

GASTRITIDA

Protože gastritidě se říká *žaludeční katar*, projdi si heslo **žaludek** s doplněním, že člověk prožívá nebo prožil mnoho hněvu a to, co prožíval, jej úplně „pálilo“.

GASTROENTERITIDA

Gastroenteritida, lidově *střevní chřipka*, obsahuje dvojí poselství. Je to současný zánět žaludku a tenkého střeva, který se projevuje zvracením, průjmem a bolestmi břicha. Přečti si hesla **zvracení**, **průjem** a **žaludek** s přihlédnutím k tomu, že jde o nemoc s naléhavějším poselstvím, protože je současně zpochybněno několik rovin víry, a tedy několik rovin strachu.

GENETICKY DANÉ NEMOCI

Slovo *genetický* znamená *dědičně daný*. Prostuduj si dodatečná vysvětlení na začátku knihy.

GENITÁLNÍ OPAR

FYZICKÝ BLOK

Opar je velmi časté virové onemocnění. Virus způsobuje infekce, které sídlí v genitálních oblastech (vulva, pyj, vagina, děložní krček) nebo paragenitálních oblastech (řiť, hýždě). Infekce se projevuje velmi bolestivými puchýřky a poraněními, které se zajizví zhruba po dvou týdnech.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Nemoc způsobují pocity viny v sexuální oblasti. Postižený se chce potrestat za to, že špatně používal své sexuální orgány. Má mnoho sexuálních tužeb, ale jeho sexuální život je pod jhem jeho hluboce vštípených názorů na dobro a zlo. Často se stává, že člověk trpící ge-

nitálním oparem svaluje svou vinu na někoho jiného místo toho, aby si dal do pořádku své vlastní touhy.

DUŠEVNÍ BLOK

Bolesti prožívané v souvislosti s oparem symbolizují bolesti v duševním postoji vůči tvému sexuálnímu životu. Velice by ti prospělo, kdyby sis přiznala právo chovat v sobě sexuální touhy a revidovala své názory na sex. Ty ti totiž brání být sama sebou a způsobují nepřírozenou sexuální zdrženlivost. Když ti hlásek v hlavě našeptává, že něco je špatné, uvědom si, že je to jen výplod tvé výchovy a že to jsou názory někoho druhého. Měla by ses rozhodnout jednou pro vždy, zda chceš nadále věřit cizím názorům. Pokud navíc bráníš své sexualitě, aby se projevila, bráníš se plně projevit své tvůrčí schopnosti. Obě jsou velmi úzce propojeny, protože sexuální energie představuje tvou tvořivost.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HALUCINACE

Viz **šílenství**.

HEMATOM

Viz **krevní podlitina**.

HEMOFILIE

Hemofilie je dědičná nemoc, která se projevuje nedostatečnou krevní srážlivostí; je nebezpečná v případě úrazu nebo syndromu krvácivosti. Nemoc obvykle postihuje pouze muže, i když přenašečkami chybného genu jsou často ženy. Určitě by ti prospělo, kdyby sis prostudovala vysvětlení vzniku dědičných nemocí z pohledu metafyziky uvedené na začátku knihy. Projdi si také heslo **krvácení** s upřesněním, že člověk postižený hemofilií potřebuje dořešit něco se svou matkou, kterou nechal ve svém životě nabýt přílišné důležitosti a vlivu. Netvrdím, že tato důležitost není sama o sobě dobrá, ale člověk trpící hemofilií se potřebuje naučit udržet si radost ze života na základě toho, kým je, nikoli na základě toho, co od něj očekává jeho matka. Navíc by mu prospělo více a s radostí projevoval jeho ženskou část.

HEMOROIDY

FYZICKÝ BLOK

Hemoroidy jsou křečové žíly konečníku; jsou důsledkem rozšíření cév konečníku a řiti. Jednou z nejčastějších příčin je nejen zácpa, ale i průjem.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Hemoroidy jsou známkou tlaku způsobeného emocionálními stavy a strachy, o nichž nechceme hovořit ani je ukazovat. Tento potlačený emoční obsah se postupem času stává těžkým břemenem. Hemeroidy se objevují u toho, kdo se do něčeho nutí a kdo si vytvá-

ří tlaky, především ve hmotné oblasti. Může to být například člověk, který se nutí k výkonu určitého zaměstnání, které ho ve skutečnosti vůbec nebaví. Protože hemoroidy se nacházejí v konečniku, konečné části tlustého střeva, pak se dotyčný zřejmě často nutí k tomu, aby něco dokončil. Klade na sebe přílišné nároky. Napětí vzniká především proto, aby se mu podařilo něco nebo někoho mít kvůli své hmotné nejistotě a svým nesnázím rozhodnout se.

