUDr. Josef Jonáš

Emoce

V detoxikační medicíně již dlouho hlásáme, že toxické zátěže jsou svázány s emocemi a stresem. V každém preparátu je připojena specifická emocionální složka. Podařil se nám najít univerzální výraz pro emocionální složku, která je vlastní příčinou toxické zátěže organismu. Tato emocionální univerzální formule je nyní součástí preparátu **Emoce**. Proto by se tento preparát měl stát pevnou a nezbytnou součástí detoxikačních postupů.

Streson

Ten, kdo navštěvuje vzdělávací semináře v detoxikační medicíně, ví, že celý detoxikační proces směřuje k ideálu jednotné příčiny — k holistickému ideálu. Univerzální formule pro stresovou část toxické zátěže organismu je nyní součástí preparátu **Streson**, který se tak stává nezbytnou součástí detoxikačních postupů.

Decitox

Preparát je souborem pojmů „miasma“ modifikovaných pro potřeby detoxikační medicíny. V detoxikační medicíně podle Joalis nám práce s miasma slouží k uvolnění chronických mikrobiálních zátěží. Je to možnost k nezaplacení. Známe tudíž již mikrobiální ložiska, volné chronické infekce a tkáňové chronické infekce.





Paměť, zvuky a hudba

Považuji za prospěšné, aby se každý člověk dokázal v mysli vrátit do věku čtyřletého dítěte a hrát si s pojmy a myšlenkami. Součástí „Elixíru mládí“ je také bystrost a pružnost myšlení, schopnost učit se novým věcem, skládat si do souvislostí všechny poznatky.



Trénуйте nepružnou a vzdorovitou mysl stejně, jako trénujete fyzické tělo. Naordnujte svému mozku rozvíčku, posilovací cvičení, vytrvalostní trénink, strečink a nakonec regeneraci. Možná pocítíte bolest z opuštění vyjetých kolejí samozřejmostí a zaběhnutých myšlenkových postupů. Ale přesně o to při tréninku jde.

Přestaňte myslet na deset věcí najednou

Velký pokrok v konstrukci osobních počítačů nastal, když se naprogramovaly tak, aby dokázaly vykonávat řadu operací najednou. Dobu těchto revolučních změn jsem zažil během studia na Vysoké škole elektrotechnické

v Praze, i když oproti vývoji informačních technologií v západním světě poněkud opožděně. Psal se přibližně rok 1987. Tehdy jsme se naučili nový anglický pojem *multitasking*, tedy schopnost počítače vykonávat několik úloh najednou, aniž by o tom nezasvěcený uživatel PC věděl. Když nyní píšu na svém notebooku tento článek, mohu zároveň spustit stahování filmu, e-mail neustále kontroluje doručnou poštu a probíhá nespočet dalších úkonů.

Protože soutěživý duch doby klade veliký důraz na výkon jedince, chová se člověk podobně jako moderní počítač: jeho mysl se nachází ve stavu *multitaskingu*. Schopnost myslet na několik věcí najednou, řešit je, zařizovat a vykonávat, to je naše silná stránka, v níž spolehlivě vedou zejména ženy. Potřebu *multitaskovat* ještě umocňují mobilní aplikace chytrých telefonů, které nás prakticky neustále ruší od soustředěné činnosti a nutí odbíhat jinak.

Multitasking je vynikající vlastnost počítačových technologií, ale nic dobrého pro lidský mozek a dosažení duševní rovnováhy. Mysl je dobré vycvičit tak, aby byla schopna se dokonale soustředit na jediný předmět nebo činnost. Aby se člověk nechal zcela pohltnout tím, co právě dělá, podobně jako to dělají děti nebo lidé s vášní pro svůj koníček. *Mindfulness*. Mozek jako kdyby v tomto stavu přepnul do jiného režimu, kdy děláme, co nás

těší, a přestáváme vnímat čas. Existují různé metody, jak mozek vytrénovat, aby se dokázal soustředit na jeden bod a dosáhl *one-pointed mind*. Mnohé vycházejí z prastarých meditačních cvičení, některé byly popsány v předchozích článcích o lidské paměti v bulletinu.

Důležité je také poznamenat, že koncentrovaná mysl se jen tak neunaví. Vydrží bdělá a pozorná daleko delší dobu než mysl roz-

v minulých číslech bulletinu. Sdělila mi, že nechápe smysl této techniky. Meditovat při hraní s čísly a se slovy? Meditace má přece přinášet únik z roztržitého myšlenkového světa a úplné vyprázdnění mysli... Skutečně – snaha o úplné vyprázdnění a odevzdání se je velmi důležitou relaxační technikou. Ležíme třeba na zádech a postupně uvolňujeme jednotlivé svaly... Jenže ne vždy se podaří mít při tom prázdnou hlavu. Myšlenky rády na-

Mysl je schopna se dokonale soustředit na jediný předmět nebo činnost.

ptýlená do pěti různých záležitostí. Schopnost zaměřit se na jeden předmět a ten podržet v mysli po dobu nejméně deseti sekund, vede nejen k duševní stabilitě, ale je rovněž nutnou podmínkou pro správné fungování lidské paměti, doslova pro *vypálení* paměťové stopy do neuronové sítě mozku pomocí elektrických výbojů.

Začněte meditaci do běžného dne

Nedávno jsem diskutoval s jednou ženou o paměťové technice na čísla, popisované

skakují a znovu zapojují konkrétní svalové skupiny. I v okamžiku usínání, kdy se vypíná lidské vědomí, začínají odkudsi z nevědomí vyskakovat spontánní obrazy, které mají co do činění se snovým světem. Pokud se však během relaxace vědomě snažíme zaměřit pozornost na jeden předmět, barvu, zvuk, tón, vůni, chuť a vjem dostatečně prožít – *to je ta pravá meditace*.

- Když při chůzi zaměřuji pozornost na každý jednotlivý dopad chodidla na zem. To je meditace.
- Když sedím v přeplněné tramvaji a jedině, co sleduji, je můj dech. To je meditace.





Zákon dvanácti desek

- *Když se snažím zapamatovat si nějaký předmět, zkoumám jeho tvar, barvu... To je meditace.*
- *Háčkování a pletení je meditace.*
- *Zaměření pozornosti na hrot sondy přístroje Salvia, který se opírá o bod osrdeč-*

Lahodná a harmonická hudba a zvuky dokáží stimulovat učení.

níku na dlani měřeného člověka – i tak může vypadat meditace.

- Relaxace a snaha o vyprázdnění mysli je jen odpočinek mezi jednotlivými meditacemi...

Sluchová paměť

Sluch je po zraku druhý nejdůležitější smysl, který přijímá a zpracovává nové informace přicházející do mozku. Tradiční čínská medicína jej spojuje s *okruhem orgánů ledvin*, a tudíž také s emocí *strachu, nejistoty, úzkosti*. Sluchová paměť je důležitá součást celkových paměťových schopností jedince a je dobré si ji uvědomit a trénovat ji, využívat její možnosti. Praskání skla, náhlá rána, štěkání psa, zvuk hasičské sirény, to všechno jsou zvuky, které nám způsobují okamžitý stres a spustí podvědomou obrannou reakci. Naopak příjemná hudba, hlas milého člověka, zpěv slavíka, bublání potoka – to jsou zvuky spojené s uvolněním a relaxací.

