

JILL BLAKEWAYOVÁ

LIEČENIE ENERGIU

—
OD VEDY
K MYSTIKE
A SPÄŤ
—

ajka

LIEČENIE ENERGIU

Od vedy k mystike a späť

JILL
BLAKEWAYOVÁ

AJNA

Všetky práva sú vyhradené. Nijaká časť tejto knihy sa nesmie reprodukovat', ukladať do informačných systémov ani prenášať v akejkoľvek podobe či akýmkoľvek spôsobom – elektronicky, mechanicky, fotokopírovaním, nahrávaním alebo inak – bez predchádzajúceho písomného súhlasu vlastníka autorských práv.

Original Title: Energy Medicine
Copyright © 2019 by Jill Blakeway
All rights reserved

Translation © 2020 by Jana Lazarová
Slovak edition © 2020 by IKAR, a.s.

Z anglického originálu Energy Medicine (HarperCollins Publisher, New York 2019) preložila
Jana Lazarová
Redigovala Tatiana Žáryová
Vydalo vydavateľstvo IKAR, a.s. – Ajna, Bratislava v roku 2020
ako svoju 1 664. publikáciu v elektronickej podobe
Prvé vydanie
Sadzba a zalomenie do strán LAYOUT, s. r. o., Bratislava
Návrh obálky Men in Tie, s. r. o., Bratislava

ISBN 978-80-551-7317-7

OBSAH

Úvod	5
------------	---

LIEČENIE ENERGIU

1. NA KONČEKOCH MOJICH PRSTOV	15
2. VEDA O PREPOJENÍ	46
3. ČO S TÝM MÁ BOH?	77
4. DO LABORATÓRIA	103
5. POHYBOVANIE IHLOU	126
6. PÔSOBENIE PRIKLADANÍM RÚK	152
7. MYSTICI MEDZI NAMI	186
8. ČO JE V PLACEBE?	204
9. VY - LIEČITEĽ	221
10. BUĎ SVETLO	241

PodĎakovania	254
O autorke	257
Poznámky	258
Register	269

ALEX TIBERI BOL LIEČITEĽ A UČENEC.

*Bol mojím prvým učiteľom.
Túto knihu venujem jeho pamiatke.*

ÚVOD

V štyridsiatych rokoch 19. storočia sa cez dve novorodenecké kliniky vo Viedenskej všeobecnej nemocnici v Rakúsku prehnala puerperálna horúčka, „choroba šestonedielok“ alebo „horúčka omladníc“, popôrodná bakteriálna infekcia maternice. Na jednej klinike bola úmrtnosť žien po pôrode 10 percent; na druhej bola menej než 4 percentá. Kliniky prijímali pacientov obdeň. Keď sa ženy dozvedeli, že budú rodiť v deň vyhradený pre kliniku, na ktorej bola rozšírená horúčka omladníc, neraz sa hádzali na kolená a prosili, aby neboli prijaté. Niektoré ženy zašli s odďaľovaním pôrodu až tak ďaleko, že porodili mimo kliniky. Týmto ženám, ktoré sa uchýlili k „pouličným pôrodom“, ako sa tejto praxi začalo hovoriť, zostal nárok na príspevky na starostlivosť o dieťa, aj keď neboli prijaté na kliniku. A, ako sa neskôr ukázalo, veľmi zriedkavo sa nakazili horúčkou omladníc, ktorá zúrila vnútri kliniky.

Ignác Semmelweis, maďarský lekár, ktorý krátko predtým začal pracovať na prvej klinike, si lámal hlavu nad tým, čo ochránilo tieto ženy pred takouto veľmi nákazlivou infekciou. Veď obe kliniky používali takmer rovnaké techniky. Rozdiel bol

jediný: na prvej klinike pracovali študenti medicíny, zatiaľ čo na druhej pôrodné babice. Dôkladnou vylučovacou metódou dospel Semmelweis k záveru, že on a študenti medicíny preniesli na svojich rukách častice mŕtvového jedu z pitevne, zatiaľ čo babice, ktoré nevykonávali pitvy a neboli v kontakte s mŕtvymi telami, nemali na rukách túto kontamináciu. (Čo sa týka žien, ktoré porodili na ulici, podarilo sa im vyhnúť sa tejto infekcii tým, že počas pôrodu neboli vôbec pod lekárskej dohľadom.)