DUŠEVNÍ BLOK

Čím je tvůj vnitřní postoj nejistoty zřejmější, tím více tě hemoroidy trápí. Abys této nejistotě čelila, nutíš se jednat s cílem něco mít. Nestává se ti také, že když věci nemají dostatečný spád, že máš hned takřikajíc „oheň za zadkem“? Měla bys především rozvíjet důvěru ve vesmír, tedy více se spoléhat na naši matku planetu Zemi, která je zde, aby se starala o všechny své děti.

Moc by ti prospělo dávat věcem volný průběh, více si důvěřovat, vyjadřovat, co cítíš, a zároveň si připustit právo chovat určité obavy v hmotné oblasti. Navíc ti doporučuji přejít i k heslům **zácpa** nebo **průjem** a **krváčení**, pokud hemoroidy krvácejí.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HEPATITIDA

Hepatitis je zánět jater, vyvolaný nějakým infekčním faktorem, některými chemickými činidly nebo virem. Viz heslo **játra**. Při infekční nebo nakažlivé hepatitidě si přečti také metafyzické vysvětlení **epidemie**.

HLUCHOTA

Viz **uši**.

HODGKINOVA CHOROBA

Onemocnění charakterizované postupným a nebolestivým zvyšováním objemu uzlin. Někdy je nazývána také *rakovina lymfatického systému*. Viz hesla **rakovina** a **zduřelé uzliny**.

HOLOHLAVOST

FYZICKÝ BLOK

Máme na mysli úplnou nebo jen částečnou absenci vlasů.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Holohlavost je známkou autoritativního postoje nebo zneužívání vlastní autority. Jde patrně o člověka, který chce, aby jej ostatní poslouchali jen pro potěšení z moci. Vnucuje ostatním své názory, aniž by respektoval jejich vlastní postoje. Vyvážený autoritativní postoj je jedině ten, kdy má člověk v určité oblasti přirozenou autoritu, ale nemá potřebu ji za každou cenu prosazovat. Ostatní pak respektují jeho autoritu spontánně. Autoritativní nebo panovačný člověk je tedy jen ten, kdo druhým vnucuje své znalosti a jenž nepřijímá své **Já jsem** takové, jaké je. Připravuje se tak bohužel o dobré vztahy s ostatními a zbytečně se utápí v emocích.

DUŠEVNÍ BLOK

Ve světle tohoto popisu ti tvé tělo posílá vzkaz, aby ses viděl takový, jaký skutečně jsi; nemusíš už vnucovat své postoje nebo znalosti druhým. Smiř se raději s tím, že jsi autoritativní, než aby sis namlouval, že to tak není; nauč se vyjadřovat svou autoritativnost harmonickým způsobem. Více se otevřeš novým věcem a obnovíš kontakt s tím, kým skutečně jsi, než aby ses neustále snažil být tím, co od tebe chtějí (dle tvého názoru) druzí. Viz také heslo **vlasý**.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HOREČKA

FYZICKÝ BLOK

Horečka je zvýšení tělesné teploty, které svědčí o tom, že tělo bojuje s nějakou infekcí. Za patologický stav je považována teplota zvýšená přibližně nad 38 °C. Na počátku se člověk většinou začne třást kvůli zimnici. Jakmile důvod zvýšené teploty zmizí, dotýčnému je teplo.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Horečka je známkou nahromaděného hněvu. Dokud je člověku zima, značí to, že tento hněv v sobě stále živí. Teplo je potom naopak známkou vyřešení konfliktu. Například dítě školního věku se cítí odmítáno svou matkou v důsledku nějaké hádky. Nazítří se probudí se silnou horečkou, je mu zima a chvěje se. Matka je nechá doma a stará se o ně. Konflikt je tím vyřešen, protože dítě dostává od matky pozornost, takže je mu opět teplo, což je známkou, že tělo se dává do pořádku.