Lahodná a harmonická hudba a zvuky dokáží stimulovat učení, zatímco disonantní tóny a náhodné protivné zvuky z okolí člověka vyrušují z koncentrace. Například při skladbách Johanna Sebastiana Bacha, které znějí jaksi „na pozadí“ našeho sluchového vjemu, se koncentrujeme daleko lépe a naučíme se mnohem více než v bezhlukém prostředí. Pokud vnímáme srdcervoucí vytrvalý pláč malého dítěte z vedlejšího bytu, budeme se soustředit jen velice těžko. Asi tak jako když si má mladší dcera již poněkolkáté pouští nový hit – píseň *I Have No Inspiration*. Žádám ji, ať si ji pustí do sluchátek, jelikož potřebuji na doposání svého článku TÍCHO!

Opakování polohlasem

Pokud čteme nebo posloucháme učební látku, měli bychom vnímané okamžitě opakovat, a to nikoliv jen ve vizuální paměti, ale též vlastními ústy, polohlasem či zcela v duchu a zapojit tak sluchovou paměť. A pokud možno přidat ještě rytmické prvky.

To platí i pro krátkodobé či dlouhodobé zapamatování si čísel. Vezměme například číslo: 2798. Když toto číslo jenom letmo přejdeme očima, pravděpodobně nám už po pár minutách bude dělat problém si jej zpětně vybavit. Zkuste si s číslem trochu pohrát, řici ho

nahlas: dvacetsedmdevadesátosm. A teď to samé číslo přeříkejte v duchu – pod hlasem – *sotto voce* – třikrát po sobě, dvacetsedmdevadesátosm, dvacetsedmdevadesátosm, dvacetsedmdevadesátosm... A ještě se snažte číslo vidět opticky před sebou. A teď zkuste zapojit rytmus – zarapujte si: dvacetsedmdevadesátosm... Za hodinu si na číslo 2798 s jistotou vzpomenete.

Opakování polohlasem je překážkou pouze v případě rychlého čtení, kdy potřebujeme zpracovat, projít a protřídit velké množství informací a vybrat ty správné. Je to logické, protože zvuk je daleko pomalejší než světlo, a pokud máme stíhat číst v duchu také viděné, musíme zákonitě zpomalit tempo pohybu očí.

Informace, že je možné číst učivo a zároveň nechat řádky znít pod hlasem v podvědomí (doslova v srdci), může být pro řadu lidí zásadní, neboť tuto samozřejmost zcela odstranili ze své mentální výbavy. Její uvědomění tak může znamenat velký zlom pro zlepšení jejich paměti. A navíc mohou zjistit, co to zna-

mená „*učit se srdcem*“, ono anglické „*learn by heart*“, do češtiny překládané jako *učit se z paměti*.

Složte si píseň na nové učivo

*Sverljat burylščiki marskoje dno,
choť kamenisto zděs ano,
idót na kilometr glubíná,
zděs bródit něfť garjáčaja.
Ana dněs nam asóběno nužná*

*Čať glubakó aná nizaleglá,
burylščiki prabjút sa v sámyj niz,
štob da poslédnyj kápelki tiplá
aná služila dla kamunizm.*

Píše se rok 1981 a já nastupuji do prvního ročníku gymnázia ve Strakonici. Tuto povinnou budovatelskou báseň z hodiny ruského jazyka o ropě a komunistických úderních si pamatuji dodnes. Ne snad proto, že by mě zaujal její obsah, ale s kamarádem jsme slova této básně napasovali do rock'n'rollové písně *Hound Dog*. A dobře jsme se u toho



bavili! Když se na slova básně zpětně podívám, automaticky mi v hlavě naskakuje zvuk a rytmus rock'n'rollu.

To, že se nové věci dají učit tímto způsobem, věděly už staré národy. Tak například *Zákon dvanácti desek* (*Lex duodecim tabularum*), zákoník a nejstarší kodifikace římského zvykového práva z 5. století př. n. l., se studenty ve školách učili tak, že jednotlivé paragrafy recitovali – a možná, že i zpívali. A římským učitelům to nepřípadlo vůbec hloupě. Když si představím, že by se nudné vzorce při hodinách fyziky učily už na základní škole jako písničky s kytarou, rozesměje mě to, ale věřte, že fyzikální vzorce by se tak pamatovaly daleko lépe. Kdoví, jestli Albert Einstein nechal nějakou vnitřní hudební souvislost při nápadu zásadního a uznávaného vzorce mezi energií a hmotou: $E = mc^2$. Možná právě v tu chvíli preludoval na své housle...

Stejná slova mívají různé emoce

Zapsané slovo na obrazovce počítače je bez emoce, chladné. A naopak živé slovo, vyslo-

vované a vnímané lidskými smysly, může mít tisíce odstínů emocí. Malé dítě o tom nepře-

asociační představy, ale též podle melodie, rytmu a emocí, které slovo vyjadřuje a ztě-

...živé slovo, vyslovované a vnímané lidskými smysly, může mít tisíce odstínů emocí...

mýšlí, prostě napodobuje zvuky a tóny tak, jak je slyší z okolí. Během tří let svého života dokonale vstřebá základní hlásky rodného jazyka – fonémy. Dospělému už dělá problém učit se od druhého opakováním jeho slov. Pokud tedy posloucháte třeba anglickou televizi, vnímejte pozorně intonaci slova, které si chcete zapamatovat. Nezapomeňte ani na akcent, tedy na důraz. Opakujte slovo a poslouchajte, zda jej vyslovujete přesně jako mluvčí. Opravujte se až k dokonalému vyslovení. Chce-li se člověk naučit perfektně cizí jazyk, musí pochopit, že základem zvládnutí nového jazyka je naučit se fonémy, které přirozeně nepoužívá a nemá je naučené ze své rodné řeči.

Učíme-li se novému slovu nejenom podle

lesňuje, bude zapamatovatelnost takového slova daleko vyšší. Vždyť celý lidský život se odehrává na téma *emoce*. Spojení melodie a slova se hojně používá v reklamě. Její tvůrci si dobře uvědomují, že vlezlá melodie či slogan se pamatují daleko lépe. Člověku stále zní v uších, je nucen si melodii pobroukávat, čímž se názvy produktů a firem rychle učí. Vzpomeňme třeba na zeleného mimoně při vyslovování loga *Alza.cz*, písničku: *Bauhaus, když se to má podarit* či slogan *Volks-wagen, das Auto*.

Zkuste se stát sám sobě kreativcem a vymýšlejte si takové bonmoty a melodie na nové pojmy. Uvidíte, jak snadno si je zapamatujete, ba co víc: jak vás to bude bavit! 

Ing. Vladimír Jelínek



Každý si neseme
tzv. černý pytel
nevyřešených problémů,
vlastností, stínů, které
nám nahánějí strach
ze sebe samých. Stíny
neodpovídají představě
dobrého člověka.
Odmítáme je ve svém
vědomí tolerovat. Stíny
jsou potlačenými
stránkami naší osobnosti
a stávají se příčinou
našich nemocí.



Stíny naší duše

U rčitě již víte, že existuje celá řada emočních preparátů, které jsou určeny na detoxikaci emočních programů spjatých s určitými částmi mozku. Pokud je nějaká struktura poškozená, pak nemůže správně probíhat zpracování informací, asociací a emoční procesy a vznikají chybné výsledky, které ovlivňují celý organismus. Snadno si představíte, že preparát **Emoce** detoxikuje amygdalu, která hraje hlavní roli při rozhodování, zda ze situace máme strach, čímž je ovlivněno prožívání radosti. K dispozici máme také dva preparáty, které považujeme za zásadní. Jsou to **Nodegen** a **Dia-**

mino. Oba se částečně vymykají zaměření ostatních emočních a psychických preparátů, které jsou navázány na mozek.

