

VIOLETTA KUKLIŃSKA-WOŹNY

LICZBY ZDROWIA

Terapie naturalne,
psychosomatyka, numerologia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

LICZBY ZDROWIA

VIOLETTA KUKLIŃSKA-WOŹNY

LICZBY ZDROWIA

Terapie naturalne,
psychosomatyka, numerologia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Mariusz Warda
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz
PROJEKT OKŁADKI: Piotr Pisiak

Wydanie I
Białystok 2013
ISBN 978-83-7377-558-9

© Copyright for this edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2012
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.



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
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Spis treści

Wstęp	7
Budowa ciała i jego historia	9
Czynniki warunkujące zdrowie według medycyny Wschodu i Zachodu	33
Przyczyny chorób	37
Zdrowie – choroba w świetle numerologii	55
Choroba nauczycielem uczącym o życiu	87
Techniki terapeutyczne	217
Zakończenie	239
Załącznik – wykaz chorób według układów i narządów opisanych w książce	241
Załącznik – problemy zdrowotne w odniesieniu do liczb	245
Bibliografia	247

Wstęp

Drogi Czytelniku

W tej książce sporo uwagi poświęcam naszemu zdrowiu. Nawiązując do holizmu, teorii tradycyjnej medycyny chińskiej, mówiącej o tym, że części i narządy ciała ludzkiego stanowią integralną, połączoną i nierozłączną całość, wskazuję na to, co dzieje się w naszych organach, na co chorujemy, kiedy zaniedbujemy emocje, mamy szkodliwe nawyki myślowe, postawy i zachowania lub wyrażamy swoją osobowość negatywnie. Medycyna Zachodu walczy z objawami, a medycyna Wschodu analizuje chorobę w kontekście całości. Do uzyskania pełnego zdrowia potrzebne są zarówno zdobycze jednego, jak i drugiego podejścia. Zachęcam też do skorzystania z różnych technik terapeutycznych, ponieważ sama wiedza numerologiczna nie pomoże w rozwiązaniu problemów. Można to przyrównać do powiedzenia: „przychodzi osoba do psychologa, a ten mówi, ma Pani/Pan kompleks ojca”. Dzięki numerologii wiemy, że coś nam dolega, nie wiemy jednak, co z tą wiedzą zrobić. W takiej sytuacji wiele osób zajmujących się numerologią zaleca wprowadzenie zmian w portrecie numerologicznym. Owszem, zmiana liczb w portrecie numerologicznym łagodzi nasze dolegliwości, ale nie rozwiązuje problemu, to tak, jakbyśmy łyknęli tabletkę przeciwbólową. Maskujemy w ten sposób nierozwiązany problem, tworząc karmiczne zługi, które zostaną przeniesione do kolejnego wcielenia i dadzą o sobie znać

ze zdwojoną siłą lub jeszcze w tym życiu zmanifestują się pod inną postacią. Zmiany w portrecie dobre są wtedy, kiedy stanowią odpowiedź na wewnętrzną transformację, kiedy dokona się w nas autentyczna przemiana, wzrośnie samoświadomość. Dziś bardzo modna i popularna jest joga i medytacja, wielu ludzi ją praktykuje, ponieważ zyskują dobre samopoczucie. Trzeba jednak uzmysłować sobie, że praktyka jogi i medytacji, jak korzystna by nie była, nie rozwiąże pewnych problemów zdrowotnych, emocjonalnych czy psychicznych. Musi być uzupełniania innymi technikami pozwalającymi na odblokowanie emocji, zmianę nawykowych, niekorzystnych zachowań, rozwiązanie wewnętrznych konfliktów. Jeśli coś w duszy nie gra, dusza nie ma pożywki i się nie rozwija, a ciało, w którym mieszka, choruje, i odwrotnie, jeśli ciału dostarcza się różnych trucizn, to choruje dusza. Dlatego warto ciału i duszy zaofiarować coś, co ma uzdrawiającą moc. Z zawartych w tej książce treści, mogą skorzystać nie tylko osoby zainteresowane numerologią, ale każdy, kto szuka różnych możliwości powrotu do zdrowia. Książka, co prawda, nawiązuje do liczb, łączy liczby ze schorzeniami, pokazuje, jak zbudować diagram energii i na jego podstawie ustalić słabe punkty organizmu, ale jest tak skonstruowana, że pozwala każdemu, bez numerologicznych obliczeń, ustalić przyczyny choroby czy wypadku.

Życzę Czytelnikom wielu odkrywczych wrażeń.

Violetta Irmina Kuklińska-Woźny
(styczeń 2012)

Przyczyny chorób

Istnieje wiele teorii na temat pochodzenia chorób. Zgodnie z poglądem chrześcijańskim cierpienie jest karą nałożoną na ludzkość za nieprzestrzeganie przez Adama i Ewę prawa bożego. Do najstarszych prób stworzenia modelu wyjaśniającego przyczyny i symptomy chorób należy medyczna koncepcja demonologii. Model ten był systematycznie rozwijany i praktykowany. Był aktualny w każdej epoce i jeszcze dzisiaj można go powszechnie obserwować w medycynie ludowej. Koncepcja demonologiczna sprowadza wszystkie zmiany chorobowe ciała, które nie mają żadnej zewnętrznie rozpoznawalnej przyczyny, do działania sił ponadnaturalnych, demonów i duchów. Człowiek może zapobiegać chorobom, tylko przestrzegając praw religijnych i reguł społecznych. Kiedy człowiek zostanie raz opętany przez demona, uchodzi za nieczystego roznosiciela chorób. Dotyka go gniew Boga w postaci choroby. Jego duch opiekuńczy opuszcza go i jedynie wypędzenie (egzorcyzmy) złego ducha, który go wziął we władanie, może przynieść uzdrowienie. Biblia interpretuje jako opętanie przez diabła przede wszystkim choroby padaczkowe i objawiające się drgawkami (epilepsja) oraz szal, paraliż, bóle głowy i utratę pamięci. **Medycyna Zachodu** twierdzi, że choroby wywołane są przez bakterie, wirusy, które zakłócają normalne funkcjonowanie organizmu lub osłabiają jego układ odpornościo-

