PROGRAMOVÁ NÁPLŇ OBORU

PŘÍRODNÍ MEDICÍNA A PSYCHOSOMATIKA

PRAHA, ročník 2021 a 2022

7 výukových bloků, celkem 234 hodin během dvou let

---

1. **výukový blok: ZDRAVOTNÍ MINIMUM –** celkem 39 hodin

PSYCHOLOGIE aneb k jádru šťastného a smysluplného života – 13 hodin
Prim. Mgr. Rostislav Homola, B.Th.

- výuka interaktivní a zážitkovou formou
- vybrané okruhy z aplikované sociální psychologie
- aktivity zaměřené na sebepoznání
- vnímání, potřeby, hodnoty, motivace, postoje
- sebepojetí, vnitřní osoby, tabu, trauma, hranice
- stres a zdraví, vnitřní inventura, prostředky k sebeléčení

SOMATOPATOLOGIE – 13 hodin
Základy fungování lidského těla ve vztahu k duchovním příčinám nemocí

MUDr. Alexandra Kovářová

- seznámení se základními orgány a orgánovými soustavami se zaměřením na jejich fyziologickou a patologickou funkci – ve vztahu k duchovním příčinám nemocí
- obecné principy duchovních příčin nemocí
- zdroje informací a principy práce s klienty
- využití znalostí fyziologie a patologie při práci s duchovními příčinami nemocí
- symbolika lidského těla a patologických stavů
- symboly v oblasti systémů kardiovaskulárního, dýchacího, pohybového, kožního, trávicího, močopohlavního, nervového a endokrinního

PRAKTICKÉ LÉČITELSTVÍ – 13 hodin
Dědek Kořenář Břetislav Nový

- jak na diagnostiku
- jaké jsou souvislosti orgánů a jejich funkce z pozice léčitele
- proč a jak s bylinnými přípravky a co lze od nich očekávat
- nebylinné postupy
- s čím přichází klient a s čím by měl odcházet

---

2. blok: FYTOTERAPIE – TRADIČNÍ ČESKÉ BYLINÁŘSTVÍ

– celkem 72 hodin

FYTOTERAPIE – 52 hodin
Radmila Malinovská

- konkrétní bylinářské postupy
- nejdůležitější druhy bylin pro jednotlivé orgány
- poznávání komplexního účinku – obsahu účinné látky (komplexu látek), bioenergetického a bioinformačního pole
- léčebné směsi starých bylinářů
- určování bylin všemi smysly
- poznávání bylin v terénu
- intuitivní bylinářství
- teorie, praxe

1. víkend:

Sobota:

- základy farmaceutické botaniky
- český lékopis, zásady bylináře
- sběr bylin, sušení, zpracování
- zásady výroby bylinných produktů

Neděle:

- základy farmakognosie
- obsahové látky rostlin a jejich působení na lidský organismus
- fytotoxikologie – nežádoucí účinky bylin, vzájemné ovlivňování jednotlivých druhů
- míchání bylin – zásady výroby čajových směsí

2. víkend

Sobota:

- srdečně-cévní systém, kardiovaskulární onemocnění
- lymfatický systém
- žlázy s vnitřní sekrecí, hormony
- metabolismus, obezita
- termoregulace

Neděle:

- záněty
- nádorová onemocnění
- alergie

3. víkend:

Sobota:

- trávicí soustava – žaludek, slezina, slinivka
- kožní systém
- trávicí soustava – játra, žlučník
- zásady detoxikace a její správné provádění

Neděle:

- vylučovací soustava – tenké a tlusté střevo
- imunitní systém
- rozmnožovací soustava

4. víkend:

Sobota:

- dýchací soustava, respirační onemocnění
- oblast hlavy – ORL
- nervová soustava

Neděle:

- kosterní systém – vazy, šlachy, klouby
- degenerativní onemocnění i úrazy
- genetické predispozice – prevence

5. víkend – pouze sobota:

EXKURZE DO PRAŽSKÉ DENDROLOGICKÉ ZAHRADY zaměřená na poznávání stromů, keřů a bylin – 3 hodiny

KONOPNÁ MEDICÍNA – STARONOVÁ CESTA KE ZDRAVÍ
Přednáška - MUDr. Jana Budařová – 4 hodiny

- biologie rostlin konopí
- mechanizmus účinku
- způsoby využití cannabis medicinalis v praxi
- platná legislativa ČR, vyhláška MZ o individuálně připravovaných léčivých přípravcích s obsahem konopí pro léčebné použití
- kazuistiky a zkušenosti z praxe

GEMMOTERAPIE – MEDICÍNA PUPENŮ – celkem 10 hodin
Ing. Marie Šimková

Gemmoterapie je terapeutická metoda, která využívá
výtažky (extrakty, tinktury) z čerstvých pupenů stromů a keřů nebo
jiných zárodečných tkání rostlin. Tinktury mají vysokou účinnost ve
velice malém množství.

