

Czy naiwne przekonania mogą skutkować kłopotami zdrowotnymi

czyli jak ludzie unikają dokładnie tego, co mogłoby im pomóc

Płaszczyzny w jakich funkcjonujemy

Istnieją różne rzeczywistości / płaszczyzny, w jakich funkcjonujemy. Dla wielu z nas rzeczywistość, w jakiej żyjemy na płaszczyźnie fizycznej, jest totalnie różna od płaszczyzny naszego jej postrzegania. Podlegamy temu wszyscy bez wyjątku. Problem w tym, w jakim stopniu. Problem ogólnie leży w dostrajaniu oglądu do rzeczywistości... no ale to wymaga pracy umysłowej, niestety. Nie wszyscy to lubimy.

Wielu z nas potrzebuje np. TV aby wiedzieć, co myśleć o różnych aspektach rzeczywistości (oszczędza to sporo wysiłku, szczególnie intelektualnego :). Niektórzy z nas np., osobiście uczestnicząc w wypadku w centrum swojej miejscowości, nie uwierzy w ten wypadek, jeśli wieczorem w TV powiedzą, iż takiego wypadku nie było. Brzmi jak dowcip? Ale nie jest. Co to jest fakt dla wielu z nas? Fakt to jest to co podali w wieczornych wiadomościach... Mamy tu do czynienia z kwestią naiwności i nadmiernego zaufania (przerzucenie odpowiedzialności + identyfikacja emocjonalna i intelektualna ze źródłem informacji, podszyte swoistym lenistwem myślowym) - w tym przypadku mamy do czynienia z zaufaniem do mediów informacyjnych, które nie istnieją przecież jako instytucje dobroczynne. Ktoś próbuje nam pokazać inny ogląd sytuacji? Załatwiamy go nalepkami w rodzaju (też nam je podsunęto, tu nie trzeba myśleć :) "Naoglądał się filmów", "Wierzy w spiskową teorię dziejów." Albo pełnym wyższości uśmiechem.

Osobista odpowiedzialność

Niezbyt uzasadnione zaufanie i przerzucanie odpowiedzialności na instytucje może przenosić się na inne dziedziny, np. zdrowia.

Niektórym z nas wydaje się, iż świat jest poukładany, wszystko jest pod kontrolą (pewnie jest - ale nie tak jak sobie to wyobrażamy), ktoś o wszystko dba, a na przykład, aby być zdrowym, wystarczy systematycznie zjadać pigułki i szczepić się. Tymczasem, wiele wskazuje na to, iż bliższy rzeczywistości może być zupełnie inny model.

Wierzę, że w życiu musimy brać osobistą odpowiedzialność za swoje sprawy. Mówiąc o zdrowiu - nikt nam go nie dał, a w naszej rzeczywistości mają je ci, którzy rozumieją, iż nikt im zdrowia nie "da" i po prostu trzeba je sobie systematycznie wypracowywać... co więcej, prawdopodobnie nie da się go kupić.

Lekarze są nieocenieni gdy chodzi o ratowanie życia, co nie zmienia faktu, że o swoje zdrowie musimy zadbać sami. Jak mówi dr Clark (Kuracja Życia),

żaden lekarz nie wyleczył choroby, może to zrobić tylko nasz system immunologiczny. Lekarze głównego nurtu są - czy chcą tego czy nie - elementem kompleksu farmaceutyczno - medycznego nastawionego na zysk. Działalność tego kompleksu (a lekarze są jego elementem) należy więc po prostu oceniać w kategoriach biznesowych, w kategoriach umiejętności robienia pieniędzy - tu ten kompleks jest świetny. Ale nam przecież chodzi o nasze zdrowie, a nie o ich zysk.

Więc zdrowia oczekujemy od siebie i swojego codziennego wysiłku włożonego w jego odzyskanie i utrzymanie. Jak to zrobić? Nic nie zastąpi osobistego zaangażowania i dążenia do zdobycia nieco głębszej, innej wiedzy - nie tej serwowanej przez media głównego nurtu.... Bez zrozumienia tego faktu niektórzy z nas nie zauważą nawet faktu, że coś jest nie tak... bystrzejsi będą się dziwić że nic im nie wychodzi... Pozostaje jeszcze jedno - stosowanie zdobytej wiedzy, ale to już inny temat.

Szkodliwe stereotypy - "bo to mi szkodzi"

autor nie jest lekarzem i przedstawiaone tu treści są jego osobistą opinią

Wśród tych z nas, którzy zadawalają się obiegowymi prawdami, funkcjonuje dziwnym (?) trafem sporo fałszywych moim zdaniem a głęboko zakorzenionych i szkodliwych przekonań, które, jeśli postępuje się zgodnie z nimi - szkodzą nam bardzo.

Mówiąc o zdrowiu - tabletki z apteki to z reguły opatentowane (bo mają być drogie) syntetyczne produkty firm farmaceutycznych, związki chemiczne najczęściej nie występujące w przyrodzie. Organizm **musi** się tego pozbyć. One generalnie nie są wymierzone w likwidowanie przyczyn chorób. One "leczą" - wolę nie zgadywać co znaczy to słowo w tym kontekście (nie jestem lekarzem). Mają często działanie znieczulające, przeciwzapalne, wymierzone generalnie w likwidowanie tylko objawów. Często powodują szybko poczucie polepszenia - złudne na dłuższą metę.

Zakładając, że zdrowie uzależnione jest od właściwego funkcjonowania wielu systemów naszego organizmu, musimy dbać o właściwy metabolizm. Współcześnie, wiele naszych dolegliwości wynika z upośledzenia metabolizmu będących wynikiem zanieczyszczenia organizmu.

Znamy wiele dróg skłonienia ciała do samooczyszczania... gdy organizm zaczyna się oczyszczać, doznajemy niezbyt przyjemnych efektów ubocznych tego samooczyszczania... nazywane są one reakcją Herxheimera. Należy do nich wręcz dziesiątki nieprzyjemnych objawów, takich jak bóle i zawroty głowy, temperatura, zmiany w ciśnieniu krwi, poty, biegunki, pogorszone samopoczucie, reakcje skórne - wyrzuty, krosty itp (uważane często błędnie za "uczulenie"), osłabienie, bóle mięśni, chwiejność emocjonalna itd. Na etapie oczyszczania organizmu można doznać bardzo różnych tego nieprzyjemnych objawów, w najróżniejszych kombinacjach, trwa to najczęściej w nieprzyjemnym stopniu - kilka dni. Potem przyjmuje to bardziej znośną formę. Taka jest fizjologia.

Zanieczyszczony organizm nawet saunę odbiera jako bodziec do oczyszczania się. Osoby używające sporo leków są nastawione na szybkie polepszenie (cokolwiek to znaczy). Nie znając mechanizmów powrotu do zdrowia, nie biorą tej sauny "bo to im szkodzi". Bodźcem do oczyszczania się organizmu mogą być zioła, należą do nich przyprawy. Tu mamy nastawienie "nie wolno mi używać ostrych przypraw".

A przecież nie ma innego sposobu powrotu do zdrowia dla zanieczyszczonego ("norma") organizmu niż poprzez oczyszczenie i... typowe dlań reakcje. To jest "stół operacyjny" natury. Powrót do zdrowia jest więc "transakcją wiążaną", bierzemy coś wraz z "dobrodziejstwem inwentarza". Nie ma powrotu do zdrowia bez oczyszczenia, a to co mamy w zamian to jest maskowanie licznych objawów, dla których medycyna ochoczo wymyśliła nazwy jednostek chorobowych.

Reasumując, fałszywe przekonania uniemożliwiają ludziom robienie dokładnie tego, co mogłoby im przywrócić zdrowie.