

## Alergie na kočičí srst

Pavel byl od dětství alergický na kočičí srst. V místnostech, kde se pohybovaly kočky, a při kontaktu s kočkami ho vždy začaly svědit oči. Ty navíc zčervenaly a slzely. Dále ho škrábalo v krku a musel smrkat/kýchat. Také ho vždy mírně svědilo v místě, kde se ho kočka dotkla.

Bylo jasné, že se Pavel musel v dětství dostat do situace, kdy si prožil vizuální odloučení – někoho ztratil nedobrovolně z dohledu. Buď mohl sám přijít o kočku, nebo se toto odloučení odehrálo v přítomnosti kočky/koček. A muselo to být pro něho stresující, neboť **toto nebezpečí nedokázal vycítit/zavětřit**.

Pátrání po příčině nebylo snadné, ale brzy se ukázala zřetelná stopa: když bylo Pavlovi asi 12 let, byl s rodiči na dovolené na farmě a jedna z koček zrovna porodila koťata. Pavel kočky miloval a moc si přál, aby si směl vzít jedno koťátko s sebou domů...

Když byla dovolená u konce, byl si jistý, že si jedno kotě bude moci vzít domů. Přišel však šok: rodiče rozhodli, že si žádné domů vzít nesmí. To ho velmi zasáhlo. Prožil si naprosto nečekaně vizuální odloučení (ztrátu kontaktu) a kočky a kočičí srst se staly tzv. kolejemi. Z tohoto důvodu od té doby reagoval na přítomnost koček spuštěním zvláštního programu pro spojivky a nosní sliznici.

Zajímavé na tomto případě bylo, že Pavlova přítelkyně měla sama kočku, která za nimi ale právě kvůli Pavlově alergii nesměla – to se změnilo až po čase...

Níže Pavel popisuje vlastními slovy, jak k vyřešení svého konfliktu dospěl:

*"Při prvním pokusu to klaplo na 98 %, takže jsem si vybudoval určité pozitivní mentální nastavení... Potom jsem šel k rodičům přítelkyně, pohladil jejich kočku a skončil s chomáčem chlupů v ruce. Ty jsem si pak přitiskl na obličej – normálně bych okamžitě zareagoval záchvatem, jinými slovy, oči by mi ihned zrudly a všude bych se škrábal, protože by mě nejspíše svědilo celé tělo... Ale teď se nic nestalo, jen jsem cítil něco na rtech... Říkal jsem si: „Páni, to je šílené – tak intenzivní... nemožné, to nemůže být pravda.“... Od té doby uběhl už skoro měsíc a půl, kočku jsme si vzali s přítelkyní domů a teď máme i druhou kočku. S novou kočkou se problém vrátil – popsal bych to jako malé „zemětřesení příznaků“, které jsem za pomoci naučeného vědomého postupu zklidnil... Je to opravdu skvělé, je to velmi příjemný pocit vědět, že můžete držet kočku v náručí, starat se o ni, hladit ji, hrát si s ní, já nevím co, aniž byste potom leželi na podlaze a špatně se vám dýchalo. Je to opravdu úžasné! Sám jsem už tento kurz doporučil spoustě lidí – mnoho z nich, kteří mě dobře znají, nemohlo uvěřit, že jsem se alergie na kočičí srst zbavil. Říkali: „Ok, no tak to je super!“... Taky chápu, že když mě lidé neznají a neví nic o mém příběhu, že to pro ně může být nepochopitelné a nechtějí tomu uvěřit – ale ti, kteří patří do okruhu mých přátel, ti to považovali za úžasné a také se zajímali o to, jak to celé s řešením alergií funguje."*

Zdroj (Fall 9)