



NAMARIE

Love is Life to be lived.

številka 49  julij 2010

Pozdrav svetlobe !

Pa je tukaj - poletje in z njim dopusti. Končno si bomo dali priliko za hiter ali daljši oddih, telesu da se razstrupi in regenerira, živčkom, da gredo na nižje obrate in da se sprostijo ... skratka naj bo poletje brez stresa in hrupa, umirjeno, lahkotno in ležerno.

Želim vam, da se naužijete svežega zraka, da svoja teleščka izpostavite sončnim žarkom in da si napolnete baterije.

V juliju se odpirajo Siriusova vrata, izjemno pomemben čas v starodavnem Egipčanskem koledarju, ki prinaša nove izzive in obilico sveže kozmične energije, zato svoje celice naravnajte na nove uglasitve konec meseca.

Hvala Enosti, Božanski zavesti za to izkušnjo življenja in dar ljubezni. Hvala Zemlji za to, da JE, da nas nosi v svojih modro-zelenih nedrih. Hvala vsem vam za to, da ste, v tem trenutku, tukaj in sedaj. Do naslednjic pa pojdite ven sončne žarke, angelske mavrice in magičen vilinski prah

Taja Albolena



MISEL MESECA

"Življenje ni popotovanje do groba z namenom,
da bi tja prispel varno in z dobro ohranjenim telesom,
ampak to, da bočno zdrsneš,
se temeljito izrabiš,
popolnoma izčrpaš in
glasno izjaviš: 'Vau! Kakšno doživetje!'"

- Dean Karnazes

Kot veste se na drugem koncu sveta dogaja ekološka katastrofa brez primere, ki pa utegne vplivati tudi na naša življenja, če se strupi preko tokov čez Atlantski ocean prenesejo do Evrope. V nadaljevanju posredujem kaj o tem pravijo Hatorjanci preko Toma Kenyona, sporočilo je v angleščini.

Vse kar se zadnje čase dogaja v naših življenjih in v svetu je odsev nas samih. Vedno bolj se zavedam lastne teme in hkrati lastne svetlobe, veličine in božanskosti.

V resnici je vse samo ljubezen in če jo zmoremo ugledati v njeni čisti vibraciji smo izmojstrili sebe in se pomirili s svojim egom. Ne gre za to da bi morali karkoli premagati, se boriti ali utemeljevati. Ali si ali pa nisi. Vse je v izbiri in nič ni narobe s tem, če izbereš strah in temo, samo vedno težje ti gre in vedno bolj te tvoje življenje sili v to, da spregledaš in si prilastiš to, kar je tvoje.

Na svetu je mnogo krink in veliko ljudi se skriva za svojimi maskami. Nedvomno je v duhovnih vodah veliko takih, ki se pretvarjajo, ki so tako močno zaverovani v rutine kritiziranja, poniževanja in v svojo senco, da jim niti na kraj pameti ne pade, da bi morali karkoli spremeniti. In vendar ljubezen pokaže vse, odstre vse kotičke in razkrije vse sence. In kar je najtežje, to ne razkriva nikomur zunaj, razkrije jih tebi. In ko si n emoreš več zatiskati oči, ušes, ust in zatirati telesa resnici morda uspe, da ugleda luč sveta in te razsvetli. Eden najbolj presunljivih in razsvetljenih prizorov mi v zadnjem času pogosto hodi po glavi. Spominjam se svojega navdušenja nad Matrico in njenim sporočilom in če se ne motim, bo trilogija ravno v teh dneh ponovno na televizijskem sporedu. V tretjem delu je mr. Smith že zelo razširjen in ostane mu le še Neo, da se ga polasti in ga spremeni vase, v temo. In takrat sem dojela, predati se moraš temi, kajti le takrat jo lahko razsvetliš s svojo lučjo. In to je naredil tudi Neo v zadnjem dejanju Matrice. Zame je bilo to razsvetljenje, ki pa me dohiteva šele v zadnjem času ko se učim prvih korakov na poti mistikov, ponižnosti in skromnosti.

Hvala vsem da ste, da dihate isti zrak, izmenjujete molekule z menoj in opazujete neskončno lepoto sveta, ki nas obdaja. Prepoznavajmo lepoto in jo objemimo. Prepoznavajmo ljubezen in si jo prilastimo. Prepoznavajmo radost in se začnimo igrati. Nekaj moramo ukreniti, vsak v sebi, v svoji notranjosti kajti Mehiški zaliv nam kaže našo notranjost, ki bruha strupeno zmes plinov in olja, naše celice, ki so prezasičene z vsem, kar smo uspešno strpali vanje skozi tisočletja obstoja. In če menite, da je to, kar nosite v sebi samo vaše, pomislite še enkrat.

Vsaka celica v vašem telesu je nastala iz ene celice, ki je bila fizično prisotna v vaši babici, eni in drugi, in tako nazaj skozi generacije časa in prostora vse do prvega človeka. Vse je v nas in sami izbiramo svojo biologijo in svoj značaj. In vendar lahko vse to preobrazimo s svojo zavestno prisotnostjo. Fascinantno!

Naj bo poletje lahkotno kot vetrič, ki nese vašo jadnico v širne daljave in naj vam prinese obilo užitkov in radosti ob vodi in na soncu. Uživajte v sebi in se radostite v lastni prisotnosti, kajti unikatni ste in neponovljivi. Skratka božanski!

DIVINE.SI



NEGUJ LUČ V SEBI - INCREASING INTENSITY OF THE CHAOTIC NODE

You are entering a very difficult passage in this phase of the Chaotic Node. Danger to planetary life has been created through human arrogance, greed and stupidity. We are speaking here of the disaster in the Gulf of Mexico. You have not been told the entire truth about the situation by your media or by your government. The situation is dire and there are multiple possible timelines that intersect this event.

We wish to discuss some of these, but then shift our attention to you, the individual human. These timeline possibilities we are discussing are malleable, changeable. They are not written in stone, as the saying goes. There are so many factors involved in the ecological disaster unfolding in the Gulf; it is difficult to predict the actual outcome, as it will appear in your three-dimensional reality. And as we have said before, things can radically change even in the eleventh hour.