Co je zdraví?

Většinu lidí se v souvislosti s pojmem „zdraví“ vybaví nepřítomnost nemoci. My ale víme, že zdraví znamená rovnováhu (homeostázu), neboli schopnost vyrovnávat se se všemi vnějšími i vnitřními vlivy. Každý člověk se narodí s určitou genetickou výbavou či programem. Primárním cílem každého organismu je přežití a rozmnožení a právě rovnováha je

nutnou, nikoli dostačující podmínkou přežití. Udržení rovnováhy je alfa a omegou života. Homeostáza se projevuje jak na úrovni fyziologické, např. schopností udržet tělesnou teplotu, zachovat určitou koncentraci iontů uvnitř i vně buněk, tak také mimo fyzikálně-chemická určení a to na úrovni psychologické (emoční rovnováha) či v rovině sociální (mezilidské vztahy). K dosažení rovnováhy potřebujeme zdravý mozek, který dokáže zpracovat velké množství informací a rovnováhu nastavit.

Člověk se na rozdíl od většiny zvířat rodí jako nehotový. Mladé hříbě může již několik

minut po porodu vstát a běžet se stádem a být téměř soběstačné. Lidské mládě tvoří několik měsíců s matkou organický celek a je s ní emočně propojeno. Mozek není hotový, stále v něm probíhá překotný vývoj a rychle se zvětšuje. Tento vývoj není možné dokončit v lůně matky, protože by nebylo možné porodit dítě s velkou hlavičkou. Vytváří se tak dokonalý mozek s velkou kapacitou a možnostmi. Má to svoji daň – vzniká velké množství emočních vzpomínek, které nejsou propojeny s konkrétními událostmi. Při nitroděložním vývoji si plod zopakuje evoluční proces. Evoluce všechny informace ukládá do organismů, předává je dál a doplňuje novými znalostmi. Rodíme se se všemi instinkty a reflexy zvířat. Emoce jsou založeny na instinktech, odehrávají se v našem podvědomí a ovlivňují nás více, než si dokážeme přiznat. Etymologicky bychom mohli pojem „nemoc“ interpretovat jako ne-moc, čili jev, kdy nemáme moc nad svým životem. Nemoc je neschopnost udržet rovnováhu, která je pro život potřebná. Celý život se učíme, jak si nastavit v životě rovnováhu, udržet si zdraví a radost.

Zakázané emoce

Každý chce být v rovnováze, která plodí radost a štěstí. Cílem života je dosáhnout tzv. kladně regulovaného života, to znamená lepší stav než jen pohodu. V našich instinktech a emočním vnímání máme naprogramováno, že každý chce být šťastný a zažívat radost, to je ukazatel, že se náš život odvíjí správným směrem. Moderní svět však našim vrozeným vzorcům prožívání nepřeje. Emoce jsou v dnešním světě něčím nevhodným, nepříjatelným, a proto také potlačovaným. Přesto však jsou pro přežití a zdraví člověka naprosto zásadní, neboť náš život organizují a řídí. Jsou prostředkem k vyhodnocení vnitřního i vnějšího prostředí, ohodnocují naši budoucí činnost ve světě, podmíněnou našimi vnitřními stavy. S emocemi spolupracuje vědomé myšlení a obě složky spolupůsobí na posouzení stavu organismu. Jednoduše řečeno – zhodnotí vnitřní stav, porovnají s tím, co se děje okolo a rozhodnou, co budeme dělat, zda budeme aktivní nebo pasivní. Emoce jsou naším vnitřním ukazatelem směru, jak se domníval již Sókrates.

Většinová společnost považuje nemoc za poruchu těla a myslí si, že defekt se dá jednoduše mechanicky opravit – něco se přisije, jiné uřízne. Když se na to podíváme jinak, vidíme, že každá nemoc je poruchou zpracování informací. Emocionální síť hraje důležitou roli. Zdravý člověk dokáže přežít za jakých-

koli podmínek. Adaptace je proces učení a schopnost organismu vyhodnocovat situace a reagovat na ně.

Síla nevědomí

Musíme si uvědomit, že většinu procesů organismu neovlivňujeme vůlí a že celý náš organismus řídí podvědomí. Mozek je síť neuronů, které třídí, přeposílají a dále zpracovávají informace. Vjemy jsou rozloženy na elementární části a v tzv. asociační oblasti mozku jsou již zpracované informace opět

Klíčem k duševnímu zdraví a moudrosti je rovnováha.

skládány. Zde dochází např. k tomu, že vidíme právě člověka a nikoli automobil. Automatizace a rozložení poznávací činnosti je ekonomická, neboť je velmi rychlá a šetří naši energii.

Vědomí je původcem pouze velmi malé části procesů, které probíhají v mozku (cca 5 %). Vědomí je na vrcholu poznávacího procesu a kontroluje podsystémy. Spíná, jen když je něco jinak než očekáváme, když jsou podprogramy v protikladu nebo když je nutné se rozhodnout. Významy se vytvářejí nevědomě a my pouze vnímáme výsledek. Pochopíme pouze to, co dosáhne do našeho vědomí. Mezi tím, co ví mozek a k čemu má přístup mysl, je obrovská propast. Naše podvědomí řídí naše činnosti a nabízí nám to, co potřebujeme. V člověku se pere podvědomí a vědomí. Co člověk na základě impulsů z podvědomí učiní, pak racionalizuje a vysvětluje svým vědomím. Člověk udělá něco na příkaz podvědomí a následně hledá důvody, proč to tak udělal. Organismus je otevřený samoorganizující systém, jemuž na našem vědomí příliš nezáleží. Pokud autoregulace organismu selže, objeví se nemoc.

Emoce a pocity

Emoce předchází pocitům. Když se např. dostaneme do nebezpečí, pak se jako obranný mechanismus objeví strach, který je v celém těle. Podobně jsou emoce v celém organismu i při depresi či úzkosti. Emoce vznikly z jednoduchých reakcí organismu umožňující přežití. Něco je přitahuje, např. potrava a příznivé životní prostředí, nebo je něco odpuzuje, např. jed. Když cítíte úzkost, tak to cítí každá buňka v organismu. Když je člověk v úzkosti, tak

tento pocit prožívá každá buňka v těle. Jakmile děláme účinnou detoxikaci, zbavujeme naše orgány, tkáně a buňky, tedy nejen mozek, základních emočních programů. Emoce jsou tělesný stav, který se odehrává bez vědomé znalosti emočně významného podnětu.

Nad emocemi stojí pocity strachu, vzteku, radosti apod. Pocity uvědoměním emocí. Překládají stav života do řeči vědomí, pocit je myšlenkou těla. Potlačování pocitů mimo vědomí je základem psychosomatiky. Pocity se zesilují a zesilují, až vzniknou příznaky. Tělo volá a volá stále silněji, až z toho vznikne

nemoc. Pocity jsou strašně důležité, protože otevírají bránu pro kontrolu a ovlivnění automatizovaných emocí. Jedině díky nim můžeme emoce uvědomovat, měnit naše modely chování, prožívání a změnit automatické programy. Každé chování je determinováno prožíváním. Naše osobnost je stvořena z automatických programů, tzv. emocionálních sítí, které jsou podstatné pro řešení životních událostí.

