

Molekuly strachu k nám nepřicházejí z venku. Vytváříme si je interpretací vnější skutečnosti

 radiouniversum.cz/vojacek-jan-1d-molekuly-strachu-k-nam-neprichazeji-z-venku-vytvarime-si-je-interpretaci-vnejsi-skutecnosti

3. října 2023

Jan Vojáček Díl 1/4

Text 3.10.2023 33 min Přehrát

#Zdraví

Kdybych hledala slova, která používáme nyní mnohem častěji než dříve, třeba v letech před covidem, asi by k nim patřila slova jako „deprese, stres, strach“. Jakkoli je pravdou, že příčiny tlaků, které v nás úzkosti vyvolávají, jsou často mimo náš dosah, protože kořeny mají třeba v politice, ekonomice, v událostech ve světě, tak se s nimi přesto musíme nějak vyrovnat my sami. Jak na to? Jak si neotravovat život a neničit zdraví? Je možné se těšit na každý den, který nás čeká, nebo je to jen chiméra, kterou propagují nádherné bytosti v batikovaných šatech? O tom všem a mnohém dalším budeme mluvit s někdejším profesionálním fotbalistou, lékařem, zakladatelem Institutu funkční medicíny a výživy, doktorem Janem Vojáčkem.

Martina: Ještě doplním, že jsi autorem knih Umění být zdravý, Rozhodni se být zdravý, a Umění nemoci. Jane, já jsem četla některé tvé rozhovory, a po přečtení jednoho z nich jsem si říkala: Jak si to ty představuješ, když v dnešní době mnozí lidé ráno vstávají se slovy: „Už aby byl večer,“ a že říkáš: „Já se těším na každý nový den.“ Je to provokace? Máš to zapotřebí? Řekni mi, jak se to dělá, těšit se na každý nový den, aby to nebyla jenom klasická fráze?

Jan Vojáček: Tak, odkazuje to na nějakou životní filozofii, kterou mám v sobě hluboce zakořeněnou, a to, že život je pro mě opravdu škola, kde každý den mám novou příležitost se ve svém životě posunout ve svém sebeobjevování, a objevování toho, co mě skutečně baví. A to jsou principy, které se nám dějí na pozadí

našeho života, a souvisí s našim zdravím a vznikem nemocí. Takže každý den je pro mě nová příležitost dozvědět se něco nového, protože každá vteřina, každý okamžik je naprosto unikátní, a nějakým způsobem reprezentuje prožitek každodennosti, každého okamžiku, nás samotné.

Ty jsi v úvodu zmínila, že existují nějaké události, které zdánlivě běží venku kolem nás, ale ve výsledku to, co opravdu prožíváme každý den, každý okamžik, je naše velmi unikátní interpretace toho všeho. A tato interpretace rozhoduje, z mého pohledu, o kvalitě našeho života. A právě tento přístup k tomu, že každý den můžu zažívat, jakým způsobem se vztahuju ke světu, k druhým lidem, mě vede k tomu, že mě to baví.

Martina: To, že se člověk každý den dozvídá něco o sobě, něco nového o světě, a něco nového o své roli ve světě, je fakt, to je pravda, skutečnost. Přesto mnoho lidí ubíjí jakýsi stereotyp, a to vztahový, pracovní, a zároveň na něj útočí možná víc než dřív, nebo určitě víc než v mém mládí, právě věci, které jsou vůkol: Inflace, drahota, válka na Ukrajině, zmíněný covid, paniky, které jsou v nás vyvolávány, řekla bych, že mnohdy velmi uměle. Řekni mi, jakým způsobem pěstovat tu svou interpretaci, aby se ode mne tyto molekuly strachu odrážely, a nepronikaly mým tělem, mojí myslí, mými buňkami?