wy. Mogą powstawać także w wyniku emocjonalnego napięcia lub problemów psychicznych. Dopiero w ostatnich latach zachodnia medycyna ustanowiła pojęcie chorób psychosomatycznych. **Medycyna Wschodu** przyczyn chorób upatruje w nieharmonijnej koegzystencji dwóch przeciwnych energii YIN i YANG, wskazując na różne źródła zaburzeń swobodnego przepływu tych energii. Biorąc pod uwagę osiągnięcia medycyny Zachodu i Wschodu, do utraty równowagi i tym samym do powstania choroby doprowadzają następujące czynniki:

- emocjonalny – związany z negatywnymi, tłumionymi, nieopanowanymi emocjami, nieprawidłowymi wzorcami reakcji emocjonalnych,
- umysłowy – związany z brakiem umiejętności panowania nad swoimi myślami,
- przyjmowanie niewłaściwych postaw związanych z zachowaniem, np. nadmierne ugrzecznienie, usilne dostosowanie się do norm społecznych, agresja, nieufność, prowadzenie jedno-biegunowego życia,
- zewnętrzne – związane z zakłóceniami atmosferycznymi i z zanieczyszczeniami powietrza, wody i przyrody,
- urazowe – związane z traumatycznym przeżyciem psychicznym, urazami fizycznymi powstałymi wskutek nadmiernego wysiłku fizycznego, wypadków, przeciążenia ciała,
- niewłaściwa dieta, niedobór wody w organizmie, niedożywienie, brak ćwiczeń fizycznych, niewłaściwe nawyki oddechowe, nadużywanie seksualnej energii,
- zainfekowanie ciała bakteriami, wirusami, pasożytami,
- zatrucia środkami chemicznymi, lekami, alkoholem, narkotykami,
- negatywna karma związana z szkodliwymi postawami, nawykami, emocjonalnymi blokami przeszłych wcieleń (nie wszystkie jednak dolegliwości spowodowane są karmą).

Tak więc wszystko to, co widzimy, myślimy, czujemy oddziałuje na nasze ciało. Choroba jest wypadkową co najmniej dwóch silnie oddziałujących czynników. Za to, że jesteśmy chorzy odpowiedzialni jesteśmy sami. Aby pozostawać w harmonii powinniśmy żyć w trzech wymiarach, w świecie emocji, umysłu i duchowości. Odczuwać, być i działać. W równym stopniu dbać o potrzeby emocjonalne, potrzeby ciała, potrzeby intelektu, potrzeby duchowe. Ignorowanie jakiegokolwiek strony naraża nas na utratę równowagi. Jeśli nie pozostajemy w zgodzie i harmonii z naturą, wtedy nasze ciało jest pozbawione równowagi, a takie zewnętrzne czynniki, jak: wiatr, chłód, bakterie, wirusy mogą doprowadzić do choroby. Jeśli człowiek jest w dobrej kondycji i posiada duży zasób energii witalnej, to prawdopodobieństwo zachorowania jest małe. Układ obronny pokona wirusy i oczyści ciało z toksyn. Podobnie rzecz się ma z odżywianiem. Są ludzie, którzy jedzą wszystko i nie przestrzegają żadnej dyscypliny żywieniowej, a pomimo tego tryskają zdrowiem. Inni natomiast przy każdej zmianie pogody łapią przeziębienia. Rygorystycznie przestrzegają diety i nadal chorują. Inaczej mówiąc, niektórzy ludzie potrafią utrzymać krzepką kondycję i zdrowie, pomimo tego, że ich styl życia jest niezdrowy. Inni, skrupulatnie dbają o swoje zdrowie, a mimo to zapadają na różne dolegliwości. Jeszcze inni, świadomi tendencji do tycia, rygorystycznie przestrzegają tej, czy innej diety w celu zachowania szczupłej sylwetki. Niestety szybciej wagę odzyskują, niż ją tracą. Są też i tacy, którzy pochłaniają duże ilości jedzenia, a mimo to przez całe życie utrzymują świetną sylwetkę.

Wpływ emocji na nasze zdrowie

Całe nasze życie kształtowane jest przez emocje. Emocje są bardzo inteligentne i pokazują nam kierunek podróży przez życie. Mo-