Organismus táhne k jednotě a vyhýbá se konfliktům. Tuto jednotu udržuje vědomí, které racionalizuje a pomocí vůle kontroluje způsoby chování jednotlivce. Ve vědomí si udržujeme programy, jak se v určitých situacích chovat a jaké hrát sociální role. Pokud jednáme v souladu s nitem, je to v pořádku. Pokud proti nitru brojíme a potlačujeme emoce, je to pro organismus energeticky velmi náročné a v důsledku to vede k somatizaci potíží.

Náš stín

Stín je něco, co nám nahání strach, je to něco co není vidět, co nás na sobě děsí. Člověk obvykle s tímto stínem nechce mít nic společného. Podle Junga je stín vytěsněním skrytého nebo nevědomého aspektu nás samých, které naše já potlačilo, nebo vůbec nerozpoznalo. Můžeme vytěšňovat špatné, ale i dobré vlastnosti. Například můžeme potlačovat lakotnost a máme strach, aby ji v nás někdo nerozpoznal, a proto se bojíme odmítnout přispět do kasičky veřejné sbírky. Naopak někteří zločinci v sobě nedokážou vnímat dobré vlastnosti a navenek plodí jen zlo.

Stín je naše nevědomí. Stín jsou bytosti v nás, kterými bychom raději nebyli, ale ▶



pokud chceme dosáhnout jednoty, pak se jimi nakonec musíme stát. Při integraci stínu musíme vytáhnout na světlo různé stránky povahy (sexuální úchylky, lakotnost, agresivitu), do kterých bychom nikomu jinému nedovolili nahlédnout. *Musíme pochopit, že žádná vlastnost či emoce není primárně špatná. Všechny jsou potřebné. Špatné jsou pouze extrémy, protože nás odvádějí od rovnováhy.* Každá imunitní reakce je potřebná – např. alergie, je to imunita proti parazitům, když se dostane mimo rovnováhu, tak se stává alergií. Potlačení stínů se vzdáváme jejich přínosu v životě a blokuje jejich správné použití. Je-

stín není jen myšlenkou, ale stává se naší organickou součástí. Je to náš reakční mód. Můžeme být nastaveni na boj v každé situaci, nebo naopak očekávat vždy prohru. Velmi důležitý je pro náš reakční mód porod a rané dětství (jestli jsme zažívali pocity bezmoci, nepochopení, získali jsme zkušenost, že nemá cenu se snažit, nebo naopak jsme byli zahrnuti láskou a byly plněny naše potřeby). Stín se projevuje v souboru reakcí celého organismu a ovlivňuje celý náš život – vkus, zájmy, výběr partnera. Promítá se do stavby těla, buď máme vrásky smíchu, nebo starostí. Integrace v rámci organismu se projevuje na

Detoxikace vede k vysvobození od stínů.

den extrém se snažíme vyřešit druhým extrémem. Stín vyrůstá z našeho odporu a žije z našeho vnitřního konfliktu. Nebojme se ho vytáhnout z podvědomí, poznat, pochopit, ovládnout a zapojit do naší osobnosti.

úrovni stavby těla (orgány, tvary, postoj, mimika, gestika, proxemika) a do uspořádání neuronových sítí v mozku. Je zakódován do fyziologických reakcí (hormonální, nervové reakce, biochemie), do myšlení a chování, pocitů, preferencí, nálad. *Čím je člověk starší, tím jsou stíny více vidět.* Bohužel je vidíme na ostatních a ne na sobě.

Původ stínu – příčiny vzniku

a) Potlačování

Každý se narodí se souborem genů (informací), které určují, jak bude vypadat, jaké bude mít vlastnosti, nadání, nedostatky. Každý člověk je unikátní a má jiné predispozice. Jsou to automatické podprogramy, které v nevědomí řídí naše chování. Člověk se narodí do rodiny a vlivem výchovy a sociálního prostředí se začne včleňovat do sociálního prostředí. Primárním důvodem potlačení

vlastní osobnosti je strach z vyloučení ze společnosti. Potlačování začíná klíčit již v raném věku a podílí se na něm hlavně výchova. Přijímáme rodičovský vzor, zároveň si uvědomujeme chyby rodičů a nechceme být jako oni. Vliv hrají rodinné tradice, ale i tabu. Velmi silný bývá také společenský tlak, někdy výstižně nazývaný jako maloměstství. Aristoteles definuje člověka jako tvora společenského (zoon politikon). Sociální vzory se mění, formy jednání se mění, ale princip potlačování zůstává stejný.

Z potlačování vlastní osobnosti vzniká *Emocionální stres* neboli stres způsobený emocemi. Pnutí v člověku vyvolává nesoulad mezi tím, jakým by chtěl být, co bych chtěl cítit, co by chtěl umět a jak by se chtěl chovat, a tím, jak je tomu ve skutečnosti. Tento stres vzniká nedostatečným zpracováním osobnostních rysů, které se projevují sebekritikou, negativitou, úzkostí, strachem apod. Rada je jednoduchá, a přitom tak obtížně realizovatelná: mít rád sám sebe takového, jaký skutečně jsem. Ale pozor – roli hrají i toxiny v mateřských orgánech, které ovlivňují vznik nesprávné, neočekávané emoční odpovědi, čímž vzniká stres. Například toxicky zatížené plíce vyplodí pocit smutku. Následně vzniká nesoulad mezi tím, co očekává část našeho podvědomí, třeba touhu pustit se do díla. Smutek zabraňuje konání a tehdy vznikne stres, který ovlivní celý organismus. Potlačováním vlastní povahy a osobnosti vzniká emocionální stres a zesilování příznaků nemocí. Důsledkem jsou chronické infekce a vleklé záněty. Je to agresivita vůči sobě – neschopnost vidět pravé příčiny vzniku stresu a nesprávná reakce na něj. K jeho uvolnění používáme preparát **Diamino**, který je klíčový k zvládnutí chronických infekcí a zánětů.

b) Opouzdření (uzavření)

Pokud člověk zažívá velmi silnou bolest, fyzickou i emocionální, je sebezáchovným mechanismem tato bolest potlačena. Aby byl organismus ochráněn, nejsou bolest a další informace vpuštěny do vědomí. Dojde k tomu, že vznikne velmi silný paměťový otisk události ve spodních, fylogeneticky starších částech mozku, který není propojen s mozkovou kůrou a vědomými vzpomínkami. Vznikají tak psychocysty (zapouzdřené problémy) – otisky minulých, velmi silných stresových zážitků nepropojených s vědomím. Do našeho organismu jsou vtlačeny minulé, emocionální vjemy, poplachu, které do něj nejsou dokonale informačně zapojeny. Nemusí to být ale jen naše zážitky. Mohou to být také vjemy z prenatálního života, raného

Rozmyslete si:

- Špatnou vlastnost, charakteristiku, kterou nemáte. Jaký určitě nejste.
- Vlastnost, kterou obdivujete na druhých, ale sám ji nemáte.
- Svoji největší přednost.
- Svoji nejhorší vlastnost.

