

Rad pro lepší zdraví je plno, ale neplatí pro každého...

Jak zůstat v době chřipek a nebezpečných virů odolný a fit? „Jenom vitamíny jíst nestačí,“ upozorňuje zlínská terapeutka Marcela Kaniová. „Je dobré být pozitivně naladěný, pít denně poctivý slepičí vývar a vnímat své tělo. Pak se nám nemoci vyhnout,“ říká propagátorka tradiční medicíny, kterou provozuje ve zlínských Malenovicích. Její prioritou je osobní přístup. „Nejsem fanoušek univerzálních on-line řešení,“ vysvětluje s úsměvem.



Proč je nyní tradiční čínská medicína tak populární?

Protože funguje, aniž by oslabovala naši imunitu. Posiluje nás. Západní medicína je skvělá, pokud řešíme akutní stavy, jakými jsou infarkty či zlomeniny. Je pro nás přitažlivá, protože chceme všechno hned a bez námahy. Léčba podle systému tradiční čínské medicíny (TČM) je zdoluhavější, učí nás vnímat své tělo, léčit jej stravou, pohybem a hlavně o něj pečovat preventivně. Nezapomínat na duši, protože na naší psychice záleží především. Jedině tak se můžeme zbavit závislosti na lécích. Úspěch TČM je založen i na tom, že neléčí nemoci, ale člověka. Každého individuálně.

Je vůbec tradiční čínská medicína vhodná pro Evropany?

Hodně čínských bylinných směsí se pro západního člověka nehodí. Co je ale na TČM zásadní, je její systém. Propojení tělesných orgánů s psychikou, člověka s přírodou, celistvosť a komplexnost. Každý den vidím důkazy vztahů mezi orgány, emocemi i fyzickým tělem. Jak se dítě přestane pomočovat, když se zbaví strachů. Jak se hysterická žena zklidní, pokud začne užívat byliny na játra. Lidé



se trochu díví, když jim od depresí uleví popíjení vincentky a strava bohatá na kroupy, nebo že přestanou pokašlávat po posílení ledvin. Ale funguje to. Při terapii se snažím vnímat člověka jako jedinečnou osobnost. A nevycházím z úžas nad dokonalostí přírody.

S jakými problémy se na vás klienti nejčastěji obracejí?

Jednoznačně jsou to deprese, úzkost, pocity zoufalství. Ženy navíc často touží i zhubnout a být dokonalé. To jsou samozřejmě vážná témata, snažím se pomoci bylinami, akupresurou, změnou jídelníčku, masážími, dechovými cviky, harmonizací psychiky – zkrátka komplexně.

Co je podle vás pro zdraví nejdůležitější?

Je dobré nebrat se příliš vážně. Umět si udělat legraci, odlehčit si život. „Méně se stresujte,“ radí všichni, ale už neřeknou, jak to prakticky udělat. Máme plno teoretických návodů a doporučení, ale nedaří se nám je uvádět do praxe. A na tohle je celostní terapie výborná. Umí komplexně harmonizovat člověka, aby zahájil svou osobní cestu ke spokojenosti. Je však nutné být trpělivý, záznaky na počkání nemávají dlouhého trvání.

Čím se odlišujete od ostatních celostních terapeutů?

Především pestrout škálou osobních zkušeností a prožitků. Od vážných zdravotních či psychických problémů přes různé osobní prohry a karamboly až po stovky vyzkoušených léčebných metod. To mne naučilo empatii, soucitu a porozumění. A také přesvědčení, že kdo se chce uzdravit, musí za svůj život převzít zodpovědnost. Ale nemusí se přitom stydět požádat o pomoc. U mě jsou dveře otevřené. Kontakt a vše o nabízených službách najdete na www.tradicniterapie.cz.