



Maria Ana Kolman
Predavanje Struga 20.10.2012

ENERGIJSKO TELO ČLOVEKA

Človek za življenje potrebuje pravzaprav zelo malo: hrano, vodo, zrak in bivališče. Vse to mu omogočajo štirje naravni elementi: zemlja, voda, zrak in ogenj. Dejstvo pa je, da potrebuje še nekaj in to je ljubezen. Vse ostalo ne le, da je nepomembno, je celo breme. Kopičenje materialnih dobrin svobodnega človeka spreminja v sužnja in ustvarja pogoje za nesvobodno in nesrečno življenje, v katerem človek ne poseduje stvari, ampak stvari posedujejo človeka. To je stanje, ki ustreza sistemom, ki lahko tako manipulirajo in upravljajo s človekovo zavestjo. Takšen človek potrebuje sistem - zavarovanja, alarme, naložbe, skratka sisteme vseh vrst.

Za zdravje, srečo, blaginjo in ljubezen sta pravzaprav pomembna dva preprosta pogoja: dovolj energije in dobra informacija. Energija je hrana, voda, zrak, ogenj (zemeljski - ogenj, vmesni - strela in nebesni - sonce in mesec). Za sprejemanje, pretok in skladiščenje energije v telesu so potrebni »inštrumenti« in organi, ki to omogočajo: »antene«, energijski kanali in vitre. Nosilec informacije je kromosom v katerem se informacija zapiše kot koda. Informacije dobivamo iz okolja in iz naših misli. Misel je informirana energija! Tudi kozmos je v osnovi energija, ki jo naše telo sprejema, naše misli pa imajo sposobnost, da to energijo vodijo v smer, ki jo določijo naše želje oz. cilji! Energija se lahko ciljno usmeri samo v stanju usklajenosti duše in razuma. V nasprotnem primeru kozmična energija deluje kot motnja v »radiu« sprejemnika. Zelo pomembno pri tem je, da vizualizacija cilja širi energetske kanale. Ob tem se širi zavest in takrat človekov um lahko sliši svojo dušo. Nepotrebno je razmišljati o načinih in sredstvih za dosego cilja - pomembna je le koncentracija na cilj in vizualizacija doseženega. Duša z razliko od našega uma ne misli - ona čuti in ve, zato ne dela napak. Nikola Tesla je človekov organizem primerjal s kozmičnim mehanizmom. Možgani z neokorteksom (skorja velikih možganov) deluje kot procesor, je primopredajnik, ki je odgovoren za misli - informirano energijo. Srce in amigdale (posebna jedra v možganih) so povezani s čustvi - informirano energijo za dušo, ki je primopredajnik za informacije iz univerzalnega energijskega polja ali vsezapisa. V vsakem problemu je tudi koda njegove rešitve. Ko duša prepozna rešitev, je nesmiselno v to dvomiti. Potrebno je prepoznati v sebi notranji mir - ko ta obstaja, je človek na pravi poti, da svoje življenje izpolni s srečo, zdravjem, blaginjo in ljubeznijo.

Ljudje težko verjamejo, da so njihove misli resnično sposobne, da delujejo na resničnost, zato v to ne usmerjajo svojega delovanja. Pa vendar se resničnost neprestano spreminja prav pod vplivom njihovih



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

misli. Če bi dvom v uresničitev, torej realizacijo ali materializacijo misli odpravili, bi bili rezultati jasni. Človek sam enostavno onemogoča uresničitev svojih misli s tem, da misli niso jasne, niso usmerjene v cilj, predvsem pa s tem, da išče, prosi, se boji in dvomi! Zelo pomembno je zato, da svoj namen dobesedno osrediščimo na cilj. V veliko pomoč nam je pri tem lahko talisman ali ritual. Osrediščenje na cilj je nujno - s tem so misli usmerjene. Večina ljudi namreč dopušča svojim mislim, da svobodno tavajo in s tem sebe in svojo usodo prepuščajo stihiji. Da se to ne bi dogajalo, je potrebno spremeniti svoj odnos do resničnosti - ni dovolj le menjati tok misli, potrebno je spremeniti scenarij v razumu. Pri tem je pomembno poslušati svojo dušo - duša ima namreč dostop do informacij v vsezapisu, te informacije posreduje razumu, ki jih kot podatke razlaga tako, da oblikuje misli, ki se z medsebojnim razumevanjem duše in razuma spreminjajo v materialno resničnost, se torej materializirajo.

Pojave, ki so vezani na miselno energijo in njen vpliv na okolje, je kvantna fizika razložila kot matrico - vse v kozmosu deluje kot usklajen sistem, ki ni omejen ne s prostorom in ne s časom. Obstajajo dokazi, da so nekateri od starih modrecev ali magov uspeli prestopiti v drugo resničnost in poskušajo zdaj na transcendentalni način predati svoja znanja nekaterim ljudem. Mnogo ljudi ne razume hologramske matrice in povezave med mikrokozmosom in makrokozmosom. Osnova zapisa našega organizma je kromosom. Informacija je v kromosomu zapisana v obliki veččlene holografske kode, ki odraža prostorsko in časovno strukturo organizma. Biofotoni - svetlobno sevanje kromosoma v njem zapisujejo informacijo o stanju organizma v danem trenutku in jo primerjajo z informacijo, ki je bila prisotna v prejšnjem trenutku. Če obstaja razlika (ki je stalno prisotna), potem se aktivirajo korekcijski mehanizmi. Holografsko zapisovanje informacije in njena korekcija je temelj homeostaze. Človekovo telo je nastalo na principu matric - postopnega prehoda holografskega zapisa iz fine, zračne slike v čvrsto, materialno sliko.

Prva matrica je fizično telo. Sestavljeno je iz kosti, tetiv, mišic, kože, tekočin - skratka iz materialnih tkiv, ki jih vidimo in lahko tudi otipamo. To telo se hrani s hrano.

Druga matrica je plazemsko telo. Že samo ime pove iz česa sestoji: fotografiramo ga lahko po metodi Kirlian. To telo ima svojo konstrukcijo: vitre in energetske kanale. Plazemsko telo obkroža fizično telo in glede na svojo moč izhaja iz telesnega okvira v obliki jajca. Človekova moč je odvisna od velikosti tega telesa. To telo se hrani z dihanjem.

Tretja matrica je holografsko telo. Tudi to telo lahko fotografiramo v visokofrekventnem polju po metodi Kirlian. Na holografsko telo vplivajo naše misli in čustva, zato ga budisti imenujejo kar telo misli, saj ga hranijo misli.



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

Četrta matrica je telo zavesti, ki leži v osnovi nastanka kromosomov. To telo se imenuje tudi podzavest ali globinsko spoznanje. Telo misli, plazmatsko in fizično telo so »informirana« z globokim spoznanjem preteklega izkustva, v katerem je shranjen neskončen material, iz katerega so si naše misli in domišljija sposodili svojo substanco. Telo zavesti in spoznanja hranita cilj in vera.