The oil and gas reserves that have been punctured are vast, and if it is not contained it will unfold into several possibilities.

One of these extreme possibilities is the extinction of much (if not all) sea life in the Gulf region and a transporting of the contaminants into the Atlantic Ocean through the Gulf Stream to the coast of Europe, where a high level of toxicity will negatively affect ocean life in these regions of the Atlantic. If the puncture is not sealed, pollution of the entire Atlantic Ocean is a distinct possibility, and eventually the rest of the world's oceans will be compromised. The further away from the Gulf region, the less toxicity there will be. But one distinct possibility is an eventual contamination of the entire Earth's oceans.

In a worsening scenario, the methane gas, the natural gases in this field, could erupt and break through the ocean floor creating a tsunami of immense destructive capability as well as the release of poisonous gases into the region.

Another worse case scenario would unfold if the rift in the ocean floor were large enough to create a tectonic shift that rises up from the Gulf into the Mississippi and into the Great Lakes. This would be a disastrous scenario far beyond imagination.

Again, the current situation in the Gulf is a direct result of human arrogance, greed and stupidity on the part of the corporations involved in this incident and due to governmental negligence. The primary value that drives these corporate interests is profit, and so risks were taken that should have never been taken had the sanctity of life been included in the equation, but such was not the case. Sadly this is a trait of the age you are now leaving, and you are witnessing, first hand, the defilement of the waters of the Earth by a culture that depends upon oil and corporate interests that prevent the utilization of other technologies, all in the name of profit.

What will your money be worth if life is compromised? This simple intelligence test seems to have been failed. You are literally at the brink of the collapse of the old world and a chaotic birthing into the new.

The Chaotic Nodes are upon you in ever-increasing intensity. We view these as birth contractions, the birthing of a new Earth. And while the birthing of the new world is unfolding before you, if you are caught in one of the contractions it can be quite difficult.

In our opinion there is no place on Earth that will not be affected by the planetary changes, both natural and manmade. Some areas of the world will be less intensely affected, but all will be radically altered. Life on your planet is an interconnected web.

We advise those who are currently living in the Gulf region from twenty miles inland to the coastline to be mentally, emotionally, and spiritually prepared. This is a time for honed intuition and instinct. If you feel an intuition to leave the area, this will be an intelligence test. Who will pass and who will fail is simply the impersonal force of evolution at hand.

If the Gulf incident continues without mitigation, then this will be a time of immense challenges for the entire planet. And so even if you are not living near the Gulf, this is a time for intuition and instinct. Our advice is to hone these abilities within you and to act on the revelations that come to you. Each of you will



NEGUJ LUČ V SEBI - INCREASING INTENSITY OF THE CHAOTIC NODE

be in the place, the circumstances and the timing based upon your level of evolution and what you came to Earth to experience.

However bleak a situation may appear to you, we wish to convey clearly this message: you are the co-creator of your reality. Move upward in consciousness, even if those around you move downward. If the situation deteriorates it will be a difficult time, in that, mass hysteria will increase, and you will have to find the center path, the narrow passage that leads upward. In the past we have given suggestions on how to bootstrap your consciousness. We won't go into those here. You may find them in the Archives.

Now is the time to step into your spiritual authority if you have not already done so. A dividing line is being drawn by evolution. The planet is responding to human greed, arrogance and stupidity. Gaia will survive this. It is not clear if the bulk of humanity will.

But even in the midst of this moving darkness there are exquisite opportunities to move upward in consciousness, both as individuals and as culturally creative/cooperative human communities.

You can also expect a continual deterioration of your financial system. The seeming recovery was a result of propping up a house of cards, and that house is beginning to shake again.

Our suggestion is to not be frightened by these changes that are upon you, but recognize them as breaks in the walls of a prison that have been erected around you. Step through the cracks into your freedom. You are creator gods and goddesses. You hold an immense power in your hands, but you have been sleeping and unaware of the immensity that you possess. Perhaps with this crisis in the Gulf, more of humanity will awaken and demand an end to the old ways that threaten all life.

The Hathors

June 23, 2010

<http://tomkenyon.com>





TRANSFORMACIJA SVETA SE VEDNO ZAČNE V TEBI!

Pridružite se nam v nameri za transformacijo področij našega življenja, ki so najbolj aktualna.

Dobimo se **vsak petek v juliju**. Tokrat bomo **dihali skupaj z mamo Zemljo**. **Osrednja tema je čiščenje in razstrupljanje**. Naj se najprej razširi skozi vaše celice v vašem telesu in iz celic nato seva v svet okoli vas. Star Kitajski pregovor pravi, da se mir začne v vsakem posamezniku in se iz njega širi ter transformira ves svet, pa ne le mir, katerakoli kvaliteta, ki jo želimo videti in uživati v njej v širšem svetu.

Več ljudi ko se nas bo združilo v nameri držati sveti prostor, v katerem vidimo sami sebe kot celostne, popolne in veličastne v svoji božanskosti in v neizmernem izobilju denarja, zdravja ali sreče, močnejša bo energija, ki kreira spremembo. S tem lahko reprogramiramo skupinsko zavest na lokalnem nivoju.

Dobili se bomo vsak drugi in četrti petek v mesecu ob 21. uri. Dovolj je vaša usmerjena namera, da se želite skupini pridružiti na astralnih nivojih. To kar bomo naredili je, da bomo v svoji božanski biti in bomo s tem ustvarili sveti prostor v katerem bomo sebe videli kot celostno, popolno in veličastno bitje v neizmernem izobilju tega, kar si želimo. Nato bomo energijo božanskosti, celostnosti in ljubezni prenesli vsem tistim, ki jih imamo radi enostavno tako, da si bomo predstavljali in njih dvignili v njihovo Božansko Bit in jih ugledali kot celostne, popolne in celovite.

Na koncu pa bomo to storili za celotno človeštvo in za planet Zemljo, kot bitje, ki nas drži v svojih zelenih nedrjih.

Vabljeni, da se nam pridružite!

