

Barbara Wren

Uzdrowianie KOMÓRKOWE

Odkryj prawdziwą naturę choroby
i odzyskaj zdrowie



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Uzdrowianie **KOMÓRKOWE**

Barbara Wren

Uzdrowianie KOMÓRKOWE

Odkryj prawdziwą naturę choroby
i odzyskaj zdrowie

Słuchaj Radia Hay House
na www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz
PROJEKT OKŁADKI: Piotr Pisiak
TŁUMACZENIE: Elżbieta Piłasiewicz

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2015
ISBN 978-83-7377-748-4

CELLULAR AWAKENING
Copyright © 2009 by Barbara Wren
English language publication 2009 by Hay House UK Ltd.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2015
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana
ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych,
kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

*Mojej prababci Jane,
która od małości przekazywała mi,
że to dzięki miłości świat się kręci.*

Ciało człowieka jest najlepszym odzwierciedleniem Wszechświata.

*Jeżeli coś nie istnieje w ciele człowieka,
nie może być znalezione we Wszechświecie,
a wszystko, co znajduje się we Wszechświecie,
może być znalezione w ciele człowieka.*

– Mahatma Gandhi

Spis treści

Przedmowa Andy Baggott	9
------------------------------	---

Część I: Jak nasze wspaniałe ciało rezonuje z Wszechświatem

Rozdział 1. Połączenie z wewnętrzną mądrością	15
Rozdział 2. Woda: płynny kryształ w pełnej postaci	33
Rozdział 3. Światło: nasza sieć połączeń	51
Rozdział 4. Uniwersalne cykle, do których tańczymy	63
Rozdział 5. Zasady pomocne przy uzdrawianiu	75
Rozdział 6. Nieśmiertelne wskazówki	93

Część II: Jak możemy sobie pomóc, by tańczyć do rytmów natury

Rozdział 7. Wzmocnij się na podstawie własnej historii..	113
Rozdział 8. Trzy etapy leczenia	139
Rozdział 9. Magia technik.....	159
Rozdział 10. Myśli na zakończenie	203

Dodatek I: Trzy miniprzypadki	211
--	------------

Dodatek II: Jod	219
------------------------------	------------

Słowniczek	223
------------------	-----

Bibliografia	225
--------------------	-----

O Autorce	231
-----------------	-----

Przedmowa

Gdy spotkałem Barbarę Wren po raz pierwszy, odczułem, że jest w niej coś, co sprawia, że od razu się ją lubi. Bardzo poważnie wypowiada się o zdrowiu i uzdrawianiu, ale zawsze z błyskiem w oku. Jej nauki są wspaniałe i odświeżające, bo łączą cię z wewnętrzną mądrością. Mówi spójnie i z sensem, a jej słowa rezonują z uczuciami, które wszyscy kiedyś mieliśmy, ale z czasem zanikły. Codziennie trzyma się swojej filozofii i żyje według niej. Gdy ją poznałem, wiedziałem już sporo na temat zdrowia i uzdrawiania, a rozmowa z nią na temat światła, które mamy w sobie, i o tym, jak je wykorzystujemy, zainspirowała mnie do nauki razem z nią. W trakcie dwuletniego kursu sporo dowiedziałem się o ciele i jego połączeniu z Wszechświatem, dzięki czemu odbyłem podróż w głąb siebie. Filozofia Barbary opiera się głównie na naszej odpowiedzialności i wzmacnianiu się, i to dzięki temu jej nauki są takie ciekawe. Zaprasza wszystkich, których uczy, aby przejęli kontrolę nad swoim życiem i wyruszyli w podróż do wnętrza zdrowia, szczęścia i wolności.

Jeżeli chorowałeś, czy to przez dłuższy czas czy krótszy, ta książka pozwoli ci zrozumieć siebie i podpowie, jak rozwinąć u siebie naturalne uzdrawianie. Jeżeli kroczysz już ścieżką uzdrawiania, poznasz tu nowe metody, które drastycznie przyspieszą proces uzdrawiania i szybko zmienią twoje życie. Gdy odkryłem nauki Barbary, przez wiele lat cieszyłem się zdrowiem i radością z życia. Może ci się wydawać, że nie miała mi zbyt wiele do zaoferowania – nic bardziej mylnego. Przetestowałem jej nauki, czytałem o naukowcach, lekarzach i filozofach, którzy ją zainspirowali, i wszystkie te badania odmieniły moje życie. Doświadczyłem mnóstwa zmian świadomości i odkryłem tak wiele nowych rzeczy w moim rozumieniu zdrowia i uzdrawiania, że jestem równie podekscytowany, jak i zaskoczony potęgą tego zjawiska.

Barbara nie tylko dzieli się swoją filozofią, lecz także ma ponad trzydzieści lat doświadczenia w pomaganiu innym, jak osiągnąć pełnię i wzmocnić swoje życie. Przez ten czas udało jej się stworzyć własną „torbę lekarską”, którą wykorzystuje do wprowadzania pozytywnych zmian zarówno w swoim życiu, jak i w życiu innych, którzy przez wiele lat czerpali z jej mądrości. W tej książce dzieli się ona swoimi metodami i zaprasza do ich wypróbowania, abyś też mógł doświadczyć tej wyjątkowej mocy. Osobiście bardzo ci to polecam. Moc i prostota tych metod sprawiają, że bardzo łatwo mogą one odmienić życie. Wyobraź sobie, że masz wspinały samochód i nagle odkrywasz, że masz w sobie całą potrzebną wiedzę, by cały czas być on w pełni sprawny i nigdy się nie psuł. Dodaj do tego wszystkie narzędzia, których będziesz potrzebować, a już nigdy nie będziesz musiał prowadzić go do mechanika. Barbara porównuje ciało do samochodu i pokazuje nam, jak możemy odkryć ukrytą w nas wiedzę, aby utrzymać ten pojazd w jak najlepszym stanie.

Przez wiele lat zgłębiałem wiedzę, ale zrozumiałem, że nauki Barbary są jednymi z najlepszych, jakie kiedykolwiek poznałem. Jest ona prawdziwym wizjonerem. Przetestowałem i wdrożyłem jej metody do swojego życia, jak i do życia moich klientów, i mogę śmiało stwierdzić, że to wszystko działa. Nie musisz mi jednak wierzyć na słowo – sprawdź wszystko sam. Myślę, że będziesz zaskoczony tym, jak dobrze możesz się poczuć.

Jej filozofia jest bardzo adekwatna do obecnych czasów. Barbara pomaga ludziom połączyć się z ich prawdziwym ja i tym samym wzmocnić się. To, co mówi, ma sens. Prezentuje nowy punkt widzenia na zdrowie i uzdrawianie. Ta książka pokazuje, jak być zdrowym i jak przejąć kontrolę nad swoim życiem i tym, w którym kierunku ma ono zmierzać. Barbara nie prosi cię, byś wierzył jej na słowo, ale byś sam poczuł połączenie z tą mocą. Wszyscy rodzimy się z wiedzą o tym, kim jesteśmy i jaki jest nasz cel, ale niestety, wiele osób zapomina o tym i schodzi ze swojej ścieżki. Barbara rzuca nam wyzwanie, abyśmy wzięli pełną odpowiedzialność za swoje życie i cały czas pamiętali, jacy jesteśmy wspaniali i wyjątkowi. Jesteśmy istotami, które czerpią energię ze światła, mamy też potencjał, aby przechowywać je w każdej komórce ciała. Nadaje to całkiem nowy sens oświeceniu i otwiera umysł na nowe możliwości. Zatem usiądź, zrelaksuj się i przygotuj się na odkrycie swojego cudownego potencjału.

Andy Baggott

Podziękowania

*Moim dzieciom i wnukom, które, świadomie lub też nie,
były częścią mojej nauki. Chciałabym szczególnie podziękować
mojemu synowi Benjaminowi, który razem ze mną
pracował w college'u i rzucał wyzwanie
współczesnemu sposobowi myślenia.*

*Dziękuję także Andy'emu Baggottowi za jego inspirujące i intuicyjne
zdolności pisarskie, a także jego partnerce Debbie
za pozytywne i magiczne wsparcie
przez cały czas powstawania tej książki.*

*Dziękuję również Michelle Pilley i wszystkim osobom
w Hay House za tę wspaniałą możliwość wyrażenia siebie w czasach,
w których nauczanie w college'u
jest coraz bardziej ograniczone.*

Część I

Jak nasze wspaniałe ciało rezonuje z Wszechświatem

Połączenie z wewnętrzną mądrością

Żyjemy w bardzo ekscytujących czasach. Ziemia przechodzi wielkie zmiany, a nasza galaktyka wchodzi w nowy wiek astrologiczny. Pojawiają się nowe okrycia naukowe, technologia towarzyszy nam praktycznie na każdym kroku. Co chwila odkrywane są nowe gatunki, a starożytna wiedza, uznana za zaginioną, ponownie wychodzi na światło dzienne – mamy mnóstwo nowych informacji na wyciągnięcie ręki. Komunikujemy się ze sobą w sposób, o jakim kiedyś można było tylko pomarzyć. Wszelkie informacje są łatwo dostępne, więc można odczuć przypływ nowych pomysłów, odkryć naukowych i różnych ciekawostek. Każdego dnia wiemy więcej niż wczoraj. Każdego dnia rozwija się nasza świadomość. Każdego ranka budzimy się z nowymi pytaniami w umyśle, nieważne, czy jesteśmy ich świadomi, czy nie. Dla niektórych te pytania odnoszą się do spraw codziennych, ale coraz więcej ludzi zastanawia się, kim naprawdę jesteśmy i na czym polega życie.