tywują nas do działania. Jeśli są zbyt silne i opanowują nas bez reszty, mogą nas osłabiać i unieruchamiać, powodować chaotyczne działania, a nawet doprowadzić do wstrzymania akcji serca u ludzi chorujących na serce. Jeśli są zbyt słabe, powodują astenię. Każdy z nas posiada swój specyficzny wzorzec emocjonalnego reagowania na bodźce. Zalążki tego wzorca przenieśliśmy w materiale genetycznym, ostateczny kształt został mu nadany w procesie socjalizacji. Jako dzieci, aż do czasu, gdy nasze zachowania ukształtowane zostały przez rodziców, nauczycieli, otoczenie, dysponowaliśmy wieloma bezpośrednimi, czysto fizycznymi sposobami wyrażania emocji. W dzieciństwie krzyczeliśmy z wściekłości, trzęśliśmy się ze strachu, rozżłoszczeni kopaliśmy, tupaliśmy i drapaliśmy, a nawet byliśmy skłonni ugryźć, skakaliśmy z radości, szczerze się śmiałyśmy i płakaliśmy. Nasze ciało było żywotne, ruchliwe, pełne wdzięku. Odczuwaliśmy całym ciałem, bardzo głęboko. Lecz komunikaty w formie nakazów płynące z naszego otoczenia: „nie rób tego”, „tak nie wolno”, „to się źle skończy”, „nie mązgać się”, „musisz być silny”, itp., odcisnęły na nas swoje piętno i przestaliśmy pozwalać sobie na fizyczne rozładowanie emocji. Stłumione emocje zastygły w ciele, zostało nam zafundowane pseudoodczuwanie za pomocą umysłu. Jako dorośli ludzie, gdy ogarnia nas jakieś uczucie, odsyłamy je wprost do sfery intelektu, gdzie jest ono rozważane, korygowane rozumowo, a wreszcie werbalizowane. Wyrażanie uczuć za pośrednictwem umysłu jest bardzo cywilizowane, lecz nam samym przynosi szkodę, co można zauważyć w postawie ciała. Ciało nie jest już giętkie tylko sztywne, w różnych miejscach brakuje mu bodźców energii, co jest efektem chronicznych napięć mięśniowych spowodowanych tłumieniem uczuć, emocji. Pozbawione życia uczuciowego stają się coraz mniej ruchliwe. Te fragmenty ciała, w których doszło do zablokowania emocjonalnego impulsu stają się martwe. Bez dostępu do uwięzionych w ciele uczuć i emocji, nasze życie staje się ubogie,

schematyczne, nieautentyczne. W tej sytuacji nie możemy korzystać z mądrości emocji, które bardzo często uświadamiają nam, że cele wyznaczone do realizacji, wyznawane wartości, przekonania niekoniecznie są tymi, do których dążymy. Nikt z nas nie lubi przeżywać negatywnych emocji. Uciekamy od nich na różne sposoby. Jednakże te najbardziej negatywne emocje pokazują nam, że obrałiśmy niewłaściwy kierunek w życiu. Doświadczanie dyskomfortu emocjonalnego pozwala nam zatem odnaleźć prawdziwy sens i cel życia, daje nam możliwość podążania w kierunku naszego potencjału, w jaki zostaliśmy wyposażeni przez naturę. Niezależnie od tego jakich emocji doświadczamy: żalu, smutku, poczucia winy, wściekłości, rozgoryczenia, gniewu, lęku, radości, otrzymujemy szansę spojrzenia na swoje życie z nowej perspektywy, na przyjrzenie się naszym wartościom, przekonaniom, poglądom, postawom, sposobowi myślenia, warstwie cienia, wszystkiemu, co przed sobą ukrywamy. Pozwalają nam dotrzeć do naszej duszy, głębi naszego istnienia. Pozwalają odblokować ciało. Z emocjami i uczuciami kojarzone jest serce. To ono odczuwa. Przepływ uczuć przez ciało jest analogiczny do przepływu krwi. Aleksander Lowen uważa, że „dla serca podstawowym kanałem komunikacji jest gardło i usta, drugi kanał komunikacji z sercem biegnie przez ramiona i dłonie. Przepływ uczucia czy energii do dłoni może być zablokowany przez napięcia w ramionach lub przez skurcze mięśni. Trzeci kanał komunikacji serca ze światem prowadzi w dół przez talię i miednicę do genitaliów”. Między emocjami a pracą narządów istnieje więc ścisły związek. Każda emocja nosi w sobie ogromny potencjał energetyczny i łączy się z określonym ruchem ciała. Wszystkie emocje, jakie w nas powstają, niosą w sobie ważne przesłanie. Kiedy odczuwamy lęk, miłość, złość, ciało musi się poruszać w rytm energii tych uczuć. Jeśli dusimy w sobie emocje, to cierpi jakaś część ciała, odpowiedzialna za te emocje. Często bywa tak, że jedna emocja zakrywa inną. Na przykład osoba, która się

denerwuje, może w ten sposób zaprzeczać jakiegó obawie lub maskować lęki, ukrywane od czasów dzieciństwa. Odkrycie takiego lęku i praca nad nim może być okazją do przekształcenia energii złości, gniewu i lęku w jakąś użyteczną pasję. Antonio Damasio, amerykański neurolog wymienia pięć elementarnych emocji, które zapewniły przeżycie naszym przodkom (lęk złość, odraza, smutek, radość). Emocjom tym można przypisać następujące uczucia i stany emocjonalne:

- **STRACH:** panika, płoszenie się, nieśmiałość, obawa, lęk, bojaźliwość, zazdrość, nieufność, zawiść, ostrożność, powściągliwość, niepokój, przerażenie, przestraszenie, dręczenie, litość.
- **GNIEW:** złość, furia, sarkazm, frustracja, cynizm, bunt, rozdrażnienie, wściekłość, złośliwość, znieważenie, obraza, urażenie, nienawiść, wrogość, niechęć, lekceważenie.
- **WSTYD:** upokorzenie, lekceważenie, przeproszanie, poczucie niższości, wyśmiewanie, oszukiwanie, poczucie winy, wyrzuty sumienia, utrata twarzy, zakłopotanie.
- **SMUTEK:** zranienie, ból, depresja, przygnębienie, porażka, poczucie pokonania, rozczarowanie, odrzucenie, samotność, bezradność, tęsknota, użalanie się nad sobą.
- **RADOŚĆ:** wesołość, ufność, pewność siebie, spokój, ciepło, lekkość, miłość, pogoda ducha, nadzieja, chęć, serdeczność, życzliwość, czułość, spokojna duma.