MOLITEV ZA LJUBEZEN Don Miguel Angel Ruiz

Zdaj bomo skupaj sanjali prelepe sanje sanje, ki jih boste radi sanjali ves čas. V teh sanjah ste sredi prelepega, toplega sončnega dne. Slišite ptice, veter in reko. Zdaj greste k tej reki. Na njenem bregu srečate starca, ki meditira, in vidite, da mu iz glave sije prelepa svetloba vseh mogočih barv. Nočete ga motiti, a tedaj začuti vašo navzočnost in odpre oči. Te oči so polne ljubezni in spremlja jih širok smehljaj. Vprašate ga, od kod mu vsa ta čudovita svetloba in kako jo lahko žarči. Prosite ga, ali bi lahko še vas naučil tega. Odgovori vam, da je nekaj podobnega tudi sam pred mnogimi leti prosil svojega učitelja.

In starec vam začne praviti svojo zgodbo:

“Moj učitelj si je odprl prsi, vzel srce iz njih in iz srca potegnil prelep plamen. Potem je odprl prsi še meni, mi vzel srce iz njih in vsadil vanj tisti plamenček. Nato mi je srce vrnil, in kakor hitro je bilo na svojem mestu, sem v prsih začutil silno ljubezen, kajti plamen, ki mi ga je vsadil v srce, je bil njegova lastna ljubezen.

Ta plamen je nato rasel in rasel v mojem srcu in nazadnje postal velik, mogočen ogenj ogenj, ki ne sežiga, temveč čisti vse, kar se ga dotakne. In ta ogenj se je dotaknil sleherne celice mojega telesa, in celice mojega telesa so mi ljubezen vrnil. Postal sem eno s telesom, moja ljubezen pa je samo še rasla in rasla. In ogenj se je dotaknil slehernega čustva moje duše, in vsa čustva so se spremenila v močno, silovito ljubezen. In vzljubil sem samega sebe, popolnoma in brezpogojno.

Ogenj pa je še kar naprej gorel, in začutil sem potrebo po tem, da bi svojo ljubezen delil. Sklenil sem torej cepiti drobec nje na vsako drevo, in drevesa so mi ljubezen vrnila; postal sem eno z njimi, a ljubezen se ni



NAŠ IZBOR...BODI SPREMEMBA, KI JO ŽELIŠ VIDETI V SVETU

ustavljala, ampak je še kar naprej rasla in rasla. Položil sem košček ljubezni v sleherni cvet, v travo, v zemljo, in vse to me je vzljubilo in postalo eno z mano. Moja ljubezen pa je samo še rasla in rasla, in vzljubil sem sleherno žival na tem svetu. Živali so mi odgovorile in mi ljubezen vrnilo, in postali smo eno. Toda moja ljubezen je še kar naprej rasla in rasla.

Položil sem torej drobec ljubezni v sleherni kristal, v sleherni kamen v zemlji, v prah, v kovine, in vse to mi je ljubezen vrnilo, in postal sem eno z zemljo. Potem sem sklenil, da zasejem svojo ljubezen še v vodo, v oceane, v reke, v dež, v sneg. In vse to mi je ljubezen vrnilo, in postali smo eno. Moja ljubezen pa je še kar naprej rasla in rasla. Sklenil sem torej, da jo dam še zraku, vetrovom. Začutil sem močno vez z zemljo, z vetrovi, z oceani, z naravo moja ljubezen pa je še kar rasla in rasla.

Ozrl sem se v nebo, v sonce in zvezde, in dal drobec svoje ljubezni v vsako zvezdo, v mesec, v sonce, in ljubezen so mi vrnilo. In postal sem eno z luno in soncem in zvezdami, moja ljubezen pa je še kar naprej rasla in rasla. In zasadil sem drobec nje v slehernega človeka, in postal sem eno s človeštvom. Kamorkoli grem, kogarkoli srečam, vidim sebe v njegovih očeh, saj sem del vsega. Del vsega pa sem, ker ljubim.”

In tedaj si starec odpre prsi, vzame iz njih srce, v katerem gori tisti prelepi plamen, in ta plamen vloži v vaše srce. In zdaj se v vas začne razraščati tista ljubezen. Zdaj postajate eno z vetrom, vodo, z zvezdami, z vso naravo, z živalmi in z vsemi ljudmi. Čutite vročino in luč, ki jo oddaja plamen v vašem srcu. Iz glave vam sije prelepa svetloba vseh mogočih barv. Ožarjeni ste z žarom ljubezni in molite:

Hvala ti, Stvarnik vesolja, za dar življenja, ki si mi ga dal. Hvala ti, da si mi dal vse, kar sem kdaj resnično potreboval. Hvala ti za priložnost, da sem izkusil to prelepo telo in ta prelepi um. Hvala ti, da z vso svojo ljubeznijo prebivaš v meni, s svojim čistim in brezmejnim duhom, s svojo toplo in žarečo svetlobo.

Hvala ti, da uporabljaš moje besede, da uporabljaš moje oči, da uporabljaš moje srce in po njem deliš svojo ljubezen, kamorkoli grem. Ljubim te prav takšnega, kakršen si, in ker sem tvoja stvaritev, tudi sebe ljubim prav takšnega, kakršen sem. Pomagaj mi, da ohranim ljubezen in mir v srcu in da si s to ljubeznijo ustvarim novo življenje, da vse dni svojega življenja preživim v ljubezni. Amen.

Vzemite si trenutek in zaprite oči, odprite srce in občutite vso ljubezen, ki prihaja iz njega.

Rad bi, da se v srcu in umu pridružite mojim besedam in občutite močno vez ljubezni. Skupaj bomo zmolili čisto posebno molitev in tako doživeli povezanost s svojim Stvarnikom.

Usmerite pozornost na svoja pljuča, kakor da bi obstajala samo ta, in nič drugega. Občutite radost, kadar se vam razširijo, da bi zadostila najpoglavnejši potrebi človeškega telesa: potrebi po dihanju.

