

svazek 20

KNIHOVNIČKA

Meduňky

Léčení duše

aneb

Cesta k sobě

Marie Hlávková

Léčení duše
aneb
Cesta k sobě

Léčení duše

aneb

Cesta k sobě

Mgr. Marie Hlávková, Ph.D.

Meduňka

Svazek 20/13

© Marie Hlávková, 2013
ISSN 1804-655x
ISBN 9788090538351-04

ÚVOD

Milí čtenáři, sedím před úkolem napsat další knihu, vycházející z mojí astropsychologické a terapeutické praxe. Po knize *Hvězdy a duše* může mnohý z vás očekávat další „trhák“ ze zákulisí terapeutické poradny a já jsem postavena před nelehký úkol toto očekávání naplnit. Terapeutická a astrologická praxe směřující k léčení duše je trochu dobrodružná výprava, která se s každým klientem ubírá jinými cestičkami, ovšem ne vždy se jedná o strhující vnější děje a okaté dramatické zvraty. Někdy se proces podaří završit a dojde po mnoha měsících či letech ke zdárnému cíli, jindy se zastaví v púlce nebo se vůbec nerozběhne. V praxi s klienty se jedná mnohdy o pomalé mravenčí krůčky ve vnitřní realitě člověka, které jsou dlouhou dobu navenek téměř neviditelné. Povrchní pozorovatel by řekl: „Vždyť se skoro nic neděje, k čemu to je? Proč se pořád rýpat v sobě?“ Ovšem toto rypání, jež vypadá navenek velmi nenápadně, má velkou sílu a schopnost pomalu nahlodat naše staré bloky a pomoci z naší duše vylít zranění, která se skrývají pod povrchem a nedovolují nám kvalitně žít. Někdy je však velmi těžké přijmout tento pomalý a pozvolný sestup do nevědomí, který není možné ovládat vůlí, není možné ho uspěchat a je potřeba dát mu čas.

Na terapeutické práci – dle mého – je velmi důležité prosté pohlížení spolu s klientem na jeho bloky a zranění. Možná poprvé v životě je vidět, vnímat, uvědomovat si je, prociťovat je. Již tímto vědomým pohledem, pravým pojmenováním a prožitím, se vše staré a nefunkční začne rozpouštět. Připomíná mi to

způsob práce při kraniosakrální biodynamice, což je tělová a energetická metoda, kterou jsem nově začala s klienty praktikovat. Při kraniu přistupuji k systému klienta s vědomím esence zdraví, s vědomím toho, jak by mohly jeho energie zdravě proudit, a zároveň vnímám, kde zdravě neproudí. Již díky tomuto světlu vědomí a naslouchání začne v těle probíhat silný samouzdravující proces. Tělo i duše klienta jsou neskutečně vděčné, že jim někdo připomněl jejich zdravý původní stav, že jim někdo připomněl jejich domov a původní podstatu, a vrhnou se nadšeně do odstraňování zábran, které jim brání spočinout ve zdraví. A to je ona klíčová práce terapeuta – připomínat klientům, že existuje zdravá esence jejich života, kdysi dávno ji ztratili, ale nyní je možnost se s ní opět začít spojovat. Je pak krásné pozorovat, jak při tomto vědomí začnou pomalinku staré překážky odcházet a energie začíná proudit.

Psychologický rozbor horoskopu nabízí klientovi konfrontaci s jeho pravým potenciálem, s jeho původní podstatou, ale také ukazuje, kde se od cesty odchýlil. Pokud nahlížím do horoskopu a zároveň před sebou vidím sedět daného člověka a hovořím s ním, mohu pak velmi přesně porovnávat jeho vrozenou esenci s tím, jak se navenek opravdu chová a projevuje, zdali své energie naplno používá nebo nikoliv. Pohled na klienta s vědomím, kdo by opravdu mohl být, dává sešněrovaným energiím v člověku volnost, svobodu a prostor k vymaňování z jeho problémů.

Individuální terapie pak následně v dlouhodobém procesu podporuje klienta v tomto kontaktu sama se sebou, „stávání se tím, kým už od počátku byl“. Vnitřní dramata probíhající na terapeutických sezeních korespondují s průchodem starými zkušenostmi, vrstvami, které podstatu člověka zahalovaly, vychylovaly, deptaly, zašlapávaly. I proto se někdy nejedná jen o příjemné pocity, neboť se musíme setkat se svými stínovými tématy, jež jsme velmi často odstříhli od vědomí, ale tím jsme se jich nezbavili. Terapeutický průchod těmito vrstvami tudíž spočívá ve vnesení světla vědomí do těchto oblastí našeho života,

emocionálním prožití a „vybití“ tohoto nezdravého energetického náboje směrem ven tak, aby z těla i duše definitivně odešel.