Je také možné, že je to někdo, kdo se do věci pouští horečnatě, to znamená až s přílišnou vervou, nebo kdo prožívá hněv, protože věci se nevyvíjejí tak, jak by si přál.

DUŠEVNÍ BLOK

Důvod konfliktu nestačí vyřešit jen dočasně. Trpíš-li horečkami často, doporučovala bych ti řešit spíše primární důvod tvého hněvu. Uvědom si, že vše, co prožíváš, plyne jen ze způsobu, jímž reaguješ na události, což je reakce ovlivněná tím, co jsi až doposud prožila nebo se naučila.

Máš-li problémy se vztekem vůči druhým, pak ti doporučuji pokusit se zhodnotit, zda je důvod tvého hněvu odůvodněný. Uvědom si, že tvůj hněv vždy způsobuje jen tvé vnímání postoje druhého, a pak dotyčného popros o odpuštění (viz jednotlivé etapy odpuštění na konci knihy). Jinak budeš znovu prožívat tentýž hněv pokaždé, když někdo vůči tobě zaujme stejný postoj.

Pouštíš-li se do něčeho příliš horečnatě a excituje tě to do takové míry, že překračuješ své vlastní meze, pohlédni do tváře strachu, jenž tento stav u tebe způsobuje. Čím je horečka vyšší, tím je poselství naléhavější. Je to naléhavé upozornění, díky němuž bys tento problém měla vyřešit jednou provždy.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HOREČNATÉ (FEBRILNÍ) KŘEČE

FYZICKÝ BLOK

Jde o nedobrovolné trhavé pohyby, většinou doprovázené ztrátou vědomí. Potíže se vyskytují převážně u dětí. Člověk trpící křečí vystavuje své tělo určitému druhu násilí.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Každý, kdo takto činí násilí svému tělu, se na sobě dopouští násilí i v emocionální a duševní rovině. Prožívá velké vnitřní rozrušení. Takový člověk obecně vůči někomu zadržoval emoce a toto násilí, které už nedovede udržet, se obrátilo proti němu. Nesmíme si myslet, že i když se křeče objeví u malého dítěte, že je nepravděpodobné, že by už v tomto věku mělo v sobě potlačený hněv. Uvědomme si, že i malé dítě je duše, která se rodí s velkým počtem vzpomínek otištěných do emocionálního a mentálního těla.

DUŠEVNÍ BLOK

Trpíš-li křečemi, tělo ti dává najevo, že už nemůžeš dál zadržovat svůj vnitřní hněv. Uvědom si, že prožívat určité vnitřní násilí je pro každého naprosto běžné, ale úkolem nás všech je naučit se tyto emoce správně usměrňovat a vyvažovat. Psychologické studie jasně říkají, že násilí je nedílnou součástí naší vůle žít a přežít. Přestaň se nutit do pozice, kdy svému okolí stavíš na odiv obraz neustálé laskavosti, abys splňovala očekávání druhých, abys někomu dělala radost nebo aby tě druzí více milovali. Tvou povinností je dodržovat své vlastní meze a už v sobě nic nekumulovat, protože tím způsobuješ utrpení jen sobě samé. Měj jednoduše ráda sebe sama, a tím tě budou milovat i ostatní.

Pokud trpí křečemi miminko nebo malé dítě, jako obvykle ti doporučuji přečíst mu pomalu tuto definici a vysvětlit mu, že každou nemoc a každou zdravotní potíž si způsobujeme my sami. Děti nechápu tato vysvětlení mentálně; jde spíše o procítění na ener-

getické úrovni, takže je vstřebají velmi rychle. Niterné procesy se většinou u dětí uskutečňují mnohem snáze než u dospělých.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HORKOST

Viz návaly horka.

HUBENOST

FYZICKÝ BLOK

Hubenost je samozřejmě relativní pojem – zde máme na mysli míru hubenosti, která přesahuje obvyklou váhu člověka v daném věku.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Příliš hubený člověk je většinou ten, kdo odmítá sebe sama, jenž se cítí v porovnání s ostatními bezvýznamný a který má zároveň strach z odmítnutí. Často by nejradyji někam zmizel. Ve vztahu k ostatním je většinou zakřiknutý a přecitlivělý. Tento strach z odmítnutí jej často nutí jednat opačně, než potřebuje, a může mu dokonce zabránit v tom, aby jednal, když je to právě zapotřebí.

