

# Mužnost je dnes vydávána za toxickou – klesá počet spermií, ženy mají problémy s vaječníky

[radiouniversum.cz/vojacek-jan-3d-muznost-je-dnes-vydavana-za-toxickou-klesa-pocet-spermii-zeny-maji-problemy-s-vajecniky](https://radiouniversum.cz/vojacek-jan-3d-muznost-je-dnes-vydavana-za-toxickou-klesa-pocet-spermii-zeny-maji-problemy-s-vajecniky)

17. října 2023

Jan Vojáček Díl 3/4

Text 17.10.2023 28 min Přehrát

#Zdraví



„Tehle svět nabízí tolik možností, jak se rozptýlit, rozptylovat, jak být rozptýlen, že na zdraví nezůstává dostatek energie, pozornosti, času a prostoru. Z nějakého důvodu to není naše priorita,“ řekl doktor Jan Vojáček v předchozí části rozhovoru, v němž hledáme cesty, jak žít zdravěji, a nedělat ze sebe pasivní oběti údajně nevléčitelných nemocí, a nepřenášet tak všechnu odpovědnost na lékaře. Protože tím nejúžasnějším nástrojem, který se umí uzdravovat, je podle našeho hosta naše tělo. A k tomu dodává: „Jsme učeni zbavovat se odpovědnosti za svoje tělo, za svůj život, za svoje prožitky, za svoje nezdary.“

**Martina:** Jenomže ono „zdravěji“ se možná také smrsklo do strategie nejrůznějších výrobců, kterou převzali mnozí lékaři, nebo celé lékařské skupiny. Ty jsi na začátku mluvil o anomáliích – a vedl tě k tomu tvůj

učitel. A já, když se bavíme o anomáliích, použiji třeba někdejšího britského premiéra Winstona Churchilla, který se dožil v poměrně slušné kondici jednadvadesáti let, a asi nikdo ho nikdy neviděl udělat rychlejší pohyb jakožto sportovce, jeho stravovací návyky byly děsuplné, z hlediska dnešní medicíny, kromě toho, že denně podle všeho vypil láhev šampaňského, láhev whisky, a několik skleniček sherry, doutníky nepočítaje. A rozhodně se nedá říct, že by byl prost stresu, ale zkrátka prožil život v naprosté mentální bdělosti, a v poměrně dobrém fyzickém zdraví delší život než mnozí sportovci. Tak jakým způsobem se dívat na to, čemu my říkáme „zdravý životní styl“? A dá se i zdravý životní styl narazit na jedno kopyto?

**Jan Vojáček:** Nedá, protože z mého pohledu, a my nevíme, jak se vlastně Winston Churchill cítil, jestli si alkoholem, doutníky, a dalšími věcmi, nekompensoval některé věci, protože se nikdo nedokáže vžít do kůže toho druhého, jakým způsobem se cítil, a jestli mu stačilo to, že ho jeho silná hlava držela v běhu, že zájem o cokoli, co ho bavilo, co bylo jeho vášní, mu dávalo smysl, takže mu to stačilo pro kvalitní život, přestože jeho tělo drželo jednadvadesát let. Nicméně je otázka, jak se cítil v tomto těle. To je druhá věc.

Protože z mého pohledu zdraví je o kvalitě života, který se reprezentuje na úrovni fyzické, mentální, emoční nějakými parametry, nějakou kvalitou. Čili například, že ráno vstanu s energií, že mě den baví. To neznamena, že jsem furt zalitý sluncem, že se nikdy nenaštvu, že se někdy něco nepovede, že nikdy nepochybuji. O tom to není. Z mého pohledu je kvalita života to, o čem se tady bavíme. A jestli to je devadesát let, nebo jestli to je šedesát let, tak to už je druhá věc. A kvalita života je vlastně to, co by mělo přestoupit povrchnosti, že támhle si lupnu místo léku nejlepší chemický vitamín, nebo že já nevím co. Prostě, jak se zdravý životní styl uchopí, a nejen, že už budu jíst do konce života jenom kořínky, že to je to ono. Prostě z mého pohledu je zdraví o nalezení určité moudrosti v sobě, která mi pomáhá se v životě

cítit dobře, a uchovat si svoje fyzické a duševní zdraví, a díky tomu můj život na úrovni každého jednoho dne, ze kterého se stane týden, rok, a pak několik desetiletí, takže si můžu říct: „Jo, to stálo za to. To bylo ono.“

