



## IV. Životní a emoční témata pánevního segmentu

- pánev je základna těla, grunt, fyzické těžiště, energetické centrum
- místo radosti ze života, chuti do života, vitality
- nepodmíněná radost
- centrum plodnosti
- místo naší sexuality, sexepílu, vášně
- tvořivosti
- ženského sebevědomí
- místo ženské síly
- téma mateřství
- syndrom vyhoření
- místo našich instinktů a pudů /plazí mozek/
- materiální existence, hojnost, hmotné přežití
- schopnost bytí tady a teď
- jsem tady správně, vše je v pořádku
- sídlo a zdroj naší základní životní síly /kundalini/
- místo spojení s tabu, stíny, temnotou, osobního i kolektivního nevědomí
- karmické souvislosti
- sebezáchova a vůle žít
- uzemnění x jsem „ulítlá“
- rodové kořeny, ženská rodová linie
- jistota, bezpečně, zázemí, matka, Bohyně, Země, Gaia
- primární agrese a vztek, zuřivost
- strachy a úzkosti
- zvyky, scénáře, lpění
- potence a plodnost
- kmenová síla



## Které z témat pánevního pancíře si osobně řeším?

S každým segmentem /pancířem/ se pojí typická životní témata, emoce, vzorce. Známe velmi dobře asociace například se srdcem. Se srdcem se pojí láska - soucítění - odpuštění ... Co se pojí s naší pávní? Ano, ona má také svá typická témata.

Pokud delší dobu ignorujeme životní situace, které volají o naši pozornost a nežijeme témata pánve v té lepší variantě, je taky ne-moc. Potíže, zpočátku jemné upozornění. Je na nás začít vnímat, cítit a hlavně měnit vzorce, zvyky a postoje, které nás k učití potíži vedou.

*Které téma se nese v mé ženské rodové linii? Mým osobním životem?*

## Psychosomatické nemoci, příznaky, potíže pánve

Pokud některé z nich vy za psychosomatické nepovažujete, škrtněte si je ze seznamu a lékaři vám vysvětlí jejich příčinu.

- gynekologické a urologické potíže obecně
- bolesti SI kloubů, kostrče, bederní páteře /kříže/
- bolesti kyčlí, artróza
- funkční neplodnost
- výtoky, kvasinky
- záněty močového měchýře a cest
- endometrióza
- rakovina
- potíže s menopauzou  
silné krvácení, návaly
- menstruační potíže  
PMS
- inkontinence
- nefunkční pánevní dno  
/pokles x stah/
- prolapsy, cystokéla, rectokéla
- hemeroidy
- sexuální potíže /anorgasmie, bolestivý pohlavní styk, vulvodynie, dyspareunie/



Pracovní listy pro lektorský kurz Školy pánevního dna /autorská práva/  
Autorka: Renata Sahani, [www.skolapanevnihodna.cz](http://www.skolapanevnihodna.cz)  
Nekopírujte materiál svým klientkám, ani kolegyním na pracovišti. Děkujeme

## Moje 13. komnata

*Které ze zdravotních potíží pánve /gynekologie, urologie, sexuologie, bolesti kříže a pánve/ se mě týkají? Co si řeším? Nebo co jsem si již zpracovala a je za mnou?*

*Jaké témata pánve si má moje máma? Babička? Co máme v rodině?*