Může se také jednat o někoho, kdo je závislý na druhých, aby vůbec cítil nějakou svou důležitost, a kdo má dojem, že mu druzí nikdy nevěnují dost pozornosti a péče, takže se mu zdá, že žije v nedostatku.

DUŠEVNÍ BLOK

Trpíš-li hubeností od narození, je to známkou toho, že už ve velmi útlém věku jsi nabyla přesvědčení, že tě tvé okolí odmítá nebo že jsi opuštěná. Je dokonce možné, že toto přesvědčení vzniklo ještě před tvým narozením, protože jeden z rodičů nechtěl dítě nebo alespoň ne dítě tvého pohlaví. Bylo by velice prospěšné promluvit si

s tvými rodiči, zda tě odmítají doopravdy nebo zda se stavěli odmítavě spíše k životu, který žili v okamžiku tvého narození.

I kdyby tě tehdy byli opravdu odmítali nebo se o tebe byli dostatečně nestarali, pak věz, že pokud někdo odmítá druhé, ve skutečnosti tím jen dává najevo své vlastní omezení. Jedná takto, protože jednat jinak by bylo nad jeho možnosti. V daném okamžiku tudíž nevidí jiné řešení. Záleží jen na tobě, aby sis uvědomila, že máš vše potřebné, abys tvořila svůj život ty sama, a že nedostatek nebo odmítavost druhých je jednoduše jen jedna ze zkušeností, kterou jsi prožila. Pouze ty se můžeš rozhodnout, zda chceš tuto zkušenost prožívat i nadále v přijetí či nikoli. Tvá volba i její důsledky jsou jen na tobě.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HUBNUTÍ

Viz **hubenost**.

HUČENÍ V UŠÍCH

FYZICKÝ BLOK

Jde o nepříjemné potíže, při nichž slyšíme pískání, zvonění nebo hučení v uších, které neplynou ze žádné vnější stimulace. Zvuky slyšíme jen my sami, ale nejedná se o halucinace. Problém přímo souvisí s centrem **rovnováhy**.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Hučení v uších je způsobeno přebytkem duševního hluku. Nenecháváš se příliš vyvést z míry děním ve svém nitru a svými myšlenkami, takže ti to brání naslouchat pozorně tomu, co se děje kolem tebe? Navíc osoby, které sužuje tento problém, mají často strach ze ztráty rovnováhy, ztráty kontroly nad sebou samými. Chtějí působit dojemem, že žijí v rovnováze, a velmi dobře svůj strach skrývají.

Potíže mohou také trápit toho, kdo má problém s nasloucháním tichu, neboť ticho pro něj může představovat zavřenou, studenou osobu.

DUŠEVNÍ BLOK

Je důležité si uvědomit, že máš sklony mýlit se při rozhodování mezi intelektem a intuicí. To, co někdy považuješ za intuici, je jen obyčejný trik tvého ega. Nasloucháš více svému intelektu a chceš tolik působit odvážně a vyváženě, že se necháváš ovládat tím, jak v duchu vnímáš kvality související s intuicí. To však nestačí k tomu, aby to přebilo kakofonii tvých myšlenek, což negativně ovlivňuje tvou vnitřní rovnováhu. Smiř se tedy s tím, že občas uslyšíš kritiku své osoby. Poté, co ji vyslechněš, máš svobodnou vůli naložit s ní, jak uznáš za vhodné.

Naslouchej více vnějším podnětům a naučíš se lépe rozlišovat. Uvědom si, že způsob, jak vnímáš ticho, pochází pravděpodobně ze zkušeností z mládí a že často je moudré raději zůstat v tichu než marnit slova.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvéh
o fyzického problému.

HYDROCEFALUS

FYZICKÝ BLOK

Nemoc spočívá v abnormálním nahromadění mozkomíšního moku v dutině lebeční, což vyvolává tlak na mozkové komory a zvětšení objemu lebky. Řecké označení nemoci by se dalo přeložit jako *voda v hlavě*.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Protože voda z pohledu metafyziky souvisí s emocionálním tělem, pak ten, kdo hromadí přílišné množství „vody“ v hlavě, také zřejmě hromadí přílišné množství emocí. Dokonce dospěl tak daleko, že věří, že on sám je svými emocemi. Stává se tak hyperemotivním a celý jeho způsob smýšlení je překroucen jeho emocemi.