**Martina:** To znamená, že jsi mi teď vlastně řekl, že zdravý životní styl může být skutečně pro každého jiný.

**Jan Vojáček:** Ano. Protože když člověk porozumí principům, objeví moudrost. Když porozumí tomu, proč je důležité vytvářet si určité podmínky pro zdraví, ve vztazích, v prostředí, ve kterém žije, v životním stylu, ve kterém žije, ale když to nebude dělat úzkostně, podle někoho, podle nějakých dietologů, nebo guruů, nebo čehokoliv jiného. Pokud objeví v sobě, o čem to je, tak on jediný si může zprostředkovat, ve skutečnosti, kvalitu svého života. A zase se to vrací zpátky k tomu, že někdo může být vegan, a někdo jíst jenom maso, a oba to můžou mít, nebo ani jeden. A o tom to je. Že vegan může být absolutně nešťastný, ale chvíli se cítit lépe, a pak nakonec jeho zdraví selže. Nebo že se masožravec může cítit skvěle, a pak to nedopadne. Nebo naopak, že z vegana se stane masožravec, a bude se cítit skvěle, z masožravce vegan, protože...

**Martina:** Přemýšlet, poznávat se.

**Jan Vojáček:** Poznávat se, zkoumat, být u sebe, být ve svém těle, jak bylo řečeno, mít jedno oko ven, a druhé dovnitř. Nevím, jestli je to v Bibli, nebo kde to bylo – to je to ono.

**Tam, kde skončí prášky, je možné nastoupit novou cestu, pochopit, co mě přivedlo k mé nemoci, jaké myšlenky, vztahy, zvyky, prostředí, jídlo, a vydat se cestou zpět ke zdraví**

---

**Martina:** Zvykli jsme si používat chemické léky, a někdy jsou skutečně výborné, dokážou nás ve vteřině zbavit bolesti, nebo pomáhají třeba v nějakých chronických onemocněních. Ale ty říkáš, že léky by měly být

užívány po co nejkratší dobu. Co třeba ale u nemocí, jako je cukrovka, kardiovaskulární onemocnění, ředění krve, štítná žláza, a tak dále? I já mám jeden lék, o kterém mi řekli: „Do smrti, a jenom se bude zvyšovat dávkování.“ Přijmout to? Jak se k tomu postavit? Zase, každý jsme jiný. Chápu: Ale přesto.

**Jan Vojáček:** Postavit se k tomu principiálně. A principiálně znamená to, o čem se tady bavíme. Čili, vlastně lék je velmi zajímavý nástroj, jakým způsobem se dá modulovat systém: Stav bolesti, hladina cukru v krvi a tak dál. A je to přesně to, o čem jsme se bavili, že medicína někde začne, a někde skončí. Začne tak, že člověku, který má vysoký cukr v krvi, to medicína změří, řekne: „Máte cukrovku.“, což je pro vás velmi rizikové, mít vysoký cukr v krvi. Je to rizikové pro nervy, cévy, támhle pro to, takže je pro vás logicky mnohem výhodnější nemít vysokou hladinu cukru v krvi. A „my pro vás máme řešení – tento lék, který, když si každý den dáte, tak máte po problému, protože hladina cukru ve vaší krvi se zreguluje. A toto budete činit celý život, protože tento stav je nevléčitelný.“ Tak to je.

