

# DUŠEVNÍ PŘÍČINY NEMOCÍ

## Seznam možných duševních příčin nejrůznějších nemocí a možných rad, jak se potíží zbavit

Na této stránce najdete výčet některých nemocí a možné postoje z vašeho života, které způsobily, že se nemoc v této podobě projevila na fyzickém těle. A jak se říká: "Uzdravte svou Duši, uzdravíte své tělo". Pokud jste něco nenašli, napište nám, heslo doplníme. Můžete si pěkně v klidu zapřemýšlet, zda neděláte ve svém životě někde nějakou chybu v určitých postojích, které nejste ochotni přiznač či vidět a změnit... Změnou životních postojů můžeme uzdravit svou Duši. Pokud jsme dlouhodobě nespokojení, dusíme to v sobě a svalujeme vinu na ostatní, můžeme si přivodit zcela zbytečně nejrůznější nemoci. Platí pravidlo: Uzdrav svou Duši (změň své postoje) uzdraví se tvoje Tělo. Přeji příjemné čtení...

### **AFTY**

Příčina: Naštvanost na sebe za určitá nesprávná rozhodnutí, pocit strachu, popírání vlastních potřeb, nesoustředění, frustrace a zlost...

Co dělat: Naučit se rozhodovat sama za sebe, nebát se možných chyb, přiznat si, co si člověk vlastně přeje, s Láskou přijímat nejen sebe, ale i druhé...

### **AKNÉ**

Příčina: Odmítání sebe sama, naštvanost, potlačený vztek a agrese, neschopnost a nemožnost se bránit, opovržení

Co dělat: Snažit si vymezit si hranice, naučit se bránit, říci vše, co se člověku nelíbí ne s úmyslem ublížit, ale stylem, mně se líbí, když..., mně vadí... Přijmout sám sebe.

### **ALERGIE, OSLABENÁ IMUNITA**

Příčina: Vnitřní pláč a křik, nesoulad v rodině i v minulých generacích obvykle hrubost otce k matce, neschopnost se bránit, pocit bezbrannosti, přesvědčení o vlastní bezvýznamnosti, pocit viny, snaha strhnout nevědomě pozornost na sebe, stará bolestná vzpomínka...

Co dělat: Přijmout názor druhého, ale nepotlačovat vnitřně svůj, milovat, být otevřený, přístupný, naučit se bránit, nenechat se využívat, ničit, dávat Lásku, nevysílat zlobu a nenávist. Žít.

## **ALKOHOLISMUS**

Příčina: Pocit marnosti, viny, neschopnosti, odmítání sebe sama, člověk nevidí žádný smysl života.

Co dělat: Snažit se zjistit vlastní hodnotu, najít smysl v každodenním konání, hledat smysl v pomoci druhým, žít přítomností. Přijmout sám sebe a odpustit sobě, druhým i poprosit druhé o odpuštění.

## **ALZHEIMEROVA CHOROBA, SENILITA, STAŘECKÁ DEMENCE**

Příčina: Snaha navrátit se zpátky do dětství, do pocitu bezpečí, vyžadování pozornosti a snaha ovládat tak své okolí. Útěk a bezmoc. Neochota zabývat se čímkoliv.

Co dělat: Vědomé rozhodnutí, že chci svůj život prožít jinak, najít radost v maličkostech, odpustit křivdy z minulosti a naprosto se od ní oprostit, změnit zarputilé názory a postoje a pustit je...

## **ANGÍNA**

Příčina: Člověk se neumí sám prosadit, neumí prosadit své potřeby, chtěl by něco říct, křičet to do světa, vysvětlit druhým své pocity křivdy, ale raději ze strachu či pocitu bezmocnosti polkne a mlčí... nebo se v afektu, ale bez nějakého významu, brání. Potlačované emoce. Strach, nerozvíjená tvořivost. Falešný postoj, že je "vše v pořádku".

Co dělat: Žádat v klidu a s lehkostí druhé o to, co potřebuji. Nebát se říci svůj názor, nebát se odmítnutí. Přiznat si skutečné problémy, bolest, vnitřní křik.

## **ANOREXIE**

Příčina: Odmítání vlastního já, extrémní strach, nenávisť vůči sobě, popírání sebe, touha po dokonalosti, obavy, nedůvěra vůči životu...

Co dělat: Hledat pocit jistoty, uvěřit, že život je bezpečný a radostný, přijmout sebe se vším všudy, hledat více než jen dokonalé tělo, snažit se pracovat na vlastní Duši.

## **ARTRÓZA**

Příčina: Neopětovaná Láska. Kritizování a odmítání. Touha změnit životní směr, dát se do pohybu. Co dělat: Nebát se změn, splynout se změnami, nechat se vést a věřit, že jdete tím nejlepším směrem.

## **ASTMA**

Příčina: Jde o přehnané projevy Lásky, člověk není schopný dýchat sám za sebe. Pocit ztuhlosti. Potlačovaný pláč. Naštvanost, vztek, agrese, neschopnost se bránit nebo vyjádřit. Strach ze života a touha tady nebýt.

Co dělat: Rozhodnutí žít svobodně a svobodně se vyjadřovat. Přijmout zodpovědnost sám za sebe. Přiznat si nevyplakané slzy. Vypustit emoce.

## **AZOOSPERMIE (NEPŘÍTOMNOST SPERMIÍ)**

Příčina: strach z mužství, strach z plodnosti, strach zplodit potomky, rozmnožit se a pokračovat v rodu, strach z dočasnosti bytí, strach z tohoto světa, nechuť přivést potomky do "takového světa", problém z dospívání, nechtět dospět, stát se mužem, problém identifikace se s otcem, výhrady vůči matce, otázky "proč jsem přišel na svět"... apod.

Co dělat: Vytáhněte problém na povrch, tzn. promluvte si o tom zjistěte, čeho se bojíte a nechte to "plynout s časem", vydechněte si, všechno přijde v pravý čas.

## **BARTHOLINIHI ŽLÁZA, CYSTA, PROBLÉMY S POHLAVNÍMI ORGÁNY**

Příčina: Pocit viny ve vztahu k sexu, touha po trestu, přesvědčení, že genitálie je cosi hříšného a nečistého, zneužívání druhých, nevážení si sebe sama, problém v partnerství, nevěra ve vztahu, utlačování ženství, posilování starých "filmů" plných bolestí, posilování ran, falešný růst.

Co dělat: Je třeba uzavřít minulost a nechat si "probíhat" v mysli krásné filmy, začít si vážit sebe sama, přijímat sebe i svou sexualitu, přestat se vinit či obviňovat.

## **BOLEST**

Příčina: Člověk touží po Lásce a objetí.

Co dělat: Přijmout sám sebe, uvěřit v Lásku.

## **BOLEST HLAVY, MIGRÉNA**

Příčina: Naštvanost, potlačené myšlenky, nevyřčená slova. Nepochota podléhat vedení. Podceňování a kritizování sebe sama. Strach.

Co dělat: Pokud mě něco trápí, snažím se to vyjádřit, nikoli zlostným způsobem, ale věcným. Podlehnout proudu života a nechat se vést. Věřit sobě a svým schopnostem.

## **BOLESTIVÁ MENSTRUACE**

Příčina: Popření vlastního já, chybí radost z vlastního ženství, z toho, že jsem žena. Odmítání ženství. Pocit viny, strach, nedůvěra v partnerství kvůli sobě.

Co dělat: Přijmout vlastní ženskou sílu a využít ji tvořivým způsobem, všechny tělesné projevy ženskosti jsou normální a přirozené.

## **BRADAVICE**

Příčina: Drobné projevy nenávisti, obavy z budoucnosti, víra ve vlastní ošklivost.

Co dělat: Změnit postoj, hledat Lásku. Vyjádřit Lásku a krásu života. Kráčet kupředu s jistotou a lehkostí. Důvěřovat.

## **BRONCHITIDA**

Příčina: Špatné rodinné prostředí, hádky, křik, neklid, občas ticho. Strach přijímat život naplno. Potlačení vlastního projevu.

Co dělat: Hledat harmonii, mír uvnitř sebe. Nebát se říct svůj názor.

## **BULIMIE**

Příčina: Veliký strach, beznaděj, nenávisť vůči sobě, posilování negací proti sobě samému.

Co dělat: Hledat bezpečí, radost, jistotu, výživu, podporu. Není třeba obracet zlost proti sobě samému ani proti nikomu jinému. Každý si zaslouží Lásku.

## **CELULITIDA**

Příčina: Člověk je plný zlosti, zloby a touhy po trestu. Obviňování druhých i sebe sama. Smutek ze života. Chybí radost, smysl. Všechno je pryč.

Co dělat: Odpustit sobě, druhým a poprosit druhé, aby odpustili i mně. Svobodně milovat a užívat si života, najít radost a smysl v tom, co dělám.

## **CROHNOVA NEMOC**

Příčina: Strach, pocity méněcennosti, obavy.

Co dělat: Najít klid, dělat to nejlepší, co mohu, začít si věřit, důvěřovat a hledat důvěru a jistotu.

## **CUKROVKA**

Příčina: Velká touha a potřeba ovládat, hluboký smutek, chuť na něco sladkého, co už je dávno pryč, neuskutečněné touhy.

Co dělat: Hledat radost každý den v každém okamžiku. Nechat některým věcem volný průběh.

## **CYSTY, CYSTA**

Příčina: Neustálé si připomínání staré bolesti, člověk si svým chováním, myšlením a postoji posiluje staré nezahojené rány. Místo, aby rostlo něco "nového", je tu falešný růst bolestných prožitků.

Co dělat: Přestat sledovat své staré životní "filmy", místo růstu cysty nechat vyrůst něco jiného, krásného v činech či myšlenkách.

## **DÁSNĚ**

Příčina: Člověk si nedokáže stát za svým, vlažný životní postoj, člověk nechá za sebe rozhodovat ostatní, je mu vše jedno. Neumí se bránit ani si vytvořit hranice.

Co dělat: Dát si za úkol udělat některá důležitá rozhodnutí. Pečovat o sebe. Vytvořit si jasné hranice.

## **DECH**

Příčina: Ukazuje, jak člověk přijímá svůj život.

Co dělat: Mílovat svůj život, nebát se, nehudrovat.

## **DĚLOHA**

Příčina: Symbol ženskosti, tvořivosti, domova. Více mužské energie, více mužských činností.

Co dělat: Mé tělo odráží to, jak vnímám své ženství, svůj domov, svůj tvořivost. Hledat a vytvářet jemnost.

## **DĚTSKÁ OBRNA**

Příčina: Snaha zabránit určitým událostem či věcem, zničující závist, neláskyplné myšlenky.

Co dělat: Změnit myšlenky na láskyplné, přinášet dobro, Lásku, svobodu. Každý má právo na svůj život, na své štěstí, Lásku, radost.

