

Úvod

Poté, co byla modlitba většinu dvacátého století přehlíženou popelkou, vrací se do středu pozornosti moderní medicíny.

Lékaři neberou modlitbu pouze do svých ordinací, klinik a nemocnic, ale i do experimentálních laboratoří.

Nedávné výzkumy ukazují, že 75 procent pacientů věří, že jejich lékaři by se měli zabývat duchovními aspekty lékařské péče a 50 procent si přeje, aby se jejich lékaři s nimi modlili za jejich uzdravení.

Proč bychom jako doplněk k léčbě nemohli využít modlitbu?

Modlitba je zpátky. Poté, co byla většinu dvacátého století přehlíženou popelkou, vrací se do středu pozornosti moderní medicíny. Lékaři neberou modlitbu pouze do svých ordinací, klinik a nemocnic, ale i do experimentálních laboratoří. Lékařské časopisy jsou ochotnější než kdykoliv předtím publikovat studie týkající se léčivých účinků modlitby a víry. Příběhy o modlitbě se objevily jako hlavní články v řadě nejčtenějších časopisů. O vědeckých výzkumech zkoumajících účinky modlitby se nedávno mohli dočíst čtenáři jinak konzervativního Wall Street Journal.

Většina z vás patrně řekne, je načas. Nedávné výzkumy ukazují, že 75 procent pacientů věří, že jejich lékaři by se měli zabývat duchovními aspekty lékařské péče a 50 procent si přeje, aby se jejich lékaři s nimi modlili za jejich uzdravení. Zdá se, že my lékaři jsme si jejich proseb vědomi a nasloučáme jim. Patrně vás překvapí, že většina z nás se za své pacienty modlí.

Před dvěma lety byla uspořádána v jedné z našich nejlepších lékařských institucí v Harvard Medical School v Bostonu přednáška na téma „Spiritualita a léčení“. Jedna třetina studentů na lékařských fakultách navštěvuje kurzy alternativního lékařství mnohé z nichž zdůrazňují význam duchovních aspektů léčení včetně modlitby. Pět vysokých škol nabízí programy zkoumající vztah mezi vírou a zdravím.

Ztrácíme rozum?

Stěží. „Z hlediska statistiky Bůh je pro nás dobrý,“ říká MUDr. David B. Larson z Národního institutu pro výzkum zdravotní péče v Rockville, Maryland, jenž studuje vztah mezi spiritualitou a zdravím. Larson, bývalý výzkumný pracovník v Národním institutu duševního zdraví říká:

*„Na lékařské fakultě nám bylo řečeno, že náboženství je škodlivé. Poté jsem se podíval na výsledky různých výzkumů a zjistil jsem, že náboženství je mimořádně prospěšné a užitečné co se prevence nemocí týče. Pomáhá nám vyrovnat se jak s duševními, tak i tělesnými problémy. **Byl jsem šokován.**“*

Zaskočený jsem byl i já. V osmdesátých letech se mi náhodou dostala do rukou studie. Modlitba byla testována v moderní nemocnici na velké skupině pacientů trpících srdečními potížemi. **Nikdy mne nenapadlo, že by někdo mohl testovat modlitbu jako nový lék** – modlit se pro jednu polovinu pacientů a pro druhou polovinu nikoliv; a poté změřit výsledky. Tato studie potvrdila terapeutický účinek modlitby na dálku.

Když jsem se se svým překvapením vyrovnal, položil jsem si otázku: **„Jestliže je modlitba účinná, neměl bych se za své pacienty modlit?“**

V té době jsem byl v tomto ohledu značně skeptický a jedna studie pro mne nebyla dostatečným důkazem. Rozhodl jsem se hledat další důkazy a **ke svému údivu jsem objevil, že existuje dalších 130 vědeckých studií** v oblasti nestandardního léčení, řada z nich využívá léčivou moc modlitby.

Více jak polovina těchto experimentů naznačuje, že modlitba je účinná. Tyto důkazy

jsem začal pokládat za nejlépe utajované tajemství v moderním lékařství a začal jsem se za své pacienty modlit.