Jan Vojáček: Je to opět o nastavení si určitých postojů, a přístupu vůbec, k samotnému životu jako takovému. Protože jeden z těchto přístupů je, že mě někdo bombarduje molekulami strachu, které mnou prostupují, a díky tomu, že se dostávají do kontaktu se mnou, tak já a priori musím mít strach, protože se přece tento strach na mě valí. A to je přístup, který já – aniž bych se chtěl někoho dotknout – nazývám přístupem oběti vnějšího světa, vnějších okolností, vnějších událostí.

A přestože chápu náročnost v dnešním světě, tak já to u sebe, pro sebe, vidím ještě trochu jinak. A to tak, že já, a můj emoční mozek, můj limbický systém, a toto všechno s tím spojené, si vytváří veškeré molekuly emocí. Já si vytvořím každou svou molekulu strachu. Žádná ke mně nepřijde z venku, aby se stala součástí mě – já si ji vytvořím. A z mého pohledu, čím více lidé rozumí tomu, jakým způsobem vzniká prožitek, jakým způsobem si ho já ve skutečnosti tvořím – já si ho tvořím právě interpretací, a veškerými postoji, nastaveními, očekáváními, přesvědčeními, schémata, vzorci, i minulými traumaty – tak vlastně na základě toho si ve skutečnosti tvořím svůj subjektivní vesmír, a svou subjektivní realitu. A tam potom přijde otázka: Jak moc je moje subjektivní realita, můj subjektivní vesmír, závislý na tom, co se děje ve skutečnosti venku?

Žijeme v emočním světě, který je tvořen molekulami emocí vytvářenými emočním mozkem. A interpretace situace určuje, jestli se držíme ve své sféře vlivu, nebo ne.

Martina: Jane Vojáčku, znamená to tedy, že měl pravdu můj kolega, který, když jsem mu popisovala svůj poryv vzteku – protože si myslím, že byl svým způsobem oprávněný, protože se zkrátka někdo nezachoval fér – a říkala jsem: „A to mám být klidná? To to mám dusit?“ Tak on mi říká: „To ne: Ty jsi našťavaná oprávněně. Ale důležité je to, co to s tebou dělá.“ To je to, o čem ty teď mluvíš?

Jan Vojáček: Veškeré emoce, veškeré prožitky spojené s nějakým typem myšlenek – například, pokud ti projde hlavou myšlenka na nějaké bezpráví, která má navazující emoci hněvu, tak tvůj prožitek je naprosto v pořádku. Pokud se podíváme na děti, tak ty autenticky prožívají veškeré své emoce, a dávají to jasně najevo. Tam jde o to, jakým způsobem máš pod kontrolou, a vnímáš to, jak si tvoříš právě tento svůj emoční svět. Protože my skutečně žijeme v emočním světě, který je tvořen právě molekulami emocí, který tvoří náš emoční mozek. A důležité je na tvé interpretaci situace, jestli se držíš ve své sféře vlivu, nebo jestli se dostáváš mimo svou sféru vlivu.

Protože jednou z největších potíží, které dnes tvoří lidem současný svět, je to, že se toho děje globálně tolik, a my máme přístup ke všem těmto globálním informacím, že se naprostá většina, nebo velké množství lidí dostává mimo svou sféru vlivu, čili se namotají do emoce bezmoci. Protože pokud uvidíš nějakou formu bezpráví, která nekoresponduje s nějakou tvou morální a etickou hodnotou, tak tahle myšlenka vytvoří emoci hněvu, protože chceš toto bezpráví napravit. Ale nemůžeš, takže se v tom okamžiku dostáváš ze stavu hněvu do stavu bezmoci, čili tvůj emoční aparát se obrátí proti tobě. A z mého pohledu naprostá většina chronických nemocí má prazáklad v tom – samozřejmě jsou multifaktoriální, a je tam velké množství rolí – že obrovskou roli hrají emoce, které se obrací proti samotnému organismu. A můžeme se také bavit o tom, jak.

Martina: Když k tobě přicházejí do Institutu funkční medicíny...