Semmelweis následne nariadil, aby si všetci doktori na prvej klinike po vykonávaní pitiev a pred vyšetrovaním pacientiek umývali ruky vo vode s chlórovým vápnom. Po zavedení tejto praxe klesla úmrtnosť na prvej klinike o šokujúcich 90 percent. Semmelweis potom nariadil babiciam na druhej klinike, aby robili to isté – okrem vydrhnutia náradia v chlóravom roztoku. A aj tu sa dramaticky znížila úmrtnosť v nemocnici.

Napriek jasným dôkazom, že Semmelweisova teória a prax zachránili životy, však jeho kolegovia, pridŕžajúci sa svojich ustálených názorov, odmietli uznať, že tieto výsledky boli niečo viac než len náhoda. Veď predsa nevideli príčinu smrti: mikroskopické baktérie. A, čo bolo ešte dôležitejšie, Semmelweisove údaje nekorešpondovali s ich predstavami o tom, ako telo funguje. Bakteriálna podstata chorôb nebola vo Viedni ešte uznávaná; choroby sa v tom čase prisudzovali rôznych iným a nesúvisiacim príčinám. Semmelweisovi kolegovia sa mu vysmievali a nakoniec prestali dodržiavať jeho pokyny. Krátko na to Semmelweis stratil prácu. Zvyšok života strávil bojom s lekárskou

komunitou v otázkach sterilizácie a čistoty a vo veku 47 rokov bol tento inovatívny mysliteľ umiestnený v psychiatrickej liečebni, kde zomrel na otravu krvi.

Základy liečenia energiou sú staré ako história sama. Z čias starovekého Egypta sa v Ebersovom papyruse, jednom z najstarších zachovalých medicínskych dokumentov, ktorý je datovaný do roku 1550 pred n. l., našiel opis prikladania rúk ako podnet telu na uvoľnenie bolesti. Pytagoras, grécky filozof a lekár, považoval liečenie za svoje najväčšie poslanie a považoval *pneuma*, čo doslova znamená „dych“, za ducha. V ajurvéde, systéme zdravia, ktorý sa vyvinul pred tisíckami rokov v Indii, sa životodarná sila označuje ako „prána“; v židovsko-kresťanských vierovyznaniach sa nazýva „dychom života“. V tradičnej čínskej medicíne (TČM), ktorú ja osobne praktizujem dve desaťročia, sa oživujúca sila, ktorá zohráva hlavnú úlohu v udržiavaní a obnovovaní zdravia, nazýva „čchi“. Takto boli spiritualita, filozofia a veda kedysi prepojené a vytvárali kľúčovú časť našej histórie. Odvtedy sme sa však výrazne odklonili od tohto poňatia. Často premýšľam, či sa jedného dňa obzrieme späť na liečenie energiou a budeme nechápavo krútiť hlavami tak, ako to robíme pri príbehu Semmelweisa, a čudovať sa, prečo sa ktokoľvek z nás bránil prístupu, ktorý ponúka také výhody jednoducho preto, že nezapadal do nášho prevládajúceho medicínskeho modelu.

A predsa pripúšťam: mne samej trvalo nejaký čas, kým som prišla k tomuto náhľadu. Moja kariéra sa začala inštinktom

pomáhať druhým. Bolo to presne takéto všeobecné a naivné. Ako však moja práca naberala formu – po postgraduálnom štúdiu východoázijskej medicíny som praktizovala akupunktúru v hospici a potom som si založila svoju vlastnú prax v New Yorku – začala som si uvedomovať hlboko poprepájanú podstatu liečiteľstva.