## **DUŠEVNÍ CHOROBY**

Příčina: Útek, únik, snaha utéct od rodiny, uzavřenost, násilné oddělení od života.

Co dělat: Najít pravou totožnost vlastního já, neutíkat, věřit.

## **DÝCHÁNÍ (PROBLÉMY)/DUŠNOST**

Příčina: Strach, nedůvěra v proces života, lpění na dětství, odmítání žít naplno, pocit, že člověk nemá nárok na vlastní prostor.

Co dělat: Uvědomit si, že minulost je pryč a dospívání je za námi, svět je bezpečné místo, zkusit žít naplno a svobodně. Nebát se Lásky, zklamání.

## **EKZÉM**

Příčina: Rozporuplnost, protichůdné pocity, potlačený vztek až agrese, neschopnost se bránit nebo nemožnost říct svůj názor, duševní erupce.

Co dělat: Naučit se vyventilovat své emoce, nepotlačovat je, nebát se říct svůj názor, projevit se, hledat harmonii, klid, bezpečí, Lásku, radost.

## **ENDOMETRIÓZA**

Příčina: Pocity nejistoty, zklamání, frustrace, viny, odmítnutí. Snaha nahradit Lásku cukrem. Obavy, že člověk není oblíbený, že ho nikdo nemá rád.

Co dělat: Uvědomit si vlastní sílu, zjistit, že jsou lidé, kteří vás mají rádi, najít radost v tom, že jsem žena.

## **ENURÉZA/NOČNÍ POMOČOVÁNÍ U DĚTÍ**

Příčina: Strach z rodičů, většinou jde o strach z otce. Dítě neunes autoritativní chování rodičů, má strach, že není dost dobré, je neustále v napětí, křeči, napětí dokáže uvolnit pouze ve spánku počůráním.

Co dělat: Dát dítěti najevo Lásku, pocit, že je přijímáno se vším všudy, vzbudit v něm pocit bezpečí, změnit přístup.

## **EPILEPSIE**

Příčina: Člověk ubližuje sám sobě, má pocit, že jej ostatní perzekuuji, odmítá život jako takový, člověk vyvíjí v určité oblasti velké úsilí.

Co dělat: Připustit, že život může být veselý, toužit vnímat život jako věčný a radostný, snažit se přiblížit pochopení věčnosti, vyhledávat radostné situace a klid.

## **FÓBIE**

Příčina: Pocit strachu a nedůvěra v život. Obavy ze samotného procesu života.

Co dělat: Přijmout pocit, že jsem v bezpečí, vyjadřovat se svobodně a radostně, věřit, že život je tu právě pro mne a já ho mám žít.

## **FRIGIDITA**

Příčina: Vliv otce v negativním smyslu, často může jít o strach z otce, představa, že intimní spojení je něco špatného, zkušenost s necitlivými partnery. Hluboce uložený strach.

Co dělat: Snažit se přijmout své tělo, radovat se z toho, že jsem žena, radovat se z ženství.

## **HEMEROIDY**

Příčina: Strach z určitých rozhodnutí, z tlaku kvůli určitým termínům či událostem, potlačená agrese a zlost na minulost, strach z uvolnění a pocit přetíženosti. Může jít také o pocity viny a touhu po trestu. Naštvanost vůči tomu, čeho se nechcete zbavit. Frustrace.

Co dělat: Je nutné se zbavit všeho, co se nepodobá Lásce, přijmout, že vše má svůj čas. Přestat lpět na minulosti. Uvolnit se, zbavit se všeho, co v životě nepotřebujete.

## **HERPES, PÁSOVÝ OPAR**

Příčina: Hledání chyb na druhých, čekání na jejich selhání, strach, napětí, přecitlivělost

Co dělat: Uvolnit se a důvěřovat v proces života, nehledat chyby na druhých, ale přehodnotit své postoje, názory a myšlenky.

## **HERPES GENITALIS**

Příčina: Pocit viny, špinavosti, potřeby potrestat, veřejná pohana, odmítání.

Co dělat: Přijmout sám sebe, své tělo i své nedostatky. Hledat hlubší poznání, Lásku, radovat se, milovat. Stanovit si vlastní hranice.

## **HLUCHOTA**

Příčina: Odmítání slyšet určité věci, pocit, že mě někdo pořád s něčím otravuje, odmítání, tvrdohlavost, izolace... Už nechci nic poslouchat!

Co dělat: Radovat se ze všeho, co lze slyšet, vyhledávat společenství, radost, žít. Naslouchat božskému vedení. Rád si něco poslechnout.

## **HOREČKA**

Příčina: Pocity hněvu, užírání se zlostí, naštvanost, vztek.

Co dělat: Snažit se přijmout do svého srdce mír, lásku, radost. Vyjadřovat mír, klid a radost. Být mír, klid a radost.

## **HORMONÁLNÍ NEROVNOVÁHA**

Příčina: Pocit přetěžování, pocit oběti, pohled na život plný překážek, život plný nespokojenosti, strach udělat určité změny.

Co dělat: Svůj život mohu řídit sám/a, ne vše si musím nechat líbit, učím se říkat ne, vím, co je mi příjemné a co nikoliv. Vše, co se děje a veškeré změny jsou z vyššího hlediska pro můj prospěch.

## **HRDLO, ZÁNĚT MANDLÍ, ANGÍNA**

Příčina: Možnost vyjádřit se, kanál tvořivosti. Neschopnost mluvit sám za sebe. Strach se vyjádřit naplno. Potlačení slov a pocitů hněvu. Touha vzbouřit se, vzepřít v rozporu s možností či odvahou se projevit. Obava z autority. Spolykaný hněv. Odmítání změn. Spoutaná tvořivost.

Co dělat: Nebojím se projevit a vyjádřit svůj názor, nebojím se vyjádřit nesouhlas. Na hluku není nic špatného. Promlouvám zlehka a jasně. Umím srozumitelně vyjádřit vše, co si přeji. Chci se měnit. Vyjadřuji svou tvořivost.

## **HUČENÍ, ŠUMĚNÍ V UŠÍCH**

Příčina: Neochota někoho poslouchat, zatvrzelost, lpění na svém názoru. Neschopnost slyšet vnitřní hlas. Už mám všeho dost, mlčte!

Co dělat: S důvěrou naslouchám druhým, umím vyjádřit svůj názor i vyslechnout názor druhého. Přijímám svůj vnitřní hlas a naslouchám mu. Mně se můžete svěřit.

## **HYPERAKTIVITA**

Příčina: Jde o pocit přetíženosti, neschopnosti či nemožnosti vyrovnat se s dopadajícím stresem, nároky. Pod povrchem tohoto problému je zakotvený strach, nezvládnutí věcí. Může jít o důsledek sporů a problémů rodičů, které se na dítě přenášejí. Mohou vkládat mnoho energie do svých sporů a dítě si upoutává pozornost a snaží se získat nějaký čas pro sebe. Lepší nadávky, než ignorace.

Co dělat: Je potřeba získat pocit jistoty, pokud jde o hyperaktivní dítě, chybí mu pocit jistoty, lásky, bezvýhradného přijetí, bezpečí, čas a péče ze strany rodičů.

## **HYPERTENZE**

Příčina: Napětí, nedostatek radosti, nezáměr o nové, chybí nápady a realizace.

Co dělat: Uvolnit se skrz nové zážitky, něco nového se naučit, poznat, přijmout. Radovat se z maličkostí. Nechat věcem volnější průběh, "netlačit na pilu".

## **HYPERVENTILACE**

Příčina: Člověk nemá důvěru v proces života, žije ve strachu, snaží se změnám tvrdě odolávat.

Co dělat: Přijmout fakt, že špatné věci, smutné události nebo problémy na nás mohou mít ve svém důsledku pozitivní dopad.

## **CHOLESTEROL**

Příčina: V životě chybí radost, člověk za něčím jde, ale uvnitř je prázdné. Nádrž Lásky není naplněná. Neochota přijímat radost. Ucpání kanálků Lásky.

Co dělat: Přijímat Lásku, hledat radost v maličkostech, pochopit, co člověku opravdu chybí, co hledá. Napojit se na duchovní rovinu. Hledat Boha.

## **CHRÁPÁNÍ**

Příčina: Člověk odmítá zbavit se starých názorů, postojů, životních schémat. Zatvrzelé postoje.

Co dělat: Hledat nové podněty, radostné prožitky, změnit staré, přijmout životadárné prožitky.

## **CHRONICKÁ ONEMOCNĚNÍ**

Příčina: Dlouhodobá stagnace, neschopnost pohnout se z místa, přijmout změnu, strach z budoucnosti, pocit nejistoty.

Co dělat: Snažit se rozvíjet v nových oblastech, něco nového se naučit, přihlásit se do nějakých kurzů, kroužků... Vytvářet novou a bezpečnou budoucnost.



## **CHŘIPKA**

Příčina: Reakce na negativní názory a postoje ve společnosti, strach, víra ve statistiky. Víra v předsudky. Omezování. Vliv ostatních, především negací a strachu. Vyděšenost a strach, co by se mohlo stát.

Co dělat: Předsudky na mne nemají moc. Osvobozuji se od všech omezení, vlivů, předsudků a názorů. Věřím v Lásku.

## **IMPOTENCE**

Příčina: Sexuální přetlak a napětí spojený s pocity viny. Vliv společnosti a jejích názorů. Nenávist vůči bývalému partnerovi. Strach z matky. nevyrovnaný vztah k matce.

Co dělat: Uvolnit se, odpustit, pochopit svou závislost na postojích a chování matky. Nevěřit všemu, co se říká. Poznat své pocity viny. Odpustit si.

## **INFARKT**

Příčina: Pocit osamělosti a strach. Pocit, že je člověk k ničemu, že se málo snaží, že "to" nikdy nezvládne.

Co dělat: Věřit v přirozené procesy života a podporu. Přijmout běh života. Odevzdat se.

## **INFEKCE**

Příčina: Jde o pocity podrážděnosti, zlosti, rozmrzelosti, našťvanosti... Chybí harmonie, klid a bezpečí. Nedostatek radosti v životě, zahořklost.

Co dělat: Hledat své dobré stránky, přijmout sám sebe i se svými chybami a pracovat na nich, radovat se, plynout se životem, vyhledávat klid, harmonii a příjemné okamžiky.

## **INKONTINENCE**

Příčina: Přebytek emocí, dlouhodobá snaha ovládat a potlačit emoce, přemáhání se, přetvařování se, namlouvání si, že něco není tak hrozné, zastření reality.

Co dělat: Otevřít se pocitům a snažit se volně vyjádřit své emoce, uvědomit si hry, které člověk hraje a co ho skutečně trápí, čeho se bojí, co potlačuje.