Z mého pohledu už je čas vykročit kousek dál. A dál je, že tohle všechno akceptuji, respektuju, jsem vděčný – skvělý, vymysleli jsme nástroj na regulaci cukru v krvi. A tam, kde toto skončí, někteří lidé mohou začít pokračovat, řekněme, jinou cestou, nebo další cestou, která otevře nové dveře. A tito lidé si řeknou: „Aha, dobře. Proč se moje tělo hormonálně metabolicky projevuje tak, že místo toho, abych měl cukr v krvi takový, mám takový?“ Položí si otázku: „Proč?“ Co vše se podílí na tom, že můj úžasný nástroj těla, který neustále hledá nejlepší verzi sama sebe, aby přežil, a bude to dělat celý život – i vteřinu před smrtí bude hledat nejlepší variantu sama sebe, aby přežil další vteřinu. V nějaký okamžik už nepůjde dál udržet tento život, a on skončí. Takže tenhle můj systém, který je naprosto dokonalý, je to prostě dar, který je z pohledu medicíny ještě stále absolutně neprobádaný – jestli víme 5

%, tak je to moc, z toho, jak to vlastně ve skutečnosti funguje – si v současné době na mě vymyslel, že mi zvýšil dvakrát, oproti normálu, hladinu cukru v krvi. Proč?

A když si člověk položí otázku, proč to dělá, tak se mu otevřou nové dveře zkoumání toho, co je na pozadí toho, proč to dělá. Co vytváří prostředí hormonálně metabolických procesů, které vede k tomu, že je vysoký cukr? A když si tuto otázku položí, tak se mu otevřou troje dveře. Uvidí dveře, na kterých je nápis: „Moje vlastní mysl.“ Pak uvidí druhé dveře, a tam bude napsáno: „Tvůj životní styl, jaké máš návyky, jak ho ty aktuálně žiješ, a jak tomu rozumíš. A pak uvidí třetí dveře, a tam bude: „Prostředí. Prostředí, ve kterém žiješ, ve kterém se nacházíš.“ A když tyhle troje dveře člověk prozkoumá, tak má obrovskou šanci, že přijde postupně na to, proč jeho dokonalý nástroj těla zvýšil hladinu cukru v krvi.

Takže je ti z toho jasné, že většina lidí vůbec neprojde prvními dveřmi, a naprostá většina lidí neprojde všemi třemi dveřmi, aby prozkoumali principy, co jsou v těchto světech, protože to třeba skončí na tom: „Nežer sladký. Nežer tuky. Nestresuj se.“ Takže nám je asi jasné, že tyhle dveře rozhodně nejsou o těchto prázdných prohlášeních, protože ony otvírají úplně jiné světy, ohromně barevné, ohromně komplexní světy, kde jsou nádherně vidět principy. A když lidé těmito dveřmi projdou, tak: „Aha, aha, aha, aha...“

A pokud dojde k dostatečným aha momentům, tak na ně většinou naváže proces změn, když tomu člověk porozumí, a řekne si: „Aha, tak já jsem na základě těchto mých strachů myslí konal v životě takhle, a kvůli tomu jsem byl chronicky vyčerpaný, a kvůli tomu jsem to zažíral tímhle, udělal jsem tohle, támhle, takže tělo naprosto logicky zvýšilo hladinu cukru. A pokud to naprosto logicky k tomuto dospělo, tak proč by to tělo nemohlo třeba zase snížit samo zpátky?“

**Martina:** Určitě se chce teď někdo zeptat: „Dobře, ať jenom nemudrujeme: Honza Vojáček měl pacienta, který prošel prvními dveřmi, a řekl: Aha. Pak uviděl troje dveře, řekl třikrát aha, aha, aha, a zbavil se cukrovky? Zbavil se roztroušené sklerózy?“

**Jan Vojáček:** Nezbavil. Tam jde o to... Pozor, zbavit se a priori říká, že je to něco špatného. Ale to je tenký led v tomhle pojetí, že se nemoc považuje a priori za zlo, kterého je potřeba se zbavit.