Globoko zajemite sapo in občutite zrak, ki vam polni pljuča. Občutite zrak kot ljubezen, nič drugega kot ljubezen. Bodite pozorni na povezavo med zrakom in pljuči, na povezavo ljubezni. Razširite pljuča in jih polnite z zrakom, dokler telo ne bo začutilo potrebe po tem, da ga izdihne. In tedaj izdihnite in znova občutite radost. Kajti radost občutimo vselej, kadar zadostimo kaki telesni potrebi. In dihanje nas navdaja z veliko radostjo. Že samo dihanje zadostuje, da smo vselej srečni, da uživamo življenje. Že samo biti živ je dovolj. Občutite torej veselje ob tem, da ste živi, veselje v občutju ljubezni...



SPOROČILO KRISTALNE DEVE

RUTIL KREMEN... Kamen širitve zavesti

“Sem kot radijska antena, naravnana na frekvenco božanske namere. Če iščete čisto povezavo s kozmičnim tokom sem lahko vaš zaveznik, kajti vesoljne avtoceste mi niso nobena neznanka. Pomagal vam bom dvigniti vašo občutljivost za zaznavanje na energetskih nivojih in odstranil vse šume, da bi zlahka vstopili v tok sinhronosti in milosti v vašem življenju. Pomagal vam bom prepoznati energije, ki so vas ugodne kot tudi tiste, ki so neugodne in vas povezal z razsodnostjo, da se boste v dani situaciji znali odločiti. Pomagam vam aktivirati višji um in vam asistiram pri pridobivanju znanja in vedenja iz višjih nivojev. Visoke frekvence luči prenašam skozi vaše čakre in vam pomagam, da jo prizemljite na fizični ravni. V vaše življenje prinašam luč in radost.”

Gre za kremen, v katerega je vključen rutil v obliki drobnih iglic. Sam rutil ima kovinski do diamanten sijaj, je rumenkast, rdeč, rjavo rdeč do črn. Svoje ime je dobil po barvi (lat. rutilus – rdečkast). Nekdaj so ta mineral imenovali Venerini lasje, kasneje pa sagenit.

Največ rutilovega kremenja pripeljejo iz Madagaskarja, Brazilije, Južne Indije, Šrilanke, Nemčije in Švice.

Na fizični ravni pomaga pri boleznih respiratornega trakta, zlasti pri kroničnem bronhitisu. Elikzir stimulira moč regeneracije celic, krepi tok energije v telesu in ugodno deluje na ledvica ter na hrbtenico. Nosimo ga v glavnem na prsih in solarnem pleksusu, kjer ima antidepresivni učinek. Na višjih ravneh prinaša neodvisnost in duhovno moč.

Rutil kremen daje podporo celotnemu endokrinemu sistemu in pomaga pri celičnem metabolizmu. Kamen pomaga pri absorpciji hranljivih snovi v telesu in pomaga nadzirati pretiran apetit ali čustveno hrepenenje po določeni vrsti hrane.

Rutil stimulira meridiane in pomaga določiti pozicijo blokade.

Afirmacija deve kristala: " Moje pozitivne namere so usklajene z milostjo in božanskim namenom."



PRIPOROČAMO ... DOREEN VIRTUE V LJUBLJANI



22. september 2010
LJUBLJANA
158 eur
V PREDPRODAJI
do 30. 6. 2010
'Dan z Angeli'
Program: 10h - 20h

Doreen Virtue
& Charles Virtue

Doreen Virtue Ph.D. je v Sloveniji precej dobro poznana, po svetu pa so njene številne knjige o angelih in orakeljske karte že nekaj let bestsellerji. Svoje življenje je posvetila učenju ljudi o tem, kako jasno slišati in prisluhniti svojim angelom.

Doreen pravi: "Ko delate z angeli, se lahko naslonite na njihovo svetlobo in pomagali vam bodo zdraviti na čudežne načine. Angeli vam lahko pomagajo pri zdravljenju fizičnih, duhovnih, čustvenih in finančnih težav." **Dražili so jo zaradi njenih duhovnih darov...**

Z njeno zgodbo se lahko poistovetijo mnogi. Kot otroka so jo dražili zaradi njenih videnj in informacij, ki jih je prejela od svojih duhovnih vodnikov in angelov. Doreen je bila že kot otrok naravno jasnovidna, videla in pogovarjala se je s svojimi »nevidnimi prijatelji«. Ta naravni dar in sposobnosti pa okolica ni preveč dobro sprejela in zaradi tega so jo zelo grdo dražili. Rezultat je bil, da je zanikala svoje sposobnosti in jih zelo osihologije in imela uspešno kariero, vendar pa se je 15.7.1995 njeno

življenje za vedno spremenilo. Angeli so jo posvarili, da se ji bo zgodilo nekaj usodnega, a jih ni poslušala. Ko sta jo napadla dva oborožena moška z namenom ukrasti njen avto so ji angeli rekli: «Kriči kolikor moreš!» Tokrat jih je poslušala in si rešila življenje. To jo je spremenilo za vedno in obljubila si je, da bo svoje sposobnosti uporabljala in začela se je posvečati delu z angeli.

Ko se te dotakne angel...

Doreen pravi, da še nikoli ni videla človeka, ki ne bi imel angelov okoli sebe. Vendar pa običajno ljudje sporočila, ki jih dobivajo zanikajo, nekateri jih ne slišijo, vsekakor pa ima veliko ljudi težave s tem, da bi sledili svojim božanskim sporočilom. Nekateri ljudje blokirajo božanski glas preko svojega življenjskega stila, strahov ali nizkega samospoštovanja.

Angeli vedo, da imamo pomembno nalogo tukaj na Zemlji in z nami so zato, da nam pomagajo in nas na naši poti podpirajo. Gre za timsko igro, v kateri je pomembno, da dovolimo košarkarju, da nam poda žogo, da jo lahko vržemo na koš in zmagamo. Kot glasbenik v orkestru življenja sodeluješ v simfoniji življenja in tvoja glasba je potrebna, da se ustvari popolna harmonija sveta. Za tvoje angele ni nič bolj pomembno od tega, da ti pomagajo na tvoji poti. Zaradi zakona svobodne volje, ki velja na Zemlji, pa jih moraš povabiti, da s teboj ustvarjajo tvoj svet in tvoje življenje.

Lekcije angelov , ki so spremenile moje življenje ... Doreen Virtue Ph.D.

1. Življenje v integriteti.