## **JÁTRA**

Příčina: Játra jsou centrum zloby, našťvanosti, zlosti a základních emocí. Chronické stěžování, ospravedlňování vlastních chyb ke klamání sebe sama. Nepříjemné pocity.

Co dělat: Láska, mír, radost. Snaha žít v otevřeném prostoru svého srdce. Hledat Lásku a všude ji nacházet. Přestat obelhávat sám sebe. Optat se na názor ostatních, poradit se s druhými, přijmout nezávislý názor zvencí.

## **JAZYK**

Příčina: Jazyk představuje schopnost vychutnávat si radosti života.

Co dělat: Nástroj, který je třeba velmi dobře ovládat. Raději někdy mlčet, než ho mít ostrý jako meč. Hledat dary života. Neubližovat slovem.

## **KANDIDA, KANDIDÓZA**

Příčina: Pocity nesoustředěnosti, frustrace, zlost. Příliš velké nároky na vztahy. Nedůvěra v partnerství, vztah. Touha jenom brát, ne dávat.

Co dělat: Naučit se nejen dávat, ale také přijímat, aby vše bylo v rovnováze. Netajit se vlastními pocity. Nepodléhat druhému proti vlastní vůli z pocitu donucení nebo snahy vyhovět. Polevit tam, kde to bude přínosné. Uvidět, co mi ubližuje, co dělám pro druhého, ale ne s radostí. Propustit vztek a poznat jeho příčiny.

## **KAPAVKA**

Příčina: Odsuzování sebe sama a touha potrestat se.

Co dělat: Najít zpátky své hranice, postavit je a držet se jich. Netrestat se za minulost. Odpustit si vlastní chyby, odpustit druhým, poprosit druhé o odpuštění. Uvěřit. Začít žít nově a jinak.

## **KAŠEL**

Příčina: Snaha křičet do světa: "Všimněte si mě, poslouchejte mě!" Strach přijímat život naplno, se vším všudy. Snažit se upoutat na sebe pozornost: "Já jsem taky důležitý, vidíte mne?"

Co dělat: Uvidět, že si mě ostatní všímají, že jsem pro ně důležitý, že jsem součástí velkého cyklu života. Zapojit se do různých aktivit, být nápomocný, nezaměřovat se jen na sebe.

## **KLOUBY**

Příčina: Klouby představují změnu směru života a snadnost pohybu. Pocity neopětované Lásky, smutek, přílišná kritika, odmítání...

Co dělat: Přijmout, že dokáži snadno plynout se změnami, které život přináší a jdu vždy tím nejlepším směrem. Vážím si sebe sama. Poznat vlastní smutek a sebehodnocení. Uvidět se novými očima. Změnit navyklé postoje a myšlení.

## **KOLENA**

Příčina: Pýcha a ego přerostlo nad důležitými lidskými hodnotami. Neústupnost. Nepřizpůsobivost v životě. Neohebnost. Strach. Zatvrzelost. Ego je neústupné a nade vším.

Co dělat: Odpustit, přizpůsobit se, pochopit, plynout, slepě nebojovat, soucítit s druhými.

## **KOLIKA**

Příčina: Duševní podrážděnost, netrpělivost, vliv negativního okolí, sporů.

Co dělat: Umožnit, aby dítě, případně jiná osoba, mohla reagovat na láskyplné okolí a aby bylo (byla) okolím přijímáno/a bez výhrad.

## **KOLITIDA**

Příčina: Pocit nejistoty, strach z uvolnění, lpění na minulosti. Nánosy minulosti, zmatené myšlenky, přežití názory.

Co dělat: Zbavit se snadným a jednoduchým způsobem všeho, co už je minulost, co je přežití, co nepotřebuji. Minulost je pryč. Projasnit myšlení, žít přítomností.

## **KONEČNÍK**

Příčina: Uvolnění, vylučování.

Co dělat: Snadno a příjemně se zbavit všeho, co už v životě nepotřebujeme.

- **absces**

Příčina: Zlost, naštvanost, pocity vzteku vůči něčemu, čeho se nechcete nebo "nemůžete" zbavit.

Co dělat: Uvolňuji se a zbavuji se všeho, co mi vadí a co už nepotřebuji.

- **bolest**

Příčina: Pocity viny, touha po trestu, pocity méněcennosti.

Co dělat: Oprostit se od minulosti, minulost skončila, rozhodnout se pro Lásku, milovat. Vnímat přítomnost a sebe v této přítomnosti.

- **fistule, píštěl**

Příčina: Nedokonalé odstraňování starých záležitostí, pocitů, názorů a postojů. Uchovávání "špíny a odpadu" z minulosti. Lpění na minulosti.

Co dělat: Láskyplně se od minulosti oprostit, přijmout svoji svobodu.

- **svědění**

Příčina: Pocity viny z minulosti leží člověku "na bedrech". Výčitky svědomí. Provinění.

Co dělat: Láskyplně si odpustit, získat svobodu.

- **krvácení, hemeroidy, hematochezie**

Příčina: Člověk je plný zlosti a frustrace.

Co dělat: Začít důvěřovat v proces života, přát si a věřit, že v mém životě se budou dít pouze dobré a "správné" věci.

### **KOPŘIVKA**

Příčina: Drobné skryté obavy, člověk si dělá zbytečnou hlavu z maličkosti, přehánění až hnaní věcí do extrémů.

Co dělat: Vnést míro do všech koutů svého života.

### **KOSTI, KOSTRA**

Příčina: Představují obrazně strukturu celého světa.

Co dělat: Zaměřit se na vnitřní klid, uspořádat si život a žít v rovnováze.

- **deformace kostí, kloubů**

Příčina: Vzepření se autoritě. Tlak ze strany "silnějšího", kterému je třeba se bránit.

Co dělat: Nikdo mne nemůže ovládat, jsem zodpovědný za své činy a myšlenky sám.

### **KOUSÁNÍ NEHTŮ**

Příčina: Frustrace, užírání se, zášť vůči rodičům. Zloba, odpor, nevraživost, nenávisť, nepřátelství vůči rodičům, příp. nějaké autoritě.

Co dělat: Přijmout dospívání jako něco, co není problém. Zvládám svůj život v pohodě, s radostí a lehkostí.

### **KOŽNÍ PROBLÉMY, VYRÁŽKA**

Příčina: Úzkost, potlačený strach, pocit, že je člověk neustále v ohrožení. Bahno usazené na vzpomínkách, které drží člověka na dně.

Co dělat: Ochraňuji se láskyplnými, radostnými a klidnými myšlenkami. Minulost je zapomenutá, pryč, vše je odpuštěno, začínám znova, cítím hluboké uvolnění, svobodu, volnost.

### **KREV**

Příčina: Obecně: nedostatek radosti.

Co dělat: Nechat proudit radostné představy, snažit se některé zrealizovat.

- **chudokrevnosta**

Příčina: Představuje schopnost cítit a vyjadřovat emoce pozitivním způsobem.

Co dělat: Nebát se vyjádřit vše s láskou. Nechat život volně proudit.

## **KREVNÍ TLAK**

- **nízký**

Příčina: Nedostatek lásky v dětství, pocity rezignace ve smyslu: "K čemu je to všechno vlastně dobré? Stejně to zase nevyjde..."

Co dělat: Vyhledávat radost, radostné situace, příjemné lidi. Oprostit se od minulosti. Přestat se bát, začít si věřit a zkoušet to znova a znova.

- **vysoký, hypertenze**

Příčina: Dlouhodobě neřešený emocionální problém. Člověku zkrátka stoupne tlak...

Co dělat: S radostí se zbavím všeho, co mi vadí, jsem v klidu, umím si přiznat své pocity a nepotlačuji je.

## **KRČNÍ PÁTEŘ**

Příčina: Nepřizpůsobivost, člověk se neohlíží, nedívá se kolem.

Co dělat: Podívat se na problémy z jiného úhlu, z pohledu druhých lidí. Nejt zarytě, bezhlavě jen za svým.

## **KRK, PROBLÉMY**

Příčina: Člověk odmítá jiný úhel pohledu, tvrdohlavost, nepřizpůsobivost.

Co dělat: Přijmout pocit bezpečí a možnost řešit situace jinými způsoby, hledat lehkost, přizpůsobivost.

## **KRVÁCENÍ**

Příčina: Unikání radostným událostem. Skrytá zloba. Člověk utíká, neví kam, ani proč.

Co dělat: Nechat na sebe dopadnout krásu života, hledat radost, odpustit minulost, přijmout realitu. Před něčím se utéct nedá, je třeba to přijmout, vyloučit ze života, změnit nebo přehodnotit.

## **KRVÁCENÍ DÁSNÍ**

Příčina: Člověk dělá závažná rozhodnutí, ale bez radosti či zcela bez své vůle.

Co dělat: Věřit, že vše, co člověk dělá, je správné. Snažit se být v klidu.

## **KŘEČE**

Příčina: Napětí, strach, sevřenost, lpění.

Co dělat: Uvolnit se, zklidnit svou mysl, poznat své strachy, nelpět na minulosti a starých vzorcích chování.

## **KŘEČE BŘICHA**

Příčina: Zadržování zloby, žít se myšlenkami strachu, přehnané obavy.

Co dělat: Uvolnit se, zklidnit svou mysl, poznat své strachy, přestat lpět na nedůležitých věcech a událostech, na minulosti a starých vzorcích chování.

## **KŘEČOVÉ ŽÍLY**

Příčina: Setrvání v situaci, která člověk nevyhovuje. Není odvaha. Pocit přepracování a přetížení.

Co dělat: Prosadit pravdu a žít s radostí, milovat život a svobodně jím proudit.

## **KULATÁ ZÁDA**

Příčina: Břímě života, které si člověk nese. Pocit bezmocnosti a beznaděje.

Co dělat: Stát vzpřímeně a uvolněně, milovat sám sebe a přijmout sebe takového, jaký jsem. Každý den může být lepší.

## **KUŘÍ OKA**

Příčina: Tvrdohlavé lpění na bolestech a ublíženích z minulosti, neschopnost oprostít se od toho, co zlého se mi stalo. Mé myšlení je zatvrdlé.

Co dělat: Jít dopředu bez zatížení minulosti, odhodit své břímě, co bylo to bylo, nyní začínám znova, za vším dělám tlustou čáru.

## **KŮŽE**

Příčina: Smyslový orgán, který chrání naši individualitu. Neschopnost vymezit, potlačený strach či vztek.

Co dělat: Poznat svá přání a touhy, nebát se prosadit je, říci o nich druhým, poznat obavy a nahradit je akcí.

## **KVASINKOVÉ INFEKCE**

Příčina: Popírání vlastních potřeb, člověk nedokáže podpořit sám sebe, ustupuje, není si jistý sám sebou.

Co dělat: Rozhodnout se, že budu oporou sám sobě, jednat s láskou a radostí, nedělat kompromisy za každou cenu a v duchu se šířat.