Codziennie otrzymujemy sporą dawkę wiadomości z radia czy telewizji, niektóre z nich mogą zawierać odpowiedzi, któ-

rych szukamy. Ale jak mamy przedrzeć się przez te wszystkie informacje i zdecydować, które są dla nas istotne, a które – nie? Co ważniejsze, jak możemy odróżnić, które z tych informacji są prawdziwe, a które fałszywe? Wiele z nich wzajemnie się wyklucza, szczególnie te, które dotyczą naszego zdrowia. Jednego dnia słyszysz, że czekolada jest dobra dla zdrowia, a następnego okazuje się, że jest szkodliwa. Jednego dnia czerwone wino może przedłużyć twoje życie, chroniąc cię przed chorobami serca, a następnego dnia dowiadujesz się, że może ono je skrócić, bo osłabia wątrobę. Trudno zdecydować, w co wierzyć.

Na Zachodzie jesteśmy ofiarami największego oszustwa. Nauczono nas, że aby osiągnąć mądrość i wiedzę, powinniśmy szukać ich w świecie nas otaczającym. Powiedziano nam, że najważniejsze informacje znajdują się w bibliotekach, na uniwersytetach i w umysłach innych ludzi. Nikt nigdy nie powiedział nam, że możemy ich szukać wewnątrz siebie. Mimo że ostatnio wielu ludzi zaczęło poznawać siebie poprzez medytację, jogę i inne wschodnie praktyki, wciąż panuje dogmat, że powinniśmy pytać innych, jak być sobą. Jednak za każdym razem, gdy szukamy swojej mądrości poza sobą, tak naprawdę staje się ona mądrością kogoś innego, a nie naszą. Nie jesteśmy w stanie dodać naszej unikalności i mądrości do świata, a powinniśmy to robić, bo to właśnie one tworzą spójny, pełen ładu świat. Jeśli przestaniemy patrzeć w głąb siebie i będziemy szukać mądrości gdzieś indziej, świat ogarnie monotonia, standaryzacja i kontrola.

Odpowiedź na każde pytanie, które zadasz, jest w tobie. Prawda nie jest „tam”, ale wewnątrz twojego wspaniałego ja, bo tak naprawdę jesteś czymś więcej, niż mógłbyś sobie wyobrazić.

Nie jesteśmy oddzielnymi, odizolowanymi jednostkami, ale wielowymiarowymi, połączonymi ze sobą istotami światła żyjącymi we wspólnym Wszechświecie. To, co się dzieje wokół

nas, ma bezpośredni i zauważalny wpływ na nasze ciało, i odwrotnie – to, jak żyjemy, ma bezpośredni wpływ na Wszechświat. Jesteśmy wibracyjnymi istotami żyjącymi w wibracyjnym Wszechświecie, który na swoim najbardziej podstawowym poziomie jest zbudowany z połączenia energii i świadomości. Każdy z nas, poprzez świadomość, tworzy swoją rzeczywistość, ale to ciało jest miejscem, w którym owa świadomość żyje. Jeżeli ciału brakuje harmonii, świadomość nie może się w pełni wyrazić, co skutkuje tym, że zarówno my, jak i nasz świat, stajemy się bardziej ograniczeni.

Wszechświatowi nic nie brakuje, jest on w doskonałej dynamicznej równowadze, ponieważ cały czas się porusza i rozrasta. Wszechświat jest świadomy i wie, jak utrzymać równowagę, aby ciągle móc się rozwijać. To właśnie u jego podstaw kryje się wiedza, jak osiągnąć tę równowagę. Tę wiedzę określa się mianem *uniwersalnej mądrości* i jest to mądrość harmonii. Uniwersalna mądrość przenika wszystko i jest we wszystkim, w każdej planecie, w każdej żywej istocie i w każdej cząsteczce.

Tak jak Wszechświatowi, tak i Matce Ziemi też nic nie brakuje, bo jest ona częścią świadomego Wszechświata i też posiada wiedzę, jak pozostać w równowadze. Cokolwiek ludzie robią na planecie, natura zawsze stara się przywrócić harmonię. Tam, gdzie Ziemia została zniszczona lub zatruta, natura z czasem odnowi ją i oczyści. To jest wielka moc, dzięki której życie cały czas trwa.

Rudolf Steiner powiedział kiedyś, że jeżeli chcemy uzdrowić siebie, najpierw musimy uzdrowić Ziemię – jest w tych słowach wiele prawdy. Matka Ziemia jest hojnym żywicielem i im więcej jej poświęcamy opieki i uwagi, tym więcej ona daje nam w zamian. Gdy jej to umożliwimy, dostarczy nam ona wszystkiego, czego potrzebujemy do życia i ciągłego rozwoju.

Życie w jedności z Ziemią i Wszechświatem leży w naszej naturze. Pradawni mędracy doskonale o tym wiedzieli. Gdy nasz mikrokosmos – energie, które są w naszych komórkach – styka się z makrokosmosem – światem, który nas otacza – nie ma nic, czego nie moglibyśmy zrobić. Urodziliśmy się, by marzyć, a dzięki rozwijaniu swojej świadomości możemy swoje marzenia realizować. Narodziliśmy się, by tworzyć nowe pomysły i wcielać je w życie. Jakie chcesz mieć życie? Czego chcesz doświadczyć, a co ważniejsze, jakich sytuacji chciałbyś uniknąć? Wszystko jest możliwe, gdy żyjemy w jedności z makrokosmosem. To właśnie jest prawdziwy potencjał człowieka.

Ostatnio nie słyszy się dużo na temat realizowania swojego potencjału, a jeżeli gdzieś o czymś się wspomina, trudno wyciągnąć z tego ogólny zarys. We współczesnym społeczeństwie realizowanie potencjału oznacza dobre stopnie w szkole, znalezienie dobrej pracy, prowadzenie działalności, bycie stabilnym finansowo i oszczędzanie pieniędzy na emeryturę. U źródła tych wszystkich rzeczy leży strach, że nie uda się ich zrealizować, np. przez chorobę.

Jako dzieci mamy marzenia, kim chcielibyśmy zostać, jak dorośniemy, ale gdy już jesteśmy starsi, uczy się nas, aby iść na kompromis z marzeniami, przejrzeć na oczy i nauczyć się żyć w „prawdziwym świecie”. W rzeczywistości uczy się nas, jak mamy zamknąć oczy i odciąć się od tego, czym życie jest naprawdę.

Jest tylko jedna rzecz, która powstrzyma cię przed zrobieniem tego, co naprawdę chcesz – to strach. We współczesnym społeczeństwie ciągle mówi się o strachu, ponieważ strach jest najlepszym sposobem na kontrolowanie ludzkości. Boimy się ubóstwa, chorób, wojen i terroryzmu, a rząd dba o to, abyśmy dalej skupiali się na nich, i informuje nas, że rozpoczyna walkę

z tym, co aktualnie nas najbardziej przeraża. Problem w tym, że od strachu nie można się uwolnić przez walkę, ponieważ każdy rodzaj wojny służy tylko powstawaniu większego lęku. Może już nadszedł czas, abyśmy sami wybrali, na co chcemy skierować uwagę.

Czy potrafisz sobie wyobrazić, jak cudownie byłoby żyć bez jakiegokolwiek lęku? Czy nie byłoby wspaniale tak rozumieć swoje ciało, że szybko i sprawnie mógłbyś mu przywrócić równowagę i harmonię? Czy nie byłoby cudownie żyć w dostatku na każdym poziomie, po prostu żyć tak, jak marzyłeś od dziecka?

Gdy nauczymy się, jak się uwolnić od strachu i połączyć się z wewnętrzną mądrością, nic już nie stanie nam na przeszkodzie. Mówi się, że używamy tylko 10 proc. mózgu. Wyobraź sobie, co moglibyśmy osiągnąć, gdybyśmy umieli wykorzystać pozostałe 90 proc. Jak wyglądałby nasz rozwój jako rasy i jak wyglądałby świat, gdybyśmy mogli pojąć go w dużo większym stopniu?

Szczęście, zdrowie i wolność przysługują każdemu człowiekowi od urodzenia i są dla każdego dostępne. Nieważne, na jakim etapie życia jesteś, czy jesteś zdrowy, czy chory – masz potencjał, aby odnaleźć szczęście, zdrowie i wolność.

Gdy zaczniemy wykorzystywać nasz potencjał, inni będą patrzeć na nas jak na chodzący cud. Żadna choroba nie pozostanie niewyleczalna, bo zrozumiemy, że wszystkie dolegliwości, bez wyjątku, można wyleczyć od wewnątrz. Nie będziemy musieli się martwić o to, co przyniesie przyszłość, bo z każdym krokiem będziemy wiedzieć, że sami jesteśmy panami naszego przeznaczenia. Na tym właśnie polega potencjał ludzkości – na rozwijaniu naszego życia w każdym możliwym kierunku; na marzeniach i ich realizowaniu; na byciu tym, kim naprawdę jesteśmy, tym, kim w głębi serca wiedzieliśmy, że powinniśmy być.

Największy stres, jakiego doświadczamy, to to, że nie możemy być tym, kim jesteśmy. Żeby być sobą, musimy utrzymywać odpowiednie połączenie z Ziemią i z Wszechświatem, żeby być w równowadze ze wszystkim, co nas otacza. Oznacza to dopasowanie naszego mikrokosmosu, wibracji, które są w naszych komórkach, z makrokosmosem, całym światem.

Najważniejszą rzeczą, która została pominięta w naukach Zachodu, jest to, że mamy ciało. Określam to ciało mianem „pojazdu”. Ten pojazd ma zdolność manifestowania z siebie wszystkiego, co ma odwzorowanie we Wszechświecie. Ale dzieje się tak tylko wtedy, gdy jesteśmy w stanie równowagi i harmonii, wtedy możemy połączyć się z uniwersalną mądrością i wykorzystać ją jako własną. Większość naszej wspólnej pracy w tej książce będzie o tym, jak przygotować nasze ciało – nasz pojazd – aby otrzymało i zachowało uniwersalną mądrość. Utrzymanie tego pojazdu w należytym stanie jest według mnie najważniejszym aspektem zdrowia.