Jan Vojáček: Lehké doplnění, já na Institutu funkční medicíny působím jako mentor ve vzdělávání lékařů, a jinak působím jinde. Jako praktik, lékař.

Martina: Jako praktický lékař.

Jan Vojáček: Ne jako praktický lékař, ale jako praktikující medicínu na jiném zařízení. Nechci dělat zbytečně reklamu.

Martina: Klidně můžeš.

Jan Vojáček: Na klinice Endal.

Je strašně důležité pochopit, jakým způsobem si vytváříme stres a napětí. Vytváříme si je my sami.

Martina: Na klinice Endal. Dobře, přicházejí za tebou pacienti, řekni mi, jsou více ve stresu, než když jsi s funkční medicínou začínal před deseti, patnácti lety?

Jan Vojáček: Neřekl bych. Nedokážu to takhle vyhodnotit, že by byli více ve stresu, protože my, z mého pohledu, si myslíme, že žijeme největší stres teď. Ale když se na to podíváme, tak vždy bylo něco,

čím jsme se mohli stresovat, protože náročnost světa vždycky přináší výzvy, a záleží právě na tom, jak se k tomu vztahujeme – ať je to rodina, ať je to nějaké ekonomické zázemí, ať je to aktuální zdraví. A to se dělo vždy. Tyto tři základní pilíře – peníze, vztahy, hojnost – mohou být zdrojem stresu vždy, a je jedno, jestli jsme v absolutní pohodě a blahobytu, z hlediska nějakého vnějšího světa, nebo jestli aktuálně prožíváme ještě nějaké další výzvy. Takže z mého pohledu stres a porozumění tomu, jakým způsobem si ho vytváříme, je obrovské téma, které se patnáct let line mým lékařským praktikováním prakticky na stejné úrovni.

Martina: Když přijdu k lékaři, a on řekne: „Nesmíte se tolik stresovat“, tak pro mě je to už malinko....

Jan Vojáček: Stresující.

Martina: Ne, je to pro mne naprosto vyprázdněný pojem, protože se samozřejmě zeptám: „Aha, a jak? Můžete mít říct, jak se nemám stresovat? Nebo, jakým způsobem mám postupovat?“ Je to vlastně svým způsobem kliše, když řekneš svým pacientům: „Musíte se méně stresovat.“ Co v tvém podání tato informace obsahuje?

Jan Vojáček: To bych právě takhle nikdy neřekl. A tyto vyprázdněné fráze, kliše? Je potřeba si uvědomit, co tím pádem dělám, protože na tom se to uvědomit dá, že tam, kde klasická medicína končí s těmito vyprázdněnými frázemi, například: „Žijte zdravě a nestresujte se.“ To je základní recept na zdraví, který dneska získá člověk u klasického lékaře, kromě toho, že získá klasickou léčbu, odnese si léky, a k tomu třeba informaci „nestresujte se a žijte zdravě“, a tam to končí.

A tam, kde tohle končí, tak já začínám. To je můj startovací bod, kdy se tyhle vyprázdněné fráze začínají velmi pečlivě naplňovat. A to čím? V první řadě porozuměním tomu, co jsou principy na pozadí touhy žít zdravě, a mít menší chronické napětí svého autonomního nervového systému, což je, složitěji řečeno, výsledek toho, když se

člověk méně stresuje. Protože stres je napětí, je to určitý výdej energie. Je to napětí v našem nervovém systému. Je to tak, jako struna na kytaru, která má být tak akorát. A my, jako lidské bytosti v 21. století, protože nás to nikdo neučil, nevíme, jakým způsobem toto napětí regulovat a modulovat, protože nám bylo řečeno, že je napětí způsobeno tím, co se děje venku.

A to se zase opět vracíme k tomu, že z mého pohledu je to jinak. A to tak, že my máme velkou moc nad tím, jakým způsobem toto napětí regulovat. A přijde otázka jak, a to je vlastně z velké části můj obor – jakým způsobem člověka provést, aby znovu uchopil svou moc nad sebou, čili nad svými různými schopnostmi a možnostmi, jakým způsobem regulovat své napětí, a to od interpretace jakékoliv situace, po nastavení svého konstruktivního postoje, aby své napětí právě moduloval a reguloval.