Chociaż mamy wrażenie, że uczucia pochodzą z „trzewi” albo z „serca”, podczas gdy głowa wydaje się stanowić od zawsze siedlisko rozumu, okazuje się, że dzięki pewnym obszarom mózgu możemy wyrażać lub tłumić swoje uczucia.

LĘK, STRACH

Każdy, kto się czegoś boi wytwarza w głębi siebie, wokół tego lęku wielkie ego i coraz bardziej się nadyma niczym balon, czyniąc go coraz większym, a następnie wywołuje strach u innych. Każdy, kto

usiłuje przestraszyć innych, sam odczuwa wielki lęk. Ludzie przepełnieni strachem robią wszystko, by inni też się bali, bo wtedy czują się bezpieczniej. Kiedy pojawia się nieuświadomiony lęk, emocja ta chce nam pokazać, ujawnić, że nie żyjemy autentycznym życiem. Tłumiona lub nadmiernie przeżywana uszkadza energię nerek, wywołuje bicie serca, nocne poty, wysusza śluzówki jamy ustnej i gardła, powoduje bóle kości i częste oddawanie moczu. Kiedy nerki są zbyt słabe, w umyśle pojawia się wiele obaw, lęków, a nawet stan paranoi. Lęk wywołuje także zakłócenia procesu oddychania. Bardzo silny lęk poważnie zaburza pracę serca. Lęk jest podstawowym objawem nerwicy, istotnym składnikiem psychoz, depresji, schizofrenii, towarzyszy wielu chorobom somatycznym, zwłaszcza układu krążenia, w stanach zaburzeń świadomości, np. przy nadużywaniu alkoholu. Lęk ma dużo wspólnego z zachowaniami agresywnymi, tendencją do niszczenia i poczucia zagrożenia. Agresja redukuje lęk i rozładowuje nadwyżkę napięcia. Trudno jest znaleźć granicę między lękiem fizjologicznym a patologicznym. Lęk fizjologiczny ma podstawowe znaczenie dla zachowania życia. Ostrzega przed niebezpieczeństwem i uruchamia w organizmie procesy pozwalające uniknąć zagrożenia. O patologii można mówić wtedy, kiedy lęk jest bardzo częsty i stały, kiedy tak opanowuje nasze emocje, że utrudnia nam pracę. Najczęściej takie lęki nie mają określonej przyczyny, ani też nie dotyczą jakiejś konkretnej sprawy. Osoba odczuwa niepokój i odnosi wrażenie, że coś jej grozi, nie potrafi jednak określić co. Boi się o siebie, o rodzinę, ojczyznę, czasem o cały świat. Lęk może przybierać różne formy. Można bać się wysokości, zamkniętej przestrzeni, ciemności, pajaków, chorób, potępienia, napadu, ataku ze strony innych osób, utraty materialnego dobytku, katastrof, wypadków, życiowych zmian, odrzucenia, samotności, można bać się własnego cienia. Lękowi towarzyszy zwykle obniżenie nastroju oraz spadek aktywności. Mogą jednak występować takie rodzaje lęku, w których następuje

proces integracji. Człowiek staje się wówczas bardziej aktywny, myśli szybciej i sprawniej. Chodzi tu głównie o sytuacje z pogranicza lęku i strachu przed jakimś rzeczywistym zagrożeniem. Niekiedy taki rodzaj lęku prowadzi do działań agresywnych, które są formą obrony. Nadmierny rygor, chłód, niewspółmierność wymagań w stosunku do możliwości, nadopiekuńczość, straszenie w dzieciństwie przez dorosłych, urazy na skutek traumatycznych wydarzeń przyczyniają się do powstania reakcji lękowych. Lęk może mieć podłoże karmiczne.

ZŁOŚĆ, GNIEW, WŚCIEKŁOŚĆ

Ludzie niechętnie okazują złość, bo to psuje ich wizerunek osoby miłej, uprzejmej, słodkiej. Gotują się w środku, lecz nie wyrażają tej złości na zewnątrz. Gniew zwykle nie jest niczym złym. Ludzie, którzy się złością, a za chwilę zapominają o swojej złości, są zawsze przyjaźnie nastawieni, ożywieni, kochający i współczujący. Natomiast ludzie, którzy ciągle lgną do swoich emocji, stale próbują je kontrolować są toksyczni. Próbują oni pokazać, że są lepsi od innych, bardziej święci. Tymczasem złość gotuje się w ich wnętrzu, i lada chwila może wybuchnąć. Jeśli człowiek żyje w ciągłym gniewie, jego wnętrze przypomina piekło. Tłumiony gniew powoduje naładowanie górnej części ciała, gdzie umiejscowione są głównie narządy służące do ataku (zęby, ramiona). Wyrazem gniewu są zaciśnięte pięści, grymas ust, czerwona twarz. Złość ma dwa źródła, z których można ją wyrzucić. Jedne to zęby, drugie to palce. Z tych dwóch punktów wydobywa się złość. U zwierząt wyrazem tej emocji jest zjeżona sierść wzdłuż grzbietu i szyi. Wszystkie zwierzęta, kiedy są złe gryzą zębami lub drapią pazurami. Kiedy ludzie kumulują w sobie złość, to blokują szczękę i palce. Zaczynają mieć problemy z zębami. Zęby się psują, bo jest w nich zbyt wiele energii, która nie może znaleźć ujścia. Każdy, kto dusi w sobie złość je więcej, bo jego zęby potrzebują coś gryźć. Ludzie