dětství, či dokonce velmi silné vzpomínky našich předků. Psychocysty v nevědomí jsou nekontrolovatelnou silou. Jsme zajatci minulých nevědomých zážitků, protože nevíme, za jakých okolností bude spuštěn emoční poplach – jakým mohou být jevy jako úzkost, fobie či amok. Propojením nevědomí s vědomím můžeme naslouchat signálům těla. Integrace, propojení lidské bytosti, znamená uvědomovat si své emoce a pocity a zároveň vědět, proč jsou takové, jaké jsou. Aby byl člověk zdravý, musí mít propojeny pocity a racionální uvažování, levou a pravou hemisféru. Uvažovat o tom, co cítí a procítovat, o čem uvažuje. Je v pořádku cítit smutek, vztek a vědět, co ho způsobuje. Naopak u pocitů bez příčiny by měl člověk hledat, co je pod nimi, co je způsobuje. Jen propojením pocitů a rozumu můžeme dojít k pravé rovnováze těla a mysli. Cesta potlačování bolesti a blokování pocitů pomocí léků, drog, alkoholu nikam nevede, jen se zvětšuje propast mezi prožitkem a racionálním myšlením. Bez nadsázky můžeme říct, že potlačování je zabijákem dnešní doby. Psychocysty jsou naše stíny, problémy, které nechceme vidět, opouzdřili jsme je oblakem neviditelnosti. Vlivem nepropojenosti v mozku spolu buňky v těle nekomunikují, vznikají mikrobiální ložiska, opouzdřené úkryty patogenních mikroorganismů, které unikají pozornosti imunitního systému. K odkrytí těchto stínů slouží preparát **Nodegen**, který nás nutí odkrýt svoje tabu, podívat se pravdě do očí a začít řešit skryté problémy.

Obnažení všech stínů

Perský básník Saadi von Shiraz říká: „Hluboko v moři leží ukryté poklady nezměrné hodnoty. Jistotu najdeš na břehu“. Stíny jsou určité dovednosti, které neumíme správně používat a vytlačujeme je ze svého vědomí. Je nutné si uvědomit, že součástí života je proces učení. Stín je tedy příležitostí něco získat. Pokud ho potlačujeme, vstupuje do života v podobě symbolů, snů, vnitřních obrazů, ale i nemocí, příznaků jako závislosti, fobie, noční můry, amoky... Téměř ve všech pohádkách a mýtech sestupují hrdinové do podsvětí, do Hádovy říše nebo bojují s drakem či jinými netvory. Tato činnost je integrací stínu do jejich života. V pohádkách jednotlivé postavy představují části naší duše – ježibaba, žabí princ, netvor. Jsou to stíny, které získaly převahu a čekají na osvobození skrze přijetí. Princezna políbí žabáka, kráska se vrací k netvorovi. Většinou hrdinům pomáhají zvířata symbolizující a zprostředkovávající kontakt s lidskými instinkty. V pohádkách



může jedinečně láska integrovat stín. Je to sebe-láska, odvaha být věrný sám sobě, být autentický. Pokud se stínem budeme bojovat, odmitat ho, dáváme mu sílu a zatlačujeme ho zpět. Je nutné se s ním střetnout a sestoupit do podsvětí naší duše. Kostlivce musíme vytáhnout, poznat a pochopit proč vznikl. Je v něm možné vidět pozitivní aspekty a zárodky dobrých vlastností.

Polarita aneb Dávka dělá jed

Náš svět od fyzikálních zákonů po sociální vztahy je založen na polaritě. Život se rozvíjí ve světě protikladů mezi dvěma póly. Každý systém i organismus se snaží dosáhnout úplnosti a jednoty, což znamená sjednocení polarit. Život je procesem poznání dobrého i zlého. Kdo chce odstranit ze světa pouze jeden pól, nevědomě ho posiluje. Jak se říká: „Cesta do pekla bývá dlážděna dobrými úmysly.“ Nesjednocená polarita vyvolává nerovnováhu. Je to tzv. princip resonance, kdy podobné přitahuje podobné. Přitahujeme podobné lidi, můžeme si uvědomit, že jsme tzv. na jedné vlně, nebo naopak problémy přitahují další problémy, jak se lidově říká „čert sere vždy na větší hromadu“. Je to zákon pozitivní zpětné vazby, kdy nerovnováha žene systém – organismus do stále většího extrému, který vede ke zhroucení

a umožňuje přeuspořádání, vznik něčeho nového. Klíčem k duševnímu, fyzickému zdraví a moudrosti je rovnováha, která vyřeší problém v počátku a nemusí dojít ke zhroucení. Každá vlastnost je pro nás potřebná. Neměli bychom mluvit o špatných vlastnostech, ale spíše o nepochopení, nezvládnutí určitého principu. Každá negativní vlastnost v sobě nese jádro, které, když se naučíme používat, nám bude prospěšné. Například lakota v sobě nese zárodek hospodárnosti a druhým extrémem je rozhazovačnost. Extrémy můžeme nazývat různými jmény, ale principem je vztah k hodnotám, majetku a přírodě. Další

Řešení:

- První vlastnost je vaše psychocysta.
- Druhou vlastností je pozitivní projekce: takový jste.
- Vaší největší předností zakrýváte opačnou vlastnost.
- Svoji nejhorší vlastnost je možné pochopit jako polaritu.

negativní vlastností bývá závist. Co v sobě nese? Soutěživost, motivaci dosáhnout určitých cílů a vzorů. Opakem je rovnostářství, které může být v životě nebezpečné, protože nejsme všichni stejní. Podobně bychom mohli rozebrat jakoukoli špatnou vlastnost.

Každá vlastnost má nějaký obsah, význam, kvalitu, princip. Není špatného principu, zlo vytváří míra, extremismus, nerovnováha. Chybou je moc i málo. Je třeba pracovat s principem, musíme ho pochopit a naučit se ho používat. Každou vlastnost můžeme zařadit do pentagramu, je proto nezbytné detoxikovat tento orgán. Pokud bude toxicky zatížen, je nemožné uvést princip do rovnováhy (např. pokud budou toxiny ve slezině, bude narušen vztah k hodnotám, podobně játra ovlivňují motivaci a schopnost konat). Emocionálně plnější lidé jsou odříznuti od emocionálních procesů, tudíž je ani nemohou řídit a udržovat v rovnováze, proto se projevují v extrémech a často je vnímáme jako zlé. Většinou za tím stojí obrovské trauma (psychocysty), které blokují přístup k pocitům. Kromě pentagramu je samozřejmě nutné detoxikovat mozkové struktury zpracovávající emoce.

Jak poznáme svoje stíny?

Stíny jsou tím, co nás rozčiluje hlavně na druhých. Stíny si projektujeme do vnějšího světa, do osob, do situací a často jim přikládáme význam, který nemají. Podezříváme druhé ze špatných úmyslů. Jsou to negativní vlastnosti, které nás rozčilují a nedokážeme proti nim zakročit s klidnou hlavou a bez negativních emo-

cí. Proč to tak je? Každé připomenutí našeho nezpracovaného stínu ho vnese do vědomí a my potřebujeme energii na jeho potlačení. Musíme ho zpátky zatlačit, schovat před druhými i před sebou. Samozřejmě to neznamená zavírat oči před negativními jevy a schvalovat špatné činy a extrémní polohy vlastností, ale řešit problémy konstruktivně bez vzednutí našich emocí. Lidově se říká: „podle sebe soudím tebe“ a také „miluj své nepřátele, protože nám zrcadlí naše nezpracované stíny“. I to, co obdivujeme na druhých, čeho si vážíme, co bývá předmětem naší úcty, obvykle bývá i naším vlastním neuvědoměným aspektem. Takoví jsme, jen to nevnímáme. Naše podvědomí se snaží stíny zakrývat. Často tedy zdůrazňujeme opačné vlastnosti, snažíme se utajit skutečnost a konáme demonstrativní skutky. Často vtipné, extrovertní osoby v sobě skrývají hluboký smutek, dokonalý pořádek kryje vnitřní rozháranost, slabí muži předvádí svou odvážnost a zbytečně riskují. Chováme se obráceně, než jak se cítíme. Také proces zrcadlení a rezonance nám přitahuje do života události, vztahy, situace, které nás nutí ke konfrontaci se stínem. Projevují se v symbolické rovině jako úrazy určitých částí těla a typická somatická onemocnění.