Gdy mówimy o zdrowiu, nie mówimy o braku symptomów, ale o dużym braku połączenia z tym, kim jesteśmy, i z naszym miejscem we Wszechświecie. To połączenie musi się wytworzyć na trzech poziomach: fizycznym, emocjonalnym i duchowym. Obecnie na Zachodzie te aspekty są rozpatrywane osobno. Z jednej strony masz niejasne i często zaprzeczające sobie informacje, jak dbać o ciało fizyczne za pomocą suplementów i odżywiania, a z drugiej – słyszysz o praktykach duchowych. O emocjach mówi się bardzo mało. Jeżeli masz problemy emocjonalne, możesz w najlepszym wypadku pójść do terapeuty, a w najgorszym – dostać receptę na antydepresant, który jeszcze bardziej odetnie cię od tego, kim naprawdę jesteś. Ale to właśnie nasze emocje są spoiwem łączącym elementy fizyczny i duchowy w jedność. To, jak się czujesz emocjonalnie, jest nie-

wątpliwie najlepszym wskaźnikiem tego, czy idziesz w kierunku harmonii czy chaosu. Emocje są twoim przewodnikiem do spełnienia marzeń. Gdy czujesz się dobrze, wiesz, że idziesz we właściwym kierunku. Gdy czujesz się źle, wiesz, że oddalasz się od życia, jakiego pragniesz. Jeżeli będziesz stale szukać pozytywnych uczuć i emocji, twój pojazd powiezie cię na przygodę życia, do miejsc, o których nawet nie marzyłeś.

Gdy mówimy o połączeniu się z emocjami, nie mówimy o komunikowaniu się z wewnętrzną złością, winą, zawodem i strachem. Mówimy tu o połączeniu z naszą wewnętrzną mądrością, jak i z makrokosmosem. Nasza planeta przechodzi przez wiele cykli zmian i jesteśmy stale z nimi połączeni. Uświadomienie sobie i wyczucie ich pozwoli nam wejść w harmonię z Matką Ziemią.

Nieważne, czy jesteśmy połączeni z tymi cyklami czy nie, każdą zmianę w Ziemi odczuwamy na poziomie komórkowym. Gdy poruszamy się zgodnie z tymi zmianami, wszystko jest dobrze, ale gdy stracimy tę harmonię, pojawiają się choroby. Jesteśmy także stale połączeni ze zmianami, które zachodzą poza naszą planetą. Wszyscy wiedzą, że Księżyc ma silny wpływ na wody na naszej planecie, ale wielu zapomina, że my także jesteśmy zbudowani w większości z wody, a zatem Księżyc ma wpływ także na nas.

Wszystkie planety w naszym Układzie Słonecznym wywierają jakiś wpływ na nas, gdy poruszają się po swoich orbitach. Wpływają na różne organy i minerały w naszym pojeździe. Wiem już o tym od dłuższego czasu, a wiedza ta jest bardzo przydatna, szczególnie gdy chcemy połączyć ludzi ze zmianami zachodzącymi w ich ciałach w różnym czasie.

Miałam kiedyś pacjenta, którego podczas konsultacji zapytałam, czy cierpiał na bóle głowy. Potwierdził, że w przeszło-

ści je miewał, ale po konsultacjach u jednego z moich byłych uczniów, który zasugerował mu, żeby pił około 2,5 litra wody dziennie, bóle zniknęły. Od dłuższego czasu ich nie odczuwał, ale niedawno miał niespodziewaną migrenę. Przerwałam mu i powiedziałam, że domyślam się konkretnego dnia, kiedy to było. Podałam mu tę datę. Był bardzo zdziwiony, że miałam rację. Udało mi się to, bo wiedziałam o kilku wzajemnie połączonych rzeczach. Wiedziałam, że migreny i wątroba są stale połączone i że Mars ma duży wpływ na wątrobę. Wiedziałam także, że niedawno Mars był bardzo blisko Ziemi, wybrałam więc datę, gdy był on najbliżej, a tym samym miał największy wpływ. Gdyby ten pacjent wiedział o tym wcześniej, mógłby wykorzystać odpowiednie techniki do wzmocnienia wątroby (patrz Rozdział 9.) i uniknąłby migreny, a nawet jeżeli nie udało by mu się jej uniknąć, przynajmniej nie byłaby ona czymś niespodziewanym.

Nic we Wszechświecie nie dzieje się przypadkiem, wszystko jest częścią ciągle pojawiającego się, połączonego ze wszystkim procesu.

Ważny czas dla naszej planety

Nasza planeta przechodzi obecnie przez trzy konkretne zmiany, które wydają się być istotne, gdy weźmiemy pod uwagę, jak jesteścieś połączeni z Matką Ziemią.

Po pierwsze, pole magnetyczne Ziemi staje się coraz słabsze. Naukowcy podejrzewają, że wynika to ze zmiany biegunów, która zajdzie w niedalekiej przyszłości (wydarzyło się to już kilka razy w przeszłości). Jeżeli weźmiesz pod uwagę fakt, że we krwi jest dużo żelaza, a jak wiadomo, jest ono podatne na pole magnetyczne, ta zmiana w Ziemi wpłynie także na ludzi. Wy-

daje mi się, że zmniejszenie siły pola magnetycznego zmniejsza granice w sposobie, w jaki myślimy. To tak, jakby zanikały stare szablony myślenia i otwierały się przed nami nowe możliwości. Stare paradygmaty znikają zarówno ze świata naukowego, jak i duchowego. Fizyka kwantowa pokazuje, że nauka i duchowość mają ze sobą coraz więcej wspólnego tam, gdzie kiedyś wydawały się całkowicie przeciwnymi dziedzinami.

Po drugie, prędkość wibracji, rezonans Ziemi się zwiększa. Wszystko we Wszechświecie wibruje z energią i Ziemia nie jest pod tym względem inna. Ta wibracja, znana jako Rezonans Schumanna, stale rośnie przez ostatnie 40 lat. Planeta dosłownie przyspiesza. Podwzgórze i przysadka mózgowa dostrajają się do tych wibracji, bo w każdej komórce są receptory w kanałach białkowych, które odbierają wibracje z zewnątrz. Jesteśmy więc stale połączeni z tą zmianą w wibracji, a coraz więcej ludzi staje się ich świadomych. Wielu ludzi, z którymi się spotkałam, wspominało o wrażeniu, że czas przyspiesza. Wydaje mi się, że jest to bezpośrednia przyczyna zwiększenia wibracji. Wierzę także, że sami możemy zwiększyć nasze wibracje, aby osiągnąć wyższe stany świadomości i połączenia z Wszechświatem, a tym samym zyskać dostęp do większych pokładów naszej wewnętrznej mądrości.

Trzecią istotną zmianą jest zwiększona aktywność fotonów zarówno w naszym Słońcu, jak i poza Układem Słonecznym. Fotony to subatomowe cząsteczki światła, oznacza to, że drastycznie zwiększa się ilość dostępnego światła w Układzie Słonecznym i na naszej planecie.

Niedługo całkowicie wejdziemy w pierścień fotonów znany jako „pas fotonów”¹. Tak jak nasza planeta obraca się wokół

¹ Książka powstała w 2009 roku, a Ziemia weszła w pas fotonów w 2012 roku (przyp. tłum.).

Słońca, Słońce, a tym samym Układ Słoneczny, obraca się wokół wielkiej gwiazdy. Ten obrót zajmuje około 26 000 lat i następuje po elipsie, co znaczy, że w pewnych okresach jesteśmy dalej, a w innych – bliżej wielkiej gwiazdy. Jeżeli podzieli się tę orbitę na 12 równych części i przydzieli się im znaki zodiaku, wyjdzie, że okresy, kiedy jesteśmy najbliżej wielkiej gwiazdy, odpowiadają znakom Lwa i Wodnika. To właśnie dlatego obecna era jest nazywana Erą Wodnika. W tych okresach także przechodzimy przez pas fotonów. W 2012 roku wejdziemy w niego całkowicie po raz pierwszy od 11 000 lat, ale już możemy odczuć jego wpływ.

Wejście w pas fotonów oznacza świt nowej ery, która będzie trwać około 2100 lat, w tym czasie będziemy skąpani w większej ilości fotonów niż dotychczas. W przeszłości okresy zwiększonej aktywności fotonów pokrywały się z rewolucjami w sposobie myślenia i rozwoju, teraz także przeżywamy okres zmian i rozwoju, zarówno intelektualnego, jak i duchowego. Wystarczy spojrzeć na zmiany, jakie zaszły od wynalezienia mikroukładów. Stajemy przed wyzwaniem, aby zrównać zmiany zachodzące w makrokosmosie z naszym mikrokosmosem. Nasz pojazd, aby móc w pełni skorzystać ze zmian w makrokosmosie, powinien być w stanie podwyższonej gotowości. Powinniśmy mieć otwarte zarówno komórki, jak i umysł.

Ciało jako probówka

Na ciało można spojrzeć jeszcze w inny sposób – jak na probówkę. Gdybyśmy byli naukowcami przeprowadzającymi eksperymenty w probówce, warunki w niej panujące miałyby duży wpływ na wynik końcowy. Wiemy przecież, że dostępność światła, nawodnienie, pH i temperatura mają potężny wpływ na ciało.

Światło jest bardzo ważne, gdyż łączy wszystko we Wszelch-
świecie, nawet wszystkie komórki w naszym ciele. Zatem do-
stępność światła i umiejętność ciała do jego magazynowania
i wykorzystywania są bardzo ważne, jeżeli chcemy połączyć się
z naszą wewnętrzną mądrością.

Nawodnienie jest też bardzo istotne. W następnym rozdziale
poznamy zmiany, jakie zachodzą w błonach komórkowych, gdy
ciało jest odwodnione. Błone komórkową nazywam „odźwier-
nym”, ponieważ jest odpowiedzialna za cały ruch z i do komór-
rek. Zmiany w nawodnieniu ciała wpływają na zmianę stopnia
komunikacji pomiędzy komórkami. Wyobraź sobie światło
w pełnym spektrum przechodzące przez zniekształconą, grubą
błone komórki: załamanie się ono i po drugiej jej stronie spek-
trum nie będzie już kompletne. Taka obciążona wiadomość będzie
przekazywana z komórki na komórkę. Gdy jesteśmy odwodnie-
ni, błona komórkowa traci swoją zdolność do magazynowania
fotonów, więc nasz światopogląd jest dosłownie zaciemniony.

