

New Therapeutic System by Zuzana Hazuchová

Čo je to MSP Therapy?

MSP Therapy je metóda skutočnej príčiny. To znamená, že keď má človek aktuálne nejaký problém v súčasnosti, nájdeme jeho skutočnú príčinu, ktorá je v skutočnosti niekde inde, zväčša v detstve a riešime túto príčinu.

MSP Therapy – trvá zväčša 2 – 3 hodiny.

Hľadáme, kde v limbickom systéme sú počiatky súčasného problému, spolu zistíme, kde v minulosti vznikol. Následne ho zvedomujeme a pracujeme s limbickým odtlačkom. Spôsob je u každého klienta iný.

Po sedení sa pozitívny výsledok dostaví väčšinou zakrátko, niekedy to nejaký čas trvá. Občas treba robiť odblokovanie viackrát, málokedy sa to však týka toho istého problému.

Ako MSP therapy funguje?

Použitie metódy skutočnej príčiny v skratke znamená, že človek ktorého aktuálne niečo trápi, to pomenuje. Spolu hľadáme, kde v limbickom systéme sú počiatky súčasného problému, zistíme, kde na časovej osi v minulosti vznikol. Následne ho vyčistíme a limbický odtlačok prepíšeme.

Klient odchádza naladený tak, že začne fungovať akoby nanovo prestavený, bez používania starých vzorcov.

Na aké problémy je metóda účinná?

Na všetky. Veľmi často prichádzajú rodičia, pretože deti sú v živote človeka presne tým elementom, ktorý nás posúva dopredu, snažíme sa byť lepšími ľuďmi, nepakovať chyby našich rodičov, preto sú rodičia veľmi častou klientelou. S rodičmi, špeciálne s mamičkami, pracujem veľmi rada, pretože deti sú naozaj obrovskou „hybnou silou“. Ak má dospelý nejaký problém, dieťa stláča presne tie gombíky, ktoré nakopnú rodiča aby s tým niečo robil okamžite, už nemôže čakať. Čo je super, pretože ho to nakopne veci riešiť.

Je MSP Therapy vhodná len pre rodičov?

Nie. Funguje na všetky okruhy problémov. Keď som začínala, mojimi klientmi boli často moji bývalí kolegovia z farmaceutických firiem, ktorý riešili vzťahy, peniaze či prácu a deti ešte vôbec nemali.

Ako metóda vznikla?

Sama som v živote už ako dieťa zažila traumatické veci, ktoré sa mi neskôr začali premietiť v dennodennom živote. No a ako to už v živote býva, s narodením dcérky sa problémy ešte zintenzívnili.

Hľadala som spôsoby, východiská ako prežiť a dať sa dokopy. Prešla som mnoho druhov terapií, metód, seminárov či zážitkových workshopov na Slovensku, v Čechách i v zahraničí. Od úplne pragmatických ako návšteva „klasického“ psychológa cez veľmi populárne metódy ako Cesta od Brandon Bays, regresnú terapiu, kvantovanie, či úplne ezoterické ženské semináre u Karaimi v Haluziciach. Získala som prehľad o rôznych spôsoboch a metódach, ktoré sa snažia ľuďom pomáhať.

Čo z toho všetkého teda vyšlo?

Že každý verí, že jeho metóda je najúčinnjšia. Tým, že som ich prešla veľa a každý tvrdil to isté, som zistila, že každá metóda má niečo do seba, začali sa mi spájať súvislosti a začala som používať, čo sa mi v danej situácii hodilo, čo mi pomohlo a čo nie. Zistila som napríklad, že je rozdiel medzi mužmi a ženami a že ak nejakú metódu vymyslel muž, bol v nej skôr presadený mužský princíp a bola vhodná viac pre mužov a u žien zas fungujú iné veci. Naopak metóda, ktorú vymyslela žena je v niektorých prípadoch takmer nepoužiteľná pre muža. Alebo je, ale efekt sa dosiahne omnoho ťažšie a za dlhší čas ako u ženy, preto treba použiť niečo iné. Tiež som pochopila, že sú ženy ktoré sú veľmi mužské, čo je logické, keďže žijeme v tomto mužskom svete a treba sa s nimi tak baviť. Našla som vlastné cesty, vlastné postupy, s ktorými som sa nikde nestretla a zistila som, že fungujú. Používam aj hudobné nástroje, hudbu, pohyb, pracujem aj s vôňami, farbami na druhej strane pracujem s veľmi pragmatickými technikami.

