



UŽU – MDM

DATUM: _____

Branje – bioterapija

Bioterapija je zdravljenje s sevanjem bioenergije. Bioterapija je namenjena zdravljenju

- vseh vrst obolenj
- podpora komplementarnim oblikam zdravljenja
- hitrejšemu okrevanju po kirurških posegih ali po kemoterapiji

Pred razvojem šolske medicine je bila bioterapija edini način pomoči bolnemu človeku. V drugi polovici prejšnjega stoletja je **bioterapija** dobila razmah, ko je bila priznana od svetovne zdravstvene organizacije kot komplementarna metoda zdravljenja. Pred mnogimi tisoči let so na Kitajskem, v Indiji ter drugod na vzhodu poznali, da človek ni samo fizično telo ampak da je od tem še energetsko telo. Kadar pride do pomanjkanja energije, torej do poškodbe energetskega telesa, človek čez nekaj časa začuti težave tudi na fizičnem telesu, ki jih uradna medicina imenuje bolezen z določenim nazivom - diagnozo. Višek življenjske energije enako ruši sklad energetskega telesa.

Bioterapija učinkovito ustavlja, nadzira in zavira rast bolnih celic, izboljša sposobnost telesa za obnavljanje poškodovanih ali bolnih celic.

<http://www.bioterapija-koper.si/bioterapija.html>

Marjan Ogorevc bioterapevt

Ko zavest prodre dovolj globoko v telo,
ne boš več razmišljal,
ampak začutil,
kaj je potrebno narediti,
da boš uspel.
(zen)

DELO S ŠPORTNIKI

Glede na to, da zagovarjam tako imenovani holistični pristop k reševanju vseh vrst športnikovih težav, torej tudi in še posebej, ko gre za bioenergijsko zdravljenje, naj bo temu primerno tudi sodelovanje s športniki. Športniki, trenerji in vsi tisti, ki skrbijo za športnikov dobrobit, naj bi dojemali, da vzroki za razne poškodbe in nastanek bolezni niso samo zunanji dejavniki kot so fizične poškodbe, preobremenitve fizičnega telesa, izpostavljenost škodljivim sevanjem, hrup, zastrupitve, napačna prehrana, nezadosten spanec ali počitek, ampak še kaj drugega. Tisto drugo pa ni vedno vidno in tudi kadar te občutljive dejavnike prepoznamo ali se jih boj ali manj zavedamo, nekako nismo niti vajeni niti vzgojeni v smeri, da o njih razmišljamo ali se celo skrbno



lotevamo njihovega razreševanja. Medicina na žalost prepogosto naše razmišljanje vkalupi dogmatično, a to ne pomeni, da nismo »enost telesa in duha«.

Kot bioterapevt na bolezen gledam kot na oviran pretok življenjske energije v telesu. Vzrokov za to je lahko veliko, pogosto pa jih nastopa več skupaj. Stres in nekateri vedenjski vzorci, travmatične izkušnje, nekatera prepričanja, odnos do lažnih simbolov moči (denar, seks, zunanja avtoriteta) ipd., vplivajo na spremembo vibracij celic in uravnoteženost našega energijskega polja. Za večino teh vzorcev običajno niti ne dojamemo, da so biološko razdiralni, vse dokler se kot takšni ne pokažejo.

Znano je, da nekateri čustveni odzivi vplivajo na celo telo (npr. strah - želodec se skrči, utrip srca se pospeši, začneš se znojiti ...), drugi bolj lokalno, včasih pa neko negativno čustvo povzroči, da povsem izključimo druga. Da dejansko zbolimo, morajo biti negativna čustva dominantna. Nevrobiologinja dr. Candance Pert je dokazala, da so neuropeptidi (kemikalije, do sproščanja katerih pride v telesu pod vplivom čustev), pravzaprav naša čustva spremenjene v materijo. Ker vzbudi vsaka misel v nas nek čustven odziv, lahko torej rečemo, da naše razmišljanje in čustvovanje neposredno vpliva na naše fizično in energijsko zdravje. Pri razmišljanju in čustvovanju gre preprosto za neko obliko sproščanja energije in da bi resnično razumeli, kako ta na nas vpliva, se moramo najprej prepoznati kot energijsko bitje.

Zaradi močnih negativnih vedenjskih vzorcev je energijski pretok v fizičnem in avričnem telesu tako moten, da se na določenih delih telesa kopiči tako imenovana »avrična sluz«, v kateri prevladujejo pozitivni ioni. Vibracijski vzorci naših stališč, kolektivnih prepričanj, specifičnih čustvenih reakcij, se odražajo v vibracijskih vzorcih tkiv in posledica tega so lahko celo anomalije v človekovi telesni drži in nastop tipičnih bolezni, povezanih s posameznim vzorcem.

Problem nastane takrat, ko je športnik skeptičen do tovrstnega reševanja težav ali pa je pod vplivom zdravnika, mogoče fizioterapevta, ki zavrača vsako vrsto terapije, ki se ne ujema z njihovo doktrino. To je prisotno še posebej pri uspešnih športnikih, ki dobijo kar naenkrat veliko »prišepetalcev«; morda bo kdo izmed njih ponudil koristen nasvet, s športnikom poklepetal, mogoče dal injekcijo proti bolečinam, že ga bodo povezovali s športnikovim uspehom.

Podobno izkušnjo sem imel z uspešno hrvaško smučarko, ki je imela psihične težave, zaradi katerih je slabo deloval njen imunski sistem. V medijih so temu posvečali veliko prostora, razpravljali pa so tudi o neuspešnosti medicinskih terapij. Odkrila sva, da ima dekle problem s trenerjem – ne strinja se z njegovim načinom dela. Stanje je bil zanjo nerešljivo, kajti tudi trenerja ni mogla menjati.

Trener in uradni zdravnik reprezentance nista vedela, da je poiskala pomoč drugje. Tega si ni upala povedati, da ne bi bila deležna posmeha ali celo kritike. Ko je v sebi razrešila ta konflikt in se je lahko prilagodila trenerju, so problemi z imunskim sistemom izginili in pred tekmovanji ni več zbolevala. V medijih pa se je pojavila slika zdravnika, ki ji je dal injekcijo, in ki je obveljal za njenega rešitelja; mogoče je v to celo sam verjel.

Srečala sva se spet naslednje leto, ker si je želela počitka; za eno leto naj bi prekinila s treniranjem, saj se je čutila »življenjsko utrujeno«. Seveda je bil proti tej odločitvi njen celoten



tim, vključno z očetom;

nenazadnje je to razumljivo, vrhunski športnik daje kruh mnogim okoli sebe. V brezizhodni situaciji sem ji predlagal, da jim poda nekoliko nenavadno in drzno izbiro: za razliko od prejšnjega predloga, ko jim je povedala, da razmišlja o tem, da bi si privoščila daljši premor, naj jim pove takole: »Razmišljam o tem, da bi prenehala s svojo športno kariero!« Seveda so bili vsi takoj za enoletno prekinitev.

PRIMOŽ KOZMUS, METALEC KLADIVA - OLIMPIJSKI ZMAGOVALEC

(Poglavje v knjigi Alternativna medicina v športu)

S športniki sodelujem na različne načine, z večino občasno, z nekaterimi redno. Prvi se k meni zatečejo takrat, ko so poškodovani ali imajo psihične težave, z drugimi pa se periodično srečujem morda enkrat ali dvakrat mesečno bodisi delam z njimi v času priprav in tekmovanj, na kar so se že navadili. Sem spada tudi metalec kladiva in najboljši slovenski atlet, olimpijski zmagovalec Primož Kozmus, s katerim sodelujem že nekaj let, vendar pa je to najino sodelovanje vsekakor izjemno, precej pogosto. S pomočjo izkušenj, ki sem jih pridobil pri delu s Primožem, bom najlaže prikazal, kako delujejo alternativni načini zdravljenja ter duhovni pristopi na pripravah in treningih.

S Primožem sodelujeva že zelo dolgo, praktično od takrat, ko je začel resno trenirati. Bil sem že trener njegovega trenerja, Vlada Keva. Ko sem izstopil iz trenerskih vrst, je Kevo nadaljeval tam, kjer sem sam nehal; vsi trije pa smo ostali v trajni navezi in še najlaže bi sebe imenoval kot svetovalec za psihične in telesne priprave - vendar pa ne pri načrtovanju treninga, pač pa bolj pri odpravi ovir, ki se pojavljajo kot posledica zelo stresnega načina treninga. Moja osnovna naloga je pomoč pri odpravi vseh vrst zdravstvenih težav, psihični pripravi za tekmovanja ter nenehnem iskanju novih možnosti za aktivacijo še nerealiziranih potencialov. Ker Primož ne uporablja prepovedanih sredstev kot so anabolični steroidi, je moral za dvig svojih fizičnih sposobnosti poiskati druge možnosti.

Kadar ima kakršnekoli težave, se obrne name; ker se dobro pozna in težave rešujeva sproti, jih ponavadi tudi sam, z mojo podporo ali brez, zna dovolj hitro odpraviti - pri odpravi blokad ga torej usmerjam v samostojno delo. Najpogostejše blokade so lahko določeni strahovi, ki so prisotni kot tipični vzorci v smislu »moje telo je omejeno«, »ne morem več«, »če povečam obremenitev, se bom poškodoval« in podobno. Te blokade so v podzavesti kot energijsko-informacijska struktura, ki jo je treba prepoznati in jo transformirati, sicer omejuje energijski pretok. To je mogoče čutiti, se tega naučiti. Tudi sami atleti mi velikokrat povedo, da čutijo, da je energija stekla. Tu torej ne gre za domneve, ampak za resničnost, ki pa je vsi ne sprejemajo.

Primož Kozmus verjame, da je 'vse tako kot mora biti', da ni dobre ali slabe situacije, ampak vsaka situacija prinaša določeno izkušnjo. Ne obremenjuje se s prihodnostjo, pač pa se osredotoči v trenutek sedanjosti, v katerega usmeri pretežni del svoje pozornosti. Ni asket; ne odreka se življenjskim radostim, živi povsem normalno življenje, kolikor ga sploh lahko živi vrhunski športnik. Poleg vsakodnevnega treninga se posveča tudi meditativni borilni veščini in meditaciji. Trenerju in ekipi, ki mu stoji ob strani, popolnoma zaupa. Izhajamo iz spoznanj tradicionalnih medicin, da je mogoče sposobnosti



**telesa razviti preko meja, če
hkrati urimo tudi duh. Zato je velik del njegovega treninga usmerjen v krepitev duha in
notranjih energij. S Primožem sva si izmislila mantro: »Kolikor sem odprt v duhu, toliko
lahko realiziram v telesu!«**

Energijsko je zelo odprt, kar z določenimi tehnikami, ki sem jih razvijal desetletje, lahko izmerim in ocenim. Upam trditi, da je glede energijskih sposobnosti na ravni najboljših bioterapevtov, ki sem jih spoznal. Redno meditira, dela tai chi in druge energijske vaje. Pri tem sem sam v vlogi svetovalca. To kar počne, seveda ni odločujoče, ampak delček, ki pripomore k njegovi regeneraciji, sprostitvi, predvsem pa k razvijanju sposobnosti izkoriščanja danih potencialov.

V samo načrtovanje treninga se ne spuščam, saj so alternativne vsebine samo dodatek treningu. Potrebno je povedati, da trener Vladimir Kevo načrtuje trening bolj kot ne na alternativen način. Primož Kozmus, Miro Vodovnik in drugi trenirajo po metodi dr. Anatolija Pavloviča Bondarchuka¹, ki sem jo že pred leti prevzel od njega in jo uporabljal v času, ko sem bil Kevov trener. Ta način načrtovanja je alternativen uradni teoriji treniranja, vendar tudi v svetu vse bolj priznan. Dejstvo je, da daje rezultate; na tak način je bil dosežen tudi svetovni rekord v metu kladiva.

Vir: <http://www.marjanogorevc.si>