

Naturopatija je pogled v prihodnost



Erika Brajnik, naturopatinja (www.saeka.si)

Naturopatija je veda, ki nam pomaga, da si zagotovimo boljšo prihodnost v vsakem pogledu. Naturopatija je veda, ki se je rodila kot potreba današnjega človeka. Združuje različne moderne tehnike, kot je na primer iridologija, in jih povezuje s tradicionalnimi tehnikami, na primer tradicionalno kitajsko

medicino. Tako lahko govorimo o iridologiji v naturopatiji, tradicionalni kitajski medicini v naturopatiji, refleksni masaži stopal v naturopatiji, floriterapiji v naturopatiji, jogi v naturopatiji, zeliščarstvu v naturopatiji itd.

V čem je razlika med navadno refleksno masažo stopal in masažo stopal v naturopatiji? V načinu razmišljanja.

Naturopatija ima svojo zgodovino in svojo filozofijo, ki usmerja naturopatski način razmišljanja in postopanja. Glavna vodila naturopatije so vzročnost, iskanje vzrokov bolezni, celostni pogled na posameznika in teorija tekočin, ki zajema predvsem limfo in vezivno tkivo.



Naturopat išče vzrok bolezni

Vedno, ko nekdo pride na pregled k naturopatu, ga ta pregleda celostno in išče prvi vzrok bolezenskega stanja. Pri tem uporablja moderne in tradicionalne tehnike. Ampak bodite pozorni: naturopat ni naravni zdravnik, ne svetuje zelišč namesto uradnega zdravila, naturopat išče vzrok bolezni!

Vzrok bolezni lahko tiči v določenem nepravilnem delovanju enega od organov, lahko je emocionalni, lahko socialni, vezan na družbeno okolje ali določene travme iz otroštva, lahko pa je splet vsega navedenega.

Dober naturopat prepozna vse omenjene težave pri posamezniku, saj ga pregleda in obravnava celostno! Naturopat pregleda človeka v celoti, tako celotno telo kot

tudi psihično stanje, saj ima z iridoskopom vpogled tudi v emocionalni svet posameznika. Vidne so namreč blokade od fetalnega obdobja naprej.

Na takšen način je naturopat zmožen razumeti, koga ima pred seboj.

Pri videnju in razumevanju težav osebe, ki je prišla na pregled, si naturopat pomaga tudi s tako imenovano teorijo tekočin oziroma opazovanjem vezivnega tkiva, ki na podlagi opazovanja in tipanja pove, kateri toksini se iz telesa ne izločajo. Na ta način lahko naturopat razume, kateri organ deluje deficitarno.

Šele ko je slika sestavljena, se začne zdravljenje

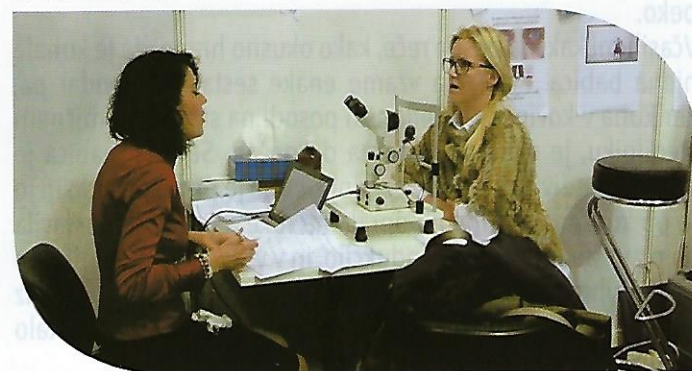
Človek kot celota se med naturopatskim pregledom sestavi. Najprej naturopat opazuje dele telesa, vsak mu nekaj govori, fizično in emocionalno, potem to govorico delov telesa sestavi skupaj in ugotovi, kako vsak del odgovarja naslednjemu. Človek je sestavljanka različnih delov, ki tvorijo celoto in spadajo skupaj. Celota priča o eni in isti težavi, ki se zrcali fizično, psihično in emocionalno.

Ko naturopat to dojame, spozna, kje tiči pravi primarni vzrok določene težave.

Sledijo napotki, ki so vedno celostni, kako si lahko doma pomagamo, da vzrok vseh težav odpravimo. Napotki so vezani na prehrano, pijačo, samomasažo, oblike, kopeli, floriterapijo, telesno vadbo itd. Vedno so celostni in vključujejo celo telo in emocionalni svet, predvsem za odpravljanje blokad.

Sledi učenje; naloga naturopata je namreč tudi ta, da uči posameznika, kako se opazovati, kako spoznati svoje šibke točke in jih preventivno obvladovati.

Človek postane menedžer svojega telesa, pridobi samozavest in zaupanje vase, saj ima končno lastno telo pod nadzorom, končno ve, zakaj se mu določene stvari dogajajo in kako jih lahko obvlada.



