

Labdien, Paul! Vēršos pie Jums ar man jau ilgus gadus sasāpējušu problēmu. Aptuveni gadus 14 atpakaļ man pastiprināti sāka izkrist mati, visu šo gadu laikā tie pakāpeniski ir kļuvuši ļoti plāni, agrāk man tie bija skaisti, biezi. Izkritušie mati ataug, bet tie ir smalki un trausli. Mani kā jaunu sievieti tas ļoti uztrauc, mati tomēr ir mūsu rota. Pagājušajā gadā gāju cauri ļoti smagiem notikumiem manā dzīvē, izteiktai psihoemocionālai spriedzei, pēc tā mati sākuši krist ārā vēl intensīvāk. Nezinu ko darīt, sāku apdomāt tos apgriezt daudz īsākus, lai izskatītos normāli, kaut gan apzinos, ka sievietei būtu jābūt gariem matiem.. Trihologa(matu speciālista) konsultācija, izmeklēšana maksā ļoti dārgi, kur nu vēl ārstēšana, turklāt zinu, lai piemēram cīnītos ar sēnīti galvas ādā ārsts iesaka dzert spēcīgu pretsēnīšu līdzekli, kas ir ļoti kaitīgs aknām. Jūtu, ka manu matu izkrišanas galvenā problēma ir biežā spriedze un stress, diemžēl kaut ko uzlabot arī šajā jomā man ir ļoti grūt i... Vai Jūs, lūdzu, varētu man ko ieteikt? Jau iepriekš pateicos. Ar cieņu, Inga.

Ar katru matu.

Tepat vien

sava mata galā Tu esi.

Apkārt skaties

un dzirkles gaidi.

Tā jau nav,

ka būtu tik ļoti bail

vai galīgi apnicis dzīvot.

Tā jau nav,

ka Tu justos tik ļoti vainīgs

vai tas nāktu kā atpestījums.

Vienkārši zini -

sava mata galā Tu dzīvo

un dzirkles

tāpat kaut ko gaida.

Labdien, Inga!

Jums taisnība. Veselība, un it sevišķi matu stāvoklis ir atkarīgs no dzīvesveida un Jūsu dzīves vides. Protams, destruktīvai spriedzei ir liela ietekme uz visu organismu un arī uz matiem. Pozitīvā – radošā spriedze (*entuziasms*) savstarpējās apkaršanas zemēs ir reta parādība...

Negribu būt, neesmu un netaisos būt psihoterapeits, tāpēc nenomierināšu Jūs un nestāstīšu par medicīnas sasniegumiem. Ja meklējat mierinājumu, tad Jums to izsniegs baznīcā, ja vajadzīgas cerības no labākiem medicīnas laukiem, tad tam ir visi maksas pakalpojumi. **Miegazāles Jūs no tīģera nagiem neglābs.** Tikai Jūsu pašas ātrās kājas un skaidrā galva, ja tāda Jums vēl ir saglabājusies šajā vispārējo melu valstībā, kurā tagad savu laimi meklējat.

Ieteikt var daudz ko un tas neko nemaksā, bet Jūs jau tāpat to neņemsiet vērā un tāpat kā visas turpināsiet tik tādā pašā garā to pašu vien tālāk. Var Jums jautāt:

- Kādu mūziku klausāties?
- Kā ģērbjaties?
- Ko tiecaties sasniegt?
- Ko lasāt?
- Kādas filmas skatāties?
- Kādas ziņas klausāties?
- Kādas ir Jūsu attiecības ar darba biedriem?
- Kādi Cilvēki ir ap Jums?
- Kur dzīvojat?
- Kā konkurējat?
- Ko savstarpējas izmantošanas pasaulē ēdat?
- Vai un cik izmantojat datorus un citu mikroelektroniku?
- Kā izsargājaties no interneta postošās ietekmes?

Protams, ka mati ir Sievietes rota un Jūs noteikti esat tos, tāpat kā visu ķermeni, publiskās vietās izejot, sevis efektīgākai pasniegšanai attiecīgi ietērpusi. **Katrs taču izrāda to, kas tam ir, ar ko viņš lepojas...** Mūsdienās Sievietēm patīk demonstrēt sava ķermeņa fiziskos jaukumus, tai pat laikā lūdzot “skatīties acīs”, kur dvēsele mītot... Viņas cenšas vienu otru apsteigt, būt veiksmīgākas konkurencē par populārāko un modīgāko seksuālo partneri. Tāda konkurence sevī ietver arī sāncenšu nobīdīšanu malā. Un te nu ne viens vien skaudīgs un naidīgs vai nefīras iekāres pilns skatiens “iepinas” Jūsu matos vai “iekniebjas” demonstrētajos jaukumos. **Sievietes ir aizmirsušas senču gudrību – “nelielies!”**

Katru dienu Jums iegalvo, kā esot jādzīvo, kas esot pareizi, kas esot Jūsu draugi, bet kas ienaidnieki, ko vēl vajagot iegūt un sasniegt.

Ja es Jums teikšu, ka viss, ko Jums stāsta ir tieši pretēji, un tas, ko uzdod par labu ir Jūs bendējošs, ka “draugi” ir nāvīgākie ienaidnieki, bet par “ienaidniekiem” sludinātie, ir Jūsu vienīgā un pēdējā cerība, Jūs taču man neticēsiet un tāpēc savu dzīvi neapvērsīsiet pretējā virzienā! Jums piedāvā vienkāršus risinājumus: “Nogrieziet īsākus matus, sadzīvojiet ar to, atrodi citu sevis pasniegšanas veidu, pērciet, pērciet, maksājiet tam un maksājiet šitam...” Nogrieziet un samaksāt ir vieglāk kā **attiekties no visa pazudinošā** un sākt kāpt ārā no tās atkritumu izgāztuves, kurā Jūs kopā ar citiem tādiem pašiem “krustpunktos labāk dzīvotājiem un Gejrofonu apguvējiem” paši sev matus izplūcat.

Nevienas zāles un līdzekļi nevar labot un nelabo to, kas ir visā kopumā nepareizs. Jūs esat gājuši pa nepareizu ceļu! Un tālāk būs tāpat un vēl sliktāk! Tas, ka Jūs **kaut ko** ar sevi darīsiet, nemainīs to ietekmi, kādu uz Jums atstāj Jūsu apkārtne un to veidojošie. **Starp Cilvēkēdājiem grūti izdzīvot.**

Sievietes tiecas konkurēt ar vīriešiem viņu pasaulē un darīt to pašu, ko dara viņi, saņemot to pašu un pašas bez viņiem iztikt savās seksuālajās vienlīdzības partnerībās. **Saņemot vienu, neizbēgami tam līdz nāk arī viss cits.** Plikgalvība ir piektās rases vīriešu sasprindzinātās savstarpējās cīņas (*uz ko viņus sarīda sievietes*) sekas. Tad, kad Sievietes grib “visu to pašu”, tad viņas arī visu to pašu saņem – “esi sveicināta plikgalvība!” **Karma ir Karma. Karma ir arī kolektīva** – ja tā dara citas, tad ar to tās apdāvina arī pārējās, kuras to tā nedara un negrib to darīt, un par to to pašu saņem. “Visas vai neviena” - tas attiecas arī uz veselību un ģimenes laimi. Vai nu beigsiet konkurēt, vai arī staigāsi kā “nelaimes čupuņas”.

Karma ir Karma. Jūs dzīvojat NATO teritorijā. **NATO valstu iedzīvotāji kolektīvi iznīcina citas valstis un tuvina pasauli karam.** Padomājiet - cik valstis Jūsu dzīves gados ir iznīcinātas, cik apvērsumu noorganizēts, cik valstīs gāztas to likumīgās valdības un cik zemēs tiek organizēti vadītas masu nekārtības, lai vājinātu valdību rīcības spējas. Nupat vēl Krievijā notika ASV algoritmu rīkotas masu nekārtības – nesankcionētas demonstrācijas "pret

korupciju". Pēc tam Pēterburgā sprādziens metro vagonā tobrīd, kad pilsētā tiekas prezidenti Putins un Lukašenko. ASV bombardēja Sīriju tieši prezidentu vakariņu laikā, kad ASV tikās Tramps ar Ķīnas prezidentu Si Dzen Pinu. ASV bombardēja Sīriju, pret to iebilda Zviedrija un tūlīt pat, tajā pat dienā Zviedrija saņēma "kravas automašīnu" Cilvēku pūlī... **Interesanta sakritība!?** Interesanta sakritība ar Trampa inaugurācijas runu: "Mēs (...) izdodam jaunu dekrētu, par kuru dzirdēs visi – katrā pilsētā, ārzemju galvaspilsētā un katrā varas zālē. Ar šo dienu un turpmāk, jauna vīzija valdīs pār šo zemi. No šīs dienas un turpmāk tikai Amerika."

Padomājiet – cik Sieviešu Jūsu dzīves laikā tā visa rezultātā ir gājušas bojā, cik ģimeņu sagrauts, cik palikušas bez pajumtes, cik izmocītas NATO radīto "protestētāju" un "mērenās opozīcijas" rokās?!

Katrs iznīcinošs NATO šāvīnš atgriežas Jūsu dzīves vietā kā Jūsu veselības zudums. Jūs ar katru matu atbildat par katru NATO nesto nelaimi. **Tas viss atgriežas pie katras no Jums.** Jūs par to atbildāt tāpēc, ka to klusējot pieļaujat. Jūsu vīri un dēli to dara citām sievietēm, tāpēc tas nāk pār Jūsu galvu! Vai domājat, **ka tās Sievietes Jums nesūta savas ciešanas, bēdas, sāpes un nāves mokas?!** Bet Jūs gribat staigāt ar skaistiem matiņiem...

Ko es varu ieteikt pret spriedzi un stresu Jūsu pasaulē, kurā Cilvēkus sarīda vienu pret otru – darbā kolēģi pret kolēģi, mājās bērnus pret vecākiem, vecākus un bērnus vienu pret otru, tautu pret tautu un katru pašu pret sevi? Ko es varu ieteikt tur, kur katru dienu Jums stāsta par Krievijas uzbrukuma draudiem?! Ko es varu ieteikt?! Vai vēl kāds 1000 ASV tanku Latvijā Jūs nomierinās? Vai vēl 500 lidmašīnas, vai kādas 30 atombumbas? Vai vēl kādi 5000 kanādiešu karavīri Jūs darīs laimīgu?

Spriedzi es mazināt nevaru. Es to nedaru. Es varu ieteikt pastaigas svaigā gaisā, bet šīs pastaigas no Jums neattālinās Jūsu dzīves postītājus un kara izraisītājus. Kad Jūs atgriezīsities savā dzīvoklī, tad atkal būsīt tajā pašā dzīvesveidā, tajā pašā sevi iznīcinošajā "progresīvajā Cilvēcē". Cilvēks nevar gultā pagriezties uz otriem sāniem pa daļām, pa gabaliņam. Nevar, ejot uz priekšu, mazliet tomēr iet atpakaļ. Nevar, esot miskastē, būt mazliet tīrīgs. Ja Jūs tur esat ar visām rokām, kājām un galvu, tad tur ir tā, kā tur ir.

Nav tāda līdzekļa, ar kuru, paliekot turpat, var būt mazliet arī citur. Var dārgi samaksāt par viena cauruma aizlāpīšanu, bet ar to pašu izgriezt caurumu citur. **"Brēmenes muzikantu" mācība ir vienkārša – rīko kādas vēlēšanas gribi, pārvieto ministrus kā gribi, bet valsti tas no mēsliem neizceļ.** Neizceļ tāpēc, ka visi kopā paši mēslo. Tāpat arī Jūsu gadījumā. "Piepucējot" vienu vietu, nevar atveseļot visu, to kā slimību uzrāda Jūsu mati un (!) mainīt visu to, kas Jūs slimu dara. Tiem, kas to dara, Jūsu slimošana ir "veselīga" – viņu naudas maki "uzveseļojas" tieši Jūsu problēmu apmērā tāpēc, ka **viņi visas Jūsu problēmas kopā ar Jums rada.**

Varu ieteikt pretsēnišu līdzekli. Sajauciet vienādās daļās sodu un smalko vārāmo sāli. Ņemiet Eikalipta, Priedes, Lavandas, Piparmētras un Tējas koka ēterisko eļļu maisījumu vienādās daļās. Ja nav žēl un rocība atļauj, piejauciet arī desmito daļu Rožu eļļu. Tad, ar aprēķinu 3 pilieni eļļu maisījuma uz tējkaroti sāls sodas maisījuma, iejauciet eļļas pulveri. Reizi dienā ņemiet pa tējkarotei tāda smaržīgā pulvera un izšķīdiniet to litrā silta ūdens. Ar šo ūdeni krietni samērcējiet galvu un paturiet ietītu diviļi 15 minūtes. Ar tādu pašu emulsiju var skalot muti – palīdz pret zobakmeni. Ja vajag pelējuma sēnītes izdzīšanai no telpas vai ādas un nagu sēnītes ārstēšanai, tad šo eļļu maisījumu iejauc medicīniskajā spirtā – 1 daļa eļļas maisījuma uz 4 daļām spirta. Ar to apsmidzina pelējuma vietas vai sēnītes skartās ķermeņa daļas. Stresu tas Jums neatņems, bet sēnīti nostresos līdz nāvei!

Lai veicas!

Mainiet mainoties!

Pauls Stelps
Sociopsiholoģijas asociācija