Je velkou úlevou, když člověk zjistí, že dosavadní limity jeho existence nejsou skutečností, ale dají se překročit do většího prostoru, k pestrosti možností, opravdovým svobodným volbám toho, co bude prožívat. Je to cesta ke zdroji.

V této knize se nebudu věnovat rozboru astrologických prvků a konstelací. Jedním z důvodů je skutečnost, že každý člověk je originál a má i originální konstelace a jejich manifestace v realitě. Je pak náročné hledat styčné body s jinými lidmi a snažit se je zavřít do klasifikačního vzorce tak, aby to pro čtenáře bylo zajímavé, dostatečně ilustrující a ještě dávalo smysl s dalšími příběhy v knize. Proto jsem se v této knize rozhodla vynechat astrologické rozborů, kterými s klienty v mnoha případech začínáme, a budu popisovat samotné jádro terapeutické práce, jež se odehrává v hlubině emocionálních či tělesných prožitků a uvědomění. A to i přesto, že mnohdy je to právě psychologický rozbor horoskopu, jímž konzultace začínáme, prorážíme jeho údernými informacemi první vrstvy blokáci a terapie pak organicky na tato průlomová astrologická uvědomění navazuje.

Všichni klienti, jejichž příběhy v této knize popisují, se zveřejněním svých osudů souhlasili a rádi takto předají světlo vědomí dál. Všem těmto lidem bych ráda poděkovala za ochotu a odvahu zveřejnit svá hluboká intimní témata a veřejně se o ně podělit. Zároveň chci zdůraznit, že většina klientů, o nichž budu v knize psát, ke mně chodila do terapie pravidelně minimálně jednou za čtrnáct dní, někteří dokonce jednou týdně, v délce od jednoho roku do tří let. Tyto procesy jsou tedy dlouhodobé. Je to systematická práce na duši, pravidelná kapka ke kapce, která má teprve díky své intenzitě, pravidelnosti a délce sílu prorazit staré nefunkční vzorce, jež se v duši člověka formovaly většinou celý jeho dosavadní život.

Nedávno jsem uzavírala terapii s klientkou, která ke mně chodila pravidelně tři roky, nejprve každý týden, později jednou za čtrnáct dní. Když jsme si uvědomily, že to byly tři roky, překvapeně na mne pohlédla a řekla: „Tři roky? To není možné! Případá mi to jako sekunda! Můj život se neskutečně změnil k lepšímu a tak rychle to uteklo...“

Jsem velmi šťastná, že mohu asistovat těmto malým zázrakům a pohlížet do tváří lidí, duší, které rozkvétají, začíná z nich prýštit pravá autentická energie, stávají se opravdu sami sebou. Za to děkuji.

I. PRENATÁLNÍ OBDOBÍ A ZÁŽITKY PORODU

Pocity z prenatálního období a zážitky vlastního porodu, obzvláště pokud jsou problematické, bývají skrytým hybatelem mnoha našich mechanismů chování a zdánlivých instinktivních reakcí. Málokdy ovšem vnímáme tyto věci v souvislostech a uvědomíme si, že námi zmítají kupříkladu nezpracované pocity z období před porodem, nebo se chováme v závislosti na tom, jakým způsobem jsme vstoupili do světa a kopírujeme si znovu a znovu své porodní trauma.

Paní Věra a její syn

K překvapivému zjištění v tomto kontextu jsme se kupříkladu propracovaly s paní Věrou, která přišla na terapii kvůli narušenému vztahu se synem.

Přede mnou sedí sympatická žena mírně exotického vzhledu, a hned v prvních větách mi ohlašuje, že by ráda řešila vztah s jejím téměř osmnáctiletým synem. Je ze svého syna dlouhodobě zarmoucená, v komunikaci s ním cítí velké problémy, respektive syn s ní téměř nekomunikuje. Nechal se vyhodit ze střední školy, nyní opakuje ročník na jiné střední škole a ani zde není jisté, jestli ročník dokončí. O nic se nesnaží, téměř nic jej nezajímá, jakékoliv povinnosti včetně těch školních ignoruje a bojkotuje, takže paní Věra vyvíjí nesmírné úsilí, aby jej donutila vůbec nějak fungovat.

„Je to velmi vyčerpávající,“ konstatuje se zoufalým pohledem a hlubokým povzdechem. Již neví kudy kam.