Utrzymanie prawidłowej równowagi pH w ciele jest także
bardzo istotne dla ogólnego samopoczucia. Wiele enzymów
w układzie trawiennym włącza się i wyłącza przy zmianie pH.
Przy dużym zakwaszeniu tracimy zdolność do poprawnego tra-
wienia jedzenia, ponieważ enzymy wymagane do tej czynności
nie mogą się aktywować. Tak naprawdę jesteśmy lekko zasa-
dowymi istotami, ale wszystkie aspekty naszego metabolizmu
wytwarzają codziennie trochę kwasowości, dlatego też, aby
wrócić do naturalnego stanu, musimy oczyszczać ciało przed
zakończeniem każdego 24-godzinnego cyklu. Niedokonanie
tego odbija się na człowieku, widać to u ludzi, którzy wiecznie
mają zły humor lub mają skłonności do krzywdzenia innych.
Innymi objawami braku równowagi pH są bóle głowy i żołądka.
Reasumując, gdy jesteśmy zbyt zakwaszeni, nasz światopo-

głód staje się bardziej mroczny i ograniczony, a tym samym nie możemy dostrzec, jak efektywnie wędrować przez życie i osiągnąć dobrobyt.

Temperatura jest też ważna dla zachowania równowagi i dla ogólnego samopoczucia. Wydaje się, że ostatnio coraz więcej ludzi jest chłodniejszych fizycznie i emocjonalnie oraz odciętych od reszty, niż było to w przeszłości. Gdy 40 lat temu szkoliłam się na pielęgniarkę, nauczono mnie o temperaturze ciała i jaka jest jej średnia wartość w przypadku człowieka. Przeglądając współczesne podręczniki związane z tym tematem, zauważyłam, że obecnie podawana średnia wartość jest o stopień niższa od tej, którą poznałam w przeszłości, a nigdzie w literaturze medycznej nie mogę znaleźć na to wytłumaczenia. Jeżeli jednak przyjrzymy się roli jodu i tarczycy w zachowaniu prawidłowej temperatury ciała, wszystko staje się jasne.

Minerały odgrywają kluczową rolę we wszystkich aspektach biochemii człowieka, a ich niedobór może mieć drastyczny wpływ na zdrowie. Na przykład na zachodzie Szkocji intensywne uprawy pozbawiły ziemię magnezu. Magnez, czasami nazywany „wielkim uspokajaczem”, jest ważny dla naszego samopoczucia. Gdy go nam brakuje, często szukamy innych, przeważnie syntetycznych środków, aby poczuć się lepiej. Jest on też potrzebny dla prawidłowej pracy serca. Dlatego też w zachodniej części Szkocji jest zwiększona konsumpcja cukru, wysoki współczynnik alkoholizmu i uzależnienia od narkotyków oraz chorób serca. Te sytuacje są ze sobą połączone, ale obecnie nikt nie chce tego przyznać ani nawet się nad tym zastanowić. Wiadomo także, że brak magnezu może źle wpłynąć na zdolność oczyszczania i przywracania równowagi na poziomie komórkowym.

Zachowanie odpowiedniej równowagi mineralnej w naszym pojeździe jest kluczowe dla naszego zdrowia. Zbyt dużo lub

zbyt mało potrzebnych minerałów może zaburzyć równowagę w organizmie, a nawet mieć długotrwałe konsekwencje.

Wiele minerałów działa jeden za drugim i są energetycznie przeciwne względem siebie. Dwa, które działają właśnie w ten sposób, to cynk i miedź. Gdy dziecko jest w macicy, ciało matki musi się przygotować na poród. Jest to proces separacji, aby dziecko było bardziej niezależne. W macicy dziecko jest całkowicie zależne od matki. Jako ludzie powinniśmy dążyć do niezależności, aby móc w pełni wyrazić swoją unikalność. Wraz z dorastaniem powinniśmy otrzymywać coraz więcej niezależności. Zatem pod koniec ciąży poziom miedzi w organizmie matki wzrośnie, a tym samym spadnie poziom cynku. Efekty wywołane przez wzrost poziomu miedzi są dosyć gwałtowne, jest ona jednym z kluczowych elementów skurczów porodowych. Gdy tylko dziecko się urodzi, poziom miedzi w ciele matki powinien naturalnie spaść, a poziom cynku – wzrosnąć. Jedzenie łożyska podnosi poziom cynku (ludzie są jedynymi ssakami, które nie jedzą swoich łożysk). Jeśli poziom cynku u matki nie wzrośnie, dziecko może stać się bardzo od niej zależne, a jeżeli sytuacja ta nie zmieni się po okresie dojrzewania, dziecko, gdy dorośnie, będzie bardzo zależne od innych. Wiadomo, że pigułki antykoncepcyjne są bardzo bogate w miedź, i jak widać przepisywanie ich w okresie dojrzewania, by zmniejszyć bóle menstruacyjne, może w ostatecznym rozrachunku skrzywdzić dziecko.

Okresy, przez które przechodzimy w życiu, są kluczowe dla późniejszego realizowania naszego potencjału. Narodziny i okres dojrzewania są ważnym czasem, przez który trzeba przejść zarówno z opieką, jak i mądrością. Równie ważne jest wejście w macierzyństwo i menopauzę. Każdy okres przynosi ze sobą potencjalne zmiany w świadomości. Jeżeli w trakcie przejścia przez każdy z tych okresów odpowiednio wesprzesz

swoje ciało, twój potencjał rozwinie się i wzrośnie. Jeśli jednak w którymś z tych okresów pojawi się stres lub ograniczenia, konsekwencje mogą być straszne.

Jednym z najbardziej zaskakujących połączeń, jakie udało mi się odkryć w ciągu 35 lat pracy, jest to, że u 90 proc. moich pacjentów z anoreksją pojawiła się ona w ciągu sześciu miesięcy od otrzymania przez nich szczepionki przeciw gruźlicy (BCG) w wieku nastoletnim. Wszystkie szczepionki przekazują ciału rezonans choroby, w przypadku szczepionki BCG jest to rezonans gruźlicy. Często, zamiast chronić przed chorobą, szczepionka ta budzi uśpione niedoskonałości, które zostały osobie zaszczepionej przekazane przez przodków, którzy byli nosicielami lub chorowali na gruźlicę. Wszyscy rodzimy się z predyspozycjami pochodzącymi od naszych przodków i je także powinniśmy brać pod uwagę, jeżeli chcemy zrozumieć swoją unikalność.

Na Zachodzie dzieci przed ukończeniem drugiego roku życia otrzymują przeważnie do 32 szczepionek. Podanie maluchowi, który dopiero się rozwija i przechodzi z niemowlęcia w dziecko, rezonansu 32 różnych chorób nie może być dobrym pomysłem.

W świecie szczepionek strach jest potężnym narzędziem. Jeżeli zastanowisz się nad tym, że stale rosnąca liczba problemów dziecięcych typu autyzm czy ADHD idzie w parze ze zwiększoną liczbą szczepień, dojdiesz do wniosku, że konwencjonalne myślenie na temat podstaw zdrowia jest błędne.

Zbiorowe myślenie może zmienić przekonania

Moc zbiorowego myślenia w naszym społeczeństwie jest potężna. Pomyśl tylko, jak wielu ludzi wierzy praktycznie we wszystko, co przekażą im media. Wiele osób tkwi w przekona-

niu, że niektóre rzeczy są nieuleczalne i niezmiennie i trzeba się po prostu pogodzić z tym, co nie jest dla nas dobre. Ale wiara czy przekonanie to tylko myśl, którą stale powtarzasz. Jeżeli zmienisz sposób, w jaki myślisz, zmienisz też swoje przekonania, a tym samym coś, co w jednym przypadku mogło być niemożliwe, w drugim staje się realne.

Natura dostarcza nam wszystkich narzędzi, jakich potrzebujemy do uzyskania równowagi i harmonii. Jedyne, co musimy zrobić, to je podnieść i wykorzystać. Jeżeli chcesz osiągnąć równowagę i być zdrowy, musisz dokonać tego samodzielnie i wziąć za to pełną odpowiedzialność. To jest jedyny sposób, aby być zdrowym i wolnym.

Na Zachodzie myślimy, że jesteśmy wolni, ale dla wielu ludzi wolność to tylko iluzja. Ktoś, kto jest naprawdę wolny, może pójść wszędzie i żyć w zgodzie ze wszystkim, co napotka. Nasza współzależna natura powstrzymuje nas przed czymś takim. Większość ludzi, planując wakacje, nie weźmie pod uwagę miejsca, o którym nie ma pewności, że będzie tam zapas żywności, pieniędzy, potrzebnych lekarstw czy lekarz, który pomoże w razie wypadku. Takie podejście sprawia, że świat jest ograniczony i wiele pięknych miejsc na tej planecie jest poza naszym zasięgiem. Człowiek żyjący pełnią swojego potencjału nie ma takich ograniczeń. Rozumie on, że dzięki samym myślom jest w stanie przyciągnąć wszystko, czegokolwiek będzie potrzebować.

To, jak myślisz i o czym myślisz, ma największy wpływ na twoją rzeczywistość, a tym bardziej – na twoje ciało. Wielu ludzi nie lubi swojego ciała, niektórzy są źli lub zawiedzeni sposobem, w jaki ono funkcjonuje czy nawet szwankuje, inni natomiast się nad tym nie zastanawiają. Sporo ludzi cierpi na przewlekłe choroby i nie mogą wyzdrowieć, ponieważ cały czas

skupiają się na objawach. To tak, jakbyś ciągle przyglądał się problemowi zamiast aktywnie szukać rozwiązania.