Od samého začiatku mojej praxe akupunkturistky som s pokorou a fascináciou sledovala, ako pacienti pri mojej starostlivosti prosperovali. Posilňovalo to moju vieru, že táto starobylá praktika – vpichávanie tenkých ihliel na ovplyvnenie toku energie v tele – poskytuje také efektívne výsledky. Vzbudzovalo to však vo mne tiež množstvo znepokojivých otázok – najmä tieto: Ako je možné, že táto manipulácia s energiou je taká prínosná? Som ja len nejaké placebo? Alebo som nejaký sprostredkovateľ, ako som sa niekedy prekvapivo cítila, keď energia prechádzala cezo mňa pri práci?

Čínska filozofia tvrdí, že životná energia, ktorá sa nazýva čchi, obklopuje naše telá a preteká cez ne, aby podporila život. Nesie vrodenu inteligenciu tela – nehmotný, ale merateľný spôsob, akým si udržiavame to, čo sa nazýva „homeostáza“ alebo schopnosť tela regulovať svoje vnútorné prostredie na vytvorenie dobrého zdravia. Čchi sa však chápe tiež ako súčasť širšieho kontextu – veľkého energetického poľa, prostredníctvom ktorého sme všetci prepojení.

Čím som bola zbehlejšia vo svojej práci, mala som pocit, že niečo, čo som nemohla vidieť, ovplyvňovalo, čo sa

dialo – nemalo to možno ďaleko od intuície, ktorú doktor Semmelweis pociťoval na svojej klinike. Mala som podozrenie, že ihly a bylinky (ktoré som predpisovala ako doplnok k akupunktúre) boli len časť toho, čo pomáhalo mojim pacientom. A čoraz viac som pociťovala pri praxi istý nepopierateľný pocit. Na úrovni tela to bolo, akoby mi niekto lial na chrbát tonikum. Na úrovni mysle to prichádzalo ako akútny inštinkt, že ťahám energiu zvonku a nechávam ju prejsť cez pacientov.

Bola som týmto dojmom fascinovaná, ale tiež som sa ho bála, nemala som naň dostatočnú trpezlivosť a bola som obozretná, čo sa týkalo jeho platnosti. Bola som rozpačitá a vedomá si toho, že oblasť energetického liečiteľstva je plná – aby som to povedala jemne – mastičkárstva. Zatiaľ čo vykonávatelia TČM ako ja sú licencovaní a povinní rešpektovať určitý štandard či už medicínsky alebo etický, pre ostatné druhy energetickej práce neexistujú žiadne, ani minimálne štandardy, čo vytvára neistú pôdu, kde si kolegovia môžu založiť prax a jednoducho požiadať klientov, aby mali vieru v to, čo robia. To posledné, čo som chcela ľuďom vrátane mňa samej dať, bola falošná nádej. Nikdy som nechcela sľubovať príliš veľa alebo príliš málo. (Mala by som tiež povedať, že mojou zásadou vždy bolo odporučiť a v niektorých prípadoch požadovať, aby sa moji pacienti poradili s príslušnými lekármi v súvislosti s mojou liečbou.) Mala som však tiež silné nutkanie ďalej skúmať tento staroveký lekárskejší systém, ktorý sa snažil zjednotiť fyzic-

ké s energetickým a pochopiť ho v rámci sveta vedy a spirituality a filozofie dneška.

Ako niekto, kto metodicky mapuje svoj vlastný pokrok, nebola som schopná jednoducho prijať, že akýsi záhadný mix ihiel a neviditeľných energetických polí slúži mojim pacientom tak dobre. Chcela som vedieť prečo. Taktiež som horlivo chcela pochopiť, čo robím ja sama. A tak som sledovala rôznych vzdelaných a činných špecialistov – liečiteľov, akademikov, doktorov, vedcov a výskumníkov na špici liečenia energiou a zistila som, že všetci pracovali s pozoruhodne (a upokojujúco) podobnými a poprepájanými teóriami.