- historie gemmoterapie
- jak žijí stromy v létě a v zimě
- poznávání stromů a keřů podle pupenů
- léčivé účinky pupenů na časté zdravotní potíže
- v praxi si vyzkoušíte přípravu základní tinktury pro nakládání pupenů a naložíte si pupeny z černého rybízu
- možnost ochutnání mnoha druhů tinktur

PŘÍRODNÍ HORMONÁLNÍ TERAPIE – celkem 3 hodiny
Ing. Marie Šimková

Existuje přírodní zdroj pohlavního hormonu progesteronu identický s tím, který vytváří naše tělo? Co vše způsobuje nedostatek tohoto hormonu, o kterém se téměř nehovoří? Může žena odstranit emoční a fyzické potíže spojené s menstruačním cyklem a symptomy menopauzy jinou cestou než užíváním syntetických „hormonů“ se spoustou vedlejších účinků? ANO! Toto umí rostlina DIOCOREA VILLOSA – jam (smldinec) huňatý.

Budeme si povídat o působení tohoto zdroje přírodního progesteronu ve srovnání s účinky syntetických „hormonů“.

---

3. výukový blok:
ENERGIE KRAJINY - léčivá pomoc přírody – 13 hodin

ENERGIE KRAJINY – 13 hodin
Ing. Pavel Kozák

Teoretická část:

- léčivá místa v přírodě a jejich účinky
- léčení a filosofie pomoci
- energeticky významné sakrální stavby
- co umějí krystaly
- možnosti energie kamene včetně léčení
- astrální bytosti a jejich typy
- komunikace s bytostmi
- astrální těla zemřelých lidí

Praktická část v těchto lokalitách:

- Karlův most, Malá Strana
- pražský Děvín - lokality Ctirad a Žvahov **(**v případě nepříznivého počasí Anežský klášter)

---

4. výukový blok: ZDRAVÁ VÝŽIVA – celkem 26 hodin

VNITŘNÍ SOUVISLOSTI VITAMÍNŮ, MINERÁLŮ A STOPOVÝCH PRVKŮ
PREVENCE A LÉČBA NADVÁHY

aneb VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ Z HLEDISKA PŘÍČINNÝCH SOUVISLOSTÍ

Bc. Lenka Zelinová Votavová - 13 hodin

- výživové poradenství z hlediska příčinných souvislostí
- duše a tělesná váha
- duše a strava
- práce "alternativního" výživového poradce v praxi
- duše a jednotlivé složky potravy
- vnitřní souvislosti vitamínů a prvků - jak se naše vzorce myšlení promítají do nedostatku vitamínů, minerálů či stopových prvků v našem těle
- duše a pohyb

LÉČBA STRAVOU A ŽIVOTEM
Štěpánka Pflegerová - 13 hodin

- diagnostika nerovnovážných stavů na úrovni jednotlivých orgánů, resp. orgánových soustav
- poznání oslabení či zatížení orgánů po fyzické i psychické stránce
- léčba STRAVOU – strava, která pomáhá jednotlivé nerovnováhy léčit a potraviny, které je třeba vyloučit
- léčba ŽIVOTEM - orgány propojíme s emocemi a duchovním pozadím. Jaké přístupy určité orgány posilují, a které naopak oslabují.