Twoje ciało jest wspaniałe. Posiada wspaniałą moc samouzdrawiania, ale to *umysł* wszystkim rządzi. Jak już w pełni połączy się on z ciałem, w każdej komórce zabłyśnie światło. Ciało będzie pełne energii, połączy się ze Wszechświatem i będzie tańczyć do jego rytmu. Gdy tak już się stanie, każdy kolejny dzień będzie krokiem w kierunku równowagi i harmonii.

Pozwól więc, że wezmę cię w podróż w twoim pojeździe, podróż w głąb siebie. Nie potrzebujesz żadnych specjalnych zdolności, wystarczy tylko otwarty umysł. Moim zamiarem jest, abyś w trakcie tej podróży zaczął tworzyć coraz więcej połączeń: to tak, jakbyś łączył ze sobą kropki, żeby zobaczyć końcowy obrazek. Im więcej tych połączeń zrobisz, tym lepiej zrozumiesz, kim naprawdę jesteś.

Podzielę się z tobą podstawowymi zasadami, na których jest oparta moja praca. Są one proste, ale bardzo potężne. Są fundamentami, na których zbudujemy zdrowie i energię.

Chcę ci także pokazać w łatwy i zrozumiały sposób, jak ciało funkcjonuje. Gdy to już pojmiesz, łatwiej ci będzie dostrzec i pojąć, jak i dlaczego ciału zdarza się źle funkcjonować.

Poznamy też prawdziwą naturę i cel choroby. Dowiesz się, skąd i dlaczego pojawiają się choroby oraz jak się od nich uwolnić. Pokażę ci, że współczesna medycyna jest oparta na niedokładnych teoriach i jak przez brak zrozumienia prawdziwej natury choroby pojawiają się chroniczne dolegliwości.

Gdy już to wszystko ze sobą połączymy, proces przywrócenia ciału harmonii i jego pełnego potencjału będzie zrozumiały i dużo łatwiejszy. Osiąga się to dzięki trzem etapom kuracji, które, jak wspomniałam, są proste i łatwo przyswajalne. Przez ostatnie 35 lat praktyki poznałam wiele technik, których można

użyć, by pomóc ciału dojść do zdrowia. Są one bardzo potężne, ponieważ dostarczają ci narzędzi, za pomocą których możesz w krótkim czasie dokonać zmian. Jeżeli ciało jest przepełnione toksynami, mają one potężny wpływ na to, jak funkcjonujemy, czujemy się i myślimy. Techniki te przynoszą ulgę ciału i umysłowi, każda z nich jest prosta i łatwa do wykonania przy minimalnym wyposażeniu.

Jednym z najważniejszych elementów mojej pracy z pacjentem jest poznawanie jego przeszłości oraz historii choroby. Dzięki obserwacji jego życia, a także zdrowia rodziców i dziadków, można zobaczyć podróż, jaką jego ciało odbyło, aby znaleźć się w tym właśnie momencie. Interpretowanie historii choroby jest często bogatym doświadczeniem dla pacjenta, ponieważ jest to moment łączenia kropek i w końcu zaczyna on rozumieć swoją przeszłość i to, co ona oznacza. Podzielę się z tobą kilkoma historiami pacjentów, dzięki temu zobaczysz, jak to działa w praktyce, i tym samym ułatwi ci to poznanie siebie.

Gdy już poznasz swoją historię, będziesz mógł zacząć pisać ją na nowo – historię pełną zdrowia, szczęścia i wolności. Może być to przygoda, w której bohater pokonuje wszystkich wrogów, radzi sobie ze wszystkimi problemami i żyje długo i szczęśliwie. Może tam być wszystko, czego zapragniesz. Jak już zaczniesz pisać swoją opowieść, wszelkie sytuacje, które zdawały się nie do rozwiązania, okażą się banalnie proste. Cuda staną się możliwe, powróci nadzieja i znów zapłoniesz pasją. Zaczniesz w pełni kierować swoją rzeczywistością.

Niechaj nasza podróż się rozpocznie.

Nieśmiertelne wskazówki

Chiński mistrz potrafi wyczuć chorobę na dwa lata przed jej pierwszymi objawami tylko na podstawie subtelnych zapachów z ciała pacjenta. Potrafi on stwierdzić, które narządy wewnętrzne są najbardziej obciążone, tylko na podstawie obserwacji lekkich zmian koloru oczu i krawędzi ust. Wszak przed wprawnym okiem nic nie ukryjemy, ponieważ nasze ciała bardzo wyraźnie ukazują wszelkie zachwiania równowagi.

W filozofii medycyny chińskiej istnieje takie coś, jak teoria Pięciu Żywiołów. Według mnie jest ona najwspanialszym przedstawieniem wspomnianego wcześniej połączenia wszystkiego ze wszystkim. Wszystko pasuje do tej teorii, ponieważ obejmuje ona pełną świadomość i rozwój Wszechświata. Wszystkie punkty akupunkturowe w medycynie chińskiej mają połączenie nie tylko z ciałem, lecz także z Wszechświatem. Z chińskiego punktu widzenia w naszych ciałach istnieje Wszechświat. Zrozumienie tego niesie uczucie połączenia ze wszystkim. Meridiany są też kanałami, przez które światło podróżuje po naszym

ciele, a już przecież wiemy, jak ono jest istotne do połączenia z uniwersalną mądrością.

Spójność Pięciu Żywiołów

Pięć Żywiołów występujących w medycynie chińskiej to Drewno, Ogień, Ziemia, Metal i Woda. Każdy z nich oddziałuje na różne aspekty życia, niektóre z nich poznamy lepiej. Każdy z tych żywiołów odpowiada konkretnej porze roku, narządom i emocjom, smakom, zapachom, dźwiękom i wielu innym rzeczom.

Mogą one pomóc nam zajrzeć w głąb siebie i znaleźć zależność pomiędzy pozornie niezwiązanymi ze sobą wydarzeniami i uczuciami. Przyjrzyjmy się więc każdemu z tych żywiołów z osobna i zobaczymy, jak są z nami połączone.

Drewno

Żywioł Drewna odpowiada okresowi wiosny i kolorowi zielonemu. Odpowiada on za gniew i organy, gdzie się on mieści. Wszystko połączone z żywiołem Drewna mieści się w wątrobie i woreczku żółciowym. Wątroba odgrywa rolę „organizatora” w ciele, więc jeżeli coś nie idzie zgodnie z planem, jak np. zajęcie w ciążę, trzeba skupić swoją uwagę właśnie na niej. Wątroba rozplanowuje działanie całego ciała, a woreczek żółciowy „podejmuje decyzje”.

Znajdujący się w nas żywioł Drewna można porównać do drzewa. Musimy być wystarczająco zwinni, aby nie złamać się pod wpływem wiatrów zmian, ale też mieć odpowiednią budowę, aby nic nie mogło nas powalić. Jak widać, zdolność adaptacji jest bardzo powiązana z tym żywiołem. Jeżeli ktoś ma

problem ze swoją strukturą i giętkością, jak np. w przypadku artretyzmu, to znaczy, że ma zachwianie równowagi w żywiole Drewna. Przeważnie tacy ludzie gustują w kolorze zielonym. Każdy żywioł ma też odpowiedni narząd zmysłu i ujęcia, w przypadku Drewna są to oczy.

Jak już wspomniałam w rozdziale 4., każdy organ ma swój dwugodzinny okres, podczas którego skupia się w nim energia. Dla woreczka żółciowego to godziny pomiędzy 23 a 1 nad ranem, a czas wątroby następuje zaraz po nim, czyli pomiędzy 1 a 3 nad ranem. Ludzie, którzy wieczorem jedzą tłusty posiłek, często mają problemy z woreczkiem żółciowym. Mogą pójść spać i przebudzić się tuż przed północą, ponieważ wtedy pojawia się ból. Przeważnie trwa on przez cały okres woreczka i wątroby, więc może ustąpić dopiero po 3 nad ranem. Zdarza się, że osoby, które muszą podjąć trudną decyzję, nie mogą zasnąć aż do 1 nad ranem, ponieważ to właśnie woreczek jest narządem odpowiedzialnym za wybory. Gdy spotykam osoby, którym go usunięto, zawsze z ciekawością pytam je, jak idzie im podejmowanie różnych decyzji. Na szczęście nawet jeżeli jakaś osoba straciła ten narząd, energetycznie jest on cały czas w niej i jego meridiany funkcjonują, a więc nie ogranicza to zdolności uzdrawiania.

Wszystkie te czynniki oznaczają, że jeżeli ktoś ma problemy z oczami, budową ciała, wątrobą i/lub woreczkiem żółciowym, jeżeli co noc budzi się pomiędzy 23 a 3 nad ranem, często się denerwuje lub okres wiosny jest dla niego trudny, może mieć zaburzony żywioł Drewna.

W przypadku takiej sytuacji, jak i każdej innej, manifestację choroby można zwalczyć przebudzeniem komórkowym, a równowagę w żywiole może przywrócić akupunkturzysta.

Ogień

Wiadomo, że drewno podsycza ogień, więc następnym żywiołem w cyklu Pięciu Żywiołów jest Ogień. Dominuje on wczesnym latem, gdy moc i energia Słońca wzrastają. Odpowiada on za radość i jej brak, czyli jeżeli ktoś jest nadmiernie szczęśliwy lub bardzo przygnębiony, prawdopodobnie ma zaburzoną równowagę w tym właśnie żywiole. Kolory połączone z ogniem to czerwony i szary, ten drugi pojawia się, gdy brakuje czerwieni. Ogień uchodzi przez uszy, a narząd zmysłu z nim połączony to język.

Z żywiołem Ognia są połączone cztery narządy: serce, jelito cienkie, meridian osierdzia i potrójny ogrzewacz. Ostatnie dwa nie mają odpowiedników w zachodniej fizjologii. Serce jest uważane za „najwyższego władcę”, a jelito cienkie – za „wielki separator” czystości od nieczystości na każdym poziomie naszego istnienia.

W ciągu dnia dwie pory są połączone z Ogniem. Najwyższa aktywność energii serca jest pomiędzy godziną 11 a 13, a potem następuje czas jelita cienkiego, czyli godziny od 13 do 15. Czas aktywności meridianu osierdzia występuje pomiędzy godziną 19 a 21, a potrójnego ogrzewacza – pomiędzy 21 a 23.