**Nemoc je krize a informace, která říká, že něco děláme špatně, a nabízí možnost změny**

---

**Martina:** Vyléčit se je dobré.

**Jan Vojáček:** Nemoc je informace, je to krize, která mi nabízí možnost změny. Například spolupracujeme s paní doktorkou Terezou Feltoni. Paní doktorka na medicíně – můžu to říct, protože ona to prezentuje naprosto veřejně – které se projevila autoimunitní choroba tlustého střeva, známá pod diagnózou ulcerózní kolitída. Oběhla všechny své známé, neznámé doktory, tak jak jsme se o tom bavili, byla jí nabídnuta léčba, která víceméně nefungovala – chvílku fungovala, chvílku nefungovala. Projevuje se to i krvavými průjmy, je to velmi nepříjemné onemocnění, obzvláště velmi citlivé pro ženu v takovémto věku. A bylo jí řečeno, že nikdy nebude mít děti, a tak dál. Paní doktorka si tímto vším z klastické medicíny prošla, a poděkovala. „Děkuji, tohle pro mě můžete udělat, děkuji, děkuji, děkuji.“ Pak došla k tomu: „Mně to nefunguje. Myslím, že to můžu udělat ještě nějak jinak.“ To jsou první dveře. Prošla dalšími, dalšími, dalšími, a dneska je zdravá, a má děti. Prostě, klastická medicína řekne: „Nelze se uzdravit. To je remise.“ Remise znamená klidný stav nemoci. „Ale ona přijde, paní doktorko. Teďka se nemusíte léčit. A že si myslíte, že jste to zvládla? Ne, ne, ne, paní doktorko. Ta nemoc je tam pořád, a číhá na vás.“

**Martina:** Jenom spinká.

**Jan Vojáček:** Jenom spinká, a počkejte, až se probudí, to se budete divit. Přesně tyhle řeči si paní doktorka vypočetla. A proto vlastně to vyléčení. My to ani nenazýváme vyléčením. Z pohledu klasické medicíny, například roztroušená skleróza. X klientů je v této remisi a klasická medicína udělá magnetickou rezonanci a řekne: „Tady jsou fleky,“ jak to můžeme laicky nazvat. A my řekneme: „Ano, jsou. Jaké, jsou? Aktivní? Nejsou.“ A oni řeknou: „Jsou klidné, ale jsou tam. Takže ten člověk není zdrav, má roztroušenou sklerózu.“ A my řekneme: „Ale on se cítí skvěle, mnohem lépe, než byla tato diagnóza objevena. Žádné léky nebere, takže jaký je? Je tedy nemocný?“ A oni: „Ano, je stále nemocný. Nemoc spinká.“ Proto já říkám, že to není on...

**Martina:** Proto jsi se snažil říct, že jsou vyléčení?

**Jan Vojáček:** Přesně tak. Protože můžete mít diabetika, který nebere žádné léky, a je v pohodě. Ale je to diabetik? Jen proto, že to je diabetik na celý život? O tom se tady bavíme. Že z pohledu klasické medicíny neexistuje pojem vyléčený. Neexistuje. Neexistuje. Nemáš diagnózu „cukrovka vyléčena“. Neexistuje tenhle pojem. „Roztroušená skleróza vyléčena“ –neexistuje tenhle pojem. „Ulcerózní kolitida vyléčena“ – neexistuje tenhle pojem. Tito lidé jsou stigmatizovaní na celý život, že jsou nemocní, a mají tuhle diagnózu.

Představ si, můžeš být celý život zdráva? Celý život říkat: „Hele, když projdu těmhle dveřmi, všemi, o kterých tady Vojáček mluví, tak celý život bud zdráva.“ Třeba: „Pane doktore, dostala jsem pěkně hnusnou angínu.“ A já řeknu: „Ano. Reprezentuje to některý z těchto principů?“ „Ano, víte, já jsem vlastně poslední dobou tohle, támhle, s tímhle, cítila jsem se dost unavená, pak jsem támhle tohle, vlastně jsem se dost oslabila.“

Stejně tak, kdyby se tahle paní doktorka z nějakého důvodu dostala do nějakého kolotoče, a vypadla ze svého pojetí zdraví, ke kterému došla, tak se jí může objevit co? Ataka ulcerózní kolitidy. Může? Může.