Táto kniha prechádza od vedeckého k mystickému a zase späť a je hlboko osobným projektom a tiež profesionálnym pátraním. Je pre mňa rovnako dôležité nebojáčne sa pozrieť na to, čo asi prežívam ako liečiteľka, ako zmerať zmeny, ktoré vyvstanú zo zásahov do energie, a potvrdiť ich výskumom založeným na dôkazoch.

A tak som za posledných niekoľko rokov študovala výskum Roberta Jahna, bývalého dekana na Princetonskej univerzite, spoluzakladateľa laboratória výskumu inžinierskych anomálií tejto univerzity (Princeton Engineering Anomalies Research, PEAR), ktoré vyvinulo vlastnú experimentálnu agendu na skúmanie kolektívneho vedomia a jeho účinku na nás. Neale Donald Walsch, autor bestsellerovej série *Rozhovory s Bohom* (*Conversations with God*), ma požiadal o poradenstvo v oblasti spirituality a liečiteľstva. Navštívila som liečiteľa Hirojukiiho

Abeho v Japonsku, ktorý zavádza energiu do akupunktúrnych bodov – bez použitia ihliel. Požiadala som psychofyziológa, aby zmeral, čo sa deje v mojom tele, keď pracujem s pacientom, publikovala som výskum o liečení energiou v *Journal of Alternative and Complementary Medicine* (Vestníku alternatívnej a doplnkovej medicíny – pozn. prekl.) a konzultovala som s jedným britským lekárom zaujímavú tému o tom, ako fungujú akupunktúrne meridiány. Strávila som tiež čas s Williamom Bengstonom, PhD., autorom knihy *Energetická liečba: objasnenie tajomstva liečenia prikladaním rúk* (*The Energy Cure: Unraveling the mystery of Hands-On Healing*), ktorý je liečiteľom aj vedcom. Doktor Bengston školil tím skeptických kolegov, aby používali metódu liečenia prikladaním rúk na laboratórnych myšiach, ktorým zámerne spôsobili rakovinu mliečnych žliaz. A výsledok? Doktor Bengston a jeho tím vyliečili myši v každom experimente.

Táto kniha je záznam toho, čo som sa dozvedela o najspôhlivejších a najpôsobivejších prostriedkoch ovládania liečivej energie a ako môžeme všetci prinútiť túto mocnú silu pracovať pre nás. Dúfam, že čitatelia budú po jej prečítaní nielen chápať, čo je liečivá energia, ale že jej aj budú skutočne veriť a že sa budú cítiť povzbudení preskúmať svoje vlastné potreby informovanejším spôsobom. A keďže verím, že každý má vrodenú schopnosť napojiť sa na liečivú energiu v sebe a vo svete okolo seba, zahrnula som do knihy cvičenia, aby som pomohla čitateľom využiť ich vlastné schopnosti.

Aj keď čínska medicína navždy ostane mojím základom a zameraním, práca, ktorú robím teraz, je veľmi odlišná od tej na začiatku mojej kariéry – je výsledkom rôznych disciplín, ktoré premostujú mnohé kultúry a vierovyznania. A ako som dúfala, mojim pacientom to viac vyhovuje. Neočakávala som však, že toto hľadanie mi prinesie neočakávanú vieru, že to, čo sa nedá vysvetliť, ten kúsok tajomstva, ktorý bude vždy mimo nášho dosahu, môže byť naladený na naše potreby.

LIEČENIE ENERGIU

1

NA KONČEKCOH MOJICH PRSTOV

Prvým pacientom akupunktúry, s ktorým som pracovala samostatne, bola jedna žena, ktorá si zlomila obe nohy. Bola na návšteve požiarnej stanice so svojím ženským krúžkom, kde ju posmelili, ako neskôr vysvitlo neuvážene, aby sa spustila po požiarnej tyči. Keď som ju stretla, chodila ešte o dvoch barlách – rok po nehode.