Ludzie, którzy lubią całą noc się bawić zamiast odpoczywać i trzymać się cyklu dnia i nocy, mają zaburzony żywioł Ognia w potrójnym ogrzewaczu. Odpowiada on za prawidłową temperaturę w całym ciele. Jeżeli położysz rękę poniżej pępka, następnie położysz ją wyżej, pomiędzy pępkiem a mostkiem, a na końcu dotkniesz ciała powyżej mostka, temperatura ciała wszędzie powinna być taka sama. Osoba z zaburzonym potrójnym ogrzewaczem powinna wyczuć różnicę temperatur pomiędzy tymi trzema regionami.

Ziemia

Gdy ogień płonie, tworzy popiół, który później staje się ziemią, tak więc następnym żywiołem w cyklu jest Ziemia. Jest ona połączona z porą późnego lata, kiedy to wszystkie owoce dojrzewają. Jej kolor to żółty, a emocje to współczucie lub empatia. Ziemia uchodzi przez usta. Ma ona ważne połączenie z energią macierzyństwa. Oznacza to połączenie zarówno z Matką Ziemią, jak i naszą fizyczną matką. Łączy się też, niezależnie od płci, z umiejętnością dbania o siebie i innych.

Narządami związanymi z żywiołem Ziemi są żołądek i śledziona.

Energia żołądka jest najbardziej aktywna pomiędzy godziną 7 a 9, potem następuje czas śledziony, od godziny 9 do 11.

Na Wschodzie przyjęto, że śniadanie jest największym posiłkiem dnia, ponieważ jest ono spożywane w czasie, gdy żołądek jest najbardziej aktywny. Nie należy spożywać dużych dań wieczorem, szczególnie po zmroku, ponieważ wtedy energia żołądka jest niska i trawienie jest dla niego dużym obciążeniem. Jeżeli nie uda mu się wszystkiego stawić, jedzenie będzie zalegać, co może powodować zgagę lub refluks.

Metal

Ziemia jest źródłem skał i minerałów, więc następnym żywiołem jest Metal, który odpowiada porze jesieni. Jego kolor to biały, a emocja to smutek. Nie dotyczy on się tylko tego co było, ale też tego, co może nadejść. Z Metalem są połączone następujące organy: okrężnica, skóra, płuca i umysł, znajduje się też w nim energia „szukania doskonałości”. Jest w nim też głębsze połączenie z energią ojcostwa, która odpowiada za to, jak po-

strzeżasz swoją duchowość (Ojca Niebieskiego) oraz swojego fizycznego ojca. Łączy się też, niezależnie od płci, z umiejętności opieki nad sobą i innymi.

Skóra i umysł pracują cały czas, więc nie mają godzin wzmożonej aktywności, ale dla płuc jest to czas od godziny 3 do 5 nad ranem, a w przypadku okrężnicy – od godziny 5 do 7 rano. Oznacza to, że jeżeli ktoś często się budzi o 3 nad ranem i nie może zasnąć aż do 5, prawdopodobnie ma problemy z energią płuc. Narządem ujścia i zmysłu żywiołu Metalu jest nos.

Woda

W starożytnych Chinach lustra były robione z metalu, a gdy zostawiono je na noc, zbierała się na nich rosa, więc ostatnim żywiołem w cyklu jest Woda. Jej porą roku jest zima, a łączą się z nią kolory niebieski i czarny. Odpowiada ona za strach i łączy się z nerkami i pęcherzem. Narządami ujścia Wody są odbyt i cewka moczowa, a narządem zmysłu są uszy. Czas aktywności pęcherza zaczyna się od godziny 15 i trwa do 17, a nerek – od godziny 17 do 19.

Drewno do życia wymaga wody, widzimy więc, że żywioł Wody daje narodziny Drewnu i w ten sposób cykl Pięciu Żywiołów i cykl pór roku z nim zgodny są kompletne.

Z żywiołami połączonych jest jeszcze wiele innych rzeczy, jak różna barwa głosu, inne pragnienia i preferencje smakowe.

Przykład braku równowagi żywiołów

Spójrzmy teraz na teoretyczny przypadek, jak działają żywioły.

Wyobraźmy sobie małą dziewczynkę, która przyszła na świat przez cięcie cesarskie. Wątroba matki planowała poród naturalny, a woreczek żółciowy miał zdecydować, kiedy by to

było. Cięcie cesarskie nadpisuje ten naturalny proces i może to spowodować, że dziecko urodzi się z odziedziczonym po matce zaburzonym żywiołem Drewna (żywiołem wątroby i woreczka żółciowego).

Jeżeli dziewczynka będzie szczepiona według współczesnych standardów, do ukończenia drugiego roku życia może otrzymać 32 szczepionki. Poddanie nowego życia wibracjom 32 różnych chorób niewątpliwie obciąży organizm, a jak już wiemy, prowadzi to do odwodnienia, więc żywioł Wody będzie zachwiany.

Założmy teraz, że w czasie dorastania często ktoś jej w szkole dokucza. To zwiększy tylko obciążenie i odwodnienie, ale dodatkowo ujmie uczucie radości, czyli do gry wchodzi też żywioł Ognia.

Powiedzmy, że w wieku kilkunastu lat odwodnienie sięga takiego poziomu, że zaburza działanie okrężnicy, więc zaparcia stają się codzienną udręką życia młodej kobiety. Pojawia nam się tu żywioł Metalu. Przypuśćmy, że następnie spotyka ją śmierć ojca. Metal odpowiada nie tylko za okrężnicę, lecz także za smutek i energię ojcostwa. W trakcie żałoby zaburzenie tego żywiołu może się pogłębić jeszcze bardziej.

Założmy, że gdy nasza wymyślona osoba dochodzi do wczesnej trzydziestki, jesienią dopada ją zapalenie okrężnicy. Nie jest to żadne zaskoczenie, jeżeli rozumiesz Pięć Żywiołów, ponieważ żywioł Metalu odpowiada zarówno okrężnicy, jak i porze jesieni. Nieraz już zauważyłam, że moi pacjenci, którzy mieli problemy z okrężnicą, pierwszy raz ich doświadczyli zaraz po równonocy jesiennej. W tej fikcyjnej historii zapalenie jest stłumione lekami, co popycha chorobę głębiej w żywioł Metalu i w wieku czterdziestu lat pojawia się u tej kobiety zapalenie oskrzeli. Ta choroba też jest tłumiona lekami, co pogarsza stan żywiołów Metalu i Wody.

Gdy ta kobieta osiąga wiek menopauzalny, okres ważnej przemiany, napięcie wywołane przez objawy menopauzy pogarsza odwodnienie i pojawia się nadciśnienie, które jest połączone z nerkami i żywiołem Wody. Jeżeli znów pojawią się leki, odwodnienie tylko się powiększy.

Następnym symptodem, który się pojawia, są bóle brzucha przy kładzeniu się do łóżka po późnej kolacji. Zostają zdiagnozowane kamienie żółciowe. Tutaj pojawia nam się żywioł Drewna.

W wieku 60 lat zaczyna się pojawiać artretyzm. Jest to połączenie zaburzenia żywiołów Drewna i Wody. Tuż przed siedemdziesiątką jej ciało jest już tak odwodnione i zachwiane, że nie jest w stanie obronić najważniejszych narządów i kobieta dostaje zawału serca. Tutaj ponownie pojawia się żywioł Ognia.

Jeżeli przyjrzelibyśmy się preferencjom żywieniowym w różnych okresach życia tej kobiety, prawdopodobnie byłyby połączone z zaburzeniami odpowiednich żywiołów w danym momencie. Później, gdy spojrzymy na rzeczywiste historie chorób (patrz: dodatek I), lepiej zrozumiemy, jak filozofia Pięciu Żywiołów pozwala rozpoznać pojawiającą się chorobę.

Poszanowanie dziedziczonych predyspozycji

W mojej praktyce wielokrotnie spotykałam się z pewnym wzorcem zaburzenia żywiołu Metalu, który nazywam „skażeniem gruźliczym”. W trakcie wielu lat praktyki i nauki zauważyłam duże niezgodności między tym, co jest napisane w książkach, a tym, z czym spotkałam się naprawdę podczas pracy. Na przykład wielu autorów podaje, że Omega-3 ma wspaniałe właściwości uzdrawiające w przypadku wielu dolegliwości, jak np. w cukrzycy typu 2. lub zaburzeniach dwubiegunowych. Spotkałam jednak ludzi, którzy zażywali Omega-3 i nie odczuwali

żadnych pozytywnych efektów. Po pewnym czasie zdałam sobie sprawę, że prawdopodobnie wynika to z warunków panujących w próbówce, i w końcu zaczęłam dostrzegać wzór. W sytuacji, gdy w czyjejś rodzinie, pokolenie po pokoleniu, wydarzyły się jakieś sytuacje, warunki panujące w próbówce tej osoby nie pozwalają efektywnie utylizować olejów takich jak Omega-3. Zgadzam się, że ma on wspaniałe właściwości zdrowotne, ale pod warunkiem, że sytuacja w próbówce na to pozwala.

Czym tak naprawdę jest skażenie gruźlicze? Jest to zapis energetyczny, który jest przekazywany z pokolenia na pokolenie. Na przykład, jeżeli pewna grupa osób jest źle odżywiana i przez to zapadają na zdrowiu, w ich ciałach pojawią się zmiany. Gdy się rozmnażają, zmiany te, poprzez zapis energetyczny, będą przekazane następnemu pokoleniu. Jeżeli ono nic z nimi nie robi, zapis wędruje dalej, wzdłuż kolejnych pokoleń. Tłumaczy to, czemu wielu ludzi, których poznałam, miało głęboko ukryte problemy. Pojawiają się one jako nasze predyspozycje do chorób, więc mimo że żyjemy dłużej, istnieje dużo przewlekłych stanów, jak np. stwardnienie rozsiane, autyzm i syndrom chronicznego zmęczenia*, przez które ludzie cierpią.