Protože z nějakého důvodu je to její téma, slabé místo projevu, kde jí, když se dostane na nějakou úroveň oslabení, nějakou úroveň snížení její vlastní odolnosti, přetížení, vznikne ataka třeba ulcerózní kolitidy. Nebo někomu roztroušené sklerózy. Někomu se zvýší hladina cukru na nepřijatelnou hodnotu. Ale vždyť to je život. Takhle to je. Vždyť přece náš organismus je v dynamice. Chvilku je blíž tomu, co můžeme považovat za zdraví, pak je trošičku oslabenější, pak je nemocnější. Proč nerespektujeme tuto dynamiku, že to chvilku může být tak, chvilku onak, podle toho, jak život dáváme, zvládáme. Proč nálepkujeme: „Nejde to? Nejde to.“ Nebo „Nemusíte pro to nic dělat.“ Jak bylo řečeno paní doktorce: „Vezměte si léky.“ „A neměla bych nějak změnit stravu?“ To je zbytečné.“ „Jak, zbytečné?“ „Strava nehraje roli?“ A tak dále. Rozumíme si?

**Martina:** Ty jsi tady zmiňoval, že sleduješ svým způsobem tři základní principy, podle jakých člověk, pacient – nebo jim říkáš pacienti, nevím jestli, pacient, zkrátka...

**Jan Vojáček:** Dneska se rozděluje, jestli je to pacient, nebo klient, tak je to takové, že se to střídá.

**My si myslíme, že můžeme být chytřejší než příroda, že si ji můžeme ohýbat ke svému prospěchu. Dnes už se nesmí mluvit o tom, co je žena, co je muž.**

---

**Martina:** Zkrátka člověk, který má nějaký problém, chce ho řešit, a ty u něj sleduješ životní styl, psychiku a prostředí. Jestli jsem to správně zaregistrovala.

**Jan Vojáček:** Ještě by se tam dalo vypíchnout vztahování se ke druhým lidem, protože socio, což je vlastně kvalita vztahů, které člověk má, je skvělý informační prvek o tom, jakým způsobem on má nastaveny některá svá přesvědčení, vzorce, schémata, emoční pozadí. Takže bych tam vypíchl ještě vztahy. Životní styl, vztahy, prostředí.



**Martina:** Já se možná ještě podívám na prostředí, protože jsi zmínil své dcery, a já jsem zase zmínila, že jednoho dne ti je svět, v uvozovkách, na určitou dobu vezme, a bude je ovlivňovat tak, jako svět vůkol ovlivňuje nás všechny. A ty jsi v jednom rozhovoru zmínil, že velký vliv na naše zdraví má současná nerovnováha mužského a ženského světa. Řekni mi, to je nějaké novum? Nebo proč jsi potřeboval toto zmínit?

**Jan Vojáček:** Novum to není. A teď už je to zase skoro tenký led, a už bych zase vypadal jako dinosaur, pokud bych vytahoval tohle téma, protože dneska je to už genderově nekorektní, a už se vlastně nesmí mluvit o tom, co je žena, co je muž – víme, co se děje.

**Martina:** A to je možná ta nerovnováha, a skrytý problém, který může probublat, protože asi přírodu donekonečna tahat za nos nejde, ať se o to sociální vědci snaží sebevíc, není-liž pravda?

**Jan Vojáček:** Ano. A důkazem toho jsou nejrůznější tendence a nemoce. Protože to je přesně to, že si myslíme, že můžeme donekonečna být chytřejší než příroda a že si ji můžeme ohýbat ku prospěchu svému. Z mého pohledu to není o muži a ženě, ale o mužsko-ženských principech. A to je ten, z mého pohledu, archaický přístup, že dávná filozofie jing a jang přežila dlouhá tisíciletí, ale pravděpodobně bude nekorektní, takže asi jing a jang nepřežije, jak to tak vidím v západní společnosti. Vše má nějaké polarity: Den a noc. Teplo, chlad. Slunce, Měsíc. A u těchto polarit, jak je to naznačeno v jing a jang – pokud si někdo dovede představit tento symbol – se jedno prolíná s druhým, jedno vychází z druhého, a my tyto tendence, síly, máme všichni nějakým způsobem obsažené v sobě. A z mého pohledu to koresponduje s tím, že co se týká ženského světa čili – už to zase bude vyznívat nekorektně – že ženy, které žijí v tomhle

prostředí, jsou často, z mého pohledu, když jsem tenkrát dělal tyto rozhovory, už je asi dělat nebude, abych nebyl vyloučen definitivně ze společnosti...