Angeli so mi rekli, "Svoj čas porabi za dejavnosti in stvari, ki so v skladu s tvojimi najvišjimi nameni. Opusti vse stvari, za katere ti tvoja intuicija govori, da jih predaj. Te stvari se bodo ali razrešile same od sebe in boš v njih uživala ali pa bodo z lahkoto odšle iz tvojega življenja."

Angeli so me spodbudili, naj zaupam svojemu srcu. Zagotovili so mi, da je varno zavriniti delo, ki ne ustreza mojim resničnim zanimanjem. Kmalu sem ugotovila, da imajo angeli prav!

2. Obstaja samo ta trenutek, tukaj in sedaj.

"Ti si popolna in celostna sedaj. Ne osredotočaj se na to, kar bi utegnil prinesiti tvoj jutri s tem namiguješ svojo na nepopolnost ali pomanjkanje v tem trenutku, in da boš popolna, ko bo prišlo nekaj zunanjega v tvoje življenje, v tvoji prihodnosti."

Ko so angeli to rekli, sem spoznala, da sem živela v prihodnosti. Moj focus je bil na tem, kaj mi bo prinesel moj jutri, namesto na blagoslove v sedanjosti. Sedaj delam svoj miselni »seznam hvaležnosti« vsak večer.

3. Vsi konflikti so v tvojem umu.

"Vsi konflikti, ki jih vidiš ali izkušaš v zunanjem svetu so projekcija tvojega ega. V resnici je svet popolnoma v miru in ti si tista, ki projiciraš svoje strahove o miru ven v svet. Nočeš razrešiti svojega notranjega konflikta, vendar ga hočeš spraviti stran od sebe. Zato ga projiciraš na druge ljudi in misliš, da so oni tisti, ki ti povzročajo te težave. Drugi ljudje so popolnoma nevtralni, prazni listi papirja in ti jih obarvaš s svojim pomenom in definicijami. Nato reagiraš na njih, kot da so te pobarvanke in definicije resnične. Drugi ljudje



PRIPOROČAMO ... DOREEN VIRTUE V LJUBLJANI

pa v zameno s teboj delajo tako, kot ti sama pričakuješ, da bodo, v svoji samo-izvršeni prerokbi." Ko so mi angeli to razložili, sem spoznala, kako pogosto sem dopustila strahu, da je ustvaril nesrečne čase zame. Vendar sem vedno imela to moč, da izberem misli in občutke, ki sem jih pripisovala situacijam.

4. Ne sodi.

"Druge sodiš zato, da s tem ščitiš sebe. S tem, ko jih obdržiš stran od sebe, se zaščitiš, da se jim ne bi preveč približala in bila nato ranjena ter prizadeta. Povedali smo ti že, da ne skrbi o svoji varnosti. Varna si. In preokupiranost z miselnimi vzorci skrbi o tvoji varnosti, bo k tebi pripeljala točno to, česar se v življenju bojiš."

Angeli so mi razložili, da k sebi pritegneš vse tisto, o čemer razmišljaš. Če obsesivno razmišljaš o fizični ali čustveni nevarnosti, s tem ustvariš klimo v kateri se tvoji najhujši strahovi lahko uresničijo. S prakso sem začela opazovati trenutke, ko sem sodila druge ljudi. Začela sem odpuščati svoje strahove angelom in opazila sem, da je moja navada sojenja drugih s časom izginila.

Doreen pa septembra prihaja v Ljubljano.

Toplo vabljeni na to izjemno delavnico, ki vas bo popeljala v čarobni svet angelov in duhovnega vodstva!

Toplo vabljeni, da se nam pridružite na izjemnem dogodku 22.septembra 2010, kjer bomo v čarobni družbi Doreen Virtue PhD, Charlesa Virtuea ter glasbene skupine 'The Obsidian band' preživeli celoten dan in večer v objemu angelov. Doreen Virtue bo kanalizirana najnovejša sporočila in zdravilno vodstvo nadangela Rafaela, ki je tudi osrednji 'junak' njene najnovejše prihajajoče knjige. Charles bo udeležencem dogodka predal močna sporočila in napotke glede življenjskega poslanstva in manifestacije z angeli. Charles in Doreen bosta udeležence popeljala v čudovite in močne meditacije ter odgovarila na vprašanja v povezavi z zdravljenjem in manifestacijo z angeli.

Ta čarobni dan v angelski družbi pa se bo zaključil šele v večernih urah z glasbeno skupino 'The Obsidian Band' s Havajev. V glasbeni skupini boste lahko videli Doreen Virtue ter znanega Marka Watsona (ki ustvarja vso glasbeno podlago za meditacije, ki jih vodita Doreen in Charles).

Vabljeni na izjemen dan poln zdravilne energije, čarobnosti, odkrivanja življenjskega poslanstva in angelske glasbe.

Program

10h - 13h Charles Virtue predavanje

13h - 14h odmor za kosilo (svetujemo, da zaradi velikega števila obiskovalcev dogodka, prinesete svoje kosilo s seboj; drugače pa je v hotelu Mons na voljo tudi restavracija)

14h - 17h Doreen Virtue predavanje

17h - 18h Podpisovanje knjig Doreen & Charles

18:30h - 20h Nastop skupine 'The Obsidian Band' katere članica je tudi Doreen Virtue

Vse dodatne informacije in rezervacija mest

Organizator dogodka: Studio Intuicija - studio kreativnega življenja, Teja Melinc www.Intuicija.si

Lokacija: Hotel MONS Ljubljana, konferenčni center www.Mons.si

Datum: 22. september 2010, od 10h - 17h, 18:30h - 20h nastop glasbene skupine 'The Obsidian Band'

Cena: 188eur (8,5% davek vključen), 158 eur v predprodaji (vstopnica kupljena do vključno 30.6.2010)

NAMESTITEV

Dogodek bo potekal v konferenčnem centru hotela Mons. Za vse udeležence dogodka 'Dan z Angeli', ki bo potekal 22. septembra 2010 so v hotelu pripravili posebno namestitveno ponudbo. V primeru, da potrebujete prenočitev prosimo, da svojo namestitev po posebni ponudbi rezervirate direktno na recepciji hotela preko info@hotel.mons.si - poštni naslov je zavarovan pred nezaželeno pošto, za ogled potrebuješ Javascript ali preko telefona 00386 1 47 02 700.