Takový člověk má také potíže udělat si jasno, kým je doopravdy, a trpí obavami, že bude druhým k smíchu.

DUŠEVNÍ BLOK

Platí-li na tebe výše uvedené, neodkladně by sis měla udělat jasno v rozdílu mezi citlivostí a emotivitou a také se naučit vyjadřovat to, co prožíváš, a ne v sobě vše jen hromadit (viz etapy na konci knihy, které tě naučí vyjádřit určitou emoci a odpouštět).

Čteš-li tyto řádky proto, že nemocí trpí tvé dítě, pak věz, že je to duše, která si přináší tento postoj z minulého života; můžeš mu v naprostém klidu přečíst výše uvedený text s vědomím, že jeho duše tomuto vysvětlení porozumí. Se svým novým tělem nese duše plnou odpovědnost za to, aby vyřešila to, co má. Dospělí mohou duši dítěte pouze ukázat cestu, ale vydat se na ni může jen ona sama.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HYPERFAGIE (ŽRAVOST)

FYZICKÝ BLOK

Hyperfagie se projevuje podobně jako bulimie s tou výjimkou, že dotyčný se po požití velkého množství potravy nevyzvrací a nevěnuje se fyzickým cvičením přivedeným do krajnosti s cílem zhubnout. Choroba je charakterizována spíše neustálým chroupáním nějakých poživatin nebo konzumací stravy vysoce přesahující průměrnou dávku. Dotyčný trpí nadváhou na rozdíl od bulimika nebo anorektika, kteří jsou naopak posedlí strachem, že přiberou.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Viz **bulimie** s rozdílem, že ten, kdo trpí hyperfagií, se cítí natolik vinen vůči své matce, že by ji chtěl neustále jíst: nemá nikdy dost. Nepřetnul vazbu, která je váže dohromady.

DUŠEVNÍ BLOK

Viz **bulimie** s rozdílem, že jedinec se domnívá, že je nedůstojný, že nikdy neudělal pro svou matku dost. I když dělá vše, aby si

k ní vytvořil odstup a přestal se o ni starat, je v něm stále přítomna jedna část, která s matkou splývá. Člověk trpící touto poruchou by si měl udělat jasno v tom, co je to skutečná odpovědnost, a začít naslouchat svým skutečným potřebám, i když se to třeba nelíbí jeho matce nebo jiným ženám v jeho životě.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HYPERGLYKEMIE

Viz **cukrovka**.

HYPERCHOLESTEROLEMIE

Viz heslo **cholesterol**.

HYPERTENZE

Viz **vysoký tlak**.

HYPERVENTILACE

FYZICKÝ BLOK

K hyperventilaci dochází tehdy, není-li vyvážen poměr mezi nádechem a výdechem. Když totiž člověk nadechne více vzduchu, než vydechne, dopravuje tím do organismu přebytek kyslíku. Mnoho lidí zaměňuje příznaky hyperventilace za infarkt.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Hyperventilace nastává při strachu nad ztrátou kontroly. Dotyčný v sobě vše příliš zadržuje, neoddá se tomu, co prožívá, protože má strach z neznáma a dostatečně si nedůvěřuje.

DUŠEVNÍ BLOK

Patříš-li mezi ty, které často trápí hyperventilace, především se snaž, aby ses neocitala v situacích, v nichž se toho po tobě žádá příliš. Akceptuj všechny své obavy a své meze. Postupně se vydávej vstříc neznámu, vstříc novým zkušenostem. Nejde o to zavřít se všem novým zkušenostem, protože bys tak zablokovala některé ze svých tužeb. Spíše bys neměla „vdechovat“ život příliš rychle a naráz se vším experimentovat.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytnou podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HYPOFÝZA (PROBLÉMY)**FYZICKÝ BLOK**

Hypofýza neboli podvěsek mozkový má velikost hrášku a nachází se u základny mozku.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Je to žláza, která řídí činnost všech ostatních žláz. Představuje pojítko mezi mozkiem a vyšším intelektem člověka. Právě tímto vyšším intelektem se člověku může podařit poznat v celé šíři své skutečné vědomí **Já jsem**. Problém související s touto žlázou je známkou bloku mezi hmotným a duchovním světem. K tomu může dojít u člověka, který nechce uznat, že člověk má božskou část, a jenž hlavně popírá vlastní božskou část – považuje se za příliš malého.