w złości więcej pała, więcej mówią, stają się obsesyjnymi gadułami, bo szczęki też potrzebują ruchu, aby zrzucić choć trochę tego napięcia. Długo tłumiona złość sprawia, że dłonie stają się brzydkie, mają zgrubiałe stawy. Ponadto chroniczna złość oraz długotrwała frustracja mogą spowodować niedobór energii w okolicy brzucha i splotu słonecznego, a także być przyczyną niestrawności, biegunki, wrzodów, dolegliwości woreczka żółciowego, schorzeń serca, uszkodzenia wątroby, nadciśnienia, podwyższonego cholesterolu we krwi, zmniejszenia odporności na ból, chorób zatok, stanów zapalnych mięśni. Złość i wrogie nastawienie mogą skutecznie zniszczyć naczynia krwionośne, doprowadzić do ich zwapnienia. Gniew sprowadza zawroty głowy, dzwonienie w uszach, wymioty, bóle głowy, zaburzenia trawienia. Doprowadza do depresji i potrafi niszczyć mózg. Zgarbione plecy są także skutkiem powstrzymywanego gniewu. Osoby konsekwentnie tłumiące to uczucie, zamiast pozwolić mu swobodnie przepłynąć wzdłuż kręgosłupa aż do ramion i głowy, odczuwają często napięcie i ból, co w końcu może doprowadzić do powstania czegoś na kształt garbu. Warto więc potraktować tę emocję przyjaźnie i spojrzeć na jej pozytywne aspekty. Złość pomaga nam rozpoznać własne potrzeby i odpowiedzieć na nie, stanowi sygnał, że dzieje się coś niedobrego, wskazuje na obecność napięcia, pomaga w przetrwaniu niebezpiecznych sytuacji, mobilizuje do podjęcia działania, jest ostatecznym sposobem wyzwycia się poczucia bezsilności i rozpacz. Ekspresja złości u osoby żyjącej w wielkim stresie, zapobiega fizycznemu i psychicznemu załamaniu. Okazywanie złości może stanowić dowód troski i prowadzić do większej intymności w związku. Ludzie czasem potrzebują gwałtownego konfliktu z innymi, by móc budować głębsze, bardziej intymne relacje. Kontakt ze złością może prowadzić do pojednania. Złość stymuluje twórczą działalność. Skłania ludzi do szukania nowych, skuteczniejszych rozwiązań starych problemów. Złość podnosi poziom energii dostępnej człowiekowi. Działa jak

lustro, każe zwrócić uwagę na osoby lub sytuacje, które w innych okolicznościach mogłyby zostać zignorowane lub pominięte.

SMUTEK

Smutek najczęściej stanowi przykrywkę dla innych ukrytych emocji, np. gniewu czy lęku. Smutek i gniew są dwiema odmianami tej samej energii, która została stłumiona. Uważa się, że smutek jest negatywnym sposobem wyrażania złości. Powoduje zaburzenie przepływu energii w całym organizmie, zwłaszcza w obrębie serca. Wskazuje także na niedobór energii w płucach. Jest przyczyną zmęczenia, uczucia duszności, przygnębienia, napadów płaczu, jak i również zatrzymania miesiączki u kobiet. Długotrwały smutek doprowadza do spowolnienia procesów myślenia, trudności w koncentracji uwagi, upośledzenia pamięci, bezsenności, uczucia wewnętrznego napięcia i niepokoju oraz niechęci, a nawet wstrętu do przyjmowania pokarmów. Smutek jest także wyrazem niedopuszczania do głosu energii dzikości, beztroskiego dziecka, które lubi się śmiać, bawić, cieszyć życiem i czuje się bezpiecznie nawet w obliczu obłędu. Jest ożywione i zaciekawione życiem. Uczucie smutku jest charakterystyczne dla osób nazbyt poważnie traktujących życie, sztywno przywiązanych do tego, co wypada, a co nie, prawiących kazania dotyczące moralności.

ŻAŁ, ROZGORYCZENIE

Szkodzi płucom, żołądkowi i śledzionie, upośledza ich funkcję transportową, wywołując ból brzucha i wzdęcia po posiłkach.

PORZUCENIE

Przeżywają je osoby pozbawione należytej opieki, zbyt wcześnie pozostawione na pastwę losu. Negatywne doświadczenia związane z pozbawieniem ich troskliwej opieki sprawiły, że osoby te są nadmiernie ostrożne, podejrzliwe, pełne obaw. W sposób nieświa-

domy zrzucają swoje problemy na innych, twierdząc, że to właśnie inni nie dbają o nich w należyty sposób. Nie potrafią o siebie zadbać, więc proszą o ratunek. Uczucie bycia porzuconym utrudnia im relacje z partnerem, którego ciągle o coś oskarżają, chociażby o brak dbałości.

POCZUCIE WINY, WSTYD

Poczucie winy, podobnie jak poczucie wstydu, jest formą samoograniczenia, samokarania moralnego i społecznego, i może prowadzić do samopotępienia, rezygnacji z własnych potrzeb. Wskazuje na słabą tożsamość osoby, jej obawy przed przyszłością. Wiąże się z wzrostem, że zrobiliśmy coś złego, albo, że coś z nami jest nie w porządku, że jesteśmy z siebie niezadowoleni. Poczucie winy związane jest z tłumieniem seksualności lub gniewu.

ZAZDROŚĆ, ZACHŁANNOŚĆ

Z powodu zazdrości człowiek ciągle cierpi, staje się małoduszny, sztuczny, pragnie rzeczy, których nie może mieć, które nie są dla niego właściwe. Naśladuje innych i rywalizuje.