V tom čase som práve začínala tretí rok 4-ročného magisterského štúdia akupunktúry a čínskej medicíny v San Diegu v Kalifornii, ďaleko od rodnej Veľkej Británie. Pred liečením tejto ženy som robila akupunktúru pacientovi iba ako asistentka oveľa staršiemu študentovi; predtým som ju praktizovala na ušitých vreckách ryže. Toto bol môj prvý deň práce ako akupunkturistky a herbalistky na školskej klinike a hoci som mala

nadriadeného odborníka, on sledoval aj mnoho iných študentov, ktorí sme všetci praktizovali akupunktúru po prvý raz bez sústavného dohľadu.

V ošetrovni sa na mňa žena pozrela pohľadom plným očakávania a podala mi niekoľko röntgenových snímok od jej lekára. Dvihla som si ich proti svetlu a pokúšala som sa aspoň pôsobiť seabedome pri pokuse rozlúštiť, na čo som sa vlastne pozerala. V tej chvíli nazrel cez dvere môj supervízor, aby ma skontroloval. Prešiel cez miestnosť, aby otočil snímku v mojich rukách správnou stranou nahor. „Urobte iba základné ošetrovanie,“ povedal mi potichu.

Pustila som sa do práce. Požiadala som ženu, aby si obliekla plášť a ľahla si na ležadlo. Keď bola nachystaná, svedomito som začala vpichávať ihly do vybratých základných akupunktúrnych bodov, aby som jej uľavila od bolesti. Žena bola po celý čas úplne nehybná a ticho. Pravdupovediac, nemala som poňatie, či niečo z toho, čo som robila, malo vôbec nejaký účinok. Ošetrovanie sa javilo – na moje sklamanie – ako bežné; až do konca. To, čo sa stalo potom, bude znieť príliš dobre na to, aby to bola pravda, ale vydržte: pointa tohto príbehu je, že je jednoduché pripisovať uzdravenia, ktorým nerozumieme, nejakému zázraku, keď sú to v skutočnosti naozaj iba uzdravenia, ktorým nerozumieme.

Keď som vybrala poslednú ihlu a zašepkala tiché „ďakujem“, aby som naznačila, že ošetrovanie je ukončené, žena otvorila oči a povedala: „To bol úžasný pocit!“ Vzpriamila sa a povedala:

„Idem skúsiť chodiť bez bariel.“ A tak aj urobila. Kráčala pomaly okolo miestnosti. Mala som pocit, akoby sme boli v nejakej dennej talk show – také surrealistické mi to celé pripadalo. Chvíľu som si myslela, že ide o nejaký test alebo žartík, ktorý si učitelia pripravili na všetkých nováčikov.

Bola tam však táto žena, ktorá pred hodinou dokrivala do ambulancie a teraz podopierajúc sa o stenu odtiaľ vychádzala, a dokonca tam nechala barly. Zaniesla som jej ich na parkovisko, kde nastupovala do auta. Keď som ju dobehla, iba stroho a vecne poďakovala. Myslím, že od akupunktúrneho ošetrenia očakávala práve toľko. Podala som jej barly stále krútiac hlavou a tiež som sa poďakovala.

„Čo ste to, prepánakráľa, urobili?“ opýtal sa ma supervízor, keď som sa vrátila. Nemala som poňatie. Bolo mi však okamžite jasné, že akokoľvek lákavé to bolo, nemohla som pripísať tú zásluhu sebe. Po prvé, nebola som si istá, že pacientkin náhly popud chodiť, hoci taký dramatický, bol až taký zázračný. Po roku používania bariel musel prísť čas, keď sa cítila dostatočne sebaistá, aby ich odložila. Možno jej akupunktúra tak uľavila od bolesti, že mala pocit, že toto bol ten správny deň na to, aby to skúsila. Ďalšia možnosť bola, že som zafungovala ako placebo a poskytla tejto žene psychologické uistenie, ktoré potrebovala, aby sa postavila na nohy (úplne doslovne).