DUŠEVNÍ BLOK

Ať už jsou důvody, které ti nahání strach poznat svou výjimečnost, jakékoli, rozhodně pro tebe nejsou dobré. Tělo k tobě velmi důrazně promlouvá, abys změnila své mínění o sobě samé. Tento druh problémů je natolik subtilní, že pro západní medicínu (zaměřenou příliš „fyzicky“) je velmi obtížné odhalit jejich příčinu. Je načase, aby ses na život začala dívat i z jiné roviny než z hmotné.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HYPOGLYKEMIE

FYZICKÝ BLOK

Hypoglykemie, onemocnění slinivky, se projevuje abnormálním snížením hladiny cukru v krvi. Poznáme ji především podle zoufalé chuti na něco sladkého, nevolnosti, závratí, křečí trávicího traktu, bušení srdce, bledosti, a především ledového potu.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Slinivka z pohledu metafyziky souvisí s emocemi, touhami a lidskou duševní činností (intelektem). Hypoglykemik by se nejraději staral o touhy všech kolem sebe, avšak na úkor tužeb vlastních. V důsledku toho se necítí volný. Tělo mu naznačuje, že by si potřeboval dopřát drobné sladkosti, aniž by se za to cítil vinen. Je příliš zaměstnán svou posedlostí učinit všechny kolem sebe šťastnými. Hypoglykemik také prožívá mnoho různých druhů strachu a je u něj velká pravděpodobnost, že může trpět i **agorafobií**, takže určitě nebude na škodu pročíst si i toto heslo.

DUŠEVNÍ BLOK

Měla bys ihned začít uchovávat svou energii sama pro sebe a přestat si myslet, že bys svým bližním měla nahrazovat matku nebo otce. Spoj se se svým vnitřním dítětem, které se přeje hrát a bavit se. V mládí ses patrně naučila, že nemáš právo myslet sama na sebe. Protože jsi nedávala sama sobě dosti lásky, hněvala ses na své bližní, a i když jsi od nich lásku dostávala, pořád to nebylo dost. Na základě toho sis utvořila názor, že láska způsobuje utrpení, protože jsi jí neměla nikdy dost. Kvůli svým životním zkušenostem jsi dospěla příliš brzy, ale to neznamená, že je pozdě, abys svá mylná přesvědčení mohla změnit.

Přestaň si myslet, že starat se sama o sebe je egoismus. Egoista je jedině ten, kdo nutí svá přání druhým ve svém vlastním zájmu. Ten, kdo však myslí i na sebe, než splní očekávání druhých, je jednoduše člověk, který se má rád. Měj se více ráda a začneš od druhých sklízet mnohem více lásky.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

HYPOTENZE

Viz **nízký tlak**.

HÝŽDĚ (BOLEST)

FYZICKÝ BLOK

V oblasti hýždí se nacházejí svaly, které plní zásadní úlohu při pohyblivosti dolních končetin a při chůzi. Následující definice se týká všeobecné bolesti v hýždích. Pokud tě trápí bolest především vsedě, prostuduj si také heslo **kostrč**.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Koho bolí hýždě, tím cloumají emoce, protože nemůže kontrolovat určitou situaci nebo osobu. Jeho problémy se týkají především otázek fyzického rázu, jako jsou peníze, práce či plány do budoucnosti. Je to člověk, který má potíže nehrát hlavní úlohu v tom, co se právě odehrává. Chce mít vše pod kontrolou, aby nedostal od ostatních výprask.

DUŠEVNÍ BLOK

Bolest v hýždích ti naznačuje, že máš věci nechat plynout, že nemůžeš ovládat vše, i když tě napadají skvělé myšlenky. Měla bys ostatní nechat svobodně činit jejich rozhodnutí; ponech jim svobodu volby. Přestaň si zkrátka myslet, že se musíš před druhými chránit.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

CHODIDLA (PROBLÉMY)

FYZICKÝ BLOK

Z pohledu metafyziky chodidla symbolicky představují prostředek postupu kupředu. Je s nimi spojeno tolik různých problémů, že pro ně bylo vyvinuto zvláštní lékařské odvětví – *podologie*. Pokud se problém týká některé z kostí chodidla, viz heslo **kost** plus informace uvedené v následujícím textu.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Protože chodidla jsou prostředkem, díky němuž se pohybujeme, představují i v přeneseném smyslu prostředek k postupu životem. Problémy s nohama svědčí o tom, že člověk nenachází potřebné prostředky k postupu vpřed. Prožívá přílišný strach, nechává se zastavit ostatními nebo se tak alespoň cítí. Neví, jakým směrem se má vydat.