## **LARYNGITIDA**

Příčina: Člověk je tak rozzlobený, že ani nemůže mluvit. Strach vyjádřit své myšlenky. Naštvanost. Odpor k autoritám.

Co dělat: Nemusím se bát, když chci o něco požádat, mohu se otevřeně vyjádřit. Umím vyjádřit druhému i to, že mě něčím naštvál a říct, jak jsem to chtěl/a či očekával/a já.

## **LEDVINOVÉ KAMENY**

Příčina: Střípky událostí, které našťvaly, nerozpuštěný vztek.

Co dělat: Opouštím minulost. Nebojím se ji oplakat, nepláču jen uvnitř.

## **LEDVINY, PROBLÉMY, ZÁNĚT**

Příčina: Pocit nadměrné kritiky, nespokojenosti, neúspěchu, bezmocnosti, hanby, odstrčení, neschopnosti... Střípky událostí, které našťvaly, nerozpuštěný vztek. U dospělého jedince jde čistě o "reakce malého dítěte".

Co dělat: Opouštím minulost. Říct, co mě trápí těm, kterých se to týká, najít něco, co mi bude dělat dobře, získat zpátky svou jistotu. Nebojím se minulost oplakat, nepláču jen uvnitř. To, že na mne někdo křičí neznamena, že jsem špatný já, problém má ten druhý, protože nezvládá své emoce.

## **LEUKÉMIE**

Příčina: Tvrdé potlačování jakékoliv inspirace, duševní chudoba, strach, hluboký vnitřní smutek, nejistota.

Co dělat: Snaha překonat své limity, přijmout svobodu, najít vnitřní jistotu, sebedůvěru.

## **LIPOM, TUKY, NADVÁHA, TUKOVÉ BULKY**

Příčina: Po duševní stránce je možné, že člověk je více přecitlivělý, neumí se bránit, touží po ochraně a strachem maskuje skrytou zlobu a neochotu odpouštět.

Co dělat: Snaha rozvíjet se a přijmout zodpovědnost za svůj život, přiznat si našťvanost a odpustit sobě i druhým, najít místo a prostředí, kde se budu cítit jistě a bezpečně, nebát se bránit a ochránit tak sám sebe.

## **LUPUS, LIŠEJ, ERYTHEMATOSUS**

Příčina: Pasivita. Člověk má pocit, že snad je lepší zemřít, než si stát za svým. Potlačené já. Potlačená vůle. Zlost a touha po trestu. Absolutní bezmocnost. Strach. Zloba.

Co dělat: Dokáži se vyjádřit svobodně a s lehkostí, umím projevit svou sílu, své tužby, miluji sám sebe a přijímám se. Jsem svobodný/á. Mé sebevědomí roste.

## **LUPÉNKA**

Příčina: Je možné, že člověk v sobě skrývá pocity ublížení, potačeně vnímá své vlastní já, může odmítat odpovědnost za své vlastní pocity

Co dělat: Člověk by měl začít přijímat sám sebe a přát si pro sebe to nejlepší v životě a přijímat to s radostí.

## **MASTITIDA, ZÁNĚT PRSNÍ ŽLÁZY, PROBLÉM PRSA, CYSTA, BULKA**

Příčina: Odmítání výživy, upřednostňování druhých, mateřský komplex.

Co dělat: Zním svou cenu, lidé se mnou počítají. Pečuji nejen o druhé, ale i o sebe s láskou a radostí. Dopřávám ostatní volnost, aby mohli být tím, kým jsou. Všichni jsme svobodní a to je v pořádku. Hledám pro sebe "duševní potravu".

## **MASTOIDITIDA, ZÁNĚT VÝBĚŽKU SPÁNKOVÉ KOSTI**

Příčina: Zlost a frustrace, touha neslyšet, co se děje. Většinou u dětí. Strach ochromující vnímání.

Co dělat: V mém nitru i kolem mne je božský klid a harmonie. Jsem oázou klidu, lásky a radosti. Vše je v mém světě v pořádku.

## **MENOPAUZA, KLIMAKTÉRIUM, PROBLÉMY**

Příčina: Strach z nezájmu druhých. Strach ze stárnutí. Odmítání sebe sama. Pocity méněcennosti.

Co dělat: Rozvážně a klidně přijímám všechny změny životních cyklů a láskyplně žehnám svému tělu.

## **MENSTRUACE PROBLÉMY, MENSTRUAČNÍ PROBLÉMY**

Příčina: Neochota být ženou. Popírání vlastního já. Ublížení. Pocity méněcennosti.

Co dělat: Raduji se z toho, kým jsem. Jsem krásný projev plynoucího života. Hledám duševní potravu místo šíření se pocity ublížení.

## **MDLOBY, ZÁVRAŤ, ZTRÁTA VĚDOMÍ, ZTRÁTA ROVNOVNÁHY**

Příčina: Pocity totální vyhaslosti, snaha před vším utéct, snaha zbavit se zodpovědnosti, rozptýlenost, nesoustředěnost, nezvládnutí situace, volání o pomoc, neochota podívat se pořádně kolem sebe a zjistit příčinu svých problémů.

Co dělat: Ptám se, dívám se, zjišťuji, co se to kolem mne a se mnou děje. Hledám řešení, nacházím řešení, jak dál, a to mne posiluje a nabíjí. Volám o pomoc, žádám o pomoc, nejsem obět, ale aktivně se podílím na řešení svých potíží, neutíkám.

## **MIGRÉNA**

Příčina: Neochota podléhat vedení. Člověk se snaží odolávat proudu života. Strach ze sexu, ze sexuálního života. Sexuální napětí. Naštvanost, nevyřčená slova, nadávky. Potlačený vztek. Odpor k autoritě. Vnitřní touha se vzepřít. Agrese vůči autoritě. Vysoký krevní tlak u matky v těhotenství.

Co dělat: Podvoluji se proudu života a umožňuji mu, aby mi dal vše, co potřebuji. Život tu je pro mne. Víím, co mě štve a umím se s tím vypořádat.



Dokážu se vzepřít a vyjádřit svá přání a názory. Nebojím se, žádný člověk není "mým pánem".

## **MOČOVÝ MĚCHÝŘ, CYSTITIDA, URINÁLNÍ INFEKCE**

Příčina: Úzkost. Lpění na starých názorech. Strach z uvolnění. Skryté slzy a smutek. Člověk vnitřně trpí a volá o pomoc, obviňuje ostatní. Ukřivděnost, pocity křivdy, většinou v souvislosti s opačným pohlavím (partnerství).

Co dělat: Dokáži se snadno zbavit všeho starého, nejsou na mne již žádné nánosy minulosti, když pláču, vím proč. Pokud se mi něco nelíbí, dokážu se ozvat nebo udělat změnu.

## **MOZEK**

Příčina: Mozek představuje centrálu, "počítač".

Co dělat: Láskyplně řídím svou mysl.

- **nádor na mozku**

Příčina: Nesprávně "nainstalované" postoje. Tvrdohlavost. Absolutní neochota změnit stará schémata a programy. Lpění na maličkostech jakoby byly to nejdůležitější na světě. Neústupnost.

Co dělat: Není pro mne problém přeprogramovat ve svém počítači moji své mysl, život je změna a má mysl je pružná a dokáže přijmout nové. Dokáži najít kompromisy a o problému diskutovat. Nelpím jen na svém názoru, přemýšlím i o jiném.

## **MYOM**

Příčina: Žena má nějaká přání, tužby, může toužit i po miminku, ale vše se neděje v realitě, nýbrž pouze uvnitř. Jde tedy především o nenaplněné a nezrealizované touhy. Může jít také o problém ve vztahu, o pocit bezmoci vůči druhému pohlaví, pokoření, zradu, o nevěru ve vztahu, utajovaný smutek apod.

Co dělat: Oprostit se od minulosti a přiznat si svá přání. Pochopit svou roli ve vztahu a přezkoumat svou ženskost či mateřkost.

## **NADVÁHA/TUK**

Příčina: Strach, potřeba ochrany, člověk utíká před vlastními pocity. Touha po naplnění. Pocit nejistoty, odmítání sebe sama.

Co dělat: Dostat se do souladu se svými pocity, být v bezpečí právě tam, kde jsem. Vytvářet si vlastní jistoty. Milovat a přijímat sebe sama.

- **boky:**

Příčina: Zatvrzelý hněv ze strany rodičů, omezení rodičovskými limity, stará vzpoura, lpění na minulosti.

Co dělat: Odpustit minulost, přenést a překonat limity a omezení rodičů.

- **břicho:**

Příčina: Zlost vyvolaná nedostatečnou či nevhodnou výživou.

Co dělat: Naplnit své hladové potřeby duševní "potravou", prožít spokojenost a volnost.

- **paže:**

Příčina: Zlost vyvolaná nedostatkem Lásky, pocity odmítání, nenaplnění, nedůvěra.

Co dělat: Rozdávat Lásku všude, kde ji bude třeba a kde může růst a pomáhat.

- **stehna:**

Příčina: Nahromaděný vztek z dětství, většinou se jedná o vztek a zlost na otce a jeho přístup.

Co dělat: Přijmout fakt, že otec mohl být nemilované dítě a odpustit mu. Oba se uvolníte.

## **NADMĚRNÉ POCENÍ, POCENÍ, NOČNÍ POCENÍ**

Příčina: Strach, člověk se potí strachem, něco skrývá, něčeho se obává, nedá najevo své strachy, hraje hru, maskuje, noční pocení ukazuje, že člověku něco doslova nedá spát, skrytá hrůza...

Co dělat: Přiznat vlastní strach a slabost, najít ústupové cesty, které nás ochrání, najít vědomé způsoby, jak svůj strach vyjádřit, konfrontovat se se svým strachem a vejít do něj, otevřít se kontaktu a komunikaci, nebát se promluvit o tom s někým. Může jít také o nevědomé přijetí některých strachů z filmy, knih a podobně. Tyto strachy je nutno vynést na povrch a vědomě se jim postavit, překonat je třeba za pomoci druhého člověka, kterému důvěřujeme.

## **NADÝMÁNÍ**

Příčina: Lpění na všem, co nám brání žít volně a svobodně, strach, který nás ovládá a brzdí, nepřijaté představy.

Co dělat: Nechat život volně proudit, nelpět úplně na všem, ale "pustit to, ať se stane, co stát se má", poznat svůj strach, a tím ho oslabit, uvolnit se.

## **NACHLAZENÍ**

Příčina: Stahování se do sebe, touha uniknout, duševní křeče, pocit a touha "nechte mě všichni být!"

Co dělat: Uvědomit si, že Lásky mě může ochránit, uvolnit se a otevřít se ostatním, přiznat své slabosti a touhy, hledat pocit jistoty.

