



ZGODBE

OB

KUHINJSKI

MIZI

Zdravilne zgodbe

RACHEL NAOMI REMEN



ŽIVLJENJE JE ZA ZDRAVE



NEKA MOJA PACIENTKA s sindromom kronične utrujenosti je več let iskala pomoč za svoje simptome, obiskovala je zdravnika za zdravnikom, obsedena z najmanjšimi podrobnostmi svojih telesnih težav, ki jih je vestno zapisovala v dnevnik. Danes je drugače. Prepričana je namreč bila, da ne smeš imeti nikakršnih simptomov, če hočeš uživati v življenju, obiskovati gledališče, imeti otroke, ljubiti. Kakor da ga lahko živijo le zdravi ljudje. Nato jo je med meditacijo preblisnilo, da jo bolj kot bolezen zaustavlja pomen, ki ji ga pripisuje. Dojela je, da jo ta pomen veliko bolj omejuje kot bolezen sama po sebi. Presenečena je ugotovila, da preprosto ni razloga, zakaj ne bi mogla iti v gledališče, če se počuti šibko ali jo kaj boli. Mogoče je potrebovala več časa, da je prišla do sedeža. In če se je počutila preslabo, potem ko je že sedela, je mogoče morala oditi prej. Mogoče je celo zamudila zadnje dejanje. Nikoli ni mogla vedeti. Toda zaradi pomena, ki ga je pripisovala simptomom, je prej zamudila vso predstavo.

Prenehala se je gnati za popolnim zdravjem, ki ga je nekoč uživala, in raje krepí telo na preproste in naravne načine. Namesto da bi obiskala štiri ali pet zdravnikov na teden, se posvetuje z njimi le ob hujših težavah. Spoznala je, da lahko naredi veliko več, kot bi pričakovala, če je pripravljena začeti brez misli na izid. V smehu pove, da je zamenjala napis na vezenini, ki visi na steni njenega notranjega življenja. Prejšnji se je glasil: »Življenje je samo za zdrave.« Sedanji pravi: »Vse, kar je vredno narediti, je vredno narediti tudi šlampasto.«