Napriek tomu bola táto skúsenosť kľúčová, lebo mi umožnila vidieť, že ľudia sa môžu vyliečiť prekvapujúcimi spôsobmi. A po prvý raz som pocítila, ako hlboko uspokojujúce je viesť

ľudí k lepšiemu zdraviu – aj keď mi nie je celkom jasné, *ako* to uzdravenie nastalo. Mala som nielen hlboký pocit zmysluplnosti, keď som pomohla zmierniť utrpenie pacientov, ale tiež akýsi pocit nevyhnutnosti – alebo to nazvem ešte dramatickejšie – osudu. V ten deň som pochopila, že toto je to, čo mám robiť. Táto žena s dvomi zlomenými nohami a jej prekvapivá reakcia na ošetrovanie – či už to bol následok akupunktúry alebo placebo efekt či nejaká silnejšia energia, prípadne, ako si dnes myslím, nejaká kombinácia týchto troch – ma nasmerovali na cestu. Začala som chápať do väčších detailov a väčšej hĺbky, že liečenie nie je mágia, ale skôr komplikovaná súhra okolností, zručnosti a vlastného energetického poľa daného tela, teda to, čo Číňania nazývajú čchi.

...

Číňania neboli jediní, kto rozpoznal oživujúcu silu, ktorá zohráva zásadnú úlohu v udržiavaní a obnove dobrého zdravia. Vlastne väčšina veľkých kultúrnych tradícií rozpoznáva vitálnu energiu, ktorá ovláda naše telesné a mentálne procesy a poskytuje všetkým živým bytostiam prototyp zdravia a hojnosti.

To, čo tieto starobylé tradície zvyčajne spozorovali, bolo, že život má dva aspekty: hmotu a energiu. Na telo sa pozerali ako na hmotu a jeho živú silu, ktorú nazývali rôzne (*pneuma*, *prána* alebo *dych*), označovali ako energiu.

Samozrejme, ani filozofom a vedcom zo Západu nie je cudzie pátranie po chápaní toho, čo nás oživuje. Bol to grécky

filozof Aristoteles, kto vytvoril pojem *enérgeia*, čo po grécky znamená energia, hoci sa to nedá presne preložiť. Aj pre samotného Aristotela bolo ťažké definovať, čo presne myslí týmto slovom, keďže ho používal na vyjadrenie rôznych myšlienok, z ktorých jedna súvisí so zámerom¹ a túžbou dať najavo rozhodnutia mysle. V 17. storočí bola „energia“ prvýkrát použitá v angličtine vo význame „sila“ a v 19. storočí prevzala vedeckejší význam ako vlastnosť, ktorá musí prejsť na objekt, aby tento vykonal svoju prácu, alebo aby vygeneroval teplo. Roku 1905 ponúkol Albert Einstein nový spôsob nahliadania na vzťah medzi energiou a hmotou, keď publikoval svoju prácu, ktorá obsahovala slávnu rovnicu $E = mc^2$, kde E je, samozrejme, energia, m hmotnosť (čo je to, čím meriame hmotu) a c , z latinského slova *celeritas*, čo znamená „rýchlosť“, sa vzťahuje na rýchlosť svetla.

Predtým vedci vnímali energiu ako vlastnosť hmoty, Einsteinoва teória však hovorila o tom, že hmota a energia sú vzájomne prepojené a jednoducho tým, že hmota má hmotnosť, obsahuje v sebe isté množstvo energie. V tých zriedkavých prípadoch, keď sa hmota celkom premení na energiu, nám Einsteinoва rovnica pomáha vypočítať, koľko energie sa vyprodukuje.

Myšlienka, že hmota sa môže premeniť na energiu, môže znieť ezotericky, ale je to princíp, ktorý všetci poznáme. Deje sa to napríklad, keď pálime drevo, aby sme vytvorili teplo. Ale platí to aj opačne? Je hmota jednoducho kondenzovaná energia? Veľký tresk naznačuje, že je – táto teória hovorí o energii