

ŘEKNI MI, KDE TĚ BOLÍ, A JÁ TI ŘEKNU PROČ

Michel Odoul

ŘEKNI MI,  
KDE TĚ BOLÍ,  
A JÁ TI ŘEKNU  
PROČ

VÝKŘIKY TĚLA JAKO VZKAZY DUŠE

PSYCHOENERGETIKA V PRAXI

Copyright © Éditions Albin Michel, 2002

Translation © Vladimír Čadský, 2017

ISBN 978-80-87950-43-2

*Vnitřnímu Mistru,  
který nás umí tak dobře inspirovat,  
jen ponecháme-li v sobě žít a dýchat život.*

## Obsah

Předmluva .....	15
Úvod .....	17

### PRVNÍ ČÁST

TROCHU FILOZOFIE ANEB HRA ŽIVOTA .....	23
Proces inkarnace .....	24
Cesta života čili osobní legenda .....	25
Dřívější a pozdější nebe .....	29
<i>Dřívější nebe</i> .....	31
<i>Pozdější nebe</i> .....	35
Vědomí a nevědomí .....	39
<i>Nevědomí</i> .....	40
<i>Vědomí: zhušťování a uvolňování energií</i> .....	45
Fyziologické projevy .....	56
Psychické a fyzické napětí .....	57
Traumata těla a končetin .....	59
Onemocnění orgánů a duševní nemoci .....	61
Freudovská přerážnutí .....	63
Zrcadlový efekt .....	65

## DRUHÁ ČÁST

JAK SE VŠE ODEHRÁVÁ? .....	71
ČLOVĚK MEZI NEBEM A ZEMÍ. ....	71
Energie jin a jang v člověku. ....	71
Jak energie fungují, jak se strukturují a udržují v rovnováze. ....	84
Jak v nás energie kolují (meridiány) .....	89
<b>ROZDĚLENÍ JIN A JANG V TĚLE. ....</b>	<b>95</b>
Nahoře a dole. ....	95
Vpravo a vlevo .....	96
Hluboké a povrchové .....	97
Co propojuje části těla (meridiány a pět principů)? .....	98
<i>Princip kovu</i> .....	98
<i>Meridián plic</i> <i>(podle čínské astrologie znamená tygra)</i> .....	99
<i>Meridián tlustého střeva (podle čínské</i> <i>astrologie znamená zajíce)</i> .....	100
<i>Princip země</i> .....	101
<i>Meridián žaludku</i> <i>(podle čínské astrologie znamená draka)</i> .....	101
<i>Meridián slezina-slinivka</i> <i>(podle čínské astrologie znamená hada)</i> .....	102
<i>Princip ohně</i> .....	103
<i>Meridián srdce</i> <i>(podle čínské astrologie znamená koně)</i> .....	104
<i>Meridián tenkého střeva</i> <i>(podle čínské astrologie znamená kozy)</i> .....	104
<i>Meridián osrdečníku</i> <i>(podle čínské astrologie znamená psa)</i> .....	105

<i>Meridián tři ohřivačů</i> (podle čínské astrologie znamení prasete) . . . . .	106
<i>Princip vody</i> . . . . .	107
<i>Meridián močového měchýře</i> (podle čínské astrologie znamení opice) . . . . .	108
<i>Meridián ledvin</i> (podle čínské astrologie znamení kohouta) . . . . .	109
<i>Princip dřeva</i> . . . . .	110
<i>Meridián žlučníku</i> (podle čínské astrologie znamení kravy) . . . . .	110
<i>Meridián jater</i> (podle čínské astrologie znamení buvola) . . . . .	111

## TŘETÍ ČÁST

<b>SYMBOLICKÁ POSELSTVÍ NAŠEHO TĚLA</b> . . . . .	115
<b>JEDNOTLIVÉ ORGÁNY A ČÁSTI TĚLA</b> . . . . .	115
<b>K čemu slouží různé části našeho těla?</b> . . . . .	121
<b>Kostra a páteř</b> . . . . .	123
<i>Bolesti a onemocnění kostry a páteře</i> . . . . .	128
<i>Skolióza</i> . . . . .	129
<b>Dolní končetiny</b> . . . . .	132
<i>Bolesti a onemocnění dolních končetin</i> . . . . .	132
<i>Kyčel</i> . . . . .	133
<i>Bolesti a onemocnění kyčle</i> . . . . .	134
<i>Koleno</i> . . . . .	136
<i>Bolesti a onemocnění kolena</i> . . . . .	137
<b>Kotník</b> . . . . .	139
<i>Bolesti a onemocnění kotníku</i> . . . . .	140