Na základě svého vlastního bádání a svých vlastních experimentů jsem napsal knihu *„Léčivá slova: Moc modlitby a medicínská praxe“*. Velmi pozitivní odezva na tuto publikaci mi umožnila, abych o modlitbě hovořil s řadou lidí – na lékařských fakultách a v nemocnicích, v domovech důchodců a v kostelech, v Národním institutu zdraví, v sekci britského parlamentu dokonce i v Pentagonu.

V těchto diskusích se znovu a znovu vynořovaly jisté otázky. Víím, že o nich přemýšlíte i vy, neboť jsem od vás dostal stovky dopisů, v nichž popisujete své vlastní zkušenosti a zážitky s modlitbou. Objevil jsem, že většina z vás se zajímá o čtyři všeobecné oblasti – vědecké důkazy modlitby, kontroverzní věci spojené s experimenty týkajícími se modlitby, co je modlitba a jak se modlit. Členění této knihy bere v úvahu tyto čtyři kategorie. Různé části jsou samostatnými jednotkami a lze je číst v jakémkoliv pořádku. Řiďte se vlastními potřebami a vlastním úsudkem.

Tuto knížku jsem napsal jako rozmluvu mezi dvěma lidmi, nikoliv jako akademické či vědecké pojednání. Chcete-li se dozvědět více o vědeckých aspektech týkajících se modlitby můžete si přečíst *Léčivá slova*, kde naleznete popisy samotných experimentů.

Doufám, že při četbě této knihy odoláte pokušení zaujmout jednoznačně kritický postoj vůči modlitbě či modernímu lékařství. Jako lékař používám léky a chirurgické procedury, neboť víím, že jsou účinné. Účinná je však i modlitba. Není nutné,

abychom byli příznivci buď modlitby nebo léků. Máte-li zánět slepého střeva, pak byste měli podstoupit příslušnou operaci, neboť je to nejúčinnější léčba již lidstvo pro tento konkrétní problém zná. Proč bychom však jako doplněk k operaci nemohli využít modlitbu?

Myšlenky a city mající hodně společného s modlitbou vysílané na dálku urychlily léčbu těch, jenž byli operováni. Jsme-li nemocní měli bychom používat selský rozum. Používejme to, co přináší výsledky a je účinné. Ve většině případů je místo jak pro modlitbu, tak i pro moderní lékařství.

Přestože nám věda říká, že modlitba je účinná, nedokáže vysvětlit proč tomu tak je. Je tomu tak proto, neboť není schopna, jak se někteří lidé obávají, modlitbu spolknout. Modlitba vždy zůstane obestřena aurou tajemství.

Tuto knížku jsem napsal pod vlivem modliteb tisíců lidí, jenž se za mne a za moji práci modlili. Jsem jim za to vděčný z celého svého srdce.

MUDr. Larry Dossey

Část první

Důkazy

Testování modlitby jako aktu uctívání

Co kdyby vám příště až onemocníte váš lékař řekl: „Vezměte si hrst prášků. Nezáleží na tom o jaké prášky se jedná a nemusíte je počítat. Užívejte jich hodně a často protože léky léčí.“ Přestože věříte v léčbu pilulkami tuto radu byste pokládali za zcela nezodpovědnou a nebezpečnou. Existuje celá řada léků – některé jsou účinné v kombinaci s jinými léky, účinky některých léků jsou téměř okamžité, jiné pozvolné. Pouze na základě jejich pečlivého otestování je jejich užívání bezpečné a účinné.

Totéž lze vztáhnout i na modlitbu. Máme různé druhy modliteb a důkazy naznačují, že jako léky **i modlitba může mít různé následky – pozitivní, neutrální nebo negativní.** O některých modlitbách bychom mohli říci „Mohou pro vaše zdraví představovat zdravotní hazard.“

Nejlepším způsobem jak můžeme různým nuancím modliteb porozumět a jak je používat je, podrobíme-li je vědeckému zkoumání. Zdá se mi, že tyto důkazy by měly zajímat každého, dokonce i ty, kteří již v modlitbu věří.

Někteří lidé se domnívají, že věda je nepřítel