## **NEHODY**

Příčina: Člověk se neumí ozvat, bojí a vzpouzí se autoritám, věří v násilí a bolest, neschopnost odporovat, vyříkat si věci a získat svá práva.

Co dělat: Najít svou vlastní hodnotu, zaměřit se na vlastní sebeúctu, nebát se říci věci na rovinu a vyjádřit své pocity, uvěřit v Lásku.

## **NEHTY**

Příčina: Ochrana vlastního já.

Co dělat: Naučit se bránit sám sebe, bezpečně se dál rozvíjet, pracovat na sobě a duševní rovině.

## **NERVOVÉ ZHROUCENÍ**

Příčina: Člověk se zaměřuje jen sám na sebe, nedokáže komunikovat s druhými, strach, potlačené obavy, uvíznutí v sebelítosti, vidění jen vlastních problémů.

Co dělat: Podat pomocnou ruku tam, kde je to třeba, naučit se komunikovat láskyplně, chápat i problémy druhých a soucítit s nimi, věřit, že vše bude v pořádku.

## **NERVOZITA**

Příčina: Člověk se uzavřel do strachu, úzkosti, spěchu. Marná úsilí. Nedůvěra v život a v to, co život přináší.

Co dělat: Přijmout a pochopit své strachy a úzkosti, snažit se dosáhnout určitých změn, ale nevnímat pouze daný cíl jako jediné východisko, ale cestu k němu jako možnost, jak více pochopit sebe sama, objevit víru.

## **NESPAVOST**

Příčina: Trápení se díky pocitům viny, nedůvěra, strach.

Co dělat: Přestat se bát opustit den a ponořit se do spánku s vědomím, že zítra o mne bude dobře postaráno. Najít to, co mi nedá spát. Téma odpuštění.

## **NEVYLÉČITELNÉ CHOROBY**

Příčina: Dostupné prostředky nedokáží nemoc vyléčit, ale víra umí dělat zázraky. Je třeba hledat "uvnitř" nemoci.

Co dělat: Změnit své tvrdé srdce na měkké. Polevit v zatvrzelých názorech. Hledat Boha.

## **NOČNÍ POMOČOVÁNÍ**

Příčina: Strach z rodičů, většinou jde o strach z otce nebo z nějaké většinou mužské autority. Vnitřní pláč. Neschopnost bránit se. Nemožnost ozvat se. Marný boj.

Co dělat: Přijmout dítě, které se počůrává s Láskou a péčí. Soucítit s ním a pochopit jej. Dát mu pocit jistoty, že vše bude v pořádku. Zajistit mu pocit, že je v bezpečí a v láskyplném prostředí.

## **NOHY**

Příčina: Nohy nesou člověka kupředu životem...

Co dělat: Každý den je důležitý, každý den mohu nově vykročit.

## **NOS**

### **• krvácení z nosu**

Příčina: Člověk touží po uznání, má pocit nedocenění a vnímá nezáměr okolí. Volá po Lásce.

Co dělat: Poznávám svou pravou hodnotu, pracuji na své sebeúctě. Věřím v Lásku.

### **• rýma**

Příčina: Vnitřní pláč, volání o pomoc.

Co dělat: Pečuji o sebe, udělám si čas také sám na sebe.

### **• Ucpaný nos**

Příčina: Člověk nevnímá svou vlastní hodnotu, chybí sebeúcta.

Co dělat: Pracuji sám na sobě, abych si mohl vážít sám sebe. Dávám věci a svůj život do pořádku. Obracím se.

## **OBRNA**

Příčina: Neschopnost se pohnout, paralyzující myšlenky, které člověka drží a svazují. Strach.

Co dělat: Vyjádřit se, změnit směr svého života, uvolnit se.

## **OČI, PROBLÉMY**

Příčina: Člověk má strach vidět určité věci tak jak jsou, bez "růžových brýlí" a výmluv, strach podívat se problému do "tváře", má strach z pohledu na přítomnost (dalekozrakost) i z vývoje budoucnosti (krátkozrakost, šedý zákal), může jít také o neochotu odpustit (zelený zákal). Často je problém podívat se přímo kolem sebe, na nejbližší okolnosti a události (rodinu apod.), problém s vlastním já a přijutím sebe sama

Co dělat: Důvěřuji, odpouštím, vidím, co se děje. Optat se nezávislých osob, které nejsou zataženy do problému, na jejich názor. Najít radost v maličkostech. Najít radost blízko sebe. Nevymlouvat se, ale hledat řešení.

## **OCHABLOST**

Příčina: Zvláčnělé, ochablé myšlenky, odmítání života, rezignace.

Co dělat: Začínám vidět nový smysl života. Nacházím nový směr a víru.

## **OPAR**

Příčina: Nevhodná, zlostná až sprostá slova, která nebyla vyslovena, touha vyslovit něco špatného, ale ze strachu či určitého pocitu, tomu tak není.

Co dělat: Oprostit se od zloby a naštvanosti, říci věci jasně, bez zbytečných urážek, vykřičet se o samotě.

## **OSLABENÁ IMUNITA**

Příčina: Vnitřní pláč a křik, nesoulad v rodině i v minulých generacích obvykle hrubost otce k matce, neschopnost se bránit, pocit bezbrannosti, přesvědčení o vlastní bezvýznamnosti, pocit viny, snaha strhnout nevědomě pozornost na sebe, stará bolestná vzpomínka...

Co dělat: Přijmout názor druhého, ale nepotlačovat vnitřně svůj, milovat, být otevřený, přístupný, naučit se bránit, nenechat se využívat, ničit, dávat Lásku, nevysílat zlobu a nenávist. Žít.

## **OSTEOPORÓZA/RÍDNU TÍ KOSTNÍ TKÁNĚ**

Příčina: Pocit nedostatečné opory v životě.

Co dělat: Nebát se stát si za svým, ale nikoli slepě za každou cenu.

## **OSTEOMYELITIDA/ZÁNĚT KOSTNÍ DŘENĚ**

Příčina: Člověk trápí pocit marnosti, je plný zlosti ze svého života, má pocit, že ho nikdo nechápe a nepodporuje.

Co dělat: Nebojím se stát za svými, přijímám koloběh života a to, co mi život přináší.

## **OTOKY**

Příčina: Člověk má zatvrzelé a bolestné představy, nepružné myšlení. Strach, že člověk něco ztratí.

Co dělat: Nechat věci volně plynout, přijmout nové názory s lehkostí. Uvolnit se. O co se bojím, že to ztratím?

## **PÁLENÍ ŽÁHY, PÁLENÍ JAZYKA**

Příčina: Veliký strach, svíravé pocity strachu a bezmoci. Strach něco říct, ozvat se, sjednat si ve svém životě pořádek. Hořkost na jazyku. Vyřknuté kletby, zlá slova, ublížení slovem. Ublížit někomu "zlým jazykem."

Co dělat: Začít zase volně a naplno dýchat. Přijmout pocit, že jsem v bezpečí. Důvěřovat procesu života. Nebát se říci věci, které v sobě dusím. Vyplivnout hořká sousta a najít něco "sladkého". Omluvit se za zlá slova. Poprosit o odpuštění.

## **PÁTEŘ**

Příčina: Páteř symbolizuje oporu života.

Co dělat: Věřit, že život sám mne podporuje.

## **PLÁČ**

Příčina: Slzy symbolizují řeku života, tečou jak z radosti, tak ze smutku nebo strachu.

Co dělat: Přijmout všechny své emoce s klidem, nebát se své emoce vyjádřit. Poznat hluboce ukrytou bolest. Oplakat minulost.

## **PLEŠATOST**

Příčina: Život v napětí a strachu, snaha a touha ovládat druhé, pocity nedůvěry, zklamání.

Co dělat: Přestat se snažit řídit druhým život, důvěřovat druhým a důvěřovat i jiným názorům. Nebát se zklamání za každou cenu.

## **PLÍCE, PNEUMONIE**

Příčina: Člověk se utápí v depresi, smutku, má strach ze života, ví, že nedokáže žít naplno, pocity neschopnosti, nezvládnutí situací. Beznaděj, únava životem. Emocionální rány, které nebyly vyléčeny.

Co dělat: Dát svému životu "šťávu", zbavit se upjatosti a obav, co zase udělám špatně. Odpustit.

## **PLÍSNĚ**

Příčina: Převládají ustrnulé názory, neochota zbavit se minulosti a navykých postojů, minulost je natolik "důležitá", že zcela ovládá přítomnost a zasahuje do ní.

Co dělat: Pustit minulost a staré upjaté myšlení, vyzkoušet nové životní postoje a názory.

## **POHLAVNÍ NEMOCI**

Příčina: Člověk se trápí pocity viny, které souvisí s intimní oblastí. Může dokonce toužit po potrestání, být přesvědčený, že je zkažený, nečistý hříšník, který musí být potrestán. Zneužívání druhých.

Co dělat: Urovnat si názory a postoje v intimní oblasti, dělat jen to, s čím jsem opravdu v souladu, vyznat své hříchy a poprosit o odpuštění, aby došlo k osvobození.

## **POPÁLENINY**

Příčina: Časté naštvání, unáhlená vzplanutí, impulsivita, popudlivost, zlost.

Co dělat: Láska a harmonie v mém srdce je důležitější a prospěšnější mne i mému okolí.

## **POTRAT, SAMOVOLNÝ**

Příčina: Strach a obavy z budoucnosti, nejasná budoucnost, otázky a myšlenky typu: Co bude dál, jak to zvládnou? Teď raději ne, až později... Všechno je tak nevhodně načasované...

Co dělat: Přijmout, že vše je perfektně načasované přesně tak, jak to má být.

## **PREMENSTUAČNÍ SYNDROM**

Příčina: Odmítání ženství, procesu ženského těla, ženských principů. V životě je přítomný zmatek.

Co dělat: Přijmout svou ženskou roli, zaměřit se na ženské činnosti, nebát se být ženou, hledat a přijímat čistě ženské principy. Užít si to, že jsem žena. Rozdávat svou "ženskost" ostatním.

## **PROSTATA**

Příčina: Symbolizuje mužnost, která je oslabena duševním strachem. Pocity rezignace, bezmoci. Strach ze stárnutí. Pocity viny, tlak a naléhání v intimní oblasti.

Co dělat: Hledat skutečné duchovní hodnoty, které převýší každou malichernost tohoto světa. Přijmout, že vše je zde pouze dočasné, oddat se životu.

## **PRSA**

Nemoci prsou obecně vyjadřují problémy spojené s mateřstvím, výchovou dětí, v partnerském soužití. Reprezentují výživu, mateřství, a oporu.  
cysta, bulka v prsu

Příčina: Žena se podle svého příliš obětovala svému dítěti či okolí, strádá v Duševní rovině, a nosí si hluboce v sobě zakořeněné pocity ublížení, svázanosti a nedocenenosti, co vše ona narozdíl od ostatních dělá. Nespokojenost. Smutek. Vnitřní pláč. Volání o pomoc.