Detoxikace stínů

Tento proces je nutnou součástí našeho uzdravení. Celá detoxikace vede k vysvození od stínů. Pokud budeme s pocity bojovat, budeme je zahánět, přehlášovat, potlačovat, pak se nic nevyřeší. Naopak jim dá-

váme sílu a energii a v důsledku toho budou dále růst. Potřebujeme daný pocit (bolest) prožít, poznat ho zblízka, seznámit se s ním a pochopit ho. V jádru každé bolesti se skrývá nenaplněná potřeba. Přes bolest se můžeme dostat ke zdroji, uvědomit si nenaplněné potřeby a zdroj bolesti, může dojít k propojení různých částí mozku, podvědomí s vědomím. Uvědomění a integrace stínů je nutnou součástí uzdravení a také celý proces detoxikace je vytahováním stínů na světlo a jejich řešením.

Organismus je tvořen vztahy mezi buňkami. Také mikroorganismy žijí v koloniích a vytváří vyšší úroveň života s vlastní inteligencí. Vztahy mezi mikroorganismy a jejich koloniemi v organismu znamenají jejich větší schopnosti a zvyšují jejich adaptabilitu a „inteligenci“. Tím si infekční ložiska a mikroorganismy upravují svoje životní prostředí – tedy i nás! Součástí detoxikace a řešení stínů je nutné odstranění patogenních mikroorganismů, které mění naše vnímání emocí a pocitů. Patogenní mikroorganismy jsou velmi provázané s patologickými emocionálními programy, které nás ničí. Proto je základem detoxikace propojení emocionálních preparátů **Diamino** s mikrobiálními preparáty k odstranění chronických infekcí a **Nodegen** se základními dreny k odstranění mikrobiálních ložisek.

Odstranění patogenních mikroorganismů s poškozenými emocionálními programy je nejdůležitější kámen detoxikace!

Mgr. Marie Vilánková



Pro chovatele, kteří
přípravky používají,
nebo by je rádi
používali, jsme připravili
několik důležitých
i zajímavých informací
ze světa Přírodních
veterinárních přípravků
Joalis animal.



Joalis animal info

Jak jistě mnozí víte, v České republice žije podle odhadů téměř dva miliony psů a milion koček. Podle statistik chová polovina českých domácností jedno nebo i více domácích mazlíčků. Nejen proto jsou naše veterinární preparáty cíleně vytvořeny a schváleny pro psy a kočky.

Jak přípravky užívat?

Časté dotazy se týkají také způsobu podávání našich veterinárních přípravků. Ačkoliv se vše můžete dočíst v příbalovém letáku, nezapomínejte, že se mohou podávat jak orálně – buď do tlamy zvířete, nebo kapáním požadovaného počtu kapek na jeho kůži. Je opravdu důležité, aby se kapky přípravku dostaly na kůži. Dbejte tedy na to, abyste našli opravdu vhodné místo (např. na ušním boltci – ale NE DO ZVUKOVODU, do slabin, ve spodní části břicha). Dávkování zůstává jako u ostatních našich přípravků stejné. Rozdíl je pouze v množství, které je podáváno buď kočce, nebo psovi. Liší se dle váhy zvířete.

Veškeré další informace o přípravcích se dozvíte na našich stránkách www.joalisanimal.eu. Zde naleznete také informace o tom, jaké krmivo podávat, jaké jsou novinky, čeho se vyvarovat, s kým spolupracujeme apod. Naše produkty jsou k dostání jak přes náš e-shop, tak přes e-shop spol. ECC, s. r. o., který je dostupný na www.joalis.cz. Strán-

ky neustále obnovujeme a doplňujeme novými informacemi.

Co je veterinární vademecum?

Ve slovníku cizích slov nalezneme, že slovo vademecum značí: „příručka, průvodce, rukověť“. Bylo také naším cílem, abyste v této rukověti našli nejčastější zdravotní problémy našich zvířecích miláčků a podle názvu a popisu se dozvěděli, jaký veterinární přípravek Joalis Animal podávat. Vademecum obsahuje okolo stovky nejčastějších zdravotních problémů psů a koček. K nalezení bude na našich internetových stránkách. Vyhledávat můžete pomocí samotné anamnézy, názvu onemocnění i podle popisu zdravotního problému. V závěru každého onemocnění naleznete doporučené veterinární přípravky Joalis Animal. Doufáme, že zde objevíte většinu odpovědí na vaše dotazy. Nezapomenejte, že naše přípravky jsou doplňky stravy a že nenahrazují veterinární léky, které předepsal ošetřující veterinář. Přípravky Joalis animal naopak můžete podávat i s léky od veterinárního lékaře.

Zeptáte-li se svého veterinárního lékaře, zda můžete naše veterinární přípravky používat, pravděpodobně se vám nedostane žádné odpovědi, nebo odpovědi, že tyto přípravky neznají. Pracujeme na tom, aby se na-

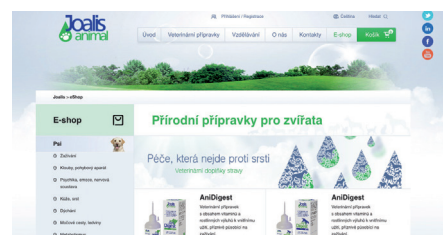
še produkty dostávaly čím dál více nejen mezi vás chovatele, ale také mezi veterinární lékaře a obchody s potřebami pro zvířata. Zde je situace ale stejná jako u praktických, humánních lékařů. Veterinář musí být nakloněn detoxikaci, přírodnímu způsobu léčby, popř. mít zájem podávat i jiné, než pouze chemické, či farmakologické léky (tzn. předepisovat např. byliny a Bachovy esence, praktikovat akupunkturu, akupresuru, fyzioterapii, homeopatii).

Nákup v e-shopu

Přes naši webovou stránku mohou nově nakupovat velkoobchodatelé, maloobchodatelé i veterinární lékaři. Každý bude mít svůj originální vstup. Při registraci zjistíme a každému potvrdíme jeho status a poté si již lze pohodlně nakoupit. Vše bude probíhat na e-shopu Joalis Animal – www.joalisanimal.eu/eshop.

Sledujte naše stránky a inovace.

Pavla Machálková



Šintoistickou svatyní
Nikkó Tóšógú zdobí
řezba ze 17. století
znázorňující tři moudré
opice. Jedna si zakrývá
uši, druhá ústa
a třetí oči. Jak řeči beze
slov rozumět?



Řeč beze slov aneb Základy nonverbální komunikace

Staré přísloví říká, že je důležité, co se říká, ale že mnohem důležitější je, jak se to říká. Slova jsou pouze malou částí naší komunikace a vše, co říkáme, je ovlivněno naší řečí těla. Všichni při kontaktu s jinými lidmi používáme nonverbální komunikaci, která doplňuje nebo zdůrazňuje obsah našeho verbálního sdělení. Tyto projevy bývají na rozdíl od projevů verbálních necenzurované, protože vycházejí z podvědomí a my je nemůžeme dostatečně a účinně ovládat, a proto na nás prozradí vše. Jejich pomocí vyjadřujeme své pocity, emoce, prožitky, myšlenky. Nonverbálně se projevuje již novorozenec a znaky této

komunikace můžeme pozorovat také u zvířat. K dalšímu studiu řeči těla existuje na trhu nepřeberné množství publikací, např. Allan a Barbara Peasovi: Řeč Těla.

podstatným faktorem, ze kterého můžeme mnoho vyvodit. Všímáme si způsobu, délky a intenzity podání ruky, což nás informuje o sebehodnocení klienta o jeho emocionál-

Terapeut by měl vytvořit podmínky pro
úspěšnou terapii a vztah založený na důvěře.