Ukazuje se, že žije se svým synem sama. Při studiu vysoké školy otěhotněla, jeho otec si dítě nepřál, ale ona si jej prosadila i přesto, že všechny okolnosti stály proti a následný život samotné ženy s malým dítětem během studia byl nesmírně náročný. Nikdy s jeho otcem nežila, nevzali se, s dítětem se nestýkal.

Probíráme problematické aspekty komunikace se synem v konkrétních situacích ze současnosti. Paní Věra je doslova napěchovaná smutkem z jejich vztahu a jednostranné snahy začlenit syna do života. Je zraněná z jejich nefunkční komunikace, plná zoufalství a beznadějí. Zároveň vnímám její křečovitou snahu syna předělat do „funkční“ podoby. Chápu ji, ale zároveň je mojí povinností upozornit ji na tento mechanismus manipulace, který na synovi v dobrém úmyslu provádí.

„Působí to na mne tak, že se ve vztahu k synovi moc snažíte. Jako kdybyste ho chtěla předělat v někoho jiného. Proč ho nemůžete přijmout takového, jaký je?“

„To je úplně nereálné, vždyť on by úplně přestal fungovat! Nedodělal by školu, měl by jenom základní vzdělání, nic by nedělal, jenom by celé dny surfoval po internetu a ležel by ve svém pokoji... To přece nemůžu dopustit!“

„Chápu, že vás to nutí ho stále k něčemu tlačit, aby vůbec fungoval v základních věcech. Ale z obecného pohledu to na mě dělá dojem, že se mu nechce příliš vstupovat do světa. Dělá všechno pro to, aby do života nemusel patřit. Ale vy s tím stále bojujete. Je možné ho přijmout i s tím, že má takovýhle přístup k životu? Trochu ho ‚pustit‘ a dát jemu samotnému odpovědnost za jeho život?“

Pro paní Věru je těžké tenhle pohled přijmout. Vidí před očima všechny okolnosti související s jejím nečekaným otěhotněním v 21 letech, zjištěním, že na dítě bude sama, probojováním si ve své rodině i širším okolí možnost dítě vůbec mít, s těžkým porodem, náročnými podmínkami fungování s dítětem po porodu. Je jasné, že celou dobu, co je syn na světě, dělá většinu životních kroků především proto, aby jim oběma zajistila

kvalitní existenci, což je v situaci samoživitelky velmi obtížné. Je pro ni nyní velmi těžké si přiznat, že i přes její celoživotní snahu dát synovi maximum a umožnit mu co nejkvalitnější život, on nemusí o tuto její snahu stát.

Povídáme si hlouběji o okolnostech kolem synova narození. Je jasné, že ze strany otce byl úplně nechtěný, což otec stvrdil tím, že o dítě nikdy neprojevil sebemenší zájem. Viděl syna snad jen jednou, když byl hodně malý. Syn se na otce neptá, mezi ním a matkou je toto téma tabu.

Již tento fakt, absolutní nechtěnost ze strany otce, velmi ztěžuje dítěti vstup na svět. Takové dítě nemá silnou motivaci se narodit, neboť od otce dostává v prenatálním období energetickým způsobem informaci, že by nemělo žít, že je na obtíž. Chtěnost ze strany matky je v této situaci také problematická, a to i přesto, že tato žena rozhodně tvrdí, že dítě chtěla. Již samotný fakt, že budoucí matka musí čelit obrovskému protitlaku, jí chtě nechtě, vědomě nebo nevědomě přináší myšlenku, jestli to má vše zapotřebí a jestli by nebylo jednodušší dítě nemít. Nehledě samozřejmě na nepříjemné pocity, které taková počínající svobodná matka musí mít, vzhledem k tomu, že partner odmítl ji i dítě. Silné deprese, smutky, beznaděje jsou pak jen jedním z přirozených průvodních jevů, které taková žena zažívá. „Ano, měla jsem velké deprese, obzvlášť po synově narození. Nechtělo se mi žít...“ přiznává paní Věra.

„Jaké to je, uvědomit si, že téma nechuti žít, téma smrti se kolem syna takhle vznášelo celou dobu kolem jeho narození?“

„Máte pravdu... i jeho porod byl zvláštní.“

„Jak proběhl?“

„Porod se mi rozjížděl několik nocí. Vždy v noci se porod pomalu rozjížděl, ale ráno to přestalo. Šla jsem do porodnice, tam mi řekli, že se nic neděje, abych se vrátila domů. V noci se zase porod rozbíhal, přes den opět nic. Zase stejné kolečko v porodnici a cesta domů. A takhle to bylo ještě asi jeden den. Nakonec jsem to konzultovala s mým gynekologem, starým praktikem, a ten byl

vyděšený a okamžitě mě hnál do porodnice, že je možné, že se to dítě vevnitř dusí. A byla to bohužel pravda. Nakonec mi porod vyvolali a ukázalo se, že syn se celou dobu uvnitř dusil a málem se udusil, narodil se již na hranici života a smrti.“

„To muselo být opravdu velmi traumatické, pro vás i pro dítě, že?“

„Ano...“ je vidět, že paní Věra se postupně dostává k věcem, které raději chtěla zapomenout.