Peta matrica je duša. To je neka nespremenljiva osnova, ki leži v polju vsezapisa. Iz nje se oblikuje zavest, njo pa gradijo kromosomi. To je telo višje, univerzalne zavesti, ki se hrani in vzdržuje z radostjo in ljubeznijo.

Človekovo energetsko telo se sestoji iz plazme, to je iz pozitivno in negativno nabitih delcev. Po obliki spominja na jajce, ki obdaja človeka in ima ostro mejo z okolico. Znotraj tega prostora se plazma neprestano giblje – od površine kože proti zunanjemu robu "jajca" in obratno. Na površini kože je sloj 1-2 mm z izrazito gosto plazmo, ki v obliki malih stožcev izhaja iz kožnih por in ščiti človekovo telo. Kitajska medicina to plast plazme imenuje vej-ci ali zaščitna energija, ki se giblje po kanalih in žilah po površini telesa in pod kožo ter ščiti organizem pred škodljivimi energijami. Znotraj organizma skozi posebne kanale, ki povezujejo vse važne organe, kroži druga vrsta plazme, ki nastaja iz zraka, vode in hrane in se v kitajski medicini imenuje czun-ci ali osnovna energija. Glede na pritekanje in odtekanje energije skozi kanale je odvisno delovanje organov. Vsi energetski kanali se v organizmu spajajo v skupni vozle ali koren, ki se nahaja v višini okrog popka, v predelu med ledvicama. Akupunkturne točke (360 kanalnih in 280 izven-kanalnih) predstavljajo vhodna vrata za celice plazme oz. elektrone. Določena medsebojna zveza akupunkturnih točk in povezava z notranjimi organi tvori energetski kanal. Ko skozi akupunkturno točko v ta kanal pride elektron, se njegova hitrost pospeši do svetlobne hitrosti. Posledica tega je elektromagnetna sila in povečana kinetična energija elektronov, kar aktivira vse kemijske reakcije v organizmu. Skozi energijske kanale z veliko hitrostjo potujejo elektroni s površine kože v globino organizma. Zato je akupunkturni sistem nekakšna elektronska pumpa, ki pretaka elektrone, jih oskrbuje s kinetično energijo in jih usmerja od akupunkturnih točk do točke uporabe v notranjih organih.

Glavno vlogo v organizmu imajo elektroni. Sinteza univerzalnega prenosnika energije v organizmu ATP (adenozintrifosfat) je mogoča samo v prisotnosti elektronov, ki prinašajo kinetično energijo, ki so jo pridobili pri pospešenem gibanju skozi kanale. Kemijske reakcije lahko potekajo samo s pomočjo energije, ki jo prinesejo elektroni. Potek vseh oksidacijsko-regenerativnih procesov v organizmu je odvisen od količine prostih elektronov in njihove



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

hitrosti po akupunkturnem sistemu, kar določa tudi splošno energetiko organizma.

Glavni oskrbovalec telesa z energijo je akupunkturni sistem. V naravi obstajajo superprevodniki, v katerih prihaja do pospešitve hitrosti elektronov – to so glavni izvori energije. Glavni nosilci energije, ki kroži v organizmu, so elektroni, ki tvorijo električna polja – to je gibalna sila nastajanja, polnjenja, prenosa in prerazporeditve energije v organizmu. Na električna polja lahko delujemo oz. z njimi upravljamo s pomočjo naše zavesti. Misel je polje. V odvisnosti od čustvenega razpoloženja lahko električno polje koncentriramo, stabiliziramo, pa tudi širimo in usmerjamo v katerokoli smer.

Lastnosti plazme

Večina metod za zbiranje energije je zasnovanih na vplivu različnih dejavnikov na energetsko telo.

Plazma ima svoje magnetno polje, čigar os soupada z električno osjo srca. Ta električna os prebada človekovo telo podobno strelici, ki vstopa skozi zgornji del lopatice in izhaja iz telesa v predelu vranice. Plazma je zmes električno nabitih delcev, pri čemer je število delcev z negativnim nabojem enako številu delcev s pozitivnim nabojem. Torej je plazma električno nevtralni sistem, ki dobro prevaja električni tok, na njo pa močno deluje magnetno polje. Poleg tega ima tudi svoje magnetno polje in tudi dobro prevaja toploto. Strnemo lahko torej, da na plazmo močno delujejo toplota, električni tok in magnetno polje. Ti dejavniki vplivajo tudi na človekovo plazmo.

Če v plazmi pride do razlike v temperaturi, pride do prerazporeditev temperature s področja z višjo temperaturo na področje z nižjo temperaturo. Pri tem pride do konvekcijskega pretoka celic. Gibanje električnega naboja je elektrika. Tako se pod vplivom temperaturnih razlik v plazmi ustvarja električen tok, ki ga imenujemo termoelektričen tok.

Pri gibanju plazme v magnetnem polju (npr. zemlje), nastanejo v plazmi elektromagnetne indukcije. Magnetno polje plazme se spaja z magnetnim poljem okolja in ionosfere. _

Čim večja je gostota plazme okrog telesa, tem večjo toplotno energijo lahko telo absorbira. Energijo svetlobe, ki jo plazma absorbira, elektroni sprejemajo kot toplotno energijo. Elektroni so sposobni, da to toplotno energijo sevajo v obrnjeni smeri.

Sprejemanje, prenos in razporeditev energije v telesu

Energijo telo sprejema preko kože, prenaša se skozi kanale in se tako razporedi v telesu. Merjenje električnega upora epidermisa (gornjega sloja kože) je pokazalo neverjetne velikosti – od nekaj milijard omov do nekaj sto milijard omov na vsak kvadratni centimeter rožnatega sloja epidermisa. Zato okrog človekovega telesa nastane močno statično električno polje. Njegov izvor je



Vidiceva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

triboelektrični naboj (grško *tribo* pomeni trenje), ki nastane kot posledica trenja in se kopiči v rožnatem sloju epidermisa v globini od 2 do 3 desetine mikrona. V odvisnosti od upora kože, ta naboj počasi prodira v telo. Sprememba električnega upora rožnatega sloja epidermisa je povezana z difuzijo oz. razlivanjem vode direktno skozi kožo v procesu regulacije temperature telesa. Čim bolj intenzivno je izparevanje vlage skozi rožnati sloj epidermisa, tem hitreje naboj prodre v notranjost telesa, pri čemer se zmanjšuje električna napetost. To je eden od načinov sprejemanja energije preko kože. Drugi se odvija preko receptorjev kože in akupunkturnih točk. Na človekovi koži je nešteto receptorjev, ki so pravzaprav visokomolekularne beljakovine, sposobne prejemati in prenašati informacijo in energijo od zunanjega oddajnika v akupunkturni sistem. Delujejo kot prenosniki svobodnih elektronov s površine kože v akupunkturni sistem. Kožni receptorji dobro prenašajo elektrone, če je koža elastična, vlažna in topla. Voda ustvarja najugodnejše razmere za kroženje elektronov in tam, kjer ni vlage tudi ni pogojev za prenos elektronov. Toplotna energija dodatno pomaga pri prenosu elektronov z receptorjev. Najboljši pogoji za prenos elektronov z receptorjev na koži v akupunkturne kanale so zato pri od znoja vlažni in topli koži, kar je posledica lažje fizične obremenitve. Še boljši prenos svobodnih elektronov je pri posebnih stimulacijah kot so masaža, vroči ali mrzli dražljaji, pa z aplikatorjem (igle morajo biti kovinske), drgnjenjem, mazanjem ... Svobodni elektroni se najbolj absorbirajo v ustni in nosni votlini, pljučih, anusu, spolnih organih – torej v vseh tistih delih organizma, ki so vlažni in imajo največ receptorjev. Svobodne elektrone dobro sprejema tudi koža na obrazu, vratu in glavi, pa tudi na vseh tistih mestih, kjer en kanal prehaja v drugega – dlani, stopala, od konic prstov na nogah do kolen in od konic prstov na rokah do komolcev.