RADOŚĆ

Radość wpływa na ogół korzystnie na czynności narządów ludzkiego ciała, natomiast radość nadmierna, żywiołowa, wywołana nagłą, pomyślną wiadomością wywołuje niepokój, bicie, kołatanie serca, skurcz napadowy niekiedy połączony z arytmia, bezsenność. Krańcowa radość szkodzi sercu.

Bez względu na to, jakie uczucia i emocje tłumimy, to gromadzimy w naszym ciele napięcie, które wpływa zarówno na nasz stan fizyczny, jak i emocjonalny, i skutecznie blokuje przepływ energii. Energia zamiast poruszać się swobodnie, jest więziona, blokowana. W miejscu zablokowania przepływu energii odczuwamy różnorakie bóle i dolegliwości bądź poważniejsze schorzenia

zwyrodnieniowe. Każdy obszar ciała pozostający w chronicznym napięciu i pozbawiony uczucia, jest potencjalnym źródłem choroby.

Wpływ myśli na zdrowie

Panowanie nad myślami daje władzę nad ciałem i życiem. To zdanie, sformułowane przez Buddę ponad dwa i pół tysiąca lat temu, jest nadal aktualne. Czym jest myśl? Nie można jej ani zobaczyć, ani posmakować, ani zmierzyć. Mimo to wiemy, że myśli istnieją i mają moc sprawczą. Myśli wywołują określone skutki, nie ma co do tego żadnych wątpliwości. Każda nasza myśl jest związana z reakcjami organizmu. Myśli rodzą uczucia, te z kolei wywołują określone reakcje fizjologiczne organizmu, które prowadzą zwykle do konkretnych działań. Myślenie jest procesem twórczym. Myśleć – znaczy urzeczywistniać. Nasze myśli to niewidzialna energia duchowa, to rzeczywista siła. Przywykliśmy uważać widzialny świat zewnętrzny za jedyłą rzeczywistość. Ale ta rzeczywistość ma swój początek w naszym wnętrzu, w egzystencji myśli. Za świat myśli odpowiedzialny jest umysł, który chętnie sprawuje kontrolę nad ciałem. W starożytnej kulturze indyjskiej umysł uważany był za jedyne źródło skrępowania człowieka. Dobroczylny wpływ na zdrowie człowieka mają pozytywne myśli, które prowadzą do konstruktywnych działań w świecie, lub po prostu „bycie” związane ze stanem medytacji tzw. „pustego umysłu”, umysłu bez myśli. Myśli negatywne natomiast rujną nasze zdrowie, prowadzą nas ku szkodliwym postawom i nawykom. Trudno jest ludziom, a zwłaszcza intelektualistom, którzy utrzymują kontrolę kosztem bardziej intensywnego życia i żywszego odczuwania, o spokój umysłu, tak jak ludziom emocjonalnym o spokój serca. Jeśli ktoś przywiązuje dużą wagę do procesów intelektualnych, to stale zajmuje się tym, co dzieje się w jego umyśle, a tam jedna myśl goni

drugą, myślenie przybiera przesadne proporcje. Często jest tak pochłonięty myśleniem o sobie, swoich sprawach, że traci uczuciowy kontakt z innymi ludźmi i środowiskiem. Myślenie separuje od emocji, duchowości, świata zewnętrznego. Nadmierna kontrola typu: „nie daj się ponieść emocjom” czy „nie trać głowy” prowadzi również do chronicznych napięć mięśni.

Biorąc pod uwagę wpływ emocji i myśli na nasze życie, ważne jest, aby nie ignorować ani jednej, ani drugiej strony. Człowiek sprawia wrażenie pełnego, kiedy wzbogaca intelekt o emocje i odwrotnie. Mniej podatne na choroby są osoby, które w równym stopniu dbają zarówno o wysoką jakość życia emocjonalnego, jak i intelektualnego. Dominacja serca nad głową czy głowy nad sercem zawsze wskazuje na brak równowagi. Człowiek kierujący się tylko rozumem sprawia wrażenie zimnego, obojętnego. Człowiek kierujący się tylko uczuciami wydaje się być nie z tego świata. Rozwijanie w sobie zarówno inteligencji emocjonalnej, jak i intelektu oznacza w ostatecznym rozrachunku rozwój mocnego i giętkiego „ego”.

Wpływ negatywnych postaw na zdrowie

Za negatywne postawy uznaje się takie, które przynoszą nam szkodę. Nie ma potrzeby pisania o postawach, jakie preferujemy w stosunku do innych osób, gdyż to, co czynimy w stosunku do samych siebie, automatycznie przenosimy na relacje międzyludzkie. Jeżeli, na przykład, nie potrafimy zaufać sobie, nie będziemy także potrafili zaufać bliskim, komukolwiek. To, co myślimy o innych ludziach jest zasadniczo wyrazem tego, co myślimy o sobie. O negatywnych postawach przypisanych poszczególnym liczbom pisałam już niejednokrotnie w moich poprzednich książkach. W tej książce, w kolejnych rozdziałach spróbuję powiązać te postawy z chorobowymi

symptomami. Jako przykład podam, że ustawiczne zamartwianie się, rozpamiętywanie, poddawanie troskom atakuje energię śledziony i wywołuje zaburzenia w trawieniu. Pojawiają się wówczas takie objawy, jak zmęczenie, luźne stolce, brak łaknienia. Zmartwienia zakłócają energię płuc i mogą sprowadzić niepokój, uczucie duszności oraz bolesne napięcia mięśni szyi i barków. Nieustanna zaduma nad przeszłością szkodzi śledzionie.