Nonverbální projevy v terapii

Velmi podstatným nástrojem diagnostiky je pro terapeuta znalost nonverbální komunikace, která mu nejen prozradí podstatné informace o anamnéze klienta, ale také navodí příjemné prostředí, ve kterém se bude klient cítit v bezpečí. Informace, kterou k nám klient vysílá, je tvořena pouze z 10 % ze slov. Mnohem důležitější je např. výraz tváře (až 50 %), tón hlasu (38 %) či jiné formy nonverbální komunikace. Ve školách nás učí zacházet se slovy, studujeme základy humanitních i exaktních věd, ale ve své každodenní praxi často podceňujeme nonverbální komunikaci. Chceme-li optimálně komunikovat s klienty, musíme se naučit jim rozumět.

Již první kontakt klienta s terapeutem je klíčový pro správný průběh terapie, neboť zde se vytvoří, tzv. halo efekt, který spočívá v hodnocení člověka zejména na základě nonverbálních projevů. Je to první dojem, který obvykle v klientovi zůstává a následné chování, rysy a jednání terapeuta hodnotí klient podle tohoto dojmu. Také stisk ruky je velmi

ním rozpoložení, zároveň poukazuje na míru stresu, napětí a nejistoty klienta. Dále by si měl terapeut všimnout vzdálenosti ruky od těla, která signalizuje intimní oblast klienta, jež nesmí překročit. Pro navození lepší spolupráce se doporučuje zachovávat stejnou horizontální hladinu obou osob. Pocit nadřazenosti a podrážedenosti obvykle vzniká, pokud se oči jedné z osob ocitnou výše než oči druhého. Klient v tu chvíli podává méně informací, než kdyby měl oči v jedné rovině. Také přímý pohled z očí do očí není ideální. Proto se doporučuje uspořádání ordinace, kdy terapeut a klient sedí tzv. přes roh, což vylučuje konfrontaci a dává klientovi čas se soustředit a také si oddechnout. Pozice naproti sobě je podvědomě vnímána jako bojová a konfrontační. Pro klienta je také velmi nepříjemné, pokud sedí zády do otevřeného prostoru, neboť to navozuje pocit nejistoty.

Terapeut by si měl tedy všimnout nejen subtilních informací a snažit se je dešifrovat, ale také se zamyslet nad ergonomií své ordinace a pokusit se klientům vytvořit podmínky pro úspěšnou terapii a vztah založený na důvěře

Mgr. Denis Drahoš

Druhy nonverbální komunikace:

- mimika (výrazy obličeje)
- gestika (pohyby horních končetin)
- haptika (doteky, neboli kontaktní chování)
- posturologie (držení celého těla)
- kinetika (pohyby)
- proxemika (vzdálenost, neboli přibližování a oddalování)
- teritorialita (označování hranic vlastního prostoru)
- mutilace (změna velikosti, tvaru nebo barvy části těla)
- tón, melodie a tempo řeči, úprava zevnějšku, způsoby, jakými se člověk dívá.

(zdroj: Wikipedie)



Detoxikácia podľa MUDr. Josefa Jonáša – list od spokojnej klientky:

Konečne prišlo leto. Voda, slnko, dobrodružstvo a zábava. Nikto nerátal, že toto leto sa rozhodne nám ukázať aj svoju horúcejšiu tvár. Prišli obrovské horúčavy, trvajúce niekoľko dní. Vybrali sme sa teda na pár dní na chatu pri vode.

Pri chate nás čakalo prekvapenie. Ležal tam psík malej rasy, mohol mať okolo roka. Keďže je to v chatovej oblasti, mysleli sme si, že sa len niekomu zatúlal. No ani po hodine ho nikto nehľadal, a on vyzeral byť z toho tepla dosť vyčerpaný, tak sme ho zavolali dnu. Dali sme mu napiť a pravdaže dali sme mu aj niečo pod zub do misky. Psík sa len napil. Zdalo sa nám, že ho niečo trápi. Neskôr sme si všimli, že psík zvracia a má hnačku. Keďže sa nám psík páčil, rozhodli sme sa, že si ho necháme, pokiaľ sa neozve niekto, komu by chýbal. No teraz bolo dôležité, pomôcť mu. Horúco, nehorúco, sadli sme do auta a odviezli ho k veterinárovi. Keďže sme mu nevedeli povedať

príčinu jeho ťažkosti, veterinár mu dal nejaké antibiotiká a čierne uhlie. Upozornil nás, aby sme dali pozor nato čo zje. Bola mu nasadená diéta. Jeho príznaky vyzerali na ochorenie baktériami ako je salmonela, čo pravdaže mohol mať zo zjedenia nájdenej pokazenej stravy.

Na našu radosť sa psík, ktorému sme dali meno Deny, pomaly uzdravoval a ukázal sa ako veľmi veselý spoločník nielen pre nás, ale aj pre deti v okolí. Z času na čas sme si ale všimli, že sa tráviace problémy s hnačkou vracajú minimálne raz do mesiaca, no nasadili sme diétu, dali čierne uhlie a hnačka odznela. Ale nedalo nám, pretože sme dávali pozor nato, čo zje, tak sme opäť zašli za veterinárom. Ten nás ubezpečil, že je to pomerne častý problém u malých plemien, odporučil nám zmeniť granule a trávenie podporiť probiotikami. Pri hľadaní po internete sme narazili aj na alternatívnu

liečbu pre zvieratká. Rozhodli sme sa to skúsiť, pretože my sme už mali dobré skúsenosti s takouto formou liečenia, tak hádam by to mohlo pomôcť aj nášmu Denymu. Navštívili sme preto predajňu, kde nám na základe popisu jeho ťažkosti boli odporúčané preparáty Joalis ANIDIGEST a ANIMET. Podávanie je možné vtieraním alebo nakvapkaním do papuľky. Rozhodli sme sa pre vtieranie do slabín. Nuž a čakali sme na výsledok. Prešiel mesiac, potom ďalší a náš krásavec nemal ani raz hnačku, ani iné problémy s trávením. My sme získali veselého spoločníka na prechádzky a on nám bol vďačný, že sme ho v tých horúcich dňoch nenechali na ulici.

Zuzana Jandová



AniMet



Detoxikačné veterinárne prípravky **Joalis Animal** odštartovali novú éru v oblasti detoxikácie.

Tá už nie je len výsadou nás, ľudí. Aj naše zvieratá si zaslúžia, aby sme sa o ich zdravie starali.