Martina: A já tady tedy udělám dramatickou pauzu mezi tím, jak a co se dozví naši posluchači, a jen se zeptám: Ty jsi vystudoval klasickou medicínu, a dlouho jsi zvažoval, kam se vydáš. Řekni mi, co bylo tím zvratem? Proč ses rozhodl pro takzvanou funkční medicínu? Proč ses rozhodl pro tuto cestu?

Jan Vojáček: Já jsem v době, kdy jsem byl na jakési křižovatce, vůbec netušil, že existuje nějaká funkční medicína. Já jsem v sobě pouze registroval vnitřní konflikt a rozpor nad tím, co jsem se do té doby dozvídal, a dozvěděl v klasické medicíně, v pojetí klasické medicíny o zdraví, a tím, co někde ve mně bylo určitou touhou, vášní, vidět zdraví celostně, komplexně. Mě v první řadě v klasické medicíně nechytilo pojetí klasické medicíny. To znamená: „Honzo, tak co, to budeš, jako táta, vytahovat žlučníky, nebo jako kluci vyměňovat kolena, nebo jako jiní kamarádi budeš prodávat léky na nejrůznější nemoci? To je to, co chceš?“ A já jsem necítil, že to je to, co chci. Já jsem si říkal: „Vždyť mě baví se bavit s lidmi. Mě baví jejich životní příběh. Baví mě se dozvědět o tom, jak vlastně jejich zdraví souvisí s tím, jak žijí, jací jsou. Předemnou sedí člověk, a ne nějaké číslo diagnózy, nebo orgán, rozbitý játro, porouchaná ledvina.“

Martina: Játro... Vždycky, když někdo řekne játra v singuláru, tak mě to rozesměje.

Jan Vojáček: Ale to schválně. Nebo náhodná chyba genů – pojďme ji spravit, a už se nebavme o tom, že to je nějaká paní Marie, která má nějaký svůj život. Takže díky této neztotožněnosti s pojetím klasické medicíny jsem začal pátrat po tom, co je to moje. A našel jsem to tenkrát na Východě, i když při pobytu ve Skotsku, kde se dávno urodila myšlenka celostního, komplexního pojetí lidského zdraví, i když v té podobě, která není tak úplně taková, jak to dneska pojímá funkční medicína, protože čínská medicína, nebo ájurvéda, a tyhle směry, mají velmi specifickou terminologii, velmi specifický přístup. A abych přiblížil lidem funkční medicínu, tak se funkční medicína snaží být co nejvíce prozápadní, co nejvíce být v pojmech klasické medicíny, aby tomu člověk rozuměl, a zároveň si uchoval myšlenku, že přede mnou stojí unikátní bytost, ke které je potřeba přistoupit velmi individuálně, komplexně, celostně. A to se mi spojilo v tom Skotsku vlastně tím, že jsem si řekl: „Aha, tak ono to nějak jde.“

Příčina nemoci není ani venku, ani to není moje vina. Je potřeba opustit koncept viny, a tím je opuštěn i koncept oběti, protože dokud tam je vina, je tam oběť a agresor.

Martina: Teď se zvolna dostaneme k tomu, jak. Protože ty říkáš, že u vás na klinice neléčíte nemoci, ale podporujete lidi na jejich cestě ke zdraví. A to je asi opravdu velký rozdíl v přístupu. Ale pokud podporuješ někoho na jeho cestě ke zdraví, tak to předpokládá, že on převezme zodpovědnost za své tělo, za svou mysl, za svůj život, za své zdraví. A v tom asi může být jádro pudla. Protože svádět vše, jak jsme se o tom bavili na začátku, na okolí, na ostatní lidi, na špatnou společnost, na nepřízeň osudu, je vlastně mnohem snazší. Takže teď se dostávám, sice dlouhou otázkou, ale k tomu, jak tedy podporovat současného člověka na jeho cestě ke zdraví?