Co dělat: Najít ve všech svých činnostech soulad, naučit své děti zodpovědnosti, neobětovat se ale dělat věci s láskou a pro druhé, najít si čas i na sebe a svůj duševní růst.

- **malá prsa**

Příčina: Pocity ublíženosti ze strany mužů, strach z mužů, hluboce zakořeněný pocit z minulosti, že nechci být ženou, snaha nepoutat na sebe zbytečně pozornost, strach ze silnějšího pohlaví, tendence nechat se ovládat, strach vzepřít se. Hledání chyb na vlastním těle, strach být ženou. Snaha být silná jako muž. Nedávat na sobě znát bolest ani křivdy, hrát silnou za každou cenu.

Co dělat: Odvážít se být ženou, dělat ženské věci, projevit svou slabší stránku a stát se křehkou bytostí, která potřebuje ochránit. Nebát se odevzdat se muži. Naučit se umět bránit a vyjádřit své obavy i svou slabost.

Přestat si hrát na "chlapa". Radovat se, smát se, nesnažit se zaujmout svým tělem.

- **ochablá prsa**

Příčina: Uvadnutí po narození dítěte, žena žije bez radosti, nenašla trvalý pocit štěstí do Duše, žije ze dne na den z povinností do povinností, obklopená starostmi a tím se prohlubuje její smutek. Žena uvadá a s ní chřadnou i její symboly ženství.

Co dělat: Hledat radost v každodenních maličkostech, zažívat pocity štěstí se svou rodinou, říci o svých pocitech partnerovi, který může ženu vhodnými slovy, skutky a podporou pohladit po Duši a opět rozzářit štěstím.

- **nadměrný růst prsů**

Příčina: Hluboce zakořeněná touha zalíbit se mužům za každou cenu, mnohdy uložené v podvědomí z minulosti snaha poutat pozornost svým tělem. Abnormální růst prsů, za která se žena nakonec stydí.

Co dělat: Srovnat si své hodnoty, vyrovnat myšlenkové pochody do rovnováhy, oprostít se od fyzické krásy a hledat duševní hodnoty.

- **rakovina prsu**

Příčina: Smutek, neschopnost radovat se ze svého ženství, problémy v partnerství, touha po jiném partnerovi, touha líbit se za každou cenu. Snaha brát si chyby druhých za své, především chyby svých dětí. Nadměrná touha pomoci druhým a vyřešit to za ně.

Co dělat: Nechat jít své děti jejich cestou, ač může být bolestná, aby se samy poučily z života, neřešit jejich problémy za ně. Dát dětem zodpovědnost za jejich činy. Radovat se ze svého ženství, ze svého partnera, z dětí, ze své rodiny. Najít svou duševní rovnováhu, zklidnit svůj "hlad" po nemožném. Obrátit se k Bohu.

## **PRŮJEM**

Příčina: Problém je především v potlačeném strachu, člověk se snaží před něčím utéct, něco urputně odmítá.

Co dělat: Snažit se přijímat běh života se vším všudy, zpracovávat zážitky a emoce, a vylučovat vše, co je člověku nepříjemné. Zkusit se sladit s tím, co přináší život.

## **PŘEJÍDÁNÍ, BULIMIE**

Příčina: Touha po ochraně, posuzování emocí, strach. Snaha zahnat nepříjemné pocity a situace, zapomenout, zajíst to, radši nic neřešit, nehledat řešení.

Co dělat: Vyhledávat místa a situace, kde se cítím bezpečně, přijmout pocit, že jsem v bezpečí. Cítit se opět "v normě" a příjemně díky změnám, které učiním.



## **PRŮDUŠKY**

Příčina: Špatné rodinné prostředí, hádky, křik, neklid, občas ticho. Strach přijímat život naplno. Potlačení vlastního projevu. Děti se stahují do sebe, snaží se upoutat pozornost nemocí, žádají péči, Lásku a klid. Dopřát dítěti důvěru a vnitřní klid, porozumění, teplo domova.

Co dělat: Hledat harmonii, mír uvnitř sebe. Nebát se říct svůj názor. Podpořit u dětí, aby řekly, co je trápí, co je dusí.

## **PUPÍNKY/UHRY**

Příčina: Poukazují na výbuchy hněvu.

Co dělat: Zklidnit tok svých myšlenek, najít odpuštění, přestat hledat chyby jen v druhých.

## **RAKOVINA**

Příčina: Člověk se cítí zraněný, vnímá mnoho hlubokých ran, kterých se neumí zbavit, dlouhodobě a zatvrzele cosi odmítá, skrytá tajemství, zármutek, který užírá jeho vlastní já... Nosí si břemeno a pocit, že téměř nic nemá smysl.

Co dělat: Láskyplně odpouštím, zbavuji se minulosti, přestávám lpět na starých názorech a křivdách, naplňuji svůj život radostí. Obracejím se. Začínám znovu. Odpouštím sobě, druhým a žádám o odpuštění i ostatní. Svěřuji se Bohu.

## **ŘÍHÁNÍ**

Příčina: Člověk se utápí v nejrůznějších obavách a strachu a hltá život příliš velkými doušky.

Co dělat: Dát svému životu klid, přijmout, že vše má svůj čas a místo, najít svůj vnitřní klid.

## **SEKRECE Z NOSU**

Příčina: Trápení a vnitřní pláč, skryté slzy, které nikdo nesmí vidět. Dětské slzy, trápení se maličkostmi. Pocit oběti, sebeobětování, nikdo mne nechápe.

Co dělat: Některým věcem nechat volný průběh, řešit jen důležité věci, k maličkostem zaujímat postoj nadhledu. Neočekávat, že všichni vždy ocení to, co pro ně děláte, možná to ani od vás nečekají a nechtějí. Přiznat si svá slabá místa zcela otevřeně.

## **SENNÁ RÝMA, ALERGIE**

Příčina: Návaly emocí, strach z důležitých událostí. Představa o perzekuci. Skryté pocity viny. Na koho jsem vlastně alergický/á? Ke komu skrývám zlost? Odmítání vlastní síly. Problém s otcovskou autoritou, neschopnost či nemožnost se vzepřít (v dětství).

Co dělat: Jsem v bezpečí, jsem v jednotě s celým životem. Umím prosadit svá přání. Nebojím se. Jsem svým pánem/paní. Umím říct, co mě štve i si to vyříkat s druhými.

### **SKLERODERMIE**

Příčina: Ochrana před životem, stará ublížení, strach. Nedůvěra v sebe a v to, že se člověk o sebe dokáže postarat. Možná nenávisť sama k sobě. Zlo ze strany rodičů, např. zneužívání dítěte.

Co dělat: Zcela se uvolňuji, protože vím, že jsem v bezpečí. Důvěřuji životu a věřím si. Odpustit minulost druhým, sobě a poprosit druhé, aby odpustili i mně. Vypořádání se s následky rodičovského vlivu a udělat tlustou čáru.

### **SKOLIÓZA**

Příčina: Člověk si nese na svých zádech těžké břímě, se kterým se neumí porvat ani vyrovnat. Beznaděj, smutek, bezmocnost, zoufalství.

Co dělat: Postavit se životu čelem, rovně a vzpřímeně, pustit se do boje s tím, co je třeba vyřešit. Vše má nějaké řešení, hledat i řešení kompromisní.

### **SLEZINA**

Příčina: Až zoufalá posedlost a zaměření se na materiálně, hmotu, věci.

Co dělat: Najít skutečné životní hodnoty. Oddat se Bohu.

### **SRDCE, SRDEČNÍ INFARKT**

Příčina: Srdce představuje centrum lásky a bezpečí. Dlouhodobé emocionální problém, člověk nežije v radosti. Je dlouhodobě nespokojený, není citově naplněný. Zatvrzelé srdce. Člověk podléhá napětí a stresu, neumí se dostat do nadhledu, brát život s lehkostí takový, jaký je. Člověk odpírá sám sobě skutečné pocity radosti a staví na první místo peníze, postavení, kariéru, hmotu...

Co dělat: Do svého srdce je nutné přivést opět radostné pocity, lásku, štěstí, oddat se radosti z drobných maličností, najít na všem to dobré, odprostit se od zbytečností, přijmout zklamání jako součást života a nechat je minulostí, najít skutečné duševní hodnoty v Bohu.

### **STERILITA**

Příčina: Strach být rodičem, odpor vůči přirozenému běhu života ve smyslu koloběhu.

Co dělat: Přijmout rodičovství jako součást života, důvěřovat sobě, že to zvládnou, přijmout, že vše je správně načasováno a nemá smysl snažit se věci řídit podle sebe.

## **STŘEVA**

Příčina: Střeva symbolizují odpad, který je třeba uvolnit. Problémy se střevy mohou naznačovat strach zbavit se všeho nepotřebného, starého, nepotřebného. Lpění na minulosti, minulých zvyklostech, ukřivdění, strach něco změnit.

Co dělat: Zbavit se všeho nepotřebného s lehkostí a radostí. Začít znova a jinak. Odpad je třeba vyhodit, není čeho litovat, jen je třeba začít načisto.

## **SUCHÉ OČI**

Příčina: Člověk se užívá pocity zlosti, nedokáže odpustit, odmítá vidět láskyplný pohled na dané situace, radši by zemřel, než odpustil... Potměšilé chování a jednání.

Co dělat: Soucítit s druhými a jejich problémy, odpustit a rozpustit všechnu zlost vůči druhým, přijmout, že druzí nemohou vědět, co nás štve, pokud jim to neřekneme. Přijmout, že druzí se nemusí chovat tak, jak chceme my. Odevzdat svůj vztek Bohu.

## **SVALOVÁ DYSTROFIE**

Příčina: Pocit nebo rozhodnutí "nechci dospět, nechci být dospělý."

Co dělat: Překonat omezení od svých rodičů, nebát se dospět, mít svůj názor, postarat se sám o sebe, nebát se života. Druzí mne budou milovat, i když budu dospělý, ne pouze jako roztomilé malé děťátko.

## **SVALY**

Příčina: Převládá odpor vůči novým zážitkům a zkušenostem. Hybná síla kráčet životem vpřed je omezena.

Co dělat: Pustit se do života, vyzkoušet nové věci, které mne obohatí a udělají radost nejen mne, ale i druhým. Pohnout se kupředu.

## **SVĚDĚNÍ**

Příčina: Mnohé touhy nebyly naplněné, člověka hryžou výčitky svědomí, nespokojenost je nade vším, touha vypadnout, zmizet, nebýt...

Co dělat: Přijmout své místo, ať již jsem kdokoli a kdekoli, najít radost v tom, co se naplnilo a podařilo, nezoufat nad tím, co se nezdařilo. S lehkostí přijmout i své prohry.