Kanali, po katerih poteka prenos elektronov so krvne in limfne žile, živčna vlakna in tetive. Najboljši prevodnik elektronov je krvna plazma, saj so v njeni vodni kristalni strukturi ioni razmeščeni v optimalni razdalji drug od drugega. Velikost molekularnega naboja vode in ionov soli v krvni plazmi sta vzrok za to, da je kri eden najboljši naravnih super prevodnikov. Enaka svojstva ima tudi morska voda, v kateri je količina soli in tudi mikroelementov podobna kot v plazmi krvi.

Akupunkturni kanal lahko primerjamo z drevesom: korenine drevesa so akupunkturne točke, ki lovijo svobodne elektrone; steblo predstavlja kanal, v katerem prihaja do kroženja elektronov, kar ima za posledico povečanje kinetične energije; veje so verige električnih kontaktov, ki prehajajo v organe; tanke vejice z listi so posamezne verige električnih kontaktov, preko katerih močni elektroni prehajajo v celice, kjer se odvija oksidacijsko-regenerativna



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

reakcija - tu elektroni predajo svojo moč oz. kinetično energijo, ki aktivira reakcijo.

Vloga srca v energetiki

Poleg funkcije krvne črpalke srce opravlja še dve drugi funkciji: oskrbovanje z energijo in razporeditev energije. Srčna mišica pri svojih kontrakcijah izmenično deluje na vrsto receptorjev ali centrov izmenjave elektronov v aorti in večjih krvnih žilah. S tem delovanjem se elektroni z receptorjev premestijo v superprevodne kanale, torej akupunkturne sisteme, kar potrjuje elektrokardiogram. Energija, ki jo ustvarja vsaka srčna kontrakcija se zaradi lastnosti akupunkturnega sistema trenutno razporeja na tista mesta, kjer je najbolj potrebna.

Vloga receptorjev v energetiki

Poleg receptorjev v koži imamo v organizmu mnogo drugih receptorjev. Ena vrsta receptorjev nam sporoča položaj telesa, druga vrsta nam sporoča kako in s kakšno močjo se telo premika. Obstajajo receptorji, ki odražajo koncentracijo kisika v krvi, koncentracijo sladkorja in podobno. V trenutku obremenitve organizma (močno mišično naprežanje, pomanjkanje kisika...) se vzburijo in z vso močjo pričnejo pošiljati elektrone v akupunkturni sistem.

Kroženje energije v organizmu

Energija v organizmu neprestano kroži - elektroni se neprestano gibljejo po kanalih. Tako energija v 24-ih urah preide 50-krat skozi vseh 12 kanalov. En prehod traja 28 min in 48 s. Skozi en kanal potuje 2 min in 24 s. Na ta način energija v 24-ih urah skozi vsak kanal preide 600-krat. Da bi energija harmonično in kvalitetno krožila, je potrebno, da vsaki aktivnosti oz. treningu namenimo 28 min in 48 s.

Poleg tovrstnega kroženja energije se v toku 24 ur v kanalih pojavljajo tudi rastoči in padajoči valovi. Rastoči val se pojavlja v vsakem kanalu enkrat dnevno in traja 2 uri. V tem času imata kanal in organ, ki je vezan na ta kanal največjo moč. V nasprotnem časovnem intervalu deluje padajoči val, ki prav tako traja 2 uri in takrat imata kanal in na njega vezan organ najmanjšo moč. Zato je aktivnosti organizma tekom dneva potrebno prilagoditi aktivnostim kanalov in posameznih organov. Delovanje srca je najmočnejše od 11. do 13. ure, zato je to najugodnejši čas za fizične obremenitve. Tudi energetika prebavnih organov je najmočnejša čez dan. Če jemo po 19. uri, ko se energija koristi za ustvarjanje zalog in ne za prebavo hrane, vnašamo v organizem kaos.

Energija se v akupunkturnih sistemih skladišči na račun prenosa in pospeševanja hitrosti elektronov. Kot rezultat vadbe za kopičenje energije ali aktivnega življenja se povečuje kroženje skozi energijske kanale in izboljšuje proces njenega pritoka iz okolja. Na



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

ta način kanali postajajo debelejši in dosežejo debelino od 1 do 8 mm, akupunkturne točke pa večje in lahko dosežejo v premeru tudi 2 cm. S povečanjem splošne energetike se spreminja tudi barva kanalov, ki postanejo bleščeče beli. To dogajanje lahko primerjamo z vodo v reki: najprej je mali potok, ki z večjim dotokom vode postane reka, ki hitro teče in ima drugačno barvo od počasi tekoče reke. Tako kot v reki obstajajo široka in globoka mesta ali vrtinci, kjer kroži velika količina vode, tako tudi v akupunkturnem sistemu obstajajo posebne tvorbe, ki jih Kitajci imenujejo mora ci ali morja energije, Indijci pa čakre ali kolesa. Mi smo tem tvorbam dali slovansko ime vitre, saj so videti kot vretena v obliki spiralnega konusa. Kadar je v akupunkturnem sistemu veliko energije, prehaja v te vitre, kjer kroži. Ko je v akupunkturnem sistemu malo energije ali se iznenada pojavi potreba po večji količini energije, prične energija v obratni smeri prihajati iz viter v akupunkturne sisteme. V procesu fizične aktivnosti prihaja do povečanja energijskega pretoka, kar prepoznavamo kot raznovrstne vibracije, ki tečejo skozi telo, predvsem roke in noge. Povečuje se kroženje tekočin v organizmu, telo se segreje, odprejo se pore na koži in prične se izparevanje in znojenje. V vitrah je s koncentracijo možno zaznati občutek teže, lahko se pojavijo tudi bolečine v kosteh in povečana toplota ali celo vročina. Ko se organizem v zadostni meri napolni z energijo, se zmanjša masa, krčenje mišic pojenja, poveča se elastičnost, manjše so potrebe po hrani in počitku in obenem se aktivira proces samozdravljenja. V odvisnosti od naravnih karakteristik organizma in načina življenja je sposobnost akupunkturnih sistemov, da ustvarjajo energijo v razponu razmerja od 1,5 do 15. Nekateri ljudje, ki so konstantno aktivni in ki upoštevajo pravilen način življenja in razmišljanja, lahko moč akupunkturnega sistema znatno povečajo. Leningrajski znanstvenik, doktor tehničnih znanosti G.Sergejev je s pomočjo bioplazmografa izmeril energijo P.K.Ivanova in ugotovil, da je le-ta imel za 500-krat večjo od povprečnega stanja bioenergije pri običajnih ljudeh. Pomanjkanje energije v organizmu je glavni razlog obolenj in prezgodnjega staranja.