Problém může poukazovat také na pocit, že člověk je přikován na místě, že se nemůže pohnout, že přešlapuje na místě. Navíc je možné, že jde o jedince, který by nejraději ode všeho utekl a kdo není dostatečně uzemněn zde na Zemi nebo ve fyzickém světě. Kvůli svému strachu se odsekává od hmotného světa. Bolest chodidla může také postihnout toho, kdo má problémy přijímat či kdo se bojí, že bude sesazen ze svých funkcí.

Pokud nohy bolí více při odpočinku než během činnosti, poukazuje to na člověka, který si nedopřává právo zastavit se a odpočinout si. Chce postupovat příliš rychle nebo toho příliš stihnout, aby dosáhl svých cílů. Dokazuje si svou hodnotu příliš jen skrze své výkony.

DUŠEVNÍ BLOK

Tvé nohy jsou pro tvé fyzické tělo velmi důležité. Podepírají ti celé tělo a pomáhají ti postupovat v životě vpřed. Učí tě, že máš kráčet bujaře, radostně a dávat věcem volný průběh. Nohy jsou část těla, která je v přímém a neustálém kontaktu se Zemí, která symbolicky představuje Matku živitelku. Problém s nohama na člověka apeluje, aby se lépe ukotvil ve skutečnosti *tady a teď*, a to především tím, že bude více důvěřovat vesmíru a své intuici. Běž energicky za svým, neváhej použít prostředky, které považuješ za nezbytné, abys postupovala vpřed. Nenech si druhými „šlapat na paty“. Poskytne

ti to příležitost prožít řadu různých zkušeností a objevit své skryté vlohy. Nauč se vnímat podporu a Život tě bude také podporovat.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

CHOLERA

Cholera je nemoc, při níž je tlusté střevo napadeno bakterií. Postižený trpí průjmem, jehož intenzita vyvolává dehydrataci a poruchy v iontové rovnováze. Viz heslo **střevo** s doplněním, že člověk se má přestat považovat za někoho zlého, obtížného pro okolí, za nějakého zlosyna.

CHOLESTEROL

Cholesterol je lipid (tuk) nezbytný pro lidské tělo. Jednou z jeho funkcí je chránit stěny cév proti opotřebení vznikajícímu krví, která v cévách neustále obíhá. Játra většinou syntetizují to, co tělo potřebuje. Přebytek cholesterolu z potravy je odeslán do žlučníku, který jej vrátí zpět do střev, aby jej vyloučila. Je-li tato přirozená funkce blokována, hladina cholesterolu v krvi se zvyšuje, což se nazývá **hypercholesterolemie**. Při té může docházet k ukládání cholesterolu do kůže a šlach, do okraje rohovky a víček, a především – což způsobuje nejvíce problémů – na stěny tepen. To má potom nepříznivý vliv na správný oběh krve. Viz hesla **tepný** a **ateroskleróza**.

CHRÁPÁNÍ

FYZICKÝ BLOK

Hlasité dýchání krkem a nosem, které je problémem v nejedné

110 ložnici.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Spánek člověk využívá k tomu, aby se uvolnil od toho, co se dělo v bdělém stavu – z tohoto důvodu také všichni chodíme spát. Ten, kdo chrápe, by se často ve dne rád více projevoval, ale potlačuje to v sobě nebo mu to nedovolují okolnosti. Je to často typ člověka, který má pocit, že není dostatečně slyšet, a v noci to potom tedy napravuje. Pokud se přes den neodvážá mluvit ze strachu z odmítnutí, stejně se nakonec paradoxně tomuto odmítnutí nevyhne kvůli nočnímu chrápání a ostatní si od něj v noci drží odstup.