Jan Vojáček: Právě tím, že on začne postupně rozumět tomu, co skutečně způsobuje jeho nezdary a nepohodu v jeho životě. My máme tendenci svádět na lidi, a lidi to tak přijmou, že si za svoje nemoci můžou sami. Kouří? Tak co se divíte. Jíte samé nezdravosti? Tak co se divíte. Vždyť se pořád stresujete, tak co se divíte. Máte tendenci to hodit na lidi, a zároveň jim brát moc. To znamená říct: „Svět je těžký. Dneska je to složité. Máme čím dál víc nemocných. Společnost je čím dál víc nemocná.“ Ale vlastně si tenhle stav zafixuje, a tenhle status quo se tím pádem fixuje, že se lidem říká: „Nemůžete za to. A přitom si tak trošku za to můžete sami.“ A oni neví, co s tím. A kdykoliv někdo přinese myšlenku: „Pojďte se na to podívat v klidu, trošku jinak. Pojďte se na to podívat velmi principiálně, velmi logicky, v určitých souvislostech. Pojďte si sednout, projdeme si váš životní příběh. Podívejte se na to, z čeho jste vzešel, to znamená, jakým způsobem vás zformovala jaká rodina, jaké jste tam měli návyky, jak jste přistupovali k životu, k životnímu stylu, sami k sobě, to znamená, jaké jste si odnesli sebepojetí v životě. A pojdte se na to podívat, podívejte se na tyto události, co se vám v životě a jak dělo, a jak se to propisovalo do vašeho zdraví. Pojďte se na to v klidu podívat.“

Ty jsi zmínila, že klíč – jádro pudla – je zodpovědnost. Ano, protože v klidu si sednout a říct: „Není to ani venku, a není to vina ani moje,“ znamená, že se úplně opustí koncept viny. Tím vlastně opouštíš koncept oběti, protože pokud tam je vina, vždycky je tam nějaká oběť a nějaký agresor. Někdo, kdo to způsobil. Tohle je potřeba absolutně opustit. Tenhle koncept. Není to vina nikoho venku, ani nikoho uvnitř toho, to znamená mě samotného. Koncept samotné viny je potřeba opustit, a tím znovu nabírám zodpovědnost a moc – bez emoce viny, a jenom se chci podívat na to, co se opravdu se mnou děje. Co se mi to opravdu v mém životě děje. Jakým principiálním způsobem si tvořím zdraví, jakým způsobem se co podílí na vzniku mé nemoci. A to je způsob, jakým my provázíme lidi.

My je provázíme cestou porozumění, očištěné od tohoto obviňování čehokoliv, kohokoliv, včetně sebe, abychom jim ukázali, že se dá posvítit, a pokud je člověk schopný to navnímat – a to je každý schopný navnímat. Tam nezáleží na žádné inteligenci, protože máme velmi inteligentní lidi, kteří se tomu brání, a máme lidi, které bychom mohli nazvat, a to se nechci někoho dotknout, obyčejnějšími, a jsou to perfektně schopní uchopit. To znamená, že my všichni máme v sobě hlubokou moudrost, kterou můžeme vytáhnout na světlo, a posvítit si na to, jakým způsobem se co podílí na našem zdraví, a na vzniku nemoci.

Martina: Honzo Vojáčku, to, co popisuješ, mi připadá jako dobrá cesta, třeba prevence, ale přemýšlím, do jaké míry má člověk čas, sílu, energii, víru a naději v okamžiku, kdy mu už nějaký karcinom hlodá uvnitř těla?

