

# 3 hluboké příčiny gynekologických výtoků

*a 3 zásadní témata – připiš si k nim cokoli potřebuješ, všechny svoje asociace, AHA momenty, vzpomínky:*



ponížení

# 3 hluboké příčiny gynekologických výtoků

neprojevený  
vzteky

# 3 hluboké příčiny gynekologických výtoků



strach  
z opuštění

# Mykózy, kandidóza

>> hluboké příčiny nemocí <<

- **Lpění na minulosti.** Ulpíváme na minulých křivdách, traumatech, konfliktních situacích. Nedokážeme se od nich odpoutat a nechat je jít.
- **Zatrplost.** Nesu si v sobě pocit, že mě jiní lidé zklamali, zradili. Zatrplost a podezíravost mi dává v případě potřeby možnost vymezení osobních hranic, dává mi možnost být "v bezpečné zóně". Používám ji vůči lidem, kteří mi v minulosti ublížili, nebo v situacích, kdy se cítím podobně jako tenkrát.
- **Bezmoc** vzít svůj život do vlastních rukou, bezmoc cokoli změnit. Přitom tolik věcí mi nevyhovuje.
- **Uznání - sebehodnota.** Nesu si v sobě pocit ponížení. Nízká sebehodnota vznikla jako důsledek minulých událostí, situací. Mohu mít také problém v kontaktu s muži. Může to být následek dětství, kdy jsem měla pocit, že nikdy nic z mé strany není dobře, že za nic nestojím, že jsem nějak "špatně". Často se snažím to kompenzovat tím, že ostatním lidem splním první-poslední, abych si zasloužila jejich uznání a ohodnocení.
- **Ponížení (často ze strany mužů)** - sama sebe vnímám jako někoho s nižší hodnotou a proto se mi ze všech stran dostává ujištění, že to tak je. Často tak mohu mít ve svém okolí právě takové lidi, kteří mě budou ponižovat. Je tu často téma nejistoty ve vztahu k mužům, protože některá z výrazných autorit našeho života (otec, dědeček, učitel apod.) znevažovala ženy, považovala je za "ty horší".
- Candida (a mykózy obecně) se doslova živí našimi negativními emocemi. Živí se tím, co dávno mělo odejít, ale neodešlo. Zajímá ji náš odpor, zlost, vztek, roztrpčení, zahořkost.

# Zánět, bakteriální záněty

>> hluboké příčiny nemocí <<

- **Lpění na minulosti spojené se vztekem a potlačenou agresí.** Ulpíváme na minulých křivdách, hádkách, konfliktech, ublíženích. Chceme pomstu, odplatu. V myšlenkách se vracíme k tomu, co jsme měly udělat, jak jsme měly reagovat, jak jsme se měly bránit. Nicméně v dané chvíli jsme to neudělaly a pocit potlačené agrese je stále uvnitř nás, v našem těle a nevyřešený.
- **Pocit ohrožení, útoku.** Jsme v pohotovostním režimu, jako by nám stále něco hrozilo, musíme se mít na pozoru. Vychází to často už z našeho dětství, kde jsme často nevěděly na čem jsme. Nálady, podmínky a reakce rodičů se měnily, nebo do našeho života zasahovaly příliš často nečekané události, které zásadně ovlivňovaly náš každodenní život.
- **Ovládnutí.** Je to jakoby můj život řídili ti ostatní. Podřizuji se, protože nevidím jinou možnost, nebo protože je to prostě jednodušší. Přikládá to ale stále větší "polínka" do ohně mého naštvání.
- **To oni za to můžou.** Máme často pocit, že za naši situaci, za náš stav můžou "ti druzí". Je to dané tím, že jsme skutečně zažívaly stavy, kdy nám někdo ublížil. Je na čase přiznat si, že jsme to my samy, kdo to může změnit. Přestat setrvávat v roli oběti nám může pomoci víc než cokoli jiného.
- **Nesmím o tom mluvit** - v pozadí zánětů jsou často stavy kdy jsme něco musely snést proti své vůli a nesměly jsme "ani ceknout". To se v nás uložilo jako vzorec, že musíme vše zvládnout samy, že není bezpečné to někomu říct, někomu se svěřit.

# Chlamydie

>> hluboké příčiny nemocí <<

- **Konflikt s ženstvím.** Můžeme se na základě našich dřívějších zkušeností domnívat, že být ženou je prohra. Že nás to předurčuje k tomu, aby nás ostatní (především muži) využívali. Že pro nás jako pro ženy nebude nikdy dost uznání, respektu, ocenění.
- **Moje potřeby až na posledním místě.** Protože vnímáme samy sebe jako ty "méně hodnotné", snažíme se přednostně plnit potřeby ostatních. To opět přináší do našeho života další a další situace, ve kterých se cítíme využité, zneužité.
- **Životní zlom.** Chlamydie se často objevují v době, kdy už máme našlápnuto do něčeho nového, kdy se chceme konečně postavit samy za sebe. Jenže s nevyřešenými podvědomými vzorci opět končíváme na půli cesty a s pocitem selhání.
- **Pocit viny spojený s oblastí sexuality.** Může mít kořeny v našem dětství, kdy se o sexualitě nemluvilo, nebo byla zatracovaná. Také jsme mohly být "přistiženy" v situaci, která se sexualitou souvisela a mohly jsme být potrestány, zesměšněny, mohly jsme být obviněny že děláme něco špatného, nebo nečistého.
- **Tvrdá láska** - bylo nám vštěpováno, že jsou rodiče na nás přísní, protože to s námi myslí dobře? Nebo to dokonce souviselo s fyzickým násilím? Dostaneš výprask, ale dělám to pro tvoje dobro? Opakoval se tenhle vzorec i v dospělosti?

# Co když jsou výtoky "bez příčiny"?

- **Výtok** znamená potřebu našeho těla od něčeho se očistit. Něco v nás energeticky, emočně ulpělo a my jsme zatím nenašly způsob jak se toho zbavit, jak to pročistit. Tj. hledejme témata, od kterých se potřebujeme doslova očistit.
- Pomůže určitě hledat takové situace, životní pocity, nebo vzpomínky, které v nás zanechaly jednu z emocí, se kterými jsme pracovaly na webinaru. Z mých zkušeností mohu říct, že minimálně jednu z nich tam vždy najdeme.