**Vztahy mezi muži a ženami jsou zdeformované. Mužnost je vydávána za toxickou, klesá počet spermií, a vznikají nemoci prostaty. Ženy mají problémy s dělohou, vaječníky a prsy.**

---

**Martina:** Pokud to ale ovlivňuje naše zdraví, tak bys neměl rezignovat před strachem.

**Jan Vojáček:** Ano, děkuji, já věřím, že u sebe nebude podléhat tomuto typu strachu. Nicméně chci respektovat, že každý to má jinak a že to může vnímat různě. Ale já to vnímám tak, že žijeme ve světě krize mužství, která je mimo jiné reprezentována tím, že u mužů neustále klesá hladina testosteronu. Dneska už je to tak – někde jsem slyšel – že slavný režisér prohlásil, že testosteron je toxin, že už se mužství považuje za toxické. Už jsme vůči tomu napružení, protože muži se často historicky projevovali nekultivovaně a nekorektně vůči například ženám – různé typy patriarchátů. Nicméně klesá hladina testosteronu, klesá hladina spermií, to znamená, něco se děje v oblasti mužství.

A u žen se děje to, že jsou dnes velmi často potíže s hormony, dependentními orgány, dělohy, vaječníky, prsa. To znamená, že se to zase projektuje do ženských orgánů tak, jako u mužských orgánů – u prostaty, s čímž mimo jiné souvisí libido, schopnost početí, která neustále klesá. A já na to svítím tak, že z mého pohledu existuje, nebo děje se jakási forma krize tohoto sebepojetí jako muže, a krize na úrovni sebepojetí jako ženy, a toho, jakou roli mám hrát v tomhle světě, abych v něm na jednu stranu obstál, a na druhou stranu zůstal zdrav. Protože to je moje téma. Zvláště když jsem za těch patnáct let vyposlechl v ordinaci tisíce příběhů jak mužů, tak žen, takže jsem se začal dívat pod povrch slov, toho, co mi vlastně sdělují.

A ženy mi sdělovaly: „Často musíme být supermatky, superženy, musíme být supermanažerky, musíme být nezávislé, vydělávat, a přesto mít rodinu.“ A vlastně z tohoto se stalo to, že ženy jsou velmi vyčerpané, v obrovském výkonu, který nelze udržet z pohledu fyziologického. Je to neudržitelně energeticky náročný systém, který dříve, nebo později nějakým způsobem selhal. A to je to, co mimo jiné říkám, že nemoc není zlo, ale v případě dospělého věku je to šance na změnu – něco v sobě přece jenom přeskládat, pochopit, porozumět, změnit. A to jsem viděl u žen.

**Martina:** A co ti řekli muži?

**Jan Vojáček:** A muži mi řekli, že na jednu stranu jsou velmi citliví, vnímaví, a na druhou stranu určitým způsobem nevyzrálí, protože je to odpojení se od minulého rodinného systému, například od matky. Člověk by se fakt divil, jak je ředitel skoro zeměkoule, nějakého obrovského korporátu, velmi perfekcionista, velmi na sebe náročný, na své okolí, a zároveň je v obrovském napětí, pnutí, že není dost dobrý, a jestli to všechno dělá dobře. Je tam náraz obrovský konflikt, napětí, který řeší třeba alkoholem, kouřením, něčím, holkami, a tak dále. A to dřív, nebo později, vedlo k nějaké formě vyhoření.

Ohromně zjednodušuji, generalizuji, protože se snažím vytáhnout představitelnou formu toho, co se týká tématu mužsko-ženských principů, jak se to objevovalo v mé ordinaci. A fakt je to samozřejmě mnohem složitější. Co tím chci říct, je, že pokud jsem v dnešním světě muž, tak čelím určitým typům výzev. Pokud jsi žena, čelíš určitým typům výzev. A já to stále vnímám tak, že bychom měli přistupovat k sobě tak, že jsem muž, a ty bys měla přistupovat k sobě, že jsi žena.

[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