Jeżeli spojrzymy na zachodnie wybrzeże Irlandii, gdzie wybuchł Wielki Głód, zobaczymy, że spora część głodujących zachorowała na gruźlicę. Obecnie można zauważyć, że wśród ludzi tam mieszkających jest najwyższy odsetek zachorowań na celiakię, która jeżeli nie jest odpowiednio leczona, może prowadzić do schizofrenii. Wykryłam także, że nie jest możliwe, aby u zdrowej osoby w ciągu jednego pokolenia pojawiła się schizofrenia. Aby mogła się ona pojawić, musi zaistnieć powtarzający się wzór, który często dotyczy zachorowań na gruźlicę w poprzednich pokoleniach.

* Yuri Elkaim w książce „Sposób na chroniczne zmęczenie” opisuje metody na obniżenie poziomu stresu. Publikacja dostępna jest w sklepie www.talizman.pl (przyp. wyd. pol.).

Czym dokładnie jest zaburzenie pojawiające się przez gruźlicę? Jest ona objawem nieumiejętności ciała do trzymania wapnia w jednym miejscu. W rozdziale 2. poznaliśmy, jak jest to ważne w cyklu dnia i nocy i że jeśli w nocy nie doszło do pełnego oczyszczenia, sód i wapń zostawały w komórce, zamiast ją opuścić. W tym wypadku można powiedzieć, że sód i wapń się zagubiły. Zagubienie wapnia w ciele jest przyczyną odwodnienia, ale jest też powiązane z zaburzeniami poziomu cukru we krwi, ponieważ gdy tylko wapń nie jest na swoim miejscu, spada poziom energii w ciele. Takie zagubienie wapnia może być coraz gorsze z pokolenia na pokolenie, czyli to, co na początku było tylko problemem z oczyszczaniem komórek, może u następnych pokoleń skończyć się dużo gorzej. Gdy pojawiają się potomkowie, zmienia się nawodnienie, pH, temperatura i zdolność wykorzystywania światła, a także zwiększają się problemy z utrzymaniem wapnia we właściwym miejscu.

Gdy patrzę na historię choroby, pierwsze, na co zwracam uwagę, to czy są ślady skażenia gruźliczego. W większości przypadków, takich jak syndrom chronicznego zmęczenia, bezpłodność, choroba Crohna czy schizofrenia, znajduję w historii rodziny to skażenie, ten brak umiejętności do prawidłowego gospodarowania wapniem. Wielu tych ludzi wie o przypadkach gruźlicy u swoich przodków.

Odkryłam, że ludzie z niektórych części globu są bardziej podatni na to skażenie, szczególnie osoby pochodzenia celtyckiego i żydowskiego. Jednak wielu innych ludzi, którzy migrowali, dobrowolnie lub siłą, do miejsc, gdzie nie mogą otrzymać prawidłowej równowagi kwasów tłuszczowych, może też mieć ten problem. Widzę to u ludzi z takich miejsc w Anglii, jak Glasgow i Liverpool, których przodkowie mieszkali na terenach nabrzeżnych i spożywali dużo ryb. Jednak gdy przeprowadzili

się w głąb kraju, przestali jeść ryby i pojawił się u nich deficyt kwasów tłuszczowych.

Jeżeli w zapisie energetycznym człowieka jest skażenie gruźlicze, część funkcji ciała, jak np. poprawne wykorzystanie olejów, jest ograniczona. W trakcie praktyki zauważyłam też, że im większe jest skażenie gruźlicze w rodzinie, tym większe zmiany zachodzą w budowie szczęki. W trakcie ciąży obie części szczęki powinny dosyć szybko się złączyć i stworzyć odpowiednią przestrzeń dla zębów. W przypadku gdy istnieje skażenie gruźlicze, dwie części szczęki łączą się później, co skutkuje ciaśniejszym zgryzem i mniejszą przestrzenią na zęby. W najgorszych przypadkach może to prowadzić do rozszerzenia wargi i podniebienia.

Oprócz zmian szczęki mogą też pojawić zmiany w przestrzeni potylicy. Często zauważam to u ludzi cierpiących na syndrom chronicznego zmęczenia. Wysokie podniebienie i zły zgryz u dziecka mogą często powodować problemy z połykaniem podczas karmienia piersią.

Doktor Weston Price przeprowadził bardzo ciekawe badania, które dotyczyły tego, jaki wpływ na zdrowie rdzennych mieszkańców różnych rejonów świata ma stosowanie diety zawierającej rafinowany cukier, mąkę i inne przetworzone pokarmy. Wcześniej ci ludzie regularnie spożywali mięso i ryby. Gdy człowiek je produkt pochodzenia zwierzęcego, zwierzę to już rozbiło Omega-3 i Omega-6 na DHA i kwas arachidonowy, więc ludzie będący na diecie z produktów zwierzęcych nie muszą rozбивać Omega-3 i Omega-6.

Gdy dr Price został wezwany do umierającej osoby, wlał jej do ust roztopione masło i tłuszcz z wątroby dorsza. Jej zdrowie bardzo szybko się poprawiało. Masło musiało być zrobione z mleka krowy, które zostało zebrane wiosną lub jesienią, po-

nieważ w tych porach trawa jest dużo świeższa. Świeża trawa jest bogata w Omega-6, którą krowa rozbija na kwas arachidonowy. Zatem jedyne, co dr Weston robił, to podawał pacjentom rozbity Omega-3 (z oleju z wątroby dorsza) i rozbity Omega-6 (z masła). Przeczytaliśmy w rozdziale 3., jak ciało rozbija bazy Omega-3 i Omega-6 poprzez wstawianie dodatkowych podwójnych wiązań węglowych, a robi to za pomocą enzymu zwanego Delta-6-desaturaza, w skrócie D6D. Musi on być obecny w ciele, abyśmy mogli rozbijać bazowe Omega-3 i Omega-6.

Weston Price odkrył, że u ludzi, którzy tradycyjnie żywili się produktami zwierzęcymi, a przeszli na dietę zachodnią, składającą się z przetworzonej żywności i olejów, pojawiły się choroby serca, a ich potomstwo miało zdeformowane szczęki. Wyglądało to tak, jakby ich ciała tak się przyzwyczały do otrzymywania Omega-3 i Omega-6 w rozbitej postaci z pokarmów zwierzęcych, że nie były w stanie wytworzyć D6D. Tym samym, kiedy porzucili swoją tradycyjną dietę, pojawił się u nich niedobór niezbędnych kwasów tłuszczowych, mimo że w nowej diecie mieli dużo Omega-3 i Omega-6 w bazowej postaci.

Z własnej praktyki dowiedziałam się, że aby ciało mogło wytworzyć D6D, nawodnienie, pH i temperatura muszą być prawidłowe. Organizm musi też mieć dobry zapas magnezu, cynku, Omega-3, Omega-6 oraz witamin B₃, B₆, C i E. Jak już dowiedzieliśmy się z rozdziału 3., to właśnie te substancje są potrzebne do wytworzenia prostaglandyn. Widać więc, że jeżeli chcemy dobrze przyswajać oleje, potrzeba odpowiednich warunków w próbówce oraz prawidłowych substancji odżywczych.

Wracając do ludzi mieszkających u wybrzeży Irlandii – zwykle jedliby oni ryby i masło i w ten sposób mieliby odpowiedni zapas niezbędnych kwasów tłuszczowych w rozbitej postaci. Jednak w czasie głodu prawdopodobnie nie posiadali w ciele

D6D i ze względu na brak pożywienia, z którego mogliby je wytworzyć, zaczęli zapadać na zdrowiu. Nie dziwi też zbytnio fakt, że następne pokolenia od urodzenia nie potrafiły przyswajać olejów. Celiakia, choroba, która pojawia się przy nietolerancji glutenu, zawsze ma związek z brakiem umiejętności rozbijania olejów. Co gorsza, jeżeli nic z tym się nie zrobi, celiakia może przemienić się w schizofrenię. Nie powinno to być zaskoczeniem, ponieważ wiemy, jak ważne dla mózgu i centralnego układu nerwowego są rozbite Omega-3 i Omega-6. Dlatego też u niektórych osób zażywających Omega-3 widać drastyczną poprawę zdrowia, a na inne natomiast suplementacja w ogóle nie wywiera efektu.

Depresja a zdolność przyswajania olejów

W medycynie chińskiej choroba umysłowa jest połączona z żywiołem Metalu. Tak się składa, że skażenie gruźlicze także jest z nim połączone. Żywioł ten zarządza skórą, okrężnicą, płucami i umysłem. Płuca określa się też mianem siedziska depresji. Wiemy też, że depresja wpływa na naszą zdolność do wykorzystywania światła. Jeżeli człowiek nie jest w stanie wytworzyć D6D, nie będzie mógł rozbić olejów, a jeżeli nie może tego dokonać, nie uda mu się utworzyć chmur elektronowych wokół błony komórkowej. Tak samo jest z wapniem – jeżeli ciało nie potrafi trzymać go we właściwym miejscu, nie potrafi też zachować odpowiedniego ładunku naokoło błony komórkowej. Pamiętaj, że jej zewnętrzna powłoka musi mieć silny dodatni ładunek, aby móc przyciągnąć ujemnie naładowane elektrony, a tym samym przyjąć fotony światła. Widzisz teraz, jak ważne jest przebudzenie tego procesu u osób z depresją, szczególnie gdy blokada mogła powstać trzy lub więcej pokoleń temu.

Nie ma sensu zalecać takim osobom spożywania olejów, skoro nie potrafią ich efektywnie przyswoić. Tak samo jest w przypadku osób cierpiących na chorobę afektywną sezonową, ponieważ oni powinni nie tylko skuteczniej przyjmować światło, lecz także utrzymać je wokół każdej komórki.