BIORITMOLOGIJA

S proučevanjem ritmov aktivnosti in pasivnosti v našem organizmu se ukvarja posebna znanost - bioritmologija. Večina procesov, ki se odvijajo v organizmu je usklajenih s periodičnimi vplivi sonca, lune, zemlje in celotnega kozmosa. Vsako živo bitje se nenehno nahaja v stanju izmenjavanja informacij, energije in materije z okoljem. Tehnike joge (joga pomeni povezovati, spajati) so vezane na periodiko teh vplivov. Bioritmologija omogoča razumevanje intimne



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

povezave človeka s kozmosom, kar pogojuje zdravje in razvoj človeka, pa tudi realizacijo njegovih miselnih in duhovnih potencialov. Bioritmične aktivnosti znotraj organizma so posledica delovanja dnevnih, tedenskih, mesečnih in letnih oscilacij izven človeka.

DNEVNI BIORITMI

Vsaka celica je samostojna funkcionalna enota, aktivnost organizma pa v celoti temelji na aktivnosti in medsebojnem delovanju celic. Glede na to je logično, da se razumevanje bioritmov prične na celičnem nivoju.

Sestavni del celice je protoplazma, v kateri nenehno potekata dva procesa: anabolizem in katabolizem. Anabolizem je biološki proces, pri katerem se proste molekule združujejo, kar ima za posledico nastajanje nove protoplazme ter povečanje in kopičenje energije. Katabolizem je nasproten proces – razgrajevanje večjih molekul na manjše, pri čemer se prej nakopičena energija osvobaja, kar ima za posledico zunanjo in notranjo aktivnost organizma. Na ta način anabolični procesi vodijo k povečanju protoplazme, katabolični pa k zmanjševanju in prerazporeditvi protoplazme. Oba procesa se združujeta in drug drugega krepita. Tako procesi razpadanja celičnih struktur stimulirajo njihovo naknadno sintezo in čim več velikih molekul se tvori v protoplazmi, tem bolj aktivno je lahko razpadanje teh na manjše molekule, pri čemer se sprošča veliko energije. Tako se vzpodbuja maksimalna življenjska aktivnost celice in s tem celotnega organizma. Ta ritem aktivirata svetloba in temperatura.

Čim močnejša sta ta dva dejavnika, tem bolj izražena je cikloza ali mešanje protoplazme in toliko bolj so aktivni fermenti. Poleg tega pride v času od 3. do 15. ure v organizmu do spremembe kislinsko - alkalnega ravnovesja v kislo stanje. Zmerna fizična aktivnost dodatno pripomore k premiku tega ravnovesja v kislost. Na ta način dnevna svetloba vzpodbuja aktivnost kataboličnih procesov v vsaki celici organizma. Z zmanjševanjem svetlobe in zniževanjem temperature se zmanjšuje tudi fizična aktivnost. Vse to povzroča zgoščevanje protoplazme celic in zmanjševanje cikloze. Rezultat tega je, da celice preidejo v neaktivno stanje ali stanje mirovanja. V tem času se v njih prične program obnavljanja in kopičenja, kar pripomore k pomiku kislno-alkalnega ravnotežja na alkalno stran v času od 15. do 3. ure. Glede na to je glavni vodnik in sinhronizator znotrajceličnih bioritmov menjava dneva in noči.

Sončna energija (infrardeče, fotonsko, ultravijolično in elektromagnetno sevanje) skozi povečano temperaturo telesa, tvorbo vitamina D, ionizacijo tekočin v organizmu in z drugim delovanjem povečuje aktivnost organizma. V temi tega naravnega načina prehranjevanja organizma ni, zato se organizem ponoči hladi, ker je večina fermentov aktivnih pri temperaturi od 37 do 38^o C. Znižanje



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

temperature znatno zmanjšuje aktivnost fermentov, in ima za posledico tudi krčenje žil.

Organizem ima svoj lasten električen naboj. Ker ima površina zemlje in sloji atmosfere okrog nje negativen naboj, prejemajo človekove noge negativen naboj. Povprečen naboj trupa mora biti nevtralen, s tem pa splošni naboj človekovega telesa pri razliki potenciala med stopali nog in temenom glave doseže v povprečju 210-230 voltov. Ta dejstva so zelo pomembna za normalno življenjsko aktivnost organizma, ki vpliva na notranjost in biološke tokove. Napajanje organizma z negativnimi ioni preko nog je zelo oteženo, če nosimo obutev z elektroizolacijskim podplatom, nosimo sintetična oblačila, hodimo po tleh iz umetnih mas in živimo v bivalnih prostorih z nenaravnimi materiali. Organizem namreč v tem priemru dobiva višek pozitivnega naboja, ki povzroča kislost organizma in orientira makromolekule organizma v stanje, ki je neugodno za njihovo funkcioniranje. Če je človekov organizem zelo nabit s pozitivno elektriko, nas pri dotiku z ozemljenimi predmeti stresa elektrika. Že pri premiku Ph vrednosti za 0,4 - 0,5 pride do nepravilnega delovanja celičnih funkcij, saj fermenti ne morejo razgrajevati snovi, ki se zato ne morejo izločati iz organizma. Tako se na primer beljakovine predelajo le do stadija urične kisline in sploh ne pride do izločanja beljakovinskih presnovkov (dušični retenti). Ogljikovi hidrati se razgradijo le v ogljikov dioksid, kar ima za posledico vrsto bolezni, ki so posledica kopičenja urične kisline in ogljikovega dioksida v telesu. Posledica previsokega pozitivnega naboja je, da molekule DNK spremenijo svojo orientacijo, odstopajo od prave smeri in ne morejo opravljati svoje funkcije. Višek pozitivnega naboja otežuje tudi cirkulacijo elektronov po kanalih, kar otežuje usklajeno delo organov in sistemov. Primer je na primer glavobol, ki je posledica previsokega pozitivnega naboja v zgornjem delu trupa.

Notranji bioritem je potrebno brezpogojno upoštevati - to je pogoj zdravja in dolgega življenja. Noč je namenjena počitku, dan pa zmernim aktivnostim. Čez dan energija v telesu kroži samo vertikalno, zato dnevnega počitka v horizontalnem položaju ne potrebujemo. V horizontali se električni naboj razporeja popolnoma drugače, s čimer se ruši razlika naboja med podplati in glavo. Pri vertikalnem položaju električni snopi potujejo od površine zemlje v stratosfero in vzpodbujajo cirkulacijo energije, v horizontalnem stanju pa cirkulacijo zmanjšujejo. Ti električni snopi so podnevi ugodni za vertikalni položaj telesa, ponoči pa za horizontalni. Zato se zjutraj in zvečer priporočajo kopeli oz. polivanje z vodo, kar povzroči pravilno razporeditev naboja po telesu. Pomaga tudi ozemljitev organizma - hoja z bosimi nogami in namakanje nog v slani vodi.