Noha	141
<i>Bolesti a onemocnění nohy</i>	142
Prsty u nohou	144
<i>Bolesti a onemocnění prstů u nohou</i>	145
<i>Palec u nohy</i>	145
<i>Druhý prst („ukazováček“ u nohy)</i>	145
<i>Třetí prst („prostředníček“ u nohy)</i>	146
<i>Čtvrtý prst („prsteníček“ u nohy)</i>	146
<i>Pátý prst („malíček“ u nohy)</i>	146
Stehno, femur (stehenní kost)	147
<i>Bolesti a onemocnění stehna a femuru</i>	148
Lýtka, holenní a lýtková kost	150
<i>Bolesti a onemocnění lýtky, holenní a lýtkové kosti</i>	150
Horní končetiny	153
<i>Bolesti a onemocnění horních končetin</i>	154
Rameno	155
<i>Bolesti a onemocnění ramena</i>	156
Loket	157
<i>Bolesti a onemocnění lokte</i>	158
Zápěstí	159
<i>Bolesti a onemocnění zápěstí</i>	160
Ruka	161
<i>Bolesti a onemocnění ruky</i>	162
Prsty	164
<i>Bolesti a onemocnění prstů u rukou</i>	165
<i>Palec</i>	165
<i>Ukazováček</i>	166
<i>Prostředníček</i>	166
<i>Prsteníček</i>	167
<i>Malíček</i>	167



Paže (biceps a pažní kost) . . . . .	168
<i>Bolesti a onemocnění paže</i> . . . . .	168
Předloktí, kost loketní a kost vřetenní . . . . .	170
<i>Bolesti a onemocnění předloktí, loketní a vřetenní</i>	
<i>kosti</i> . . . . .	171
Šíje . . . . .	171
<i>Bolesti a onemocnění šíje</i> . . . . .	172
Trup . . . . .	175
K ČEMU SLOUŽÍ RŮZNÉ ORGÁNY? . . . . .	176
<b>Trávicí ústrojí</b> . . . . .	176
<i>Onemocnění trávicího ústrojí</i> . . . . .	177
Žaludek . . . . .	178
<i>Onemocnění žaludku.</i> . . . . .	178
Slezina a slinivka . . . . .	179
<i>Onemocnění sleziny a slinivky</i> . . . . .	179
Játra . . . . .	182
<i>Onemocnění jater.</i> . . . . .	182
Žlučník . . . . .	184
<i>Onemocnění žlučníku</i> . . . . .	184
Tenké střevo . . . . .	185
<i>Onemocnění tenkého střeva</i> . . . . .	185
Tlusté střevo . . . . .	186
<i>Onemocnění tlustého střeva.</i> . . . . .	186
<b>Dýchací soustava</b> . . . . .	187
<i>Onemocnění dýchací soustavy.</i> . . . . .	187
Plíce . . . . .	188
<i>Onemocnění plic</i> . . . . .	189
Kůže . . . . .	191
<i>Onemocnění kůže</i> . . . . .	193

<b>Močové ústrojí</b> .....	195
<i>Onemocnění močového ústrojí.</i> .....	195
Ledviny .....	196
<i>Onemocnění ledvin</i> .....	196
Močový měchýř .....	197
<i>Onemocnění močového měchýře</i> .....	198
<b>Oběhový systém</b> .....	199
<i>Onemocnění oběhové soustavy</i> .....	199
Srdce .....	200
<i>Onemocnění srdce</i> .....	200
<b>Žilní systém.</b> .....	201
<i>Onemocnění žilního systému</i> .....	201
<b>Arteriální systém</b> .....	202
<i>Onemocnění arteriálního systému</i> .....	202
<b>Nervový systém</b> .....	203
Centrální nervový systém (CNS) .....	204
<i>Onemocnění CNS</i> .....	204
Mozek .....	205
<i>Onemocnění mozku.</i> .....	206
Mícha .....	208
<i>Onemocnění míchy</i> .....	208
Nervy .....	208
<i>Onemocnění nervů.</i> .....	209
Autonomní nervový systém .....	210
<i>Onemocnění autonomního nervového systému</i> ..	210
<b>Reprodukční systém</b> .....	211
<i>Onemocnění reprodukčního systému</i> .....	212
<b>Ostatní části těla a specifické choroby</b> .....	214
<i>Obličej a jeho choroby.</i> .....	214
<i>Oči a jejich choroby</i> .....	215

<i>Uši a jejich choroby</i> .....	217
<i>Ústa a jejich choroby</i> .....	217
<i>Nos a jeho choroby</i> .....	219
<i>Hrdlo a jeho choroby</i> .....	220
<i>Alergie</i> .....	221
<i>Záněty a horečky</i> .....	222
<i>Autoimunitní onemocnění</i> .....	223
<i>Závratě</i> .....	223
<i>Spasmofilie</i> .....	224
<i>Cysty a bulky</i> .....	224
<i>Nadváha a přibírání na váze</i> .....	225
<i>Bulimie</i> .....	226
<i>Mentální anorexie</i> .....	226
<i>Ústřel</i> .....	227
<i>Ischias</i> .....	228
<i>Bolesti hlavy a migréna</i> .....	228
<i>Vlasy</i> .....	229
<i>Rakovina, zhoubné nádory</i> .....	229
<i>Tělesná a duševní postižení</i> .....	231
<i>Závěr</i> .....	237

## **Upozornění**

*Všechny příklady uváděné v této knize jsou převzaty ze skutečnosti. V zájmu zachování anonymity jsou však všechny osoby označovány jen křestními jmény a i ta jsou pozměněna.*

## Předmluva

Podle západní medicíny predisponuje k té či oné nemoci ten či onen genetický „terén“. Tato predispozice může být vrozená (přes haplotyp HLA) nebo získaná (mutace chromozomů). Ve východní medicíně nemoc signalizuje, že se nám do životní cesty postavila nějaká překážka. Energetickými poruchami, jež jsou zdrojem nemocí, tak vědomí vyjadřuje, co mu brání v plném rozvoji.

Tyto dva pohledy nemusí být nutně v rozporu, zvláště když víme, že například u myši může uměle vyvolaný stres vyvolat chromozomální změny. To je také důvod, proč u jednoho ze dvou jedinců se stejným genetickým terénem nemoc propukne, zatímco druhý zůstane zdravý.

Nemusíme se pouštět do nákladných a nebezpečných genetických manipulací. Chceme-li být zdraví, mnohem logičtější a levnější (což v naší době seškrtování rozpočtů rozhodně není k zahození) bude snažit se porozumět psychoenergetickým mechanismům, jež leží v pozadí nemocí.

Knihla Michela Odoula představuje vynikající praktickou příručku pro každého, kdo se snaží porozumět řeči svého těla. Po jejím přečtení se snad naučíme nevidět už v nemoci dílo náhody či ránu osudu, ale vzkaz od svého vědomí, od vnitřní bytosti v nás, od svého vnitřního Mistra. A snad pak budeme

schopni objevit za svým trápením „tvořivou nemoc“, jež nám pomůže dostat se ve svém vývoji zase o krok dál.

Autor nám jasně a nijak složitě ukazuje psychoenergetické mechanismy, jež podle taoistů řídí uspořádání makrokosmu i mikrokosmu, a učí nás porozumět smyslu toho, na jakém místě se případné symptomy projevují. S tím souvisí poněkud složitý problém tzv. lateralitý symptomů, tedy jejich stranového umístění. Tento problém nebyl dostatečně probádán a dosud nepřestává vyvolávat nové otázky a protichůdné závěry. Odpovědi, s nimiž přichází tato kniha, nejen vnášejí jasno do mého chápání nemoci z hlediska pacienta, ale zároveň se mohou stát i cenným vodítkem v lékařské praxi. Její závěry se mi zdají o to přesvědčivější, že jsou v souladu i se západní tradicí, jak ukázala například Annick de Souzenelle.

Tento přístup však také něco stojí, neboť nás nutí růst, přebírat odpovědnost a učí nás být svobodnými. To je cena, jakou musíme zaplatit, aby náš život dostal smysl. Musíme se přestat uchýlovat k představě všemohoucích lékařů jakožto „spasitelů a uzdravovatelů“.

Tato kniha může rovněž pomoci lékařům, kteří se již nechtějí omezovat na čistě mechanistický přístup k člověku a místo toho touží být každému průvodcem při realizaci jeho životní cesty. Protože hlavním úkolem 21. století je smiřování protikladů, můžeme si snad dovolit snít i o tom, že se jednoho dne dočkáme harmonického souznění alopatické a homeopatické medicíny, akupunktury, psychosomatického přístupu a východního lékařství (nebo alespoň filozofických principů, na nichž jsou tyto přístupy postaveny).

MUDr. Thierry Médynski,  
lékař, homeopat a psychosomatik

*„Žádný člověk vám nemůže odhalit víc než to,  
co už dřímá v rozbřesku vašeho vědomí...“*

Chalíl Džibrán

## Úvod

„Prožíváme moderní dobu,“ říkával jeden známý rozhlasový moderátor. Žijeme v době, kdy komunikace a její prostředky nikdy nebyly tolik rozvinuté, mocné a „účinné“. Obraz moderního člověka je obrazem „dynamického manažera“: na pracovním stole má pevný telefon i mobil, iPhone, smartphone a počítač, a toto vybavení mu v kterémkoli okamžiku umožňuje komunikovat s celým světem.

Ale takový obrázek není ani zdaleka idylický. Komunikace je dnes totiž až příliš často prázdná, bezobsažná a udržuje jen zdání sebe samé. Všechny tyto technické vymoženosti jsou ve skutečnosti pouhými protézami, jakýmsi výrůstky kompenzujícími naši neschopnost doopravdy být a skutečně sdílet. Umožňují nám o něco víc podvádět či skrývat svůj strach z druhých. Čím jiným lze vysvětlit nesmírnou popularitu SMS a e-mailů?

Všudypřítomná a všemocná média, nástrahy materialismu a konzumerismu, neustálé zrychlování našeho každodenního života nás v současném světě pomalu vedou k tomu, že zamě-

ňujeme bytí za pouhou existenci. Děje se to s naším mlčenlivým souhlasem, ba leckdy na naši žádost. Stále víc, stále rychleji – takové je naše krédo. Ale proč, kvůli čemu? Abychom se jednoho dne bez ohledu na náš věk probudili, nemocní či deprimovaní, a smutně konstatovali, že jsme míjeli sami sebe, že život šel mimo nás?

Naše společnost, naše výchova a také jistá snadnost nás naučily vyhledávat pouhé uspokojení našich přání – přání zaměřených na vnější věci. A tak se učíme řídit, spravovat, ovládat a vlastnit vnější svět. Tím se každý den vzdalujeme od sebe samých a zbavujeme se vlastní podstaty. Jedině smrt nebo nemoc nás vrací, z nutnosti či silou, k sobě samým. V té chvíli jsme ovšem nanejvýš zmateni.

Co to je za člověka, jehož pak smutně zahlédneme v zrcadle? Co znamená tohle tělo, které nás bolí? Nerozumíme mu. Přesto je to náš první a jediný komunikační protějšek, náš partner. Někdo, s kým jsme ale nikdy doopravdy nemluvili, ani jsme si nedali čas se s ním seznámit, tedy my sami! Toto zjištění je pro nás natolik nesnesitelné, že žádáme lékaře, aby nám dal něco, čím umlčíme toto trápení, tyto bóly, pro něž přece není v našem životě místo. A přitom tyto bolesti nejsou ničím jiným než zoufalými výkřiky, které k nám vysílá život a naše tělo. Jsou to poplašné signály, svědkové naší nerovnováhy, kterým neumíme naslouchat a ještě méně jim dokážeme porozumět.

Cílem této knihy je naučit se naslouchat.

Ukážeme si, jaké místo lidské bytosti náleží, vrátíme ji tam, kam patří. Budeme zkoumat příčiny a pravidla fungování oné jedinečné hry, jakou je život. A nakonec se naučíme poznávat



a chápat své bolesti, napětí a trápení, abychom mohli prohlásit: Ano, poselství svého těla jsme vyslyšeli, rozumíme mu, a nyní uděláme, co je třeba.

Po letech praktikování energetických technik a hlavně šiacu už vím, nakolik tělo každého z nás vypovídá (ba přímo křičí) o tom, čím opravdu trpíme v hloubi sebe samých. Naše hluboká realita, naše nevědomí, naše psýcha, naše duše (ať si každý vybere podle libosti) k nám promlouvají, neustále nám říkají, co není v pořádku. Ale my je neslyšíme a neposloucháme. Proč?

Naše „hluchota“ má dvě příčiny. Především nejsme schopni, nebo ani nechceme, naslouchat „přirozeným“ vzkazům, které k nám přicházejí (snům, intuici, předtuchám, fyzickým pocitům atd.). A tak tyto vzkazy musí nabýt na síle a na razanci (nemoci, nehody, konflikty, smrt atd.), abychom je zaslechli, nebo aby nás silou přinutily se zastavit. Druhou příčinou je, že i když se po většinu času nedokážeme bolesti vyhýbat (jak to také udělat?), nedovedeme ji dekodovat, číst ji. A tak bolest může na chvíli zastavit nežádoucí vývoj, ale nemůže nás přimět porozumět tomu, co se děje, a radikálně to změnit. Nikdo nás totiž nenaučil, jak si toto poselství vyložit, respektive přeložit. Naše atomizovaná věda oddělila naše tělo od ducha. Zkoumá je, analyzuje a studuje jako stroj, z našich lékařů jsou většinou jen vynikající mechanici. Jsme jako námořníci, kteří dostávají zprávy v morseovce, kterou se ale nikdy neučili. Neustálé pípání je nakonec nepříjemné a jen nás ruší a znerovňuje. Obrátíme se pak na palubního mechanika, aby systém zablokoval nebo, což je ještě horší, přestříhl drát, jen aby pípání umlklo a my měli zdánlivě pokoj. Jenomže pípání nás varovalo, že je v trupu díra a loď se potápí.

A právě tuto morseovku, tyto signály těla, se při četbě této knihy naučíme dekódovat. Ale také se budeme učit je chápat. Bylo by vskutku trochu málo, kdybych vám řekl pouze to, že když vás na tom či onom místě bolí, znamená to to či ono. Byl by to jen popis symptomů. Podle mého názoru je rovněž důležité vysvětlit, *proč* to takhle funguje.

Proto jsem knihu rozdělil do tří částí.

V první části vám předestřu ucelený, holistický filozofický přístup k člověku a jeho existenci. Ukážu jeho místo v soudržném celku, jehož všechny prvky jsou vzájemně propojeny. Budeme tak moci lépe pochopit „důvody výběru“ (o tom podrobněji dále), když propojíme psychiku, duši, psychologii vědomí i nevědomí s tímto fyzickým tělem, o němž jsme hovořili. Zjistíme, že vazby a spojitosti, které lze objevit mezi tělem a duchem, nejsou žádná magie, ba ani ezoterika, ale že jde o čistě biologické vyjádření našeho fyzického stavu.

Ve druhé části knihy vrátím člověka na jeho místo v energetickém prostředí, přičemž se budu opírat o kodifikaci energií tradiční čínské medicíny. K tomu nám poslouží pojmy jin a jang a meridiány, které známe z akupunktury. Jejich prostřednictvím uvidíme, jak spolu jednotlivé projevy našeho těla souvisejí.

Ve třetí a poslední části udělám jakousi „tělesnou inventuru“. Podám jednoduché vysvětlení úlohy každé části a orgánu našeho těla. A nakonec ukážu, jaký účinek má ta která „příčina“ – vysvětlím tedy symboliku tělesných symptomů.