Jan Vojáček: Hm, to je právě stále o tom stejném v tom, že když jdeme pod povrch věcí, to znamená zkoumáním principů, co vlastně zdraví je, a jakým způsobem ho co tvoří, co tvoří moji odolnost, moje zdraví, tak když to lépe chápu, tak mi zároveň začne být naprosto jasné, proč může vzniknout nemoc. A to je, pořád je to obrovsky tenký led, zvláště pokud se to týká onemocnění, jako je rakovina, protože je to samozřejmě napumpováno – a my už jsme to tady zmínili několikrát – emocemi, je to napumpováno obrovským množstvím emocí, logicky, utrpení, strachu, bolesti.

A já jsem schopen se na to podívat touto optikou, pokud pochopím, jak si tvořím vlastní zdraví, tak, jak jsem zmínil, jsem schopen porozumět tomu, co je to ve skutečnosti nemoc. Protože, když se na to podíváme optikou klasické medicíny, tak klasická medicína vlastně člověka z tohoto procesu vytrhuje: „Paní Marie, to je náhodná mutace genu. Sešlo se tam víc faktorů – a prostě nedá nic dělat.“ Máme tady ozonové díry, máme tady zátěže prostředí, je tady prostředí, které je absolutně stresující, tak se to prostě sešlo tak, že

tyhle všechny faktory se podílejí na tom, že tady před námi teď sedí paní, která má karcinom. A medicína zůstane u toho: „Hele, prakticky se nedá nic dělat, my to za vás vyřešíme.“

A paní Marie se zeptá: „Dobře, a jakým způsobem?“ A to je tenký led, do kterého medicína nechce jít. Paní Marie se může zeptat: „A není to náhodou tak, že nějakým způsobem jsem nevědomě činila ve svém životě tak, že jsem šla této nemoci naproti? Že jsem se nějakým způsobem mohla podílet na tom, že můj organismus na úrovni imunitního systému selhal, a dovolil, aby se tyto mutace projevily ve formě karcinomu?“ A tam vlastně už medicína nejde, protože se toho bojí, právě z toho důvodu, že by z toho mohlo vyplynout, že se obviní paní Marie, že si za to může ona sama. Tak jí přeci nebudeme v tomhle stavu nakládat takovouhle další zátěž. Do tohoto se pouštět nebudeme, protože pokud bychom se do toho pustili, tak ano, existuje spoustu faktorů, který se jeví, že jsou mimo naši zónu vlivu, sféru vlivu. A naopak existuje obrovské množství faktorů, které jsou v naší sféře vlivu. Kterými si právě tvoříme a budujeme svoje zdraví, nebo podporujeme vznik nemoci.

To, co skutečně léčí, je proces změn, které člověk udělá tak, že žije jinak, než jak žil, než se nemoc objevila

Martina: Vnímala bych, že v tuto chvíli by stálo za to paní Marii naložit na záda její třeba způsob života, který ji k tomu mohl dovést, v případě, že by jí to mohlo pomoci. Ale ty sis jistý, že v okamžiku, kdy ve stádiu akutní nemoci zjistíme, třeba, čím jsme se k tomu pravděpodobně k tomuto zbědovanému zdravotnímu stavu dopracovali, tak že nás to začne léčit? Toto poznání? To asi ne.

Jan Vojáček: Toto samotné poznání může být vstupní brána k tomu, že ve svém životě udělám adekvátní změny. A to je to, co je vlastně léčivé. To, co skutečně léčí, je proces změn, kde dojdou k určité formě jinakosti toho, než jak jsem žil předtím, než se nemoc objevila.

Například se to vždycky vztáhne k dětem, takže to určitě je téma, které se dá otevřít, že vždy lidi napadne, jak za to můžou děti. A to je potřeba také osvětlit. Nicméně, z mého pohledu, z mé zkušenosti, pracuji s lidmi, kteří dostali nějakou informaci z klasické medicíny, dostali klasickou léčbu. To znamená, že každý, se kterým pracuji, prošel klasickou medicínou, udělala se veškerá vyšetření, veškeré zprávy, nastavila se léčba, a tam by to mohlo skončit. To je to, co jsme si řekli. Tam by to mohlo skončit, a tam většinou končí 99 procent lidí, řekněme to tak. A někteří, třeba jedno procento – to je jenom schéma – tak řeknou: „Fajn, dobře. Ale pokud to není jenom nějaká náhoda, že jsem si vytáhl krátkou sirku, černého Petra, pokud se na svém zdraví, či nemoci, nějakým způsobem podílím, tak by přece dávalo velkou logiku něco změnit.“