## **SYNDROM KARPÁLNÍHO TUNELU, KARPÁLNÍ TUNELY**

Příčina: Člověk je ovládán svým hněvem z neúspěchů a nespravedlností života. Člověk se neumí správně rozhybat, není uvolněný.

Co dělat: Pustit se do nových činností s lehkostí a radostí, přijmout neúspěchy jako součást života, nespravedlnosti vypustit jako nedůležité, najít dobré i na tom špatném.

## **ŠEDIVÉ VLASY**

Příčina: Stres, dlouhodobé napětí, veliká psychická zátěž.

Co dělat: Uvolnit se, najít skutečně důležité věci, kterým je třeba se věnovat, vypustit zbytečné, nepřetěžovat svou psychiku, ale raději se pustit do fyzických činností, které přinesou užitek a radost.

## **ŠEDÝ ZÁKAL**

Příčina: Strach a obavy z budoucnosti, člověk vidí všude jen temno, neschopnost dívat se radostně do budoucnosti.

Co dělat: Důležité je, co prožíváme nyní, radovat se z toho, co máme a prožíváme teď, budoucnost nemáme ve svých rukou my, může být tak nebo jinak.

## **ŠTÍTNÁ ŽLÁZA**

Příčina: Pocity oběti, nespokojenost, nejrůznější překážky v životě, které člověka omezují a "nejdou" překonat, člověk má příliš "naloženo", nadměrná zátěž, příliš mnoho úkolů, pocit, že to "člověk musí udělat", i když nechce, a z toho vzniklé protichůdné pocity povinnosti a oběti.

Co dělat: Dokáži si sjednat ve svých věcech pořádek, umím se "postavit", nejsem "obětí", dělám to z vlastního rozhodnutí, některé překážky jdou překonat, s jinými se umím smířit ve smyslu "život běží".

## **TIKY, ZÁŠKUBY**

Příčina: Člověk má pocit, že ho stále někdo sleduje. Strach.

Co dělat: Věci jsou jinak, než se zdají. Jsem v bezpečí.

## **TINITUS**

Příčina: Neochota někoho poslouchat, zatvrzelost, lpění na svém názoru. Neschopnost slyšet vnitřní hlas. Už mám všeho dost, mlčte! Člověk ví, že by něco měl změnit, ale nechce to slyšet a uniká do svého vlastního světa, kde "brblá". Hučení mu "nedá spát".

Co dělat: S důvěrou naslouchám druhým, umím vyjádřit svůj názor i vyslechnout názor druhého. Přijímám svůj vnitřní hlas a naslouchám mu. Mně se můžete svěřit. Vadí mi to a to a hodlám to změnit.

## **TRAČNÍK, DRÁŽDIVÝ TRAČNÍK**

Příčina: Minulost je břemenem, tíží člověka, neschopnost odpoutat se od minulosti, lpění na minulosti a událostech minulých, které člověka brzdí... Strach uvolnit se a žít.

Co dělat: Minulost je minulostí, vše je pryč, umím se zbavit toho, co již nepotřebuji.

## **TRÁVENÍ**

Příčina: Nespokojenost v životě, člověk nadává, brblá, stěžuje si.... Objevují se pocity strachu, děsu, člověka svírá úzkost, změny nepřicházejí, smíření také ne.

Co dělat: Vše, co se děje, přijímám a raduji se z toho. Víím, že na všem špatném se dá vždy najít ve svém důsledku i to dobré.

## **ÚNAVA**

Příčina: Fyzická únava poukazuje na potřebu duševního odpočinku, je třeba vyhledat klid, ticho, přírodu, i samotu.

Co dělat: Moje mysl má dovolenou, užívám si klidu, nemyslím, nedělám si domněnky, přijímám, co přichází

## **VAJEČNÍKY**

Příčina: Jsou symbolem tvořivosti, kreativity.

Co dělat: Tvořím a jsem kreativní, nacházím radost v drobných činnostech a maličkostech.

## **VARLATA**

Příčina: Symbolizují mužnost, mužský princip, mužský pohled na svět.

Co dělat: Svou mužskou roli přijímám bez výhrad, cítím se silný, jsem muž.

## **VIROVÉ INFEKCE, ZÁNĚTY**

Příčina: Smutek, smutné události v životě, nedostatek radosti, zahořklost, odpor k životu. Vzpoura.

Co dělat: Umím se radovat i z drobných událostí, smutek přijímám a vypouštím, minulost je za mnou. Žiji.

## **VIRUS EPSTEINBARROVÉ**

Příčina: Vyčerpanost, stres, chybí vnitřní opora a přesvědčení o tom, co konám, strach z vlastní nedostatečnosti, pocity méněcennosti, které se člověk snaží různě maskovat, nejčastěji zvýšenou aktivitou na úkor fyzické a duševní únavy, překračování limitů a vlastních schopností. Snaha být "dokonalý", vždy skvělý.

Co dělat: Uvolnit se, některé věci nechat být, přiznat, že něco už prostě nezvládnou. Jsem dobrý/á v něčem, v jiné oblasti jsou lepší ostatní. Mám právo selhat. Mám právo něco neumět, neudělat, odmítnout, nezvládnout. Přesto jsem člověk, který má vlastní hodnotu.

## **VITILIGO**

Příčina: Člověk je poznamenaný na Duši a tyto životní skvrny se odráží na těle, místy chybí v životě "barva"...

Co dělat: Vnést do života barvu a jas, poznat bílé skvrny na mapě Duše, přimout označení a nechat se jím pobídnout k novým životním zkušenostem, cílům a pohledům. Hledat zvláštní jev, kterým jsme výjimeční, a díky kterému jsme takto "označení". Vyznamenat se v životě.

### **VŘEDY, ŽALUDEČNÍ POTÍŽE**

Příčina: Užírání se vlastní nedostatečností, strach, úzkost, sevřenost, komplexy méněcennosti, odpor k životu, zášť, zahořklost. Pevné přesvědčování, že člověk za nic nestojí, že je k ničemu, obavy z života, z vlastních chyb.

Co dělat: Přijímám se i s vlastními chybami, jsou lidé, kteří mě mají rádi. Stojí za to žít.

### **VYRÁŽKA, KOPŘIVKA**

Příčina: Snaha o získání pozornosti, dětský způsob, jak zaujmout, určité zpoždění v životě, něco nepřišlo nebo nevyšlo v pravý čas

Co dělat: Nepotřebuji na sebe poutat pozornost, jdu si za svým cílem a jsem zodpovědný za svá rozhodnutí, některé události jsou načasované a důsledkem jiného, jiné přicházejí nečekaně.

### **VÝRON**

Příčina: Člověk není ochotný kráčet určitým směrem, vadí mu vytyčený životní směr, cítí zlost a odpor, bojuje.

Co dělat: Přijímám svou cestu, některými událostmi zkrátka projít musím, ale život jde dál, a na všem špatném se dá najít i to dobré.

### **VÝRŮSTKY**

Příčina: Neschopnost odpoutat se od starých křivd a ublížení, přehrábávání se a utápění v minulosti, pocity oběti, odmítavé postoje.

Co dělat: Dělán za minulostí tlustou čáru, co se stalo, stalo se, žiju dál dnešními událostmi.

### **VÝTOK (ŽENSKÉ PROBLÉMY)**

Příčina: Pocit bezmoci, vztek a zlost na partnera a na mužské pohlaví obecně, přesvědčení ženy, že je vůči muži či mužům naprosto bezmocná, odevzdanost ve smyslu oběti, bezmocnost, rezignace, uraženost, ublíženost.

Co dělat: Vše co se stalo, je minulostí, pokud chci, mohu svůj život ihned změnit tím, že udělám nějaká nová rozhodnutí a za těmi si budu stát. Jsem žena a nejsem bezmocná, naopak, umím použít svou ženskou sílu. Jsem ochránkyně slabších a umím je bránit. Umím bránit i sama sebe. Nebojím se. Muži jsou prostě muži, není důvod se vůči nim cítit ponížene nebo bezmocně.

### **ZÁCPA**

Příčina: Chybí ochota a touha zbavit se starých představ, názorů a postojů, uvíznutí v minulých událostech, zlost, naštvanost až zuřivost. Ztuhlost ve

všech projevech. Neochota něco změnit. Pevné stání si za svým, aniž by člověk dokázal přijmout jiné názory či postoje.

Co dělat: Měním své postoje, na kterých urputně lpím, anebo dokáži jen pokrčit rameny... volně vypouštím vše, co mě trápí. Raduji se z maličkostí.

## **ZÁDA**

### • **spodní část zad, bedra**

Příčina: Nedostatek peněz, který člověka tíží, strach z finanční situace, bezmoc, závislost. Člověk si toho doslova hodně naložil "na bedra".

Co dělat: Jsem zdravý/á, jsou horší starosti, hledám a najdu řešení své situace. Někteřou tíhu musím nést, jinou mohu ze se ztřést.

### • **horní část zad, lopatky**

Příčina: Trápení z pocitů osamělosti, strach z lásky, útěk před láskou, vyhýbání se lásce, nedostatečné emocionální prožitka, citová chudost, nedůvěra, zklamání, zrada.

Co dělat: Láska zde není proto, abych se kvůli ní člověk trápil, láska se musí žít. Zbavení se křivd z minulosti. Tlustá čára za minulostí tak, aby nepůsobila strach z lásky. Opět dokáži důvěřovat druhému.

### • **střední část zad**

Příčina: Trápení z pocitů viny, břemeno viny, uvíznutí v událostech minulých.

Co dělat: Oprošťuji se od minulosti, a proto mohu opět volně kráčet vstříc životu s láskou ve svém srdci.

## **ZÁNĚT LEDVIN**

Příčina: Člověk se cítí kritizován, je nespokojený, plný vzteku, smutku, slz, nedokáže se bránit, trpí hanbou či neúspěchem. U dospělého jedince se jedná o "reakce malého dítěte" na určité situace.

Co dělat: Nebát se vyjádřit, co člověka trápí, poznat své skryté trápení a slzy, nevyhýbat se vnitřní konfrontaci a přijmout realitu, postavit se životu, okolnostem. Přijmout, že vše, co se děje, má nějaký smysl. Dospívání není/nebyl problém, dokážu ze svých zážitků vytěžit to dobré.

## **ZÁNĚT POCHVY**

Příčina: Problém s přijímání svého já, odmítání své osobnosti, odmítání ženství, odmítání ženského principu, strach se oddat druhému, strach z nevěry, nedůvěra k mužům.

Co dělat: Jsem ráda, že jsem ženou, mohu světu kus ze sebe předat, jsem jeho součástí, a žiju dál ve svých dětech. Důvěřuji druhému.