Wpływ warunków atmosferycznych na zdrowie

Są ludzie, którzy nie są wrażliwi na żadne zmiany pogodowe. Żyją w równowadze, w zgodzie z naturą i dobrze znoszą zarówno zimną, jak i gorącą temperaturę powietrza. Nie szkodzi im wilgoć, suche powietrze ani silne wiatry. Na wszelkie zmiany pogodowe najsilniej reagują osoby chwiejne pod względem emocjonalnym, o pesymistycznym stosunku do świata, posiadające cielesne bloki, mało odporne na życiowe trudy, smutne, po urazach. Te osoby są bardzo podatne na czynniki chorobowe wywołane wiatrem, zimnem, wilgocią, gorącem i suchym powietrzem. Wiatr dotyka i atakuje szczególnie górną połowę ciała. Powoduje katar, kaszel, kręcz karku, przykurcz mięśni, silny ból głowy za uszami, zapalenie spojówek, porażenie nerwu twarzonego, nerwoból nerwu trójdzielnego. Zimno dotyka nerki i dolną część ciała, szczególnie biodra. Powoduje bóle w okolicy lędźwiowej z bolesnym napięciem mięśni, dreszcze połączone z gorączką, a także dolegliwości ze strony żołądka w postaci bólów i wymiotów, a niekiedy biegunek. Wilgoć zakłóca pracę narządów rodnych, pracę pęcherza moczowego, śledziony i dróg oddechowych, doprowadza do niezżytu nosa, gardła i oskrzeli. Podrażnia jelita, co może wywoływać biegunki, oraz atakuje stawy, powodując ich bóle i obrzęk. Pod wpływem wilgoci ciało zaczyna produkować za dużo śluzu, poja-

wia się ociężałość, uczucie rozpierania w głowie, zawroty, ogólne zmęczenie, ból w piersiach i nadbrzuszu, choroby skóry w postaci wyprysków i ropni, nudności i wymioty. Suche powietrze powoduje wysychanie śluzówki jamy ustnej, gardła oraz skóry, doprowadza do suchości w ustach i w nosie, drapania w gardle, kaszlu z niewielką plwociną, popękanej skóry, skąpomoczu i wysychania kału. Gorąco atakuje serce, wywołując stan pobudzenia, nerwość, niepokój, lęk, bezsenność, zaburzenia umysłowe, zaburzenia świadomości i mowy. Powoduje również wysychanie śluzówki jamy ustnej, bóle głowy, pocenie się, krótki oddech, skąpy i ciemny mocz, zaczerwienie i suchość skóry, szybkie zmęczenie.

Wstrząsy psychiczne

Wstrząsy psychiczne są wywołane przez przykre przeżycia związane z nieoczekiwanymi zdarzeniami, uszkadzają serce, wywołują bicie i kołatanie serca, duszności, bezsenność, zawroty głowy, nocne poty, uczucie suchości w ustach i dzwonienie w uszach. Mogą doprowadzić do wyczerpania energii nerek. Nagłe, często katastrofalne wypadki mogą być materializacją na zewnątrz, nieświadomych, wewnętrznych, agresywnych konfliktów ludzi łagodnych.

Uzależnienia

Uzależnienie (nałóg) ma różne formy. Uzależnić się możemy od pieniędzy, władzy, sławy, posiadania wpływów i wiedzy, pracy, przyjemności, jedzenia, ascezy, religijnych wyobrażeń, komputera, telefonu komórkowego, kredytów, zakupów, kolekcjonowania różnych rzeczy, hazardu, alkoholu, nikotyny, narkotyków, kawy

i słodczy. Cokolwiek by to nie było, wszystko ma swoje uzasadnienie jako forma doświadczenia i wszystko może się stać środkiem powodującym uzależnienie, jeśli nie potrafimy się od tego oderwać. Za każdym nałogiem kryją się stłumienia i rozgrywa się konflikt między zwykłą, normalną świadomością a cieniem. Osoby uzależnione posiadają sztywny mur obronny, którym odgradzają się od nieświadomości.

Karma

Dusza ma swoją historię, która przenosi się na ciało. Jeśli w poprzednich wcieleniach nie dbaliśmy o wyrażanie uczuć, tłumiliśmy je, upychając w różnych częściach ciała, i w ciągu życia nie odblokowaliśmy ich, to w następnym życiu cielesne blokady z poprzedniego wcielenia wyrażą się słabością ciała lub schorzeniami. Dostaniemy silne lub słabe ciało (Joseph Pilates, słaby i chory w dzieciństwie, postanowił uczynić wszystko, by stać się silnym i zdrowym. Stosując techniki wzmacniające ciało, tak wykształcił mięśnie, że mógłby służyć jako model do rysunku anatomicznego). Wygląd ciała, jego żywotność jest efektem postaw i zachowań, jakie były naszym udziałem w poprzednim życiu. Działanie prawa karmy uwidacznia się nie tylko w sylwetce ciała, ale także w skłonności do pewnych chorób. Wszystkie wady ciała i choroby o podłożu genetycznym mogą być przykładem działania karmy. Wymienić tu możemy: nieplodność, impotencję (niemoc płciową) lub wzmożony popęd seksualny, niezdolność do zaspokojenia potrzeby seksualnej z osobą płci odmiennej, zboczenia (dewiacje), skręt powróżka nasiennego, wady serca, skłonności do wysokiego lub niskiego ciśnienia krwi, skazy krwotoczne, astmę, cukrzycę, torbielowatość nerek, ślepotę, astygmatyzm, siatkówczaka, chorobę zezową, daltonizm, głuchotę, gigantyzm, karłowatość,