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

FUNKCIONALNA BIORITMOLOGIJA ORGANIZMA

Ajurvedski zdravniki in kitajska ljudska medicina so veliko pozornost namenjali kroženju energije v organizmu v odvisnosti od časa. Sončno segrevanje površine zemlje in ionosfere ima za posledico gibanje zračnih mas in njihovo dviganje kot posledico segrevanja, ter spuščanje in kondenziranje kot posledico ohlajanja. Pred sončnim vzhodom sta površina zemlje in zrak najhladnejša. Vлага, ki je prej izparela se v tem času kondenzira, vodna para se spremeni v meglo, megla v male kapljice in tako pade rosa. Pri kondenzaciji vodna para v okolje oddaja energijo, ki jo je absorbirala tokom izparevanja. Zato je zjutraj koncentracija vlage v zraku največja. Po tem sonce vzide in postopoma segreva površino zemlje in zračne mase nad njo. Prične se proces izparevanja in absorbcija sončeve energije, zrak se počasi dviga. Opoldan se topel zrak širi, njegov pritisk se povečuje in deluje na prizemni hladni sloj zraka. Posledica tega je gibanje zračnih mas, kar se v popoldanskih urah odrazi kot veter. Po sončnem zahodu se površina zemlje in sloj zraka, ki jo obkroža postopoma hladita, gibanje zračnih mas se upočasuje, dokler ne pride do popolnega ravnotežja med toplimi in hladnimi zračnimi masami. V naravi tako pod večer vlada mir in zatišje. Ohlajen zrak se prične počasi spuščati na zemljo in se kondenzira, pojavi se vlažnost, hlad in oddajanje energije. Sredi noči pa pride do zanimivega pojava: sonce se nahaja na drugi strani zemlje in skozi zemeljsko kroglo zdaj lahko prehaja samo hronalno sevanje, ki vsebuje informacijo o procesih, ki se dogajajo na zemlji in v kozmosu. To hronalno sevanje deluje na krepitev našega lastnega hronalnega polja. Hronalno polje se lahko krepí le, ko človek počiva. Ko hronalno polje prehaja skozi človekov organizem, se na membranah celic ustvarjajo stoječi valovi, ki jih naš organizem asimilira. Položaji joge v stanju mirovanja omogočajo, da se to sevanje selektivno akumulira. Čez dan svoje hronarno polje črpamo, ponoči ga polnimo. V zadnji tretjini noči se površina zemlje in zrak vse bolj hladita in zgoščujeta. Ustvarja se prazen prostor, proti kateremu se širi toplejši zrak in pred svitanjem je opazno gibanje zračnih mas.

Podnevi je dogajanje v zraku posledica svetlobnega in toplotnega sevanja sonca, ponoči pa hronalnega in hladnega vpliva. Oboje pa ima vpliv na življenjske aktivnosti organizma. Čez dan je organizem aktiven, energija se troši, poteka proces katabolizma. Ponoči so odvija nasproten proces - organizem preide v pasivno stanje in poteka proces anabolizma. Na ta način se zagotavlja delovanje dialektičnega zakona enotnosti in borbe nasprotij: jin in jang.

Navajeni smo, da svoj organizem sprejemamo kot da je s kožo ločen od okolja. To je pravzaprav narobe: pod veliko povečavo smo skupek atomov in molekul, med katerimi je ogromno praznega prostora. Ko v naravi pride do kakršnega koli gibanja, se to odraža tudi v teh



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

medceličnih prostorih. Skozi te prazne prostore pihajo vetrovi, tam se kondenzira vlaga, toplota, hlad... Naša koža nas ščiti zgolj pred grobimi materialnimi vplivi - za vse ostale vplive smo odprti kot ribiška mreža na vetru. Zakonitosti sinhronizacije procesov v naravi in njihovo odražanje v organizmu so stari modreci Indije (riše) združili v življenjski nauk, ki ga imenujemo ajurveda. V toku dneva se po ajurvedskem nauku dvakrat dnevno ponovijo tri obdobja, vsako od njih pa traja približno po štiri ure: kapha, pitta in vata. Kapha pomeni sluz, teža, inertnost, hlad, je čas teže, mirovanja in vlage, značilen za čas pred sončnim vzhodom, ko pada rosa. To je čas od 6 h do 10 h zjutraj. Naslednje obdobje je od 10 h do 14 h, to je čas najmočnejše energije, ki ga ajurveda imenuje Pitta. V tem času se pod vplivom toplote, izparevanja, gibanja in lahkotnosti, ki prežema naše telo, aktivirajo procesi prebave. Prebavni organi so v resonanci s temi vrstami energije, jih akumulirajo in pričnejo delovati. V tem času se pojavlja tudi velika želja po hrani, zato je hrana, ki jo uživamo v tem času tudi kvalitetno prebavljena. Čas od 14 h do 18 h je čas povečanega gibanja zračnih mas. V tem času so delovne in gibalne sposobnosti na vrhuncu. Ajurveda ta čas imenuje Vata. Zunanji veter v tem času aktivira dva funkcionalna »vetra« znotraj organizma: veter, ki iz želodca preko dvanajsternika cirkulira v tanko črevo (njegova naloga je prebava hrane, odvajanje sokov in odpadkov ter asimilacija v tankem črevesju) in vetra, ki čisti navzdol in se nahaja v anusu in mehurju. To je najugodnejši čas za fizične aktivnosti. V nadaljevanju dneva se obdobja ponavljajo, na organizem pa delujejo nekoliko drugače. Obdobje Kappe traja od 18 h do 22 h. Ponovno se kondenzira vlaga, zrak postaja svež in hladen. Narava se umirja, prihaja tih in miren večer. Na nivoju fiziologije organizma se po prejšnjem burnem obdobju Vata, pojavi upočasnitev in obenem se aktivirata dva procesa obnavljanja organizma: obnavljanje sklepnih tkiv in obnavljanje celičnih tkiv, ki so bili tokom dneva izpostavljeni razdiralnemu vplivu. Konec obdobja Kapha je idealen čas za spanje. Od 22 h do 2 h nastopi energijsko obdobje Pitta. Hronalna svetloba sonca na nasprotni strani zemlje je v tem času maksimalna. To je najugodnejši čas za obnovo votlih struktur v organizmu, čas za odčitavanje informacij. Miselni procesi, ki jih aktivira močna hronalna svetloba, sprožijo pojav intuitivnih videnj in idej. V tem času se sanjajo resnične sanje, teče »pouk« in rešujejo se naloge. D.I.Mendeljejev je na primer v takšnem snu videl sliko periodnega sistema, ki ga je po tem oblikoval. To je najugodnejši čas za ustvarjanje, saj so motnje zanemarljive, informacije pa maksimalno izražene in možgani aktivni. Na fiziološki ravni v tem času poteka presnova hranljivih snovi v jetrih. Energijo za svoje delo organizem dobiva od aeroionov, ker je njihova koncentracija ponoči največja. Um je buden, telo pa negibno. Od 2 h do 6 h zjutraj se ponovno aktivira obdobje gibanja Vata. Zdaj



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

pa je vzrok za to gibanje ohlajanje. Na fiziološki ravni je to najtežje obdobje za človeka, če je buden. Pravilo se v tem času sanjajo jutranje sanje, človek lahko zapusti svoje fizično telo. Aktivira se »veter"!, ki čisti od zgoraj navzdol, zato se zjutraj praznita tudi mehur in črevo. Vstajanje ob koncu tega časovnega obdobja zagotavlja lahkotnost in svežino čez dan.