V SREDIŠČU ... MOČ SONCA



V knjigi Umetnost dolgega življenja nemški zdravnik, Christopher Hufeland, komentiral slabo stanje ljudi, ki so bili ujetniki, zaprti v ječah dolgo časa. Menil je, da za njihovo slabo stanje ni bila kriva slaba prehrana ali premalo gibanja temveč pomanjkanje sonca v njihovih celicah.

V knjigi, dr. Richarda Hobdaya *The Healing Sun*, si lahko preberemo podroben pregled zgodovine sonca in zdravja:

"Sončenje je starejše od zapisane človeške zgodovine. Divjaki, primitivna plemena, mali otroci in živali instiktivno iščejo dobrotvorne učinke sonca. Dokazi o uporabi sonca v namene povrnitve zdravja in njegove ohranitve, lahko najdemo v vseh zgodovinskih obdobjih, pri vseh ljudstvih, divjakih ali civiliziranih. Pozitivne dokaze o higienski uporabi sonca najdemo pri starih Egipčanih in drugih ljudstvih. Babilonci, Egipčani in Asirci so imeli sončne vrtove; Grki heliose; Rimljani solarije." Naravnejšega od sončne svetlobe ne obstaja.

Večina ljudi se ne zaveda, da se morajo ljudje redno izpostavljati soncu, če

hočejo ostati zdravi, ali to zdravje izboljšati. Sončna svetloba je, tako kot svež zrak, čista voda in kakovostna in uravnotežena prehrana, osnovno živilo. Če je nismo deležni v zadostni količini, bo naše zdravje trpelo. Sonce je namreč vir ne le toplote, temveč tudi mnogih drugih blagodejnih učinkov za telo, um, dušo in duha. Sončna svetloba je bila zdravilno orodje že v času starega Egipta, Grčije in antičnega Rima, principe pa so poznali in uporabljali v kulturah po vsem svetu. Hipokrat slovi kot ena najizjemnejših osebnosti v medicini vseh časov. Poznamo ga kot očeta znanstvene medicine. Zbral je in kritično ocenil izkušnje staroegipčanskih in predhodnih antičnih grških zdravnikov ter »helioterapijo« predpisoval svojim pacientom. Hipokratova medicina je temeljila na predpostavkah, da je zdravje odvisno od skladnosti človekovega telesa, od pravilne porazdelitve in uravnoteženosti prvin, ki ga sestavljajo. Te prvine so zemlja, zrak, voda in ogenj. Helioterapija je pravzaprav zdravljenje s pomočjo sončnih žarkov.

Helioterapija, terapija s soncem

Sončna toplota predstavlja pravi balzam pri mišični okorelosti in napetosti. Eterično telo človeka zbira sončno prano, ki jo prinašajo sončni žarki in jo preko vranice pošilja v vse dele telesa. Helioterapijo si lahko naredite sami, tako da se udobno namestite in pustite, da vam sonce približno 15 minut skozi steklo obseva boleče predele mišic, kosti ali sklepov. Poskrbite za sproščeno držo telesa in sproščenost vseh mišic. Opisana helioterapija učinkovito nadomešča obsevanje z infrardečo svetlobo ali obisk infrardeče savne, sicer pa sončna energija s svojimi toplotnimi učinki pospešuje prekrvavitev in sprostitve obsevanih struktur: kože, podkožja in vezivno-mišičnega tkiva. Spodbuja tudi delovanje epifize, nadledvičnih žlez in ščitnice, okrepi se delovanje srca in ožilja, dihal, prebavil, izločal in organizma nasploh.

Moč sonca

Večina ljudi se ne zaveda, da lahko sončna svetloba oz. ultravijolični žarki uravnajo in normalizirajo količino holesterola v krvi. Sonce med drugim poskrbi za lepo postavo in vitko linijo, saj pospešuje hujšanje. Ultravijolični žarki namreč spodbujajo delovanje ščitnice in izločanje njenih hormonov, ki pospešujejo metabolizem in aktivnost organizma. Strokovnjaki so ugotovili, da so pozno spomladi in poleti diete bolj uspešne kot jeseni in pozimi. Če smo več izpostavljeni soncu čutimo manjšo željo po hrani, zlasti visokokalorični, običajno nam bolj ustrezajo sadje, nizkokalorični prigrizki in veliko tekočine. Izpostavljenost soncu pospeši izločanje strupov iz telesa, pa tudi prekrvavitev kože in podkožja je boljša.

Že več kot pol stoletja je znano, da celo enkratna izpostavljenost zniža krvni tlak pri normalnem posamezniku ter ima še veliko opaznejši učinek pri posameznikih z visokim krvnim tlakom. Sonce pospešuje krvni obtok in preskrbo možganov s kisikom in hranilnimi snovmi, hkrati pa sončna svetloba stabilizira tudi živčni sistem. Ultravijolični žarki delujejo dezinfekcijsko, krepijo imunski sistem organizma in spodbujajo njegovo regeneracijo. Sonce ugodno vpliva na kožo, jetra in ledvice v teh organih se sproži mehanizem stimulacije proizvodnje holesterolske predstopnje D vitamina, ki poleg timozina pomaga organizmu pri premagovanju okužb. Ultravijolični žarki organizmu omogočajo učinkovit počitek, sprostitve in regeneracijo tudi v času budnosti. Zanimivo je dejstvo, da v poletnih mesecih potrebujemo okrog dve uri manj spanja kot pozimi. Sonce je porok globljega in bolj sproščujočega spanca, zvečer hitreje zaspimo, zjutraj pa se zbudimo bolj čili in spočiti.



