

Jmelí pro tělo, duši a ducha

Jmelí má citelné účinky na všech třech úrovních: tělesné, duševní a duchovní. Může přispět k posílení integračních sil těla, ale i k nalezení vlastní identity. Účinky na tělo se dají dobře zaznamenat klasickými měřicími metodami. Naproti tomu je trochu složitější popsat působení na duševně duchovní úrovni — nedá se měřit v kilech nebo centimetrech, na litry nebo dny, týdny nebo měsíce. Odpověď je vždy subjektivní a zpravidla zní: Cítím se lépe, mám zase více síly a méně strachu, už mi není taková zima, už zase přibírám na váze, mám se dobře. Všechno — to měřitelné i to pochované — má stejně velkou hodnotu. Účinek v těle

Extrakt ze jmelí obsahuje množství různých složek. Která z nich je zodpovědná za pozorované účinky, jakým způsobem účinkují a jaké vzájemné působení ty různé součásti spolu mají, není dodnes jednoznačně vyjasněno a je to dosud předmětem experimentálního výzkumu.

Následující účinky extraktu ze jmelí na organismus jsou zatím vědecky podloženy a uznány:

—> Jmelí může onu „naprogramovanou buněčnou smrt“ (apoptózu) v buňce stimulovat. Tato schopnost je základem pro regenerační sílu organismu a tím pro jeho zdraví. V podstatě jsou dva druhy buněčného zániku: jednak nekróza, při které buňky nenávratně odumírají a zároveň žádné nové nevznikají, jednak právě apoptóza, která sestává zároveň ze smrti a ze vzkříšení: jedna buňka umírá, aby ustoupila jiné. Něco starého zanikne, aby se nové mohlo zrodit - věčný koloběh živého, zákonitost, bez níž by život nebyl myslitelný. Schopnost apoptózy je tedy podmínkou k tomu, aby tkáně a orgány byly zdravé a

mohly plnit své úkoly. Při onemocnění rakovinou buňky tuto schopnost ztratily - již nemohou zemřít. Bují sami od sebe jako šílené. Obzvláště žádaný a důležitý účinek je, že jmelí může přispívat ke schopnosti apoptózu opět stimulovat.

- > Extrakt ze jmelí stimuluje vlastní imunitní systém. Počet imunitních buněk zmenšený onemocněním rakovinou se zase zvětšuje. Kromě toho se zvyšuje aktivita těchto buněk.
- * Jmelí způsobuje zánětlivé reakce a lehkou horečku. Přitom je celý organismus příjemně prohřán. Nemocní s nádorem mají téměř vždy spíše nižší tělesnou teplotu a často nejsou schopni mít horečku. Tato schopnost je jmelím podporována. Být dobře prohřátý je jedna podmínka pro všechny životní děje (procesy) a pro funkční imunitní systém.
- > Extrakt ze jmelí chrání dědičnou substanci (DNA) zdravých buněk před škodlivým působením, např. před buněčnými jedy (cytostatiky). Chemoterapie a ozařování jsou tak lépe snášeny a způsobují mezi zdravými buňkami méně škod. Tento efekt byl pozorován jenom při extraktu ze jmelí, nikoliv při podávání izolovaného lektinu ze jmelí nebo viskotoxinů. Jakým mechanismem dochází k tomuto obrannému efektu, je ještě otevřená otázka.

Nejasné je také, jak důležitá je souhra těch různých složek. Částečně se dají účinky těchto jednotlivých substancí dokázat, částečně ne, částečně účinkuje jenom celkový extrakt, ne ale jednotlivé substance. Dnes se výzkum zaměřuje na lektiny ze jmelí, mezitím bylo ale dokázáno, že i extrakty ze jmelí chudé na lektiny (např. jmelí z borovice) tento účinek prokazují. Bezsporu

působí jednostranněji a ne v takové šíři jako celkový extrakt.

Mnoho nemocných rakovinou nachází v léčbě jmelím nový přístup ke svému tělu. Učí se lépe poslouchat své tělo, brát vážně jeho signály, dbát o něj. To je důležitější než operace, ozařování a chemoterapie, které onen pocit vlastního těla stále ruší.

Účinek na duši a ducha

Protikladné působení na buněčné úrovni se dá také přenést na rovinu duševně-duchovní. Na buněčné úrovni účinkuje jmelí na jedné straně jako jed, na druhé straně stimuluje imunitní systém. Přeneseno na duši může jedovatý účinek mobilizovat a vyzývat: „Vzbuď se! Podívej se, co se s tebou děje!“ Budí životního ducha, osvobozuje z letargie a lhostejnosti. Naproti tomu imunomodulační působení odpovídá na duševní úrovni spíše té hřejivé, obalující složce. Už jenom stoupaní teploty ve smyslu lehké horečky dokazuje toto prohrátí, které může dosahovat až do duše. Nemocní rakovinou často nemají před vypuknutím nebo objevením nemoci žádnou normální regulaci teploty. To znamená, že jejich tělesná teplota během dne nekolísá - jak je jinak běžné a zdravé - jejich vnitřní termostat stojí převážně na „chladno“. Také nejsou mnohdy schopni při infekci dostat horečku. Jmelí může zase vrátit tuto normu na „teplo“.