Ty jsi zmínila, že existuje něco jako prevence, že to může být úžasná prevence. Ano, existují tři druhy prevencí: Primární prevence, sekundární prevence, terciální prevence. Proč je to důležité? Primární, která tady prakticky neexistuje, je velmi neefektivní, primárně má předcházet vzniku nemoci. To znamená, že když ty, jako Martina Kociánová, porozumíš principům, co všechno se podílí na tvé odolnosti, tvorbě zdraví a nemocí, tak jsi na nejlepší cestě si uzpůsobit svůj život, a své vnitřní nastavení tak, abys měla do nějaké míry šanci, že riziko nemoci u tebe bude co nejnižší – tak to je primární prevence.

Sekundární, že se zachytí nemoc včas. Tady medicína funguje relativně dobře, dělají se různá preventivní vyšetření, která mají odhalit nemoc včas, a tím pádem zvýšit šanci, že to bude v pohodě. A terciální prevence je, že když už něco mám, a relativně se to dostane pod kontrolu, a tak zajistím, že se mi to nevrátí. A tady opět selháváme, protože pokud už tedy něco objevím, že se děje, třeba mamografem, že je karcinom prsu, tak se můžeme bavit o tom, jaká vyšetření jsou v rámci prevence cost-benefit, jaká je za to daň – což je téma samo o sobě.

Nicméně, pokud to tak dneska je, že se udělá například mamografické vyšetření, zjistí se karcinom prsu, začne se řešit – pokud taková žena řekne: „Fajn, je to náhodná mutace. Já to mám, a měla to babička, nemůžu s tím nic dělat. Děkuji, že jste mi pomohli to objevit. Děkuji, že jste mi to pomohli vyřešit. A jedu dál.“ Spousta takových žen v čase onemocní znovu – nějaký další typ i onkologického onemocnění – a jede se nanovo. Zachytí se to a řekne se: „Hm, pardon, bohužel. Další náhodná mutace. Tak to pojďme znovu vyřešit.“ A další náhodná mutace, další náhodná mutace...

To z mého pohledu nesplňuje tu logiku, ke které jsem zatím došel, a to je, že nemoc a její vznik má svou vnitřní logiku, kterou lze objevit, a porozumět jí. To znamená, že když ta žena porozumí tomu, jakým způsobem se podílela, nevědomě, mimo jiné díky svému emočnímu nastavení, na vzniku své nemoci, tak může velmi dobře projít procesem určitých vnitřních změn, posunů, které potom realizuje navenek, kde si může velmi dobře zajistit terciální prevenci, například to znamená, že se jí nemoc nevrátí. A tady, na úrovni prevence, systém velmi selhává, protože svítí pouze na sekundární prevenci, což je: „Pojďme zachytit nemoc včas, a všechny ostatní typy prevence jsou prázdné, vyprázdněné projekty, nebo se to prostě zaléčí. Jenomže terciální prevence je: „Po infarktu berte do konce života statiny na cholesterol.“ To je z mého pohledu absolutně nedostačující.

Všechny příspěvky s Jan Vojáček

Diskuze:

Napsat komentář

E-mailová adresa nebude publikována.

Další příspěvky autora



Kupředu do minulosti

Jan Vojáček

Modlitba či meditace ovlivňují naši psychiku i fyziologii. Uvolňují se látky, které umí léčit

14.3.2021 38 min

Díl 1/3

Text Přehrát

21.3.2021 39 min

Díl 2/3

Text Přehrát

28.3.2021 38 min

Díl 3/3

Text Přehrát