V SREDIŠČU ... MOČ SONCA

Solarna kromoterapija

Sonce skriva v sebi tudi pomembne kromoterapevtske učinke (barvna terapija). Rdeča je barva poletja. Po tradiciji naravnega zdravilstva rdeča barva skrbi za skladno delovanje organov, pomirja želodec ter uravnava delovanje srca in ožilja. Na telo deluje spodbudno, saj krepi fizično energijo. Rumena barva stimulira mentalne procese, vzbuja optimizem in pomaga prebuditi voljo do življenja. Rumeni odtenki sončne svetlobe pa preko oči, mrežnice in vidnega živca vplivajo na centralni živčni sistem. Ta spodbuja delovanje epifize, ki možgane preplavi s telesu lastnimi endorfini (endogeni opiat, hormoni sreče), med katerimi je najpomembnejši hormon sreče, serotonin, ki izboljšuje počutje in dviguje razpoloženje. Epifiza svetlobne signale pretvarja v energijo za delovanje žlez z notranjim izločanjem.

V hladnih in oblačnih mesecih pa epifiza proizvaja večjo količino hormona melatonina, ki sicer uravnava ritem budnosti in spanja, botruje pa melanholičnemu in depresivnemu razpoloženju. Sončna svetloba povzroča padec melatonina v krvi, zato se počutimo bolj spočiti, vitalni, smo bolj dobre volje in bolj optimistično naravnani.

Zdravilna moč jutranjega sonca

Zmerna sončna svetloba in toplota predstavljata s svojimi terapevtskimi lastnostmi pravi balzam za celotni organizem. V toplih dneh so priporočljive preproste in učinkovite zračne kopeli, ki veljajo za blagodejno naravno metodo krepitve srca in ožilja. Priporočamo vam, da se zgodaj zjutraj (med 6 in 7. uro) v lahnem in zračnem oblačilu odpravite na sprehod v naravo, če je le mogoče bodite bos. Sprehod zaključite z lahkotnim tekom po rosni travi. Jutranje sonce je tisto, ki vas bo s svojimi rumenimi toni zbudilo in pripravilo na dnevne aktivnosti. Zgodnje sonce spodbuja delovanje zgornjih treh čakr, jih energetizira in aktivira tvorbo hormonov - predvsem melanina, ki ščiti pred opeklinami in botruje porjavelosti, ter timozina, ki spodbuja imunski sistem, s tem da pospešuje tvorbo celic telesne obrambe in njihovo sproščanje v kri oziroma limfo.

Večerno sonce

Večerno sonce pa vas bo umirilo, zato vam svetujemo sprehod v naravi in ogled sončnega zahoda. To je izjemno primeren obred za pripravo telesa na čudovit, regenerativen počitek. Zahajajoče sonce s svojimi rdečimi toni telo umirja in aktivira nižje tri čakre. Ko sonce zahaja se namreč barve spuščajo od hladnih barv zgornjih čakr proti toplim barvam spodnjih čakr, kar pomaga telesu, da se umiri od dnevnih aktivnosti in se pripravi na počitek.

Če se boste redno izpostavljali barvam sončnih vzhodov in zahodov, vam bo to pomagalo vzpostaviti povezavo z ritmi narave, ki vam pomagajo, da imate boljšo časovno usklajenost in da ste bolj v sinhronosti s tokom življenja. Pomembno je, da se sončnim žarkom v tem jutranjem in večernem času izpostavljate brez sončnih očal, saj tako telesu omogočite, da vpije celoten spekter blagodejnih žarkov. Pomembno pa je upoštevati tudi dejstvo, da je tudi opazovanje sončnega zahoda skozi okno boljše kot pa da ga sploh ne opazujete.

Surya mudra

Eno od orodij za povezavo z energijo sonca je tudi Surya mudra. V telo pomaga priklicati vitalnost, energijo, zdravje, hkrati pa ojačuje živčni sistem in stimulira intuitivne sposobnosti posameznika. Uporaba te mudre pomaga pri premagovanju otopelosti, lenobe in zaspanosti. Namesto tega sproži živahnost in aktivnost v telesu in duhu.

Mudro izvajamo tako, da uporabimo svoj prstanec in palec. Prstanec spustimo na palec in oblikujemo sklenjen krog. Vsi ostali prsti so udobno iztegnjeni. Mudro naredimo na obeh rokah hkrati.

Svetujemo vam, da se na svojem jutranjem sprehodu udobno usedete in oblikujete surya mudri na obeh rokah, nato pa oba sklenjena kroga povežete kot členke verige in sicer tako, da se prsti ne dotikajo. Mudra vaše leve roke je obrnjena navpično navzgor, medtem ko vaša dlan počiva v naročju, mudra desne roke pa vodoravno poravnana z dlanjo v naročju.

V hiromantiki je prstanec povezan z bogom sonca, Apolom in tudi prstanec je prst sonca.



V SREDIŠČU ... MOČ SONCA

Surya Namaskara ali Pozdrav soncu

Gre za starodavno jogijsko tehniko, ki aktivira, revitalizira in regenerira celoten sistem telesa-uma-duhe in uravnoveša pretok energije po energijskih kanalih. Današnji življenjski stil pri večini ljudi ustvarja mentalne napetosti, skrbi in stres. Jogijske prakse so eden od učinkovitih načinov zmanjševanja vsakodnevnega stresa.

Beseda surya pomeni "sonce", namaskara pa "pozdrav". V davnih časih so sonce, kote močan simbol spiritualne zavesti, slavili z vsakdanjimi obredi. Čaščenje zunanjega in notranjega sonca je bil religiozno-socialni ritual, ki je poskušal pomiriti tiste naravne sile, ki jih človek ni mogel kontrolirati. Surya namaskaro so vpeljali prosvetljeni modreci, ki so vedeli, da te prakse vzdržujejo zdravje in vodijo v večjo socialno ustvarjalnost in produktivnost.

V jogi sonce predstavlja vitalno silo, ki daje življenje. Idealen čas za vadbo te asane je ob sončnem vzhodu, najmirnejšem času dneva, ali ob sončnem zahodu, ko z vadbo spodbudimo prebavni ogenj.

Vendar je vadba ob katerikoli uri dneva koristna, če le vadimo na prazen želodec. Pozdrave soncu naj bi ponovili po 12-krat v enakomernem, ritmičnem zaporedju.

