Miért kezdtem el a látástréninggel és más szokatlan dolgokkal foglalkozni?

Akik betegként kerülnek kapcsolatba az orvostudománnyal, sokszor ruházzák fel ezt a tudományt olyan képességekkel tudással, amivel nem rendelkezik. Ezzel nemcsak a betegek vannak így, hanem sokszor az orvosok is. Pedig rengeteg dolog van, amit valójában nem tud, nem magyaráz meg az amiket tanulunk akár az egyetemen, akár utána.

Néhány érdekes dolgot írok le a teljesség igénye nélkül.

Számomra az első fura dolog az volt, hogy a betegek nem ismerik a könyveket, a betegségeik sokszor nem olyanok és nem úgy zajlanak le, ahogy az a könyvekben meg van írva.

Az is fura, hogy sokszor mennyire egybeesnek a betegségek más dolgokkal, történésekkel. Kimerültség, érzelmi megrázkódtatások és még sok-sok dolog kapcsolható össze azzal, ahogy és amikor megjelenik egy betegség.

Furcsa az is, hogy a szemek dioptriája nem áll arányban azzal, ahogyan lát valaki. Találkoztam 10 %-os látással olyannál akinek -0,25 dioptria kellett csak a jó látáshoz és olyannal is akinek -2,0.

A betegek sokszor már az előtt érzik, hogy valami nem stimmel a testükben, hogy kialakulna egy orvosilag is diagnosztizálható betegség.

Miért van az, hogy egyesek kiválóan meggyógyulnak a legsúlyosabb állapotokból is, míg mások az enyhébb dolgokkal is kínlódnak, panaszosak?

Engem ezek a furcsaságok elkezdtek érdekelni. Kíváncsi voltam rá, milyen válaszokat tudok találni a felmerült sok-sok kérdésemre.

Az, hogy hamarabb is érez a beteg, mint hogy megjelenik az orvosi elváltozás engem arra az útra terelt, hogy kell legyen valamiféle áramlásbeli, energetikai zavar ami a betegség előtt alakul ki és ha ez nem oldódik meg, akkor ebből betegség lesz. A kínai orvoslás évezredek óta használja az akupunktúrát és a gyógynövényeket arra, hogy ezen az energetikai szinten helyreállítsa a dolgokat.

Az érzelmek és más körülmények befolyása a betegség kialakulására mára már egyre elfogadottabb tény és egyre több módszer születik arra, hogy azt a hatalmas energiát, amit az érzelmek gerjesztenek a testbe ne befelé, hanem kifelé csatornázhassuk. Jómagam is használok egy ilyen technikát, szomatodrámának hívják.

És még mindig itt vannak a szemek, a látás.

A látás egy különleges folyamat. Testi, lelki, érzelmi, spirituális síkja is van. A szemészet egy egészen szűk spektrumával foglalkozik csak: a fizikai síkúval. Érdekes módon azt tanítják nekünk, hogy a látásromlás genetikai, öröklött dolog, csak romlani tud, semmi köze a használathoz, az érzésekhez. Én azonban nem ezt tapasztalom.

Repülőorvosként találkoztam először olyanokkal, akik megjavították a látásukat. A pilóták szeretnek jól látni a szemüveg nagyon bekorlátozza a lehetőségeiket, ezért elkezdenek megoldásokat keresni a problémára. Mivel évente vizsgálom őket eleinte meglepett amikor azt láttam, jobban látnak mint előző évben. Ilyeneket meséltek: repülés közben sokszor néztek ki a messze lévő föld felé, és elmúlt a rövidlátásuk. Elkzdték gyors mozgásra szoktatni a szemüket és javult az olvasásuk. Hogy van ez? Mi történik itt?

A következő erős inspiráció a saját látásom volt. Mindig nagyon jó szemem volt de 40 évesen elkezdtem hirtelen szinte egyik pillanatról a másikra homályosan látni közelre. Feltettem egy gyenge olvasószemüveget, azzal jól láttam de valahogy furcsa volt benne lenni. 5 perc után azonban amikor levettem megdöbbenve láttam, hogy sokkal rosszabbul látok, mint előtte! Elkezdtem figyelni arra még jobban, miket mesélnek a betegek és ők is mind ezt mesélték! Elhatároztam, hogy nem fogok szemüveget hordani, én is megjavítom a látásomat, ahogy a pilóták. És elkezdtem keresni módszereket.