„Jmelí přispívá k tomu, že člověka přenesse od jeho nemoci do určité autonomie, poskytuje mu odstup — na buněčné, stejně tak i na duchovní úrovni,“ říká prof. dr. Volker Fintelmann, který má jako lékař více než 35letou zkušenost s preparáty ze jmelí. Podle něho může jmelí způsobit, že nemoc bude v jisté míře viděna jako „partner“, se kterým si musíme vyjasnit názory, a ne jako soupeř, na kterého platí, když ho zmlátím. K porovnání připomíná scénu z knihy „Malý princ“, kterou napsal Antoine de Saint-Exupéry. Malý princ tam potká lišku a ta ho vyzve, aby ji

zkrotit. Malý princ neví, co si počít, neví, co má dělat - co to znamená „zkrotit“? Konečně mu to liška vysvětlí: zkrotit znamená navzájem se seznámit.

Právě o to jde při onemocnění rakovinou. Platí důvěrně se s ní seznámit, zkrotit ji. Podívat se na ni a přijít na to: Co ode mne chce? Proč přichází právě teď? A také: co nechám růst na místě nového nádoru nebo na místě metastáz?

Přitom si klademe otázky jako: Kdo jsem? Co chci - od života, od partnera, od přátel, v zaměstnání? Která přání jsem si nikdy nesplnil? V čem nejsem vůči sobě a vůči ostatním upřímný? Kdy jedním jinak, než myslím a cítím? Kdy zapírám sám sebe?

Překonat bezmocnost | Postavit se těmto otázkám může mít rozsáhlé důsledky a ne zřídka je to velmi bolestné: nehrát žádné divadlo, nepřemýšlet o očekávání těch druhých, nýbrž stavět do popředí a přijmout vlastní hodnoty. Znamená to také najít východisko z role oběti, do které nás nemoc tak lákavě rychle a lehce tlačí. Překonat tu bezmoc, která na nás padne z šoku z diagnózy. Ukončit sebelítost, pocit vydání se na pospas osudu, kdy se proti nám domněle spiknul celý svět. Být neschopný něco vykonat nebo se za neschopného považovat je ten největší stres, kterému může být člověk vystaven. Stres, který nemoc nanejvýš zhoršuje, ale nikdy nezažene. Proto je nutné se od této bezmoci osvobodit.

Pro poznání vlastních možností a cest k překonání nemoci platí znovu se svobodně rozhodovat a jednat - a najít tak prostředky, které doplňují běžné metody jako je operace, chemoterapie nebo hormonální terapie, nebo ozařování. Jeden z těchto prostředků je jmelí. Může pomoci uvolnit duševní strnutí, podnítit a zachovat vnitřní teplo, léčit duševní zranění a nechat

zaceřit rány. A v neposlední řadě může pomoci k uzavření míru s nemocí.

„Jmelí potlačuje strach,“ říká Volker Fintelmann. Proto má smysl nasadit jmelí již před operací. Skoro vždy je před operací jeden nebo dva týdny času, kdy se může začít s léčbou rakoviny s preparáty ze jmelí. V této době máme také příležitost se důkladněji zabývat možnostmi operace, jejíž důsledky mohou být například při rakovině prsu pro postižené ženy velká závažná.

Léčba jmelím nezajistí bezvýhradně trvalé zadržení onemocnění rakovinou, ale přispívá k tomu, že poslední část životní pouti se dá dojít ještě v úctě. Kde bylo zoufalství, zavládne mír a člověk se může rozloučit v klidu a ve shodě sám se sebou.

Rozvinutí vnitřních sil | „Rakovina vzniká často tam, kde se zdá, že život už nemá žádný smysl,“ říká Volker Fintelmann. Často učiní rakovina drasticky zřetelný stav, který už uvnitř těla existoval po léta, ale byl stále zapírán. U nemocných rakovinou často byla duševní a lidská integrita po léta trvale zraňována — příkořím a ponižováním, potlačováním tvořivosti, stálým obětováním se pro druhé, neoblíbeným povoláním, odejmutím lásky, neúctou, odcizením sebe samotného.

Mnozí nemocní rakovinou si tuto skutečnost před diagnózou neuvědomili, nebo jen podprahově. Věřili, že jsou spokojení a vyrovnaní - ve skutečnosti tomu tak vůbec nebylo. Pouze dlouho cvičili, jak se přizpůsobit kulisám, které si kolem sebe vytvořili, a žít s nimi. Tyto kulisy tvořily ochrannou zeď, která je chránila před tím, aby rozpoznali a připustili si dlouho a hluboce potlačované přání a tužby a potom podle toho jednali.

Léčba jmelím může přispět k tomu, aby tato skrytá skutečnost vyšla na světlo, aby se jim objevila, aby v sobě našli kreativitu a rozvinuli ji. Protože právě dlouho trvající nedostatek

tvůřivého rozvoje může rakovinu podpořit. Ne bezdůvodně si přeje mnoho nemocných rakovinou stát se kreativními. Začínají malovat, fotografovat, psát, hrát na hudební nástroje, pracovat s hlínou, dřevem nebo kamenem, zabývají se tiskem na látky, šijí, navrhují módu, prostě vše, co ke kreativní činnosti patří.

Kdo se vlastními silami pustí do takového tvůřivého vy-
pořádání s nemocí, bude také nacházet odpovědi na otázky jako:
Kam se ještě chci ve svém životě dopracovat? Jaké jsou mé cíle?
V čem vidím smysl? A uzdravit se tak z nemoci i s nemocí.

Annette Bopp