Gre za dvanajst položajev telesa, ki ustvarjajo prano, subtilno energijo, ki aktivira psihično telo. Njihovo izvajanje v enakomernem, ritmičnem zaporedju pa odraža vesoljne ritme, kot je na primer 24 ur v dnevu, dvanajst faz zodiaka v letu in bioritme vašega telesa. Ritmično nalaganje te oblike in energije v telo je transformacijska sila, ki poraja jedro polnejšega in aktivnejšega življenja ter večje cenjenje bogastva sveta, v katerem živimo.

Učinki

S to obliko vadbe:

- * ogrejemo telo, ga pripravimo na nadaljnjo vadbo (če želimo),
- * izboljšamo koncentracijo uma,
- * odpremo pljuča,
- * odpravimo odvečno težo,
- * toniziramo in okrepimo celo telo,
- * vnesemo ravnotežje v živčni sistem,
- * zmasiramo ledvice in notranje trebušne organe ter žleze z notranjim izločanjem,
- * toniziramo jetra,
- * pospešimo prebavo,
- * prekrvavimo, okrepimo in raztegnemo mišice celega telesa.



Taja Albolena Lila

Svetovalka za celostno ustvarjanje prostora



NA KRATKO ... NEVERJETNA KUMARA

To informacijo so objavili v The New York Times kot del njihove serije člankov "Spotlight on the Home", ki prikazuje kreativne in zabavne načine kako rešiti vsakodnevne težave.

1. Kumare vsebujejo večino vitaminov, ki jih potrebujete vsak dan. Samo ena kumara vsebuje Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B3, Vitamin B5, Vitamin B6, Folno kislino, Vitamin C, Kalcij, Železo Magnezij, Fosfor, Kalij in Cink.
2. Če se popoldan počutite utrujeni raje odložite Red Bull in se poslužite kumare. Kumara je dober vir B Vitamina in ogljikovih hidratov, ki lahko poskrbijo za hiter "pick-me-up", ki drži nekaj ur.
3. Imate dovolj, da se vaše ogledalo v kopalnici rosi ob vsakem tuširanju? Poskusite ogledalo premazati z rezino kumare, odstranila bo meglo in poskrbela za pomirjujoč, "spa" vonj.
4. Ali črvi in polži uničujejo vaš pridelek? Postavite nekaj rezin v majhno konzervo in vaš vrt boste obvarovali za vso sezono. Kemikalije v kumari reagirajo z aluminijem in oddajajo vonj, ki ga ljudje ne zaznavamo, vrtno škodljivce pa spravlja ob pamet in se zaradi tega izogibajo temu predelu.
5. Iščete hiter in lahek način kako se znebiti celulita preden greste na bazen? Poizkusite s kumaro, nekaj rezin si vtirite na problematične dele za nekaj minut. Fitokemikalije v kumari povzročijo, da se kolagen v vaši koži skrči in tako učvrsti zunanjo plast kože ter zmanjša vidni celulit. Deluje tudi na gubicah!
6. Se želite znebiti mačka ali groznega glavobola? Pojejte nekaj kumaričnih kolobarjev preden greste v posteljo in zbudili se boste sveži in brez glavobola. Kumara vsebuje dovolj sladkorja, B vitamina in elektrolitov da obnovi potrebna hranila, ki jih je telo izgubilo in vse drži v ravnovesju!
7. Iščete način, kako se izogniti popoldanski malici? Kumaro so stoletja uporabljali evropski lovci, trgovci in raziskovalci za hiter obrok preprečevanje lakote.
8. Imate pomemben sestanek in ste ravnokar ugotovili, da nimate dovolj časa, da bi si spolirali čevlje? Uporabite rezino sveže kumare na svojih čevljih, vsebuje kemikalije, ki povzročijo hiter in dolgotrajen lesk usnja. In ne samo da je videti odlično, je tudi vodoodporno.
9. Vam je zmanjkalo WD 40 in morate popraviti škripajoča vrata? Uporabite kumarično rezino in z njo namažite problematični tečaj na vratih, in voila, škripanja ni več!
10. Ste pod stresom in nimate časa za masažo, nego obraza ali obisk spa-ja? Razrežite celo kumaro in jo dajte v vrelo vodo. Kemikalije in hranila v kumari bodo reagirali z vodo in para bo na vaš obraz delovala blagodejno. Sprostili se boste, aroma pa znižuje stres tudi pri mladih mamicah in pri tistih, ki so tik pred izpitom.
11. Ste ravnokar končali s poslovnim kosilom in ste ugotovili, da nimate žvečilnega gumija ali osvežilnih bonbonov? Vzemite rezino kumare in si jo prilepite z jezikom na nebo za 30 sekund, da odstranite zlab zadah. Fiemikalije ubijejo bakterije v vaših ustih, ki povzročajo slab zadah.
12. Iščete "zelen" način kako očistiti svoje nerjaveče jeklo? Uporabite rezino kumare in podrgnite površino, ki jo želite očistiti. Ne le, da bo vrnila sijaj, ne bo pustila nobenih madežev in ne bo uničila vaših nohtov ali kože na rokah.
13. Ste uporabljali pero in ste naredili napako? Vzemite zunanji del kumare in odstanite napako, deluje tudi pri voščenkah in markerjih, ki jih otroci pogosto uporabijo, da okrasijo stene!!





Dom je prostor obnove in upanja. Je svetišče, točka moči, spirala energije na planetu. Dom nam nudi zavetišče, nudi nam sveti prostor, kjer se spomnimo kdo smo in zakaj smo tukaj na planetu zemlja. Vendar ga moramo zavestno ustvariti.

Naš Dom nam nudi vedenje, da je v njem vedno varno, da se sprostimo in postanemo to kar smo. Ta občutek varnosti nam je izjemno pomemben, kar kažejo tudi raziskave o tem, kako so si naši predniki v pradavnini izbirali prva bivališča. Naselili so se v jamah z razgledom na okolico, kar jim je omogočilo, da so nadzorovali prostor okoli sebe.

Feng Shui nasveti za predel denarja

Ali veste kje so točke moči v prostoru? Tradicionalno je točka moči v prostoru diagonalno od vhoda. Sodobne šole feng shuija povezujejo predel denarja s skrajnim levim kotom katerega koli prostora. Postavite se na vhