

# Habil. dr. Eugenijos Šimkūnaitės mintys nesensta

*Birutė Karnickienė*

*Eugenijos Šimkūnaitės labdaros ir paramos fondo valdybos pirmininkė*

Nedaug buvo ir yra mokslininkų, kurie skirtų tiek daug laiko ir gebėtų taip populiariai, vaizdžiai aiškinti savo tyrimų išvadas visuomenei, kaip tai darė habil. dr. Eugenija Šimkūnaitė. Galbūt kaip tik tai ir pelnė jai visuotinę pagarbą. Drįstu teigti, kad habil. dr. E. Šimkūnaitės skelbtos tiesos nesensta ir šiandien. Vaistininkė, mokslininkė, vaistinių augalų tyrinėtoja, liaudies medicinos žinovė, aktyvi visuomenininkė, puiki lektorė, botanikos žinovė, reikli operos vertintoja E. Šimkūnaitė buvo viena atkakliausių sveiko gyvenimo būdo propaguotojų. „Labai svarbią reikšmę sveikatai turi taisyklingas darbo ir poilsio kaitaliojimas, protingas naudojimas saule, vandeniu, tyru oru, racionalus maitinimasis“, – rašė E. Šimkūnaitė, klodama pamatus naujai medicinos kryptiai – sveikos gyvensenos, – kuri šiandien vis aktualesnė. Habil. dr. E. Šimkūnaitė toli pralenkė laiką, skatindama į pacientą žvelgti individualiai: Jos konsultacijos rėmėsi atsakinga medicininių tyrimų analize ir išsamiau visos giminės sergamumo, negalavimų aprašu. „Sveikatą turime visam gyvenimui tik vieną, tad stenkimės, kad sąmoningai ar nesąmoningai neatsistotume ligos pusėje. Gydytis – ne kortomis lošti, rizikuoti nevalia“. Šiuos habil. dr. E. Šimkūnaitės žodžius, šias nuostatas, kuriomis ji vadovavosi konsultuodama jos pagalbos prašiusius žmones, galėtume vertinti kaip norą įžvelgti genetinį paciento paveldą. Dėl šito svarbos dabar medicina jau neabejoja.

Mokslininkė labai vertino ir skatino žmogaus ir gamtos nedalomą ryšį, žmogų vertindama kaip gyvosios gamtos dalį. Tuo ji grindė gyvybinį gamtos apsaugos būtinumą, kaip žmogaus išlikimo sąlygą ir sergamumo prevenciją. Ir turbūt svarbiausia, ko Ji mus mokė – tai nesavanaudiško bendravimo. Tai taip aktualu šiuolaikinei ir individualizacijai linkusiai visuomenei. 75-ojo gimtadienio šventėje Tauragnuose ji išsakė savo gyvenimo kredo, paliko, kad įsimintume ir vadovautumėmės gyvenime: „Jei žmogus ką nors nori rasti, ieško ir negalvoja įsidėti tik į savo kišenę, tai būtinai randa, o jei nori į savo kišenę ir dar iš kito kišenės – apie paparčio žiedą nė negalvok“.

Dviejų disertacijų autorė vertino žinias, jų svarbą ir skatino mokytis visą gyvenimą, jau nuo vaikystės. „Ko neišmoko dar žįsdamas, neišmoks ir žildamas“, – rašė. Noriai savo žiniomis dalijosi, – jos parašytų daugiau kaip 700 straipsnių buvo galima rasti dažname to meto žurnale ir

laikraštyje. Eugenijos Šimkūnaitės labdaros ir paramos fondas kviečia visus prisiminti jos išmintingus patarimus, skaityti vaizdinga, gyva kalba parašytas knygas ir naudotis jos sukauptu išmintimi. Tai ypač svarbu dabar, kai esame ypatingoje situacijoje dėl koronaviruso. E. Šimkūnaitė rašė: „Kai pasaulis atsiduria kritinėje būsenoje, laikas pasižiūrėti, kur mūsų šaknys...“ Tad ir semkimės stiprybės iš E. Šimkūnaitės straipsnių, jos aprašytų patirčių, nutikimų, parodančių sveikatinančias gamtos galimybes, kai jos teisingai naudojamos. Ji buvo žinomas ir gerbiamas žmogus visuose rajonuose, atokiausiose vietovėse laukdavo jos paskaitų – dabar visi galime tai prisiminti ir atsigręžti į jos mokymus, aktualius patarimus. Taip pagerbsime žymiąją tautietę ir rasime naudą sau, savo sveikatai. Studijuokime jos palikimą.

Fondas dėkoja visiems, kurie savo darbais prisideda prie Lietuvos svarbios, unikalios asmenybės atminimo įprasminimo.