Procesi, ki tekom dneva delujejo na zemeljsko površino, delujejo tudi na gibanje energije oz. svobodnih elektronov skozi kanale akupunkturnega sistema. Svetli del dneva se v kitajski medicini imenuje jang obdobje, temni del dneva pa jin. Jang pomeni moški začetek, aktivnost, delo, dan in energija. Jin pomeni ženski začetek, pasivnost, kopičenje, noč, kri. Organizem živi od lastne energije in od energije, ki jo dobiva od sonca in hrane. V človekovem organizmu se izmenično odvijata dva procesa: energetske jang in materialni jin. Vsa kitajska medicina izhaja iz izmenjave teh dveh energij in naloga zdravljenja je vzpostaviti nemoteno izmenjavo teh procesov v organizmu in jih sinhronizirati z naravo.

Obstaja 12 glavnih energijskih kanalov: 6 jang in 6 jin. Jang kanali so povezani z jang organi, jin kanali pa z jin organi. Med jang organe spadajo organi, ki služijo za sprejemanje hrane, njeno mešanje in prebavo, asimilacijo in izločanje. Med jin organe spadajo organi, ki služijo za zbiranje, čuvanje in predelavo tujega v lastno. S pomočjo teh organov organizem dopolnjuje svoje rezerve in obnavlja razrušene strukture. Obstaja bistvena razlika med pretokom energije skozi jang in jin organe. Energija skozi jang kanale teče od zgoraj navzdol, v nasprotni smeri pa teče skozi jin kanale.

JANG ORGANI

Debelo črevo: odstranjuje odpadke hrane iz organizma. Funkcionalna aktivnost debelega črevesa je od 5. do 7. ure zjutraj. V tem obdobju se končuje delovanje Vate in pričnenja Kapha - čas nalaganja in oblikovanje izločka, njegovo gibanje navzdol, kar odgovarja jutranjemu procesu padanja rose.

Želodec: ima nalogo zbiranja in primarne predelave hrane. Čas njegove aktivnosti je od 7. do 9. ure zjutraj. To je čas Kaphe, za katero je značilno kopičenje energije in sprostitve te energije.

Tanko črevo: opravlja funkcijo razgradnje hrane do monomer in aminokisljin. Njegova funkcionalna aktivnost je od 13. h do 15. h, kar soupada s časom Pitte in Vate. Čas Pitte je idealen za razgradnjo hranljivih snovi, pri čemer se intenzivno koristi energija sonca. Čas Vate je čas gibanja in mešanja in pomaga pri mešanju hranljive mase v črevesju in prenosu hranljivih snovi skozi stene tankega črevesja v kri.

Mehur izloča produkte presnove beljakovin in soli iz organizma. Funkcionalna aktivnost mehurja je od 15. h do 17. h, to je obdobje Vate, ki deluje na izločanje vsega nepotrebnega. Malo znano pa je, da v mehurju poteka ločitev hronarne energije od tekočine. Prav ta



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

energija daje urinu blago fluorescentnost. Hronalna energija se v mehurju kot rumenjaki v jajcu koncentrira v centru in organizem jo lahko ponovno koristi.

JIN ORGANI

Ledvice opravljajo funkcijo vzdrževanja primarne življenjske energije vodno-slanega ravnotežja in izločanja proizvodov razgradnje dušikovih spojin. Njihova funkcionalna aktivnost je od 17.h do 19.h., to je čas aktivnosti dveh principov Vate in Kaphe. Vata deluje na izločanje beljakovin iz organizma, Vata pa deluje tako, da vse nepotrebno izloča iz organizma, koristne snovi pa se vračajo v kri. Iz 100 l krvi, ki gre skozi ledvice nastane samo 1 l urina.

Perikard je srčna ovojnica, ki ščiti srce. Funkcionalna aktivnost je od 19.h do 21.h. To je čas Kaphe, za katero je značilna stabilnost. V tem času se obnavlja blažilni sistem krvi in plazme, za kar je najbolj idealen večerni čas, ko je organizem že dobil dnevno hrano, ki se je že asimilirala v kri in razporedila po celicah organizma.

Jetra so glavna tovarna in energijski center, v katerem se vršijo vse izmenjave, razporeditve krvi in energije. Hranljive snovi, ki pridejo v kri so organizmu tuje in šele, ko gredo skozi jetra in spremenijo svojo strukturo, postanejo sorodne organizmu. Funkcionalna aktivnost jeter je od 1.h do 3.h ponoči. V tem času so aktivne nočne oblike Pitte in Vate. V času Pitte se pojavlja močan snop hronarne energije, ki nam je potrebna, da lahko tujo energijo transformiramo v svojo. Obdobje Vate pa je idealno za delo jeter, da bi se po razgradbi starih eritrocitov lahko v jetrih tvoril žolč. Žolč ima alkalno pH.

Pljuča opravljajo funkcijo vzdrževanja ravnovesja med kisikom in ogljikovim dioksidom. Po kitajski medicini so pljuča organ, ki skladišči energijo in jo razporeja po vsem organizmu. Ponoči je namreč največja koncentracija aeroionov v atmosferi. V vsakem aeroionu je nakopičena energija, pridobljena tekom dneva od sonca, ponoči pa se zaradi ohlajanja koncentrira okoli molekul vodne pare. Ko aeroioni pridejo v pljuča, predajo organizmu svoj naboj.

VPLIV MESECA NA DNEVNE BIORITME

Periodični procesi v naravi in telesu so med seboj povezani in odvisni od potovanja meseca okrog zemlje. Mesec v času 29,5 dni naredi en krog okrog skupnega centra teže (baricentra) zemlje in meseca, ki se nahaja znotraj zemlje, bližje njeni površini. Čeprav je masa meseca za 27 milijon-krat manjša od mase sonca, je za 374-krat bližje zemlji, zato na njo deluje z gravitacijo mnogo močnejše kot sonce.