DUŠEVNÍ BLOK

Nejdůležitější je ověřit si, v čem tě chrápání obtěžuje nejvíce. Pokud v tom, že si od tebe ostatní drží odstup, pak ti má chrápání pomoci uvědomit si, že je odvrhuješ ty sama. Lidé ve tvém okolí ti tak ukazují, co děláš ty sama.

Vadí-li ti hlasitost chrápání, přiznej si to a dopřej si právo požadovat od ostatních, aby ti věnovali pozornost a aby ti naslouchali. Pokud si navíc myslíš, že druzí ti nenaslouchají, pak je to jen tím, že se nepovažuješ za dostatečně důležitou, aby tě někdo vůbec poslouchal. Navíc je možné, že pokud ti lidé nenaslouchají, je to možná jednoduše jen odraz tvé vlastní neschopnosti naslouchat. Tělo ti tak sděluje: „Naslouchej druhým a oni budou naslouchat tobě. A budou tak činit dokonce s radostí.“

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

CHRAPOT

Viz **zánět hrtanu**.

CHŘIPKA

FYZICKÝ BLOK

Virové onemocnění dýchacího ústrojí, které s sebou nese následující projevy: nesnesitelnou únavu hraničící až se zchváceností, horečku, úporný kašel, bolesti hlavy a příznaky silné rýmy. Ve většině případů musí člověk zůstat alespoň týden na lůžku.

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Prostřednictvím chřipky ti tělo říká: „Už nic nejde.“ Nemoc postihuje často člověka, který má potíže projevít své touhy a o něco požádat. Cítí se „přidušený“ určitou situací. Může dokonce chřipku využít k tomu, aby z problematické situace unikl. Například sekretářka, která už nemůže snést práci se svým šéfem, si podvědomě přivodí chřipku, aby si mohla týden odpočinout doma. Její skutečnou touhou je pracovat, ale s jiným vnitřním postojem. Chřipka totiž vždy souvisí s našimi vztahy s druhými.

DUŠEVNÍ BLOK

Závažnost chřipky ti naznačuje, nakolik ti tvůj vnitřní postoj škodí. Místo, aby sis myslela, že chřipka je jediným prostředkem, jak uniknout před nějakou situací nebo člověkem, by ti prospělo přiznat si, co se děje ve tvém nitru, a změnit svůj postoj. V mnoha případech je příčinou postoj oběti. Nedramatizuješ vše příliš? Místo, abys byla proti určité situaci nebo osobě zaujatá, bych ti doporučovala nalézt prostředek, jak dělat své povinnosti s větší radostí a nechat běh věcí volně plynout s vědomím, že máš vše potřebné, aby se ti to podařilo.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.

CHUDOKREVNOST

FYZICKÝ BLOK

Chudokrevnost se projevuje nejčastěji snížením počtu červených krvinek v krvi. Červené krvinky jsou nezbytné k rozvádění kyslíku (O₂) do jednotlivých buněk a k odvádění části oxidu uhličitého (CO₂). Známkami chudokrevnosti jsou: bledost kůže a sliznic, zrychlené dýchání a srdečního rytmu a výrazná **únava**. Mohou se objevit i **bolesti hlavy**, **závratě** či **hučení v uších** (známky nesprávného okysličování mozku).

EMOCIONÁLNÍ BLOK

Z hlediska metafyziky představuje krev radost ze života. Člověk trpící chudokrevností ztratil radost ze života. Může mít dokonce takové potíže s přijetím okolností svého vtělení, že ztrácí chuť vůbec žít. Nechává se příliš ovládat sklíčeností a přestává být v kontaktu se svými touhami a potřebami, takže cítí, jak doslova chřadne.

DUŠEVNÍ BLOK

Trpíš-li právě nyní chudokrevností, je přímo tvou povinností obnovit kontakt se svou schopností tvořit život, aniž bys při tom byla závislá na druhých. Pokus se podrobněji si uvědomovat negativní myšlenky, které ti brání dávat do života radost. Dej prostor svému „vnitřnímu dítěti“, které je plné hravosti a nechce brát život tak vážně.

DUCHOVNÍ BLOK A ZÁVĚR

K pochopení duchovního bloku, který ti brání naplnit nějakou důležitou potřebu tvé bytosti, by sis měla v duchu položit otázky uvedené na konci knihy. Jejich zodpovězení ti poskytne podrobnější upřesnění skutečné příčiny tvého fyzického problému.