Prvi primer: deficit jeter

K meni je prišla gospa, ki je imela težave s ščitnico, hipotirozo, imela je mastne lase, tožila je, da je nervozna, nepotrpežljiva, da trpi za sindromom nemirnih nog. Od otroštva si je grizla nohte in solzilo se ji desno oko. Povedala je, da se čez dan večkrat zelo razjezi in da ima občutek, da je nihče ne upošteva. Vprašala sem jo, kako ji je bilo v otroštvu. Odgovorila je, da so bili njeni starši sicer prisotni, da so bili navidezno lepa družina, vendar je bil oče zelo strog in je ni nikdar pohvalil, nikoli ni

bila dovolj dobra. Njena mama je bila zelo stroga in natančna ženska, ki je ljubila red v hiši. Nikoli niso trpeli pomanjkanja in že kot otrok je tudi veliko potovala.

Pregledala sem njeno telo. Vsak del njenega telesa je govoril o deficitu jeter z veliko temnimi hrapavimi pikami po telesu. Njen vrat je bil gubast, kot bi jo nekaj dušilo, pa noče ven. Njena koža je bila temne barve, bila je suhe koščene postave, lasje so bili mršavi, mastni, pogled jezen in žalosten. Bila je jezna na cel svet.

Povedala sem ji, da je ponosna, a občutljiva oseba, ki bi rada vsem ugajala, a vendar ni ugajala tistemu, ki se mu je najbolj želela – očetu. Zato je prevzela nase strogost do same sebe. Grizla si je nohte kot akt samopoškodovanja, ker je okolica ne odobrava, je ne sliši od vedno!

Fizični znaki nemirnih nog so tesno povezani z deficitom jeter. Gospa je prejela jetrni jedilnik, ki se ga je držala šest mesecev 100 odstotno. Izvajala je kopeli iz njivske preslice 1-krat na teden. Dala sem ji tudi Bachove kapljice za odpravo vseh blokad iz otroštva, da bi našla odobravanje in gotovost v sebi. Po 10 mesecih se je gospa vrnila na kontrolo spremenjena, mirna, vesela, nohtov si ne grize več, nemir je zapustil njeno telo. Česa se mora še vedno paziti? Deficita jeter, skratka živil, ki energetsko obremenijo jetra. Njihovo količino je postavila na spodnjo mejo, uživa jih občasno.

Drugi primer: deficit vranice

K meni je prišlo mlado dekle, ki je v enem letu 3-krat splavila, vedno v 12. tednu nosečnosti. Povedala je tudi, da ima težave z uhajanjem urina med kihanjem in kašljanjem, kar se ji je zdelo zelo čudno, saj je še mlada, s to težavo pa se soočajo le stari ljudje. Imela je tudi težave s koncentracijo in spominom, glavoboli, napihnjenim trebuhom. Bila je zelo žalostna, ker ni mogla donositi. Zdravnik ji je sicer zagotavljal, da je vse normalno, a da ne ve, zakaj se ji to dogaja.

Celostno sem jo pregledala in ugotovila velik deficit vranice. Ta se kaže v mlahavosti tkiv in vezivnega tkiva in je tesno povezan s slabim spominom. Po tradicionalni kitajski medicini je podorganom vranice želodec, zato je bilo prisotno napihovanje želodca, poleg tega kar 90 % glavobolov izvira iz deficitarnega delovanja želodca. Tako se je sestavljena sestavila, glavni vzrok težav in neobvladovanja telesa mlade mamice je bil deficit vranice.

Kdor ima energijo zemlje in pravilno hranjeno vranico, je velik organizator, koordinator. Vse predvidi, vse načrtuje, vse teče kot po maslu. Ko pa vranična energije začne teči deficitarno, je takšna oseba zmedena, nezbrana, raztresena, pozabljiva, dezorganizirana. Ta sprememba osebo zelo moti, saj se je njena vrlina spremenila v največje zlo, in to jo jezi!

Z vraničnim jedilnikom, telovadbo, čaji, floriterapijo, samomasažo in pro-bio terapijo, si je gospa opomogla, zanosila, donosila in rodila prekrasno punčko!

Naturopatska obravnava je celostna, naturopat išče vzrok bolezenskih težav. Naturopatija ni tehnika, ni disciplina, naturopatija je stil življenja, je način razmišljanja; naturopatija je klic življenju in upanje prihodnosti!



Nasvidenje na Altermedu v Celju

»Tudi letos bom prisotna na sejmu Altermed, ki ga bodo na Celjskem sejmišču tokrat pripravili že trinajstič,« sporoča naturopatinja Erika Brajnik. Prireditve, ki bo potekala med 10. in 12. marcem, nosi letos naslov Dih življenja - pot do zdravlja.

»V soboto, 11. marca, ob 13. uri bom imela na demonstracijskem odru tudi predavanje z naslovom Naturopatija in prehrana za jetra, oba dneva, ko bom na sejmu pa bom po ugodni ceni izvajala tudi mineralograme. Na sejmu bodo na razpolago tudi vsi naši izdelki, tokrat s sejmskim popustom.«