Ponúkame:

AniUrin – močové cesty a obličky ■ **AniSkin** – koža a srst
AniSpir – dýchanie ■ **AniMove** – pohybový aparát
AniDigest – tráviaci systém ■ **AniNervin** – psychika
AniMet – metabolizmus

Dostanete v MAN-SR, s.r.o. alebo na www.joalisanimal.sk

PLÁNOVANÉ AKCIE

BA	03. 10. 2015	Seminár I* osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
BA	04. 10. 2015	Seminár II** osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, pokračovanie I
KE	17. 10. 2015	Seminár I* osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
KE	18. 10. 2015	Seminár II** osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, pokračovanie I
VT	23.-25. 10. 15	Seminár V**** osobne, Tatranská Lomnica, Hotel Sorea Titris*** (2 dňový kurz) osobne, poplatok 70 EUR + ubytovanie + Team building
B+K+BB	28. 10.	Skúška 1. stupňa Hlavné centrú, Čečinová, Vodárenská a Kapitulská (14:00-15:00) osobne, alebo on-line, poplatok 1 EUR, po absolvovaní kurzu I+II
BA	14. 11. 2015	Seminárny deň s MUDr. J. Jonášom, Hotel Médium, Tomášikova 34 (10:00-17:00) osobne, poplatok 60 EUR, novinky v detoxikácii
BA	21. 11. 2015	Seminár III*** (A+B+C) osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, pokračovanie I+II
BA	22. 11. 2015	Seminár IV**** osobne, Hlavné centrum, Čečinová 3 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, tematický seminár
KE	05. 12. 2015	Seminár III*** (A+B+C) osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 50 EUR, pokračovanie I+II
KE	06. 12. 2015	Seminár IV osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23 (10:00-16:00) poplatok 40 EUR, tematický seminár
B+K+BB	16. 12.	Skúška 2.stupňa Hlavné centrú, Čečinová, Vodárenská a Kapitulská (14:00-15:00) osobne, poplatok 10 EUR, po absolvovaní skúšky 1.stupňa, III. a IV seminárov

Zmena plánovaných termínov seminárov je vyhradená !!!!

***SEMINÁR I** – úvod do problematiky detoxikácie. Zoznámenie sa s rozdelením toxínov v ľudskom organizme a ich pôsobením. V rámci seminára je vykonané ukážkové meranie. Účastníci si odnášajú DVD.

Cena: 25 EUR + 25 EUR registrácia.

****SEMINÁR II** – nadväzuje na seminár I. Účastníci sa naučia využívať čínsky pentagram v praxi a sú oboznámení s logickou diagnostikou. Účastníci si odnášajú DVD. **Cena: 40 EUR.**

*****SEMINÁR III** – seminár III. A – teória (preberieme postupne teóriu merania na prístroji Salvia), seminár III. B – praktické meranie na prístroji Acucomb a Salvia so sadami a EAM programom, seminár III.C - praktické postupy riešenia zdravotných problémov so Salviou a EAM. **Cena: 50 EUR.**

******SEMINÁR IV** – nadväzuje na semináre III. – tematický seminár a praktické postupy riešenia zdravotných problémov. **Cena: 40 EUR.**

*******SEMINÁR V** – je určený absolventom I.II.III.IV. seminárov na doplnenie a rozšírenie vedomostí a záujemcom, ktorí nemajú dostatok istoty pri práci s prístrojom Acucomb a Salvia a EAM programom + Team building. **Cena: 70 eur 2 dni. Je potrebné sa nahlásiť, pošleme Vám bližšie informácie.**

Pozývame Vás na
Seminárny deň s MUDr. J. Jonášom, v Bratislave: 14. 11. 2015
Hotel Médium, Tomášikova 34

Na uvedené akcie sa prihlasujte:

Centrum Košice: Vodárenská 23, tel./fax: 055/799 6881, 0904 734 418

Centrum Bratislava: Čečinová 3, tel./fax: 02/43 42 59 39, 0903 311 063

Centrum Banská Bystrica: Kapitulská 17, tel./fax: 048/415 6 186, 0911 758 008

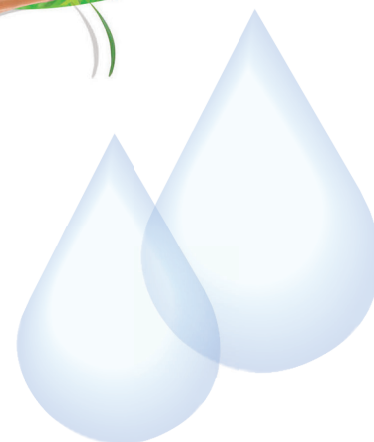
e-mail: man-sr@man-sr.sk, internetové stránky: www.man-sr.sk, www.joalis.sk



Mocové cesty

Súbor prírodných preparátov určený k očiste obličiek a močových ciest. Močové cesty predstavujú hlavný vylučovací orgán pri detoxikácii celého organizmu. Tento súbor má teda ako lokálny, tak celkový účinok na zdravie organizmu.

Balíček obsahuje: UrinoDren, VelienDren, UrinoHelp, MindDren



Depresia

Súbor prírodných preparátov určený k očiste štruktúr, ktoré súvisia s emocionálnymi prejavmi, ako je úzkosť alebo depresia. Súbor je zameraný ako na emocionálne súvislosti, tak na biochemickú podstatu týchto porúch.

Balíček obsahuje: RespiDren, CorDren, VelienDren, LiverDren



Jeseň

Pľúcny okruh podľa staročínskeho zdravotného kalendára trpí chladným a vlhkým počasím. Pre jeho aktivitu môže človek využiť zhromažďovanie energie na náročné zimné mesiace. Tento okruh je obecné v našej civilizácii veľmi poškodený. Prináša ľuďom nielen zápal dýchacích ciest, ale i depresie a pokles vitality. Doporučenie: vynechajte v týchto dvoch mesiacoch múčne pšeničné výrobky. Môžete ich nahradiť inými obilninami, napríklad razou, pohankou, ryžou, jačmeňom či ovosom. Zvýšenou mierou prijímajte tekutiny.

RespiDren, RespiHelp, ColiDren, Imun. Túto zostavu užívajte v mesiacoch september a október.
September: RespiDren, RespiHelp. Október: ColiDren, Imun.

www.Joalis.sk

Veterinárne

PRÍPRAVKY **PRE** PSOV A MAČKY
RÝCHLE PÔSOBENIE
 BEZ VEDĽAJŠÍCH ÚČINKOV
 JEDNODUCHÁ **APLIKÁCIA**



AniNevrin

psychika,
nervová sústava

stavy úzkosti, agresívne prejavy,
stres, emočná labilita, astma, depresia,
epileptické stavy, hormonálne poruchy,
hlučné oslavy

AniSpir

dýchacie
ústrojenstvo

zápaly dýchacích ciest, kašeľ, alergia,
výtoky zo slizníc dýchacích ciest,
nádcha, astma, chronické bronchitidy,
tracheálny kolaps

AniMove

kĺby,
pohybový aparát

pourazové stavy pohybového aparátu,
artritída, artróza, preťaženie,
degeneratívne procesy pohybového
aparátu, osteoartróza, spondylartróza

AniDigest

tráviace
problémy

zvracanie, nafukovanie,
zápaly dšien, problémy
so slezinou a pečťou,
neznášanivosť krmenia

AniUrin

močové
ústrojenstvo

akútne alebo chronický zápal obličiek
a močových ciest, únik moču,
močové kamienky, piesok,
zlá činnosť obličiek

AniMet

metabolizmus

obezita, cukrovka, stukovatená pečeň,
dna, poruchy metabolizmu
základných živín

AniSkin

koža, srst'

alergia, ekzémy, psoriáza,
vypadávanie srsti,
zápaly vonkajšieho zvukovodu



K odberu na:

www.joalisanimal.sk

www.joalis.sk