Addigra már végzett látástréner voltam, ETI vizsgát tettem belőle de sokat nem tudtam meg a látásjavításról. Találkoztam viszont Vén Péterrel, aki Batesről és egy általa kifejlesztett módszerrel dolgozott és amit Péter is használ. Sok haszos dolgot tanultam tőle de még mindig nem voltam teljesen elégedett. Elindultam világgá, mint a mesehősök ☺

Néhány éve elkezdtem olyan kongresszusokra járni, olyan emberekkel találkozni és tanulni tőlük, olyan könyveket olvasni, amelyek a fizikai síkon túli vidékekre visznek. Hisz van egy szép közmondásunk: a szem a lélek tükre. Izgatott, mit is jelent ez?

Sokféle irányzatot találtam és a listám biztosan nem teljes, hisz a színekkel, fénnyel foglalkozókkal még nem találkoztam és biztos van olyan amiről még nem halottam. Mindenesetre elmentem a Műegyetemre ahová akkor a Kognitív Tudományok Tanszéke tartozott és fél évig bejártam a látással foglalkozó előadásokra. Ezeken a látás agyi folyamatával, a látási illúziókkal ismerkedtünk. Kovács ilona vezeti ezt a tanszéket, aki egy nagyszerű kutató, bár sajnos a tudományos cikkeinek nyelvezete számomra nagyon nehezen érthető.

Találtam sok érdekes embert, könyvet akik nagy részével aztán személyesen is sikerült találkoznom. Van köztük olyan, aki egy meditáció során visszakapta a tökéletes éleslátását és 30 éve ugyanolyan jól lát mindenhová ( Jacob Liberman), van aki a tudatossággal és a lelki tanulságokkal foglalkozik (Roberto Kaplan), van aki a mentáis képességek javításával (Ray Gottlieb), van aki ötvözi az Alexander technikával a látástréninget (Peter Grünwald), van aki a csikungot használja a szem javítására (Fedor Simonov). Vannak rengetegen Amerikában és Európában, akik arra esküsznek, hogy amit nem jól használ a szem, azt kell megtaníttatni, gyakoroltatni vele, ők a funkcionalis optometristák (behavioral optometrist), Magyarországon egyvalaki használja a módszert: Dömötör Dóra. Bates technikát pedig legjobb Esther van der Werftől tanulni!

Mindenesetre jó tudni arról, hogy a nagy előd, aki elkezdte és a gyakorlatban szinte a tökélyre fejlesztette a látás megjavítását, a természetesen jó látás visszaszerzését, az dr Bates volt. Ezen irányzat szemlélete szerint a látásromlás oka az erőltetett használat. Ha megtanuljuk ellazítani a látásunkat akkor az jól fog tuni működni. Ez az ellazulás pedig pozitívan fog hatni a testünkre, lelkünkre is.

Dr Batesnek rengeteg gyógyult páciense volt, közöttük az író, Aldous Huxley is. Írt is egy könyvet a Látás művészete címmel, a honlapomról letölthető és elolvasható, akárcsak dr Bates első könyve.

Ami biztos: a látás megjavítható! Meier Schneider, Leo Angart, Susan Barry és sok más ember írt a saját történetéről könyvet, mások cikkeket, weboldalakat, mások pedig köztünk járnak. Az ő történeteik mind mind cáfolják azokat az orvosi kijelentéseket, mi szerint aki rossz látással született az nem tud később megtanulni látni, akinek tompalátása van az 8 éves kora után már nem javíthatja meg, hogy a 3 dimenziós látás csak gyerekkorban alakulhat ki, hogy a rövidlátás nem javítható meg, stb. Ők és mások is sokan megélik és bizonyítják, hogy ezek mind nem igazak, hogy az emberi képességek javíthatóak, a látás visszanyerhető. Betegeim sajnos nem írnak (még) blogokat vagy nem tanítanak másokat így én mesélem el sokszor az ő történeteiket.

Hogy hogy van azóta a szemem? Köszönöm jól! Lassan 50 éves leszek és még mindig szemüveg nélkül olvasok. Szeretem a szabadságot, szeretem úgy megtapasztalni a világot ahogy van, szeretem hogy a szememnek nem kell dolgoznia csak lazul egész nap és ha netán kicsit homályosabban látok akkor tudom, hogy lazítanom kell nem pedig erőlködnöm ahhoz, hogy job legyen. Hát nem nagyszerű ez?

Mennyivel kellemesebb úgy élni, hogy megtanulunk lazítani ? Ez az igazi látástréning, ez a legjobb dolog, amit nyerünk általa: laza és könnyed látás és minden, ami ezzel jár. De ezt mindenki fedezze fel saját magának!