## **ZÁNĚT MOČOVÝCH CEST, MOČOVÉ TRUBICE**

Příčina: Úzkost. Lpění na starých názorech. Strach z uvolnění. Skryté slzy a smutek. Člověk vnitřně trpí a volá o pomoc, obviňuje ostatní. Ukřivdění, ukřivdění.

pocity křivdy, většinou v souvislosti s opačným pohlavím (partnerství). Vnitřní pláč, člověk je navenek silný, naštvaný, nepřipustí si, že se trápí, ale uvnitř vlastně pláče.

Co dělat: Dokáží se snadno zbavit všeho starého, nejsou na mne již žádné nánosy minulosti, když pláču, vím proč. Pokud se mi něco nelíbí, dokážu se ozvat nebo udělat změnu. Přiznat si vnitřní smutek, bolest, ublížení a pláč, vědomě jej vypustit.

### **ZÁNĚT SLEPÉHO STŘEVA**

Příčina: Sužování se strachem z neznámého, strach z obyčejných věcí, které život přináší. Odmítání dobra, lpění na pocitu oběti.

Co dělat: Všechna ublížení a křivdy jsou pryč, začínám opět žít. Dělam nová rozhodnutí, která mi přináší radost.

### **ZÁNĚT SPOJIVEK**

Příčina: Člověk se hněvá sám na sebe, za to, jaký je, jaké má postoje, jaký má pohled na život. Lpění na fyzické kráse. Člověk se na něco nedokáže dívat.

Co dělat: Láskyplně přijímám své názory a postoje, získávám nové a nové informace, a díky nim dokáží své postoje a názory klidně měnit. Dívám se na vše kolem sebe nezaopatě0 Nejsem kritický/á, nehodnotím. Pracuji na své vnitřní kráse. Už vidím jasně, co mi ubližuje, co mě trápí.

### **ZÁPACH Z ÚST**

Příčina: Člověk touží, aby ho někdo podpořil. Skrývá v sobě zlostné a pomstychtivé myšlenky. Vydává se za někoho jiného. Člověk je v jádru "zlý".

Co dělat: Odpouštím sobě, druhým a žádám, aby ostatní odpustili i mně. Zbavuji se všech zlých myšlenek tím způsobem, že je nejprve přijmu (připustím si je) a poté je vědomě vypustím.

### **ZAPÁCHAJÍCÍ POT**

Příčina: Odmítání vlastního já, strach z lidí, z okolního světa, strach, kdy se člověk doslova zpotí. Strach sám ze sebe, ze svých činů, myšlenek... Strach usnout. Strach nemít vše pod kontrolou. Touha všude být a o všem vědět.

Co dělat: Přijímám své strachy, už vím, čeho se bojím, co mi nedá spát, co mi rozlije studený pot po těle. Věci mají svůj spád, nemůžu o všem vědět, vše hlídat, mít vše pod kontrolou. Mohu bez obav usnout a nechat si něco hezkého zdát. Důvěřuji druhým. Nejsem v ničí moci. Co udělám si vždy pořádně rozmyslím.

### **ZAROSTLÝ NEHET**

Příčina: Člověk má strach ze svého vlastního vývoje, z toho, jaký je.



Co dělat: Dokáži jít svým vlastním směrem, pracuji na sobě, na svém duševním rozvoji. Na to, jaký jsem, mohu mít vliv. Vyzkouším nové věci, vytvořím něco originálního, naučím se něco nového. Navštívím kreativní kurzy.

## **ZÁVISLOST**

Příčina: Člověk utíká sám před sebou, je sevřený strachem. Špatné zkušenosti z minulosti související s nedůvěrou v sebe samého. Neschopnost mít rád sám sebe, přijmout se se všemi svými vlastnosmi. Utíkání do nereálného světa. Aspoň na chvíli se ukonejšit, na chvíli zapomenout, co bude potom mi je jedno... Neschopnost přijmout zodpovědnost za své činy. Odmítání budoucnosti. Sobeckost.

Co dělat: Zavírám dveře za svou minulostí a přijímám zodpovědnost za své činy. Neublížuji ani sobě ani druhým. Jsem na sebe hrdý/á, že jsem to dokázal (přestat). Jsou lidé, kterým na mě záleží. Poprosit o odpuštění.

## **ZÁVRAŤ, ZTRÁTA VĚDOMÍ, ZTRÁTA ROVNOVNÁHY, MDLOBY**

Příčina: Pocity totální vyhaslosti, snaha před vším utéct, snaha zbavit se zodpovědnosti, rozptýlenost, nesoustředěnost, nezvládnutí situace, volání o pomoc, neochota podívat se pořádně kolem sebe a zjistit příčinu svých problémů.

Co dělat: Ptám se, dívám se, zjišťuji, co se to kolem mne a se mnou děje. Hledám řešení, nacházím řešení, jak dál, a to mne posiluje a nabíjí. Volám o pomoc, žádám o pomoc, nejsem obětí, ale aktivně se podílím na řešení svých potíží, neutíkám.

## **ZLOMENINA, FRAKTURA**

Příčina: Člověk žije pod psychickým nátlakem a neustálým napětím, svaly nejsou tak pružné. Zároveň dochází ke ztrátě psychické pružnosti a odolnosti.  
Co dělat: Dýchat naplno, uvolnit se, zjistit, co mě tlačí, pod čím už nedokáži déle žít... Oddat se proudu života, věřit.

## **ZTUHLOST, ZTUHLOST ŠÍJE, KRKU**

Příčina: Zatvrzelost, urputnost, nepřizpůsobivost, odmítání jiných úhlů pohledu, odmítání jiných názorů z pohledu "já to vím lépe", neschopnost ohlédnout se za tím, co jsem způsobil, neschopnost ohlédnout se do minulosti, tvrdohlavost.

Co dělat: Ochotně přijímám jinénázory, snažím se na sobě pracovat, růst. Vidím důsledky svých činů. Dívám se kolem, ne jen na sebe a své "problémy".

## **ZUBY**

Příčina: Zuby jsou symbolem rozhodnosti. Člověk se neumí rozhodnout. Není schopné podrobit své úvahy analýze, zjistit si další informace a dojít k nějakým závěrům. Ulpívání na místě. Stagnace.

Co dělat: Než udělám rozhodnutí, zamyslím se a zjistím si potřebné informace. Zvážím důsledky do budoucna. Nedržím se krkolomných řešení "zubynehty".

### **ZVĚTŠENÉ MANDLE**

Příčina: Jedná se o neshody v rodině, hádky v manželství, partnerství, strach ozvat se, říci svůj názor. Obavy, že člověka nikdo neposlouchá, strach, že člověk nikoho nezajímá. U dětí možné pocity, že jsou nechtěné, nepochopené, nikoho nezajímají, nemohou říci svůj názor, nezajímá ostatní jejich názor. Pocit, že se člověk "nesmí ozvat", ale musí to dusit v sobě.

Co dělat: Co potřebuji vyřešit, co mě trápí, zvážím, proberu i vyslovím. Nebojím se o svých potížích diskutovat nebo je svěřit druhému. Umím se ozvat. Nelpím na tom, jestli někoho zajímám nebo nezajímám. Zním svoji hodnotu. Jsou lidé, kteří mě mají rádi, kterým na mě záleží.

### **ZVRACENÍ**

Příčina: Člověk má strach ze všeho nového. Násilné odmítání jiných názorů. Urputné lpění na vlastních představách, postojích, názorech. Sevřenost strachem. Strach z odmítnutí. Strach z neúspěchu. Výrazný nesouhlas.

Co dělat: Přijímám do své Duše klid a Lásku, není mi na zvracení z toho, co se kolem mne děje. Prostě se to děje. Jsem součástí všeho. Nelpím na svých názorech, rád si vyslechnu druhé. Zajímám se o druhé lidi, nejenom sám o sebe.

### **ŽALUDEČNÍ KŘEČE**

Příčina: Strach, že se přeruší něco, v čem žiji... Sevřenost. Úzkost z odhalení vlastních slabostí.

Co dělat: Přehodnotit to, co je pro mne skutečně důležité. O co se bojím, že přijdu? Co maskuji před druhými? Za koho se vydávám?

### **ŽALUDEK, ŽALUDEČNÍ VŘEDY**

Příčina: Užívání se vlastní nedostatečností, strach, úzkost, sevřenost, komplexy méněcennosti, odpor k životu, zášť, zahořklost. Pevné přesvědčování, že člověk za nic nestojí, že je k ničemu, obavy z života, z vlastních chyb. Až nezdravá touha potěšit druhé. Touha za úspěchem, zjetí v rámci vlastního ega "jsem někdo, protože umím...", pod kterým se ale krývají hluboké komplexy méněcennosti.

Co dělat: Přijímám se i s vlastními chybami, jsou lidé, kteří mě mají rádi. Stojí za to žít. Nejsem nijak víc důležitý než druzí. Jsem součástí všeho. Každý umí něco.

### **ŽENSKÉ PROBLÉMY, ŽENSKÝ ZÁNĚT**

Příčina: Problém s přijímáním svého já, odmítání své osobnosti, odmítání ženství, odmítání ženského principu.

Co dělat: Jsem ráda, že jsem ženou, mohu světu kus ze sebe předat, jsem jeho součástí, a žiju dál ve svých dětech.

## **ŽLÁZY**

Příčina: Člověk se příliš drží určité pozice či názorů za každou cenu, má pevně řízené aktivity a vůbec celý svůj život.

Co dělat: Upustit od dogmat, které mě svírají, dát životu volnější průběh, anebo, jeli problém opačný, začít svůj život řídit tím směrem, o kterém sním.

## **ŽLOUTENKA**

Příčina: Problém s úsudkem, nejrůznější předsudky, které člověka omezují a svazují. Nevyvážená rozhodnutí, názory a úsudky.

Co dělat: Než se rozhodnu, získám si co nejvíce informací o daném problému. Stojím si za svým rozhodnutím. Umí ale přijímat i názory druhých. Vyhodnotím si situace sám na základě nejrůznějších podkladů.

## **ŽLUČOVÉ KAMENY**

Příčina: Přílišná zatrpkllost, lpění na všem, co je pro mne tak strašně "moc důležité", nepřizpůsobivost v myšlení, v přijímání jiných. Nadměrně posilované ego... já to dokázal... já si to myslel... já to umím... já to říkal... Posuzování druhých. Hodnocení druhých. Pýcha. Hořkost. Zlost. Vztek. Naštvanost. Zloba.

Co dělat: Odpoutávám se od minulosti, jsem v myšlení svolný k diskuzím, ze kterých už nevyházím jako "vítěz", ale s novými informacemi. Nelpím na sobě. Nesnažím se prosadit svůj názor za každou cenu. Umím odstoupit. Umím říci, mám jiný názor s klidem, bez povýšeneckého postoje "však vy uvidíte".