I na průběhu synova porodu vidíme, že v něm nebyla vůle k životu. Vypadá to, že byl odhodlaný spíše zemřít a udusit se, než se narodit, nebyl zřejmě ochotný bojovat o narození. Třeba do narození ani nemohl dát energii, protože ji neměl k dispozici díky tomu, že cítil svou nechtěnost. A možná sílu a chuť k porodu neměla ani paní Věra, vzhledem ke všem okolnostem, které početí dítěte provázely. Samozřejmě zde hrají roli i všechny ostatní vlivy – přitakání porodu nejen ze strany dítěte a matky, ale i od širšího okolí, prarodičů atd., nehledě také na vliv vzdáleného otce postaveného v odmítavé poloze. Ani tyto důležité energie zřejmě nepomohly podpořit proces přirozeného porodu, naopak stály proti němu a mohly porod blokovat. Následné vyvolání porodu je umělý zásah zvenčí, který syna sice udržel při životě, ale nevycházel z dostupných možností dítěte a matky.

Je pochopitelně dobře, že byl syn zachráněn, nicméně je potřeba si uvědomit, že toto „zachránění“ byla umělá síla zvenčí. Zde vidíme velmi zřetelně hlavní vzorec, se kterým syn vstoupil do světa a který si v různých obměnách v realitě stále inscenuje. Nechce nebo nemůže vstoupit do světa, ale je do světa násilím vtažen a „oživován“ pomocí síly zvenčí, druhými lidmi, snahou matky o jeho socializaci a začlenění.

Říká se, že jakým způsobem se narodíme, tak žijeme. Mám zkušenost, že toto moudro platí beze zbytku, a někdy je až neuvěřitelné, jak přesně se projevuje. Pozorovala jsem kupříkladu

na jedné klientce, která se narodila císařským řezem, zajímavý vzorec chování. Byla v některých momentech zvláštním způsobem rychlá, na podněty reagovala mnohem dříve než ostatní, v hovoru se nepřírozeně okamžitě ujímala vedení, zkrátka nenechávala příliš prostoru pro pomalý a přirozený vznik situací. Když jsme tento způsob chování analyzovaly, nemohly jsme stále přijít na žádnou hlubší příčinu, až nás napadl právě její porod císařským řezem. Lékaři se pro něj rozhodli chvíli po začátku kontrakcí matky, kvůli údajným komplikacím. Tudíž impulz k porodu dalo sice samo dítě, nicméně nemohlo jej přirozeným způsobem dokončit, ale bylo rychle a násilně vytaženo na svět. Stejně tak, když v dospělosti v klientce vznikl nějaký impuls k akci, mluvení nebo konání, přehnaně rychle a nepřírozeně se v něm začala angažovat, nerespektovala přirozené plynutí věcí. Celoživotně nebyla v souladu se svým rytmem ani s rytmem okolí.

Uvězněnost v tomto základním schématu, se kterým vstoupila na svět, byla hluboce instinktivní, takže i když se klientka vědomě pokoušela ze vzorce vystoupit, nešlo to. Teprve když jsme do terapie zapojily i kraniosakrální biodynamiku, která pomáhá vyplavit staré informace až z buněčných úrovní, začalo docházet k pomalému rozpouštění tohoto modelu. Klientka si za podpory znovu prožila svůj porod tak, jak se měl zdravě uskutečnit, a poprvé v životě zažila ten úžasný pocit, že se vlastními silami protlačila na svět! Teprve tehdy pochopila, jakou sílu a radost přináší dítěti dobrý porod, jaké štěstí ze vstupu na svět dítě zažije, když se na něm podílí vlastní silou, za pomoci matky. Najednou měla sílu, energii a pocit, že na svět patří.

Jiným příkladem byli rodiče chlapečka, kteří se za mnou přišli poradit s problémem jeho zvláštního vstupování do světa a mezi lidi. Asi čtyřletý chlapeček měl velký problém opustit byt a jít ven. Rodiče již byli vysílení z neustálého přesvědčování, tahání ven, snahy začlenit jej do dětského kolektivu třeba na pískovišti.