niedorozwoje umysłowe. Efektem działania prawa karmy jest grupa krwi, pobudliwość i przewodnictwo układu nerwowego, zabarwienie i struktura skóry, tolerancja na ból, owłosienie, uzębienie, wzrost, podatność na uzależnienia, skłonność do nadwagi, sprzyjające podłoże do rozwoju choroby nowotworowej. Wszystko to, jak kiedyś żyliśmy, co jedliśmy, co robiliśmy, jakie potrzeby zaniedbaliśmy, zadecydowało o naszym ciele, o jego wysokim lub niskim poziomie energii, o jego sprawności lub ułomności. Nie ma znaczenia, czy niedomagania naszego organizmu pochodzą z poprzedniego, czy aktualnego życia. Są ponadczasowe i możemy zacząć je rozwiązywać w każdym momencie życia. Praca nad ciałem wymaga od nas akceptacji, pokochania swojego ciała, takiego jakim ono jest. Natura wiedziała co robi, wyposażając nas w takie, a nie inne ciało. Warto sobie uświadomić, że nasze ciała tracą wdzięk, jeśli jesteśmy popędzani, żyjemy w nieustannym pośpiechu, stresie. Garbią się i robią się oklapnięte, gdy się boimy, jesteśmy smutni czy przygnębieni. Jeśli nasze ciała mają odzyskać swoją grację i zdrowie, musimy doprowadzić do tego, aby czuć każdą jego część (wszyscy mamy plecy, ale niewielu z nas wyczuwa tkwiące w nich napięcie).

Szczególnym doświadczeniem karmicznym są narodziny dzieci z uszkodzeniami mózgu, porażeniami, niedowładami. Upośledzenia dzieci są przede wszystkim lekcją karmiczną dla rodziców, którzy najprawdopodobniej w poprzednich wciele- niach nie zajmowali się należycie swoim potomstwem. W grę mogło wchodzić porzucenie, maltretowanie, zabójstwo własnych dzieci w okresie niemowlęcym, czemu towarzyszyły ogromne wyrzuty sumienia. Dziecięce porażenie mózgowie charaktery- zuje się przede wszystkim upośledzeniem czynności ruchowej dziecka połączonej z biernością psychiczną. Dzieci takie są wol- niejsze i oporniejsze, nie wykazują ani chęci, ani skłonności do naśladowania, wiele z nich ma zaburzenia mowy, wolno pracuje.

Niedorozwój lub opóźnienie umysłowe to stan obniżonej sprawności umysłowej, któremu często towarzyszy niedostateczne przystosowanie społeczne. Niedorozwój umysłowy może mieć różne oblicza, może wskazywać na bardzo głębokie upośledzenie, wtedy życie takiego dziecka sprowadza się do wegetacji. Inne, upośledzone w mniejszym stopniu można wdrożyć do prostych, monotonnych, nużących zajęć. Nauczyć obsługi najprostszych urządzeń i prac porządkowych. Organiczne uszkodzenie mózgu przejawia się w nienormalnym zachowaniu dziecka i w jego charakterze. Dzieci z uszkodzeniem mózgu są nadmiernie ruchliwe, nie umieją skupić ani przez chwilę uwagi na jednym przedmiocie, na każdy bodziec reagują impulsywnie, bez zastanowienia. W swoich reakcjach są nieobliczalne, toteż trudno przewidzieć ich postępowanie, jak również utrzymać konieczną dyscyplinę. Są chwiejne, uczuciowe, przechodzą bez uchwytnej przyczyny ze stanu euforii lub panicznego lęku do stanu gwałtownego rozdrażnienia i złości. Inaczej interpretują zjawiska, trudność sprawia im abstrakcyjne myślenie. Pod względem ruchowym wykazują upośledzenie koordynacji ruchowej. Zadaniem rodziców jest rozwijanie i utrzymywanie przyjaznej więzi uczuciowej z dzieckiem, pieczyoty i okazywanie serdecznej tkliwości. Rodzice muszą pogodzić się z losem i rozpocząć ciężką pracę dla zapewnienia dziecku odpowiedniego miejsca w społeczeństwie. Muszą mieć też bardzo dużo cierpliwości.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Violetta Kuklińska-Woźny – wybitny numerolog, który od lat dzieli się swoją wiedzą i bogatym doświadczeniem z pasjonatami ezoteryki. Autorka licznych bestsellerów analizujących podejście numerologii do różnorodnych aspektów ludzkiego życia. Tym razem powiązała ze sobą numerologię, medycynę wschodu i zachodu oraz psychosomatykę.

Dlaczego chorujesz?

Czy każde schorzenie oznacza coś złego?

Jak samodzielnie diagnozować i leczyć choroby?

Książka wyjaśnia przyczyny powstawania chorób i spojrzenie na stan zdrowia w świetle numerologii oraz psychosomatyki. Wyjaśnia, jak zbudować diagram energii w oparciu o personalne dane. Ujawnia też, jak poprzez analizę liczb tworzących portret numerologiczny określić witalność człowieka, słabe punkty jego ciała i podatność na konkretne schorzenia.

Autorka podpowiada w jaki sposób możesz samodzielnie określić swój stan zdrowia i zabezpieczyć się przed chorobami, które mogą u Ciebie wystąpić w bliższej lub dalszej przyszłości. Co więcej, podaje Ci szereg korzyści wynikających z już przebytych schorzeń. Okazuje się, że zwycięsko wychodzisz z nich wówczas, kiedy masz świadomość jakich życiowych zmian potrzebujesz.

Liczy się zdrowie!

Patroni:



Cena: 34,30 zł

ISBN 978-83-7377-558-9



9 788373 775589