---

5. **výukový blok: PSYCHOSOMATIKA** - celkem 45 hodin

CO SKUTEČNĚ UZDRAVUJE?
MUDr. Tomáš Lebenhart – 13 hodin

- co skutečně uzdravuje?
- komplexní léčba onkologicky nemocného pacienta prostředky přírodní medicíny
- komplexní léčba pacienta s depresí prostředky přírodní medicíny
- pojetí zdravé výživy
- očkování
- autopatie
- akutní homeopatie
- mnoho dalších informací z praxe uznávaného lékaře celostní léčby

CESTA KE ZDRAVÉMU SEBEVĚDOMÍ

- **praktický a prožitkový seminář s použitím metod: přednášky, dramaterapie, arteterapie, rozhovorů**

PhDr. Anežka Janátová – 13 hodin

- Může člověk vlastním postojem ovlivnit složité situace svého života nebo je jen musí trpně prožívat?
- Je nějaká souvislost mezi vlastním postojem vůči životu a událostmi vlastního životního příběhu?
- Jak veliký vliv na osobnost může mít rodina, do níž se člověk narodil?
- Jak dalece může vlastní životní příběh ovlivnit škola a její učitelé?
- Je člověk tvůrcem vlastního osudu nebo jen jeho trpným divákem či hercem?

PROČ ODPOUŠTĚT A JAK TO UDĚLAT? – prožitkový seminář
Ing. Petr Mihulka – 7 hodin

Na semináři se nejdříve seznámíte se zákonitostmi toho, proč reagujeme určitým, sobě vlastním způsobem, na události, které se dějí … například něčí jednání nás bolestivě zasáhne nebo naštve, zatímco jiný člověk si jej ani nevšimne. Prohloubíte si poznání mechanismu projekce, který podvědomě používáme jako „pojistný ventil“ naší psychiky, a naučíte se jej vnímat i jako zdroj informací o sobě.
Dále se obeznámíte s tím, proč lze naše vnitřní i vnější reakce, tedy například to, že nás zasahuje něčí jednání, relativně snadno změnit tak, že za to danému člověku nebo sobě odpustíme. Osvojíte si pět základních fází odpuštění, které jsou předpokladem toho, aby k odpuštění došlo „uvnitř“ a nejen v hlavě. Získáte tak dovednost odpouštět, která patří k důležitým milníkům na cestě osobního růstu.
V praktické části se naučíte používat vybrané praktické pomůcky a postupy odpuštění pro každodenní použití. Na závěr spolu prožijeme příjemný a osvobozující rituál odpuštění, který má kořeny u dávných obyvatel Severní Ameriky.

· objasníte si, jak tento proces funguje a jak působí na vaši energii
· zjistíte, proč je odpuštění opravdovým klíčem k našemu osvobození
· dozvíte se, jak při původní ceremonii postupovali původní obyvatelé Severní Ameriky
· projdete osvobozujícím procesem a zcela diskrétně odložíte své hlavní životní zátěže
· procítíte hluboké ulehčení i nově nabytou vnitřní rovnováhu a sílu
· vyjasníte si jak dále postupovat v případě, že máte hlubší životní témata

CO UKRÝVÁ NÁŠ STÍN? – prožitkový seminář
Ing. Petr Mihulka – 6 hodin

Úvodem se seznámíte s tím, co švýcarský psycholog C. G. Jung nazval stínem: Stín je to, co v sobě nechceme nebo nedokážeme vidět, a sami před sebou i před okolním světem to popíráme. Pro příklady netřeba chodit daleko: Pravděpodobně každý máme vnitřního kritika, který nám do omrzení dává najevo, jací bychom měli být oproti tomu, jací jsme, a ve „spolupráci“ s vnitřním sabotérem nám ztěžuje život. Mnohdy v sobě neseme pocity viny za něco, co jsme udělali nebo naopak neudělali, nebo studu z toho, jací jsme nebo nejsme.

Dále se obeznámíte s tím, proč náš vnitřní stín nejen působí na naše vnímání sebe sama, ale také výrazně ovlivňuje to, jak vnímáme jednání našeho okolí. Naučíte se rozeznat různé skryté aspekty své osobnosti a osvojíte si pět základních fází účinného sobě-odpuštění a sebepřijetí.

V praktické části se naučíte používat vybrané praktické pomůcky a postupy sobě-odpuštění a sebepřijetí pro každodenní použití. Na závěr spolu prožijeme příjemný a osvobozující rituál světla a tmy.