Mesec napravi poln krog okrog zemlje v času 24 ur in 50 minut. Zaradi sil privlačnosti meseca, se trda površina zemlje deformira in se razširi v smeri proti mesecu za cca 50 cm vertikalno in za okrog



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

cca 5 cm horizontalno. Ta proces se še močneje izraža na vodni površini kot plima in oseka, ki se izmenjujeta vsakih 12 ur in 25 minut. Ta gravitacijski fenomen deluje tudi na atmosfero, kar vpliva na mnoge meteorološke pojave.

Delovanje gravitacijskega polja meseca v smislu plime in oseke zaznavajo tudi tekočine v človekovem organizmu. Posebej močno vpliva na razporeditev krvi v organizmu. Stara kitajska medicina pravi, da 12 organov v povezavi z ustreznimi energijskimi centri enkrat dnevno doživlja dvournno plimo aktivnosti, ko organ pulzira - in obratno oseko, ko ima organ minimalno količino krvi.

Materija zemeljske površine ima na ravni atoma obliko kristalne rešetke. Pod vplivom gravitacije se v kristalni rešetki pojavlja napetost, ki je odvisna od elektro-magnetnega polja. Elektromagnetno delovanje je najizrazitejše v vodno-kristalnih snoveh, bogatih z mikroelementi. V človekovem organizmu so to kri, medcelična in znotrajcelična tekočina. Tam kjer se kopičita kri in zunajcelična tekočina, se aktivirajo elektromagnetni procesi, ki povzročajo biološko aktivnost fermentov v tem delu organizma. Zato mesec upravlja z dvočasovnim ritmom 12-ih organov. Dnevni ritem aktivnosti v človekovem organizmu je pod vplivom aktivnosti, ki se odvijajo na površini zemlje v časovnih intervalih, ki trajajo 4 ure. Mesec daje tem procesom moč s tem, da aktivni organ polni s hranljivo materijo, torej krvjo, in elektromagnetno energijo, ki aktivira biološke procese določenega organa.

V sodobni medicini se je pojavila nova smer - t.i. hronomedicina, ki proučuje bioritme različnih bolezni in proučuje metode zdravljenja z upoštevanjem bioritmov. Znanost ugotavlja, da se v človekovem organizmu v roku 24 ur ritmično izmenjuje kar 300 funkcij. Eden glavnih razlogov za obolenja, pa tudi za neuspehe pri zdravljenju, je neupoštevanje bioritmov in neuglašenost človekovega življenja z naravnimi ritmi, ki upravljajo vse funkcije organizma.

Tedenski in mesečni bioritmi so odvisni od dveh dejavnikov: vpliva magnetnega polja sonca in gravitacijsko-energijskega vpliva lunarnega meseca na človekovo življenje.

Sonce v vse smeri seva snope nabitih delcev, ki se imenujejo sončeva plazma. Sončeva plazma vleče za seboj magnetno polje, ki ustvarja medplanetarno magnetno polje. Sončevo magnetno polje ima sektorsko strukturo, kar pomeni, da negativni delci gibljejo proti soncu, pozitivni pa obratno. Ker se sonce okrog svoje osi zavrti v 27-ih dneh, zemlja različne sektorje medplanetarnega magnetnega polja prečka v roku 7 dni. Vsakih 7 dni se zemlja nahaja izmenično v pozitivnem ali v negativnem sektorju tega polja. Vse to se odraža na magnetosferi zemlje, kar ima za posledico vremenske spremembe. Pozitivni ali negativni električni naboj vpliva na pH organizma. Kisla vrednost pH je povezana z aktivnostjo organizma, alkalna pa s pasivnostjo. Sprememba magnetnega polja usmerja molekule organizma,



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

kar se odraža na njihovem funkcionalnem stanju. Tako je človek tekom sedmih dni v dobri kondiciji, takrat je pH vrednost kislja, povečan je dotok plazme od sonca (jang obdobje). Naslednjih sedem dni je pasivna faza, ko prevladuje alkalno stanje pH in zmanjšan dotok sončeve plazme (jin obdobje). Za organizem so zelo naporni dnevi, ko se menja sektor, torej vsakih 7 dni - takrat se je potrebno umiriti, zmanjšati aktivnosti in uživati lahko hrano, da organizmu olajšamo prehod v drug sektor medplanetarnega magnetnega polja. Spremljati je potrebno svoj ritem aktivnih in pasivnih tednov, oscilacije svojega razpoloženja, ter fizične in intelektualne aktivnosti, in svoje aktivnosti umestiti v čas, ko nam je v pomoč medplanetarno magnetno polje.

Naš mesečni koledar ne ustreza nobenim naravnim ciklom. Zato je lunarni mesec, ki traja 29,5 dni edini pravi časovni interval, v katerem se odvijajo vse ciklične spremembe v naravnih procesih na zemlji. Tekom lunarnega meseca se pojavljajo različno močne plime in oseke, spreminja se vreme, magnetosfera, odboj sončne svetlobe od površine meseca itd. Vse te spremembe se odražajo na rastlinah, živalih in ljudeh. Tako je od lunarnega ciklusa odvisna jakost vrenja vina, asimilacija kisika pri poljščinah, ciklusi razmnoževanja pri živalih, mesečna periodičnost ovulacije pri ženskah.

Zaradi močnega gravitacijskega vpliva se v času mladega in polnega meseca spreminjajo sledeči fizikalni parametri: vlažnost, atmosferski pritisk, temperatura, električno in magnetno polje. Če naglo pride do močnih sprememb, človekov organizem pa je predhodno oslavljen ali zasičen z nečistočami, potem pride do raznih obolenj. Nagle oscilacije atmosferskega pritiska rušijo stabilnost funkcije tvorbe krvi, povzročajo obolenja kot so hipertoniya in različni recidivi srčno-vaskularnih težav. Možgani zelo občutljivo reagirajo na spremembo zračne vlažnosti, kar vpliva na njegovo aktivnost. Še močnejše na bioelektrično aktivnost možgan deluje sprememba napetosti magnetnega polja. Tibetanska medicina priporoča, da se profilaktično zdravljenje in druge aktivnosti za krepitev organizma izvajajo od prvih dni lunarnega meseca. Znano je, da t.i. bolezni hudobnih duhov (možganske krvavitve, infarkt miokarda, akutna psihična obolenja, epilepsija...) najpogosteje izbruhnejo 4,8,11,15,22,in 29.dan lunarnega meseca.

Pri gibanju meseca v odnosu do sonca gre za približevanje in oddaljevanje od sonca. Vrnitev meseca v isti položaj v kozmičnem prostranstvu se zgodi v 29,5 dneh. Ta čas imenujemo sinodični mesec - grško pomeni skupna pot. Teh 29,5 dni predstavlja lunarni cikel. Obstaja pa tudi siderni ali zvezdni mesec, ki traja 27,3 dni. V tem času mesec obkroži zemljo. Čas potovanja meseca okrog zemlje in čas vrtenja meseca okrog svoje osi se ujemata, zato je proti zemlji vedno obrnjena ista stran meseca. To stran meseca v odvisnosti od



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

gibanja sonce različno osvetljuje. Različna osvetljenost meseca ima štiri faze, od katerih vsaka traja 7,4 dni.