Jeżeli zrozumiemy działanie olejów i światła i połączymy je z umysłem, możemy zauważyć, że wiele problemów umysłowych w naszym społeczeństwie ma swoje korzenie w braku umiejętności przechowywania i wykorzystywania światła. To dotyczy nie tylko chorób umysłowych, lecz także uzależnień i destruktywnych wzorców zachowań. Pamiętaj, że mózg do poprawnego działania potrzebuje kwasu arachidonowego oraz DHA.

Odkryłam także, że jeżeli ktoś nie potrafi przyswoić olejów, nie będzie też mógł przyswoić cynku. U osób z uzależnieniami i obsesjami zawsze występuje niedobór cynku i nadmiar miedzi. W tej sytuacji najpierw trzeba przywrócić u człowieka zdolność przyswajania olejów, czyli produkcji D6D przez organizm.

Kwas arachidonowy jest używany nie tylko przez mózg, jest też ważnym elementem jednej z głównych grup prostaglandyn, zwanej prostaglandyną I (COX-1). Jedną z ich najważniejszych funkcji jest trzymanie wapnia we właściwym miejscu w ciele. Widzisz więc, jak wszystko jest wzajemnie połączone z poprawnym przyswajaniem olejów. Jeżeli wapń nie jest na swoim miejscu, poziom cukru nie będzie stabilny, a tym samym ciało będzie miało za mało energii, żeby się uzdrowić.

Jeśliby spojrzeć na metody leczenia gruźlicy w przeszłości, najlepsze efekty osiągnęto wysoko w górach, gdzie było bardzo czyste powietrze i dużo światła.

Pomyłka Pasteura/Béchampa

Wiele współczesnych chorób przewlekłych jest połączonych z tym gruźliczym aspektem, ponieważ jeżeli nie potrafimy skutecznie rozbić olejów, ma to negatywny wpływ na cały centralny układ nerwowy, układ hormonalny i wszystkie komórki w ciele.

Na tej podstawie widać, że współczesne myślenie medyczne, które twierdzi, że choroby łapiemy przez bakterie i wirusy, jest błędne. Pomysł, że jesteśmy podatni na atak mikrobów, był przedstawiony przez Louisa Pasteura, który powiedział, że choroba jest powodowana przez atak czegoś spoza ciała człowieka. Ci najeźdźcy zostali nazwani bakteriami i stąd wziął się pomysł, że aby wyleczyć chorobę, musimy zabić bakterie. Gdy Fleming odkrył penicylinę, została ona okrzyknięta końcem wszelkich chorób. Od tego czasu produkuje się coraz więcej antybiotyków, aby zabić tych najeźdźców. Problem w tym, że nieraz zamiast leczyć choroby, antybiotyki powodowały powstawanie coraz to nowszych i trudniejszych w leczeniu szczepów bakterii. Aktywność bakterii występuje na zewnątrz komórki, ciało w ten sposób pozbywa się toksyn. Jeżeli zablokuje się ten proces, choroba musi wejść głębiej i tak oto powstaje aktywność wirusowa wewnątrz komórki.

Jakim cudem w autobusie może być mnóstwo ludzi, którzy są narażeni na różne bakterie w powietrzu i na siedzeniach, a praktycznie żaden z nich nie choruje? Jedyne logiczne wyjaśnienie jest takie, że to, co się dzieje w ciele każdego z nas, decyduje o tym, czy dana dolegliwość się pojawi, czy nie. Do takiego właśnie wniosku doszedł Antoine Béchamp, było to w tym samym czasie, gdy Pasteur promował swoją teorię. Béchamp chciał się podzielić swoim odkryciem ze światem, ale niestety, pomysł Pasteura, który on sam odrzucił na łożu śmierci, został powszechnie przyjęty.

Niestety, zachodnia medycyna cały czas trzyma się przekonania, że choroby są powodowane przez zewnętrznych najeźdźców, mimo że wiele chorób przewlekłych nie może być powiązanych z aktywnością mikrobów. Niektórzy powątpiewają nawet w to, że syndrom znany jako AIDS mógłby być spowodowany inwazją z zewnątrz, szczególnie jeśli weźmie się pod uwagę, że do tej pory nie udało się wyizolować wirusa HIV. Doktor Douglas Lewis z Instytutu Pasteura w Seattle, USA, wykonał dużo badań z pacjentami chorymi na AIDS i wykrył, że AIDS ujawnia się tylko u osób, które mają niższą niż normalna temperaturę ciała. I ponownie widzimy, że tak naprawdę musimy zwracać uwagę na warunki panujące w probówce. Ze swoich badań wiem, że każdy, kto przyjmuje antybiotyki, doświadczy skutku ubocznego w postaci obniżenia temperatury ciała. Ważnym elementem skuteczności terapii AIDS dr. Lewisa było ogrzewanie pacjentów dwa razy w tygodniu, aby wytworzyć gorączkę.

Powszechnie przyjętą teorią na temat AIDS jest to, że jest ono wywoływane przez wirus. Nawet jeżeli to prawda, najpierw powinniśmy zadać pytanie, czy ta osoba złapała tego wirusa, czy może był on już w jej błonie komórkowej wcześniej i został aktywowany przez pewne czynniki lub warunki panujące w komórce go wytworzyły. W teoriach Pasteura nie znajdziemy na to odpowiedzi. Być może wgłębienie się w pracę Béchampa pozwoli nam dowiedzieć się czegoś więcej.

Béchamp powiedział, że wszystkie objawy choroby pojawiają się przez to, co jest obecne w człowieku, a nie przez czynniki zewnętrzne. Ma to sens, szczególnie jeśli weźmiesz pod uwagę autobus pełen ludzi, a każdy z nich jest narażony na potencjalną infekcję. Jeżeli któraś z tych osób by zachorowała, trzeba zadać sobie pytanie, czego brakowało w jej organizmie, że poddał się chorobie.

Béchamp odkrył, że w ciele znajdują się mikroorganizmy, nazywał je mikrozymami, które zmieniają postać w zależności od środowiska, w którym się znajdują. W tym wypadku to środowisko ciała dyktuje ich formę i cel aktywności. Uproszczając, jeżeli środowisko na zewnątrz komórki potrzebuje oczyszczenia, pojawia się aktywność bakteryjna. Gdy ten naturalny proces zostaje powstrzymany przez stosowanie leków, toksyny przechodzą głębiej w komórkę. Wtedy, aby oczyścić środowisko wewnątrz komórki, pojawia się w niej aktywność wirusowa. Powstaje ona, aby wytworzyć zmianę, komórka tworzy wirus, aby się oczyścić. Taka sytuacja pojawia się tylko wtedy, gdy ładunek toksyn w ciele jest zbyt duży, aby bakterie mogły sobie z nim poradzić.

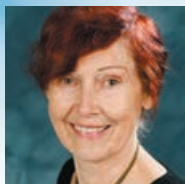
Jedną z najciekawszych rzeczy w mojej pracy jest znajdowanie połączeń. Większość ludzi nie połączyłaby problemów okrężnicy z dolegliwościami umysłowymi, ale gdy zrozumiesz, jak działa Pięć Żywiołów i połączysz je z pracą Antoine'a Béchampa i Constantina Heringa, wszystko staje się jasne. Jeżeli uda ci się przedstawić pacjentowi czysty obraz, skąd się wzięła jego choroba, od razu będzie on wiedział, co ma zrobić, by wrócić do zdrowia.

Dzięki zrozumieniu wzajemnego połączenia wszystkiego w naszym cudownym Wszechświecie, możemy połączyć się z naszą wewnętrzną mądrością. Gdy pracujemy z naturą, ona prowadzi nas po ścieżce dobrego samopoczucia i zdrowia. Oznacza to jedzenie naturalnych pokarmów i taniec ze wszystkimi uniwersalnymi rytmami. Gdy uda nam się to osiągnąć, staniemy się prawdziwymi twórcami własnej rzeczywistości z wiedzą i zrozumieniem, kim jesteśmy i co tutaj robimy.

Następna część książki przedstawia sposoby, jak w przyjemny sposób możesz wykorzystać tę wiedzę dla siebie, aby poczuć się dobrze i w zgodzie z naturalnym tańcem życia.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Barbara Wren na przestrzeni ostatnich 35 lat poszukiwała odpowiedzi na pytanie kim naprawdę jesteśmy i jak działa nasze ciało. Opracowała techniki uzdrawiania i odnowy biologicznej oraz nowe podejście do odżywiania. Udowodniła znaczenie wody oraz metod Tradycyjnej Medycyny Chińskiej dla organizmu. Wykazała, że kontakt z własną wewnętrzną mądrością stanowi jedyną prawdziwą drogę do osiągnięcia szczęścia i równowagi w życiu. Jest założycielką College of Natural Nutrition w Wielkiej Brytanii. Strona internetowa: www.NatNut.co.uk.

Czy większość z tego, co powiedziano na temat zdrowia i ludzkiego ciała nie jest prawdą?

A jeśli Ty sam masz w sobie zdolność uzdrawiania?

Ta książka obala wiele mitów, które obecnie istnieją w zakresie zdrowia oraz pokazuje, w jaki sposób:

- ~ zrozumieć prawdziwe przyczyny powstawania chorób,
- ~ oczyścić organizm wykorzystując naturalne metody,
- ~ przywrócić energię w każdej komórce,
- ~ ułożyć odpowiednią dietę, która pobudzi procesy regeneracyjne w ciele,
- ~ odzyskać równowagę hormonalną i kwasowo-zasadową w organizmie,
- ~ wykorzystać potęgę umysłu, aby kierować swoim życiem i zdrowiem.

Organizm człowieka jest najlepszym odzwierciedleniem Wszechświata. Jeżeli coś nie istnieje w ciele człowieka, nie może być znalezione we Wszechświecie i wszystko, co znajduje się we Wszechświecie, może być znalezione w ciele człowieka.

– Mahatma Gandhi

Patroni:



DOLCEVITA
celebruje życie



psychotronika.pl

PIERWSZY POLSKI PORTAL PSYCHOTRONICZNY



Talizman.pl
CZAS NA SZCZĘŚCIE

Cena: 34,30 zł

ISBN 978-83-7377-748-4



9 788373 777484