LIDSKÝ DUCH A JEHO VÝVOJ
Alena Sadílková Bílková – 6 hodin

ODLOUČENÍ A POKÁNÍ

- původ odloučení
- čeho si ceníš a do jaké míry si toho ceníš
- moc mysli
- uzdravení jako vyproštění ze strachu
- strach a konflikt
- příčina a následek
- sám sebe jsi nestvořil

BŮH NEBO EGO

- dynamika ega
- rozumíme sami sobě?
- věrný budeš tomu, kterého si zvolíš za otce
- dary otcovství
- od temnoty ke světlu
- probuzení ke spáse
- pravdu lze zatajit jedině před sebou samým

---

6. výukový blok:

JEMNOHMOTNÉ LÉČENÍ TĚLA A DUŠE – 13 hodin

ORIGINÁLNÍ KVĚTOVÉ ESENCE Dr. BACHA
BIOCHEMICKÉ SOLI Dr. SCHŰSSLERA
Mgr. Zuzana Sommer – 13 hodin

- Dr.Bach a Dr. Schüssler – cesta k jednoduché metodě léčení pro tělo i duši
- systém květových esencí Dr.Bacha
- systém biochemických solí Dr. Schüsslera
- přehled jednotlivých Schüsslerových solí a k nim odpovídající Bachovy esence, vzájemná propojenost, účinnost a jednoduchost
- psychosomatický rozbor osobnosti klienta – konkrétní doporučení vhodné terapie na emocionální a mentální stav
- soli Dr. Schüsslera – detoxikace, prevence a léčba mnoha zdravotních problémů
- namíchání vlastní Bachovy esence
- vyzkoušení použití solí Dr. Schüsslera přes krémy
- projevy nedostatku minerálů na obličeji a těle
- praktické příklady a studie
- otázky a odpovědi

---

7. výukový blok:

DIAGNOSTICKÉ A TERAPEUTICKÉ METODY - celkem 26 hodin

REFLEXNÍ TERAPIE – on-line kurz
Miroslava Kuprová Stodůlková DiS.

- historie RT
- anatomie chodidla
- indikace, kontraindikace
- pohybový aparát
- reflexe vnitřních orgánů
- základy RT ruky
- párové orgány
- vliv orgánů s hormonální činností na látkovou výměnu

- lymfatický systém
- měkká reponace krční páteře

EFT (Emotional freedom techniques) – technika emoční svobody
Praktický seminář
Marcela Schwarzová Broumová – 13 hodin

EFT nebo-li Techniky emoční svobody, jsou v podstatě psychologickou formou akupunktury založené na objevu, že příčinou všech negativních emocí je porucha v tělesném energetickém systému.

EFT se řadí mezi světově uznávané techniky, spadající do oboru nazývaného energetická psychologie. Autorem metody je američan Gary Craig, který navázal na práce renomovaného psychologa dr. Rogera Callahana.
Při základním postupu se působí lehkým poklepáváním (ťukáním) na několika akupunkturních bodech v obličeji, na horní polovině trupu a na ruce.
Naším tělem probíhají energetické dráhy, zvané meridiány, a pokud je zablokujeme nějakou negativní emocí, narušíme tok energie v těle. To má za následek ztrátu schopnosti samoléčení. Přicházejí strachy, úzkosti, různé bolesti, ale i nemoci. Všichni máme nějaké bolestné zkušenosti. Patří prostě k životu. Učíme se na nich, jak se máme v životě chovat. Ťukáním bodů na meridiánech lze oddělit bolestný pocit – emoci od konkrétní myšlenky. Tzn., že budeme schopni myslet na traumatizující události již bez negativních pocitů.
Tímto způsobem EFT zabrání tomu, aby se tyto zkušenosti projevovaly jako trvalé blokády. Emocionální svobodu nabudeme tím, že se vědomě rozhodneme, že se daným problém nebudeme zabývat dále tak, aby nám nebránil v dalším životě. Obnoví se energetický systém v těle, a opět se dostaví harmonie organizmu, s kterou přichází radost do života.

Program semináře:

- základní metody EFT, jak pomoci sobě, dětem i zvířátkům
- jak mít rádi sami sebe
- co udělat, když je mi někdo protivný
- co udělat, když je nám někdo sympatický
- co udělat, když se nám do něčeho nechce
- co udělat, když se bojíme
- co udělat, když máme z něčeho strach
- jak pracovat s bolestí, lítostí i vztekem
- co udělat, když máme pocit, že EFT nefunguje

Zkrátka naučíme se, jak prožívat život hodnotněji v lásce, radosti i hojnosti.

Tato metoda je vhodná téměř pro každého člověka a nelze jí nijak ublížit. Je vždy po ruce za každé situace, neboť kromě rukou nic nepotřebujeme. Milovat sami sebe je to nejdůležitější, protože pokud chceme pomáhat druhým, musíme začít u sebe a metoda EFT nám umožňuje rychleji najít cestu sami k sobě.