

Nemocný člověk v nemocném zdravotnictví

Psychika byla, je a zůstane „šéfem“, jenž harmonizuje celek. Tělo člověka vždycky vyjevuje „šéfovské“ příkazy, ať už jsou dobré, nebo špatné.

Závislost zjevování některých příznaků nemoci na konkrétním psychologickém stavu jsem pozoroval už v dětství. Školy jsem se bál, a i proto jsem býval často nemocen. Někdy stačilo, když jsem si v čekárně obvodního lékaře vsugeroval teplotu a bolest krčních mandlí. Lékař mi poté vskutku zvýšenou teplotu naměřil a uviděl načervenalé mandle. Předepsal mi acylpyrin a poslal mě domů. Jakmile jsem vyšel z ordinace, přestal jsem proti sobě a svému zdraví zuřivě bojovat. Zvýšená teplota a zanícení mandlí náraz pominuly.

Nemoc se tedy dokáže vyjevit také v důsledku chybné představy, kterou si o sobě učiníme.

Případá mi rmutlivé, že nemocní lidé nepřijímají odpovědnost za svoje onemocnění. Nepoznají tím pádem příčiny svého onemocnění a nerozšiřují korektivní záměr nemoci. Například netuší, že když sami sobě naordinují psychologickou bolest, pak mohou v důsledku této bolesti onemocnět, nebo i zemřít. Pro psychosomatiku a psychosomatickou medicínu není dnes už tajemstvím, že většina tělesných bolestí bývá podněcována předchozími psychologickými bolestmi.

Většina nemocných neví, že lidská bytost je větším celkem, než je pouhý součet tělesných částí. Svoje orgány a části těla posuzují jako na psychice nezávislé komponenty. Myslí si, že fungují „na vlastní pěst“ jako výkonné stroje. Netuší, že tak či onak rozkolísaná psychika rozkolísá spolehlivě funkce jednotlivých orgánů. Konkrétní tělesné orgány a součásti pak ztrácejí kompatibilitu s řídicím psychologickým potenciálem. Nefungují, jak by měly, bývají poškozovány a mnohdy nevratně.

V deseti letech jsem spadl do bazénu a ležel na dně, než mě po chvíli uviděli, vytáhli a vzkřísili. Pamatuji si, že když jsem se topil a polykal andělíčky, neměl jsem strach ze smrti. Absence strachu tváří v tvář smrti je zásadní zkušeností i pro dítě. Ukazuje, že psychologický rozměr člověka netvoří jen egem uvědomované psychologické procesy, ale také procesy nevědomé, které egu (Já) zprostředkovávají zásadně odlišné informace, emoce a postoje.

Jako velmi mladý psycholog jsem se věnoval převážně hypnoterapii. Prostřednictvím hypnózy lze totiž nejspolehlivěji odehnat až příliš často mylící se ego, které bývá strůjcem většiny životních konfliktů, nesnáží a příznaků nemoci. V hypnotickém tranzu lze rovněž spolehlivěji podchytit střípky

nevědomých psychologických procesů, které se zcela zásadně liší od celistvých obsahů uvědomovaných.

Prostřednictvím hypnotických a posthypnotických sugescí jsem u svých klientů potlačoval rozličné příznaky nemoci. Například jsem snižoval horečku, zpomaloval srdeční tep, zvyšoval krevní tlak, potlačoval kožní problémy, neurotické poruchy, bolesti či rozličné závislosti. Posléze jsem zcela zdravým pokusným osobám příznaky týchž nemocí, celé spektrum neurotických poruch, bolesti či rozličných závislostí obdobně „úspěšně“ hypnoticky nasugeroval.

Tenkrát jsem už věděl jistě, že hybné síly nemoci i možnost uzdravení v sobě nese každý z nás. A že zdraví, nemoc i předčasná smrt jsou spíše efektem vlastního rozhodnutí, byť povětšinou nevědomovaného, než jen pouhým následkem infekcí, nefunkčnosti orgánů, náhod, nehod, dědičných dispozic, chybné životosprávy, stáří a zhoršujícího se životního prostředí.

Při experimentech s hypnózou jsem pochopil, že nemoc není identická s příznakem nemoci. Nemoc je spíše abstraktní, zatímco příznak je povětšinou konkrétní. Nemoc bývá důsledkem vyhraněného nesouladu, ke kterému došlo mezi tělem a psychikou, mezi egem a vnějším nebo mezi egem a vědomými psychologickými procesy. A příznak nemoci bývá pak vnějším zobrazením tohoto nesouladu. Vypovídá o jeho příčině i závažnosti. V první řadě však podněcuje ego, aby nesoulad odstranilo. Bez odstranění nesouladu se vskutku uzdravit nelze.

Odstraňování psychologického nesouladu je složitý proces, jenž se nedá obejít, zkrátit, ošidit či alibisticky zúžit jen na nejkřiklavější okolnosti. Někdy musí dojít až ke zřetelné osobnostní proměně, aby nemoc vskutku polevila. Nastolování psychologického souladu bývá pro některé často či chronicky nemocné ego obtížným, složitým a dlouhodobým procesem, mnohdy celožitovním.

Léčebné postupy současné školské medicíny

Nejpreferovanější léčebný postup současné školské medicíny – potlačování a odstraňování příznaků nemoci – připomíná kuriózní zvyklost feudálního Orientu. Vládci tenkrát nechávali popravovat posly, kteří přinášeli špatné zprávy. Špatné situace vládců a říši se tím ovšem nijak nevylepšíly.

Obdobně se nelepší ani dnešní, mimořádně nepříznivý zdravotní stav

české populace. Nepomáhají moderně zařízené nemocnice, kvalifikovaný personál, převratný objev DNA, farmaceutický výzkum, špičková diagnostická technika, světově proslulí specialisté ani obrovské částky peněz pumpované do zdravotnictví.

Drastické potlačování (popravování) příznaků nemoci zdaleka nenavozuje očekávaný efekt – trvalé zdraví.

Nemoci se mnohdy stávají chronickými nebo závažnějšími a financování našeho zdravotnického systému se tudíž už nedá zvládnout. Svědčí o tom například nepříznivá personální situace nebo sociální neklid ve zdravotnictví. Popravování poslů doručujících špatné zprávy není tedy ani u nás efektivní.

Podstatně příznivěji se jeví situace například v západní Evropě, USA a Austrálii. Nejbliže, a tudíž nejzřetelněji v sousedním Německu. Uzdravování nemocných také psychologickými prostředky bylo už v roce 1970 vkomponováno do výuky všech německých lékařských fakult jako *základní psychosomatická péče*. Od roku 1987 jsou všichni němečtí lékaři povinni absolvovat postgraduální vzdělávání také v tomto oboru, aby přinejmenším pochopili rozličné emocionální, vztahové, sociální, existenciální a psychoterapeutické zákonitosti podněcující zjevování nebo ústup konkrétních nemocí. Úspory německých zdravotních pojišťoven jsou v tomto sugestivním obojživelném systému více než průkazné.

U nás si na obdobně pronikavou změnu k lepšímu budeme muset ještě mnoho let počkat. Česká školská medicína a farmakoncerny budou s velkou vehemencí ještě dlouhý čas hájit svou hroučící se vedoucí úlohu.

Léčit složitě, dlouho, drazo a s malou efektivitou se bohužel vyplácí.

Přitom nemoc je spolehlivá, vysoce zobecněná a důsledně vtělovaná informace.

Dr. Petr Novotný v knize

**FILOZOFIE NEMOCI
Uzdravování psychologickými prostředky**

*Značná část této knihy se zaměřuje na konkrétní návody k sebevyladění a objasňování příznivých efektů či nebezpečných následků nejrozšířenějších životních strategií. Z obsahu: Farmaceutický byznys * Nemoci z cizích podnětů * Navozování šťastných pocitů * Psychický klíč ke zdraví * Psychické příčiny nejznámějších nemocí * ad. Knihu vydalo nakladatelství Dialog, Markova 3, 460 14 Liberec 14, tel.: 485 121 610, e-mail: knihy@dialog-lbc.cz.*