Je nejaká exotická krajina, ktorou sa MSP inšpirovala?

Áno, týmto miestom je Ratus Bagus ashram na Bali, v Indonézii. Kto pozná Osha, bude ho zaujímať, že tento človek je na Bali považovaný za žijúceho Osha. Toto miesto nie je klasickým ashramom, kde sa učí joga. Učí sa tu pohybová meditácia cez „shaking“ - trasenie. Klientami sú bohatí ľudia Austrálie, západnej Európy

či USA. Ako pri každej metóde, aj zástancovia tejto tvrdia, že je to jediná a najúčinnějšía metóda ako sa zbaviť problémov. Určite má niečo do seba. Takéto „shaking groups“, čiže skupinky, kde sa ľudia chodia triasť, sú v rôznych mestách Európy či Austrálie napr. v Belgicku sú takéto skupinky tuším až štyri. Jedna Talianka, ktorá bola v ashrame rok sa napríklad vyliečila z rakoviny. Takže som sa inšpirovala. Verím, že naše bloky sa ukladajú na rôznych miestach tela a že pohyb môže ľuďom naozaj pomôcť zbaviť sa psychických problémov, či vyliečiť sa z chorôb.

Na čo všetko je terapia účinná?

Rôzne. Metóda pomáha na riešenie aktuálnych problémov s deťmi, partnerom, ex partnermi, prácou, či financiami. Riešime zážitky z detstva, vzťahy s rodičmi. Mala som už klientov, ktorý pred tým hľadali pomoc u psychológov či psychiatrov. Tiež ľudí pracujúcich v mojom odvetví. Spätná väzba od atestovanej psychologičky, že už skúšala všetko a síce ešte taký druh terapie nezažila ale konečne sa to vyriešilo, je aj pre mňa naozaj silná.

Ako často sa na terapiu chodí?

Občas treba robiť odblokovanie viackrát, málokedy sa to však týka tej istej otázky. Niekedy klient príde na ďalšie sedenie a rozpráva o úplne inom probléme a pár otázkami zistím, že si vôbec neuvedomuje, že ten pred tým už nemá. Po sedení sa pozitívny výsledok dostaví v rôznom časovom rozpätí. Ale dostaví sa. Častokrát sa stáva, že klient o pol roka daný problém jednoducho nemá a nepripisuje ho terapii, pretože na ďalšej nebol a prekvapuje ho, že na tak závažnú vec, bolo účinné jedno sedenie. Súvisí to aj s tým, že klientov objednávam po dlhšom časovom období, pretože terapiou sa udejú veľké zmeny v psychike a naučených spôsoboch správania. A tieto si potrebuje ukotviť a žiť ich v bežnom živote. Nie je to také to klasické chodenie na terapie každé dva týždne.

Čo sa deje po terapii?

Po terapii som s klientami v kontakte. Dejú sa im rôzne veci v živote na mentálnej, duchovnej, fyzickej úrovni, zmeny v konkrétnych životných situáciách. Po terapii dostávajú cvičenia, na ukotvenie zmien v reálnom živote. Až keď cítim, že nastal ten čas, objednávam ich, po vzájomnej dohode.

Čo je v MSP dôležité

Dôležité je zbaviť sa očakávaní. Čím viac očakávaní klient má, tým je to náročnejšie. Dôležité je byť rozhodnutý veci riešiť, nie skúšať veci vyriešiť. A nikdy neprichádzať z donútenia. Motívom musí byť úprimná vôľa veci vo svojom živote zmeniť.