Mlaj ali mladi mesec: ko se sonce, mesec in zemlja nahajajo v isti liniji, tako da je mesec med soncem in zemljo, takrat sonce osvetljuje samo nasprotno stran meseca, zato je neviden. V tej fazi gravitacijske sile sonca in meseca delujejo usklajeno. V tem času se na zemlji dogajajo največje plime in oseke. Po postopnem oddaljevanju meseca od sonca na vzhod (nasprotno gibanju urinega kazalca) mesec postaja znova viden na zahodnem nebu. Osvetljen desni del mesečeve polkrogle se povečuje, dokler po 7,4 dneh ni osvetljena točno polovica meseca. To je prvi krajec. V tem času te faze ima mesec položaj pod kotom 90° glede na sonce, zato je gravitacijski efekt najmanjši. Mesečeve plime se ujemajo s sončevimi osekami, a mesečeve oseka s sončnimi plimami. Na ta način se zato prepoznavajo tendence prehoda od maksimalnih vplivov plime in oseke k popolnemu mirovanju. V dneh, ko je osvetljena desna polovica, ni nobenih gravitacijskih reakcij od meseca in sonca. To je posebna točka, v kateri se v kratkem časovnem intervalu mirovanja menja smer gibanja – mesec se vse bolj oddaljuje od sonca. Osvetljena površina meseca se iz dneva v dan povečuje in ko mesec zavzema položaj pod kotom 180° v odnosu do sonca, zemlja pa se nahaja med soncem in mesecem, je v popolnosti vidna stran meseca, ki jo osvetljuje sonce. To fazo imenujemo poln mesec, ki nastopi točno 7,4 dneva od faze prvega krajca. Gravitacijska sila meseca in sonca povzročajo na zemlji posebne plime in širjenje vodnih površin. Po fazi polnega meseca, ko je mesec najbolj oddaljen od sonca, se mesec ponovno prične približevati soncu. Popolnoma osvetljena polovica meseca se prične zmanjševati, dokler ni osvetljena samo še leva polovica. V tej fazi pride do spremembe položaja meseca v odnosu do sonca z 180° na 90° . Gravitacijske sile meseca in sonca združujejo vodne mase na zemlji, plime se postopoma zmanjšujejo, dokler skoraj popolnoma ne izginejo. Ko je osvetljena samo leva polovica meseca, ni nobenih gravitacijskih reakcij. To je znova posebna točka, v kateri se v kratkem časovnem intervalu mirovanja znova zgodi preobrat v drugo smer gibanja, pa tudi preobrat iz krčenja v raztezanje vodnih mas. Mesec se tako vedno bolj približuje soncu, dokler ne zavzame srednjega položaja med soncem in zemljo. Mesečev srp počasi izginja, dokler z mladim mesecem popolnoma izgine. V tej fazi mesec iz položaja 90° v odnosu na sonce preide v nulti položaj. V tem času se gravitacijske sile krepijo, druga drugo podpirajo in vlečejo vodne zemeljske mase v eno smer, s čimer ustvarjajo največje plime in oseke. V tej fazi se dogodi prestop iz stanja mirovanja do maksimalne aktivnosti.

Delovanje mesečevih faz se odraža v gibanju energij in tekočin v človekovem organizmu. Pri razlagi teh dogajanj nam je v veliko pomoč stara terminologija jang-jin, saj najbolj enostavno opiše dogajanje.



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

Jang pomeni: zemeljska gravitacija, notranje, spuščanje, zbiranje, teža, v človekovem organizmu jang energija teče od zgoraj dol.

Jin pomeni: sončevo in mesečevo gravitacijo, zunanje, vzhajanje, širitev, lahkotnost, v človekovem organizmu jin energija teče od spodaj navzgor.

Na človeka delujejo gravitacijske sile meseca in sonca.

V času mladega meseca so tekočine v človekovem organizmu zaradi usklajene gravitacije sonca in meseca pritegnjene v glavo. Zemeljska gravitacija namreč izgublja moč privlačnosti, saj na nasprotnem koncu telesa delujeta močni sončevi in mesečevi gravitaciji. Kot rezultat tega človek postane lažji za 20%. Pri polnem mesecu je prva posebna točka, v kateri pri maksimumu jin preide v jang, ko se procesi širjenja in dviganja menjajo z nasprotnim - krčenje in spuščanje navzdol. Tak nenaden preobrat pomeni veliko obremenitev za organizem.

V času prvega krajca se skupna gravitacija sonca in meseca zmanjšuje skoraj do popolne nevtralizacije. Tekočine se iz predela glave usmerjajo navzdol in se enakomerno razporejajo po organizmu. Ker zemeljska gravitacijska sila postaja močnejša od sončeve in mesečeve, kar se odraža kot povečanje teže. V prvi fazi meseca se povečuje tudi aktivnost človekovega organizma. Ko gravitacije sonca in meseca na eni strani in zemlje na drugi strani druga drugo izničijo, je človek najtežji. Ko je jang ali zemeljska gravitacija maksimalen, se rojeva njegovo nasprotje - jin ali sončeva in mesečeva gravitacija. Izmenjavanje teh gibanj in njihova kontradiktornost predstavljata velik stres za organizem. Ko gravitacija meseca in sonca narašča in pri polnem mesecu doseže maksimum, sonce in mesec s svojo gravitacijsko energijo vodne mase na zemlji razdelita na dva nasprotna dela. Enako se dogaja tudi s tekočinami v človekovem organizmu. Ker je tok tekočin razdeljen na dva dela, organizem slabi. Energije in tekočine človekovega organizma so pod vplivom gravitacije sonca in meseca in so usmerjene od znotraj navzven - zato vse, kar je znotraj prehaja navzven. To je idealen čas za čiščenje organizma, fizične aktivnosti pa je v tem obdobju potrebno zmanjšati. Tej mesečevi fazi sledi faza prehoda iz jin v jang. Energija in tekočine iz zunanjega, razširjenega stanja prehajajo navznoter in se koncentrirajo. V tem obdobju se aktivirajo vsi jang procesi in organi, ki so vezani na te procese. Človek zazna moč, pojavi se želja po aktivnem gibanju. V času zadnjega krajca je organizem najbolj nabit z jang energijo oz. z zemeljsko gravitacijo. V tej fazi pride tudi do preobrata od koncentracije k razširitvi energije. To je dan notranje burje. Potrebna je zmernost in mirovanje. V zadnji fazi meseca pride do ponovnega naraščanja jin energije. Povečanje gravitacijske moči sonca in meseca povzroča preusmeritev energije proti glavi. Aktivirajo se jin organi, to je obdobje naravnega čiščenja organizma, menstruacije ...



Vidičeva hiša

Linhartov trg 3, Račoveljica, Slovenija

Človeku je potrebno znanje, ne sistem. Lunarni cikel je znanje naših prednikov, ki človeka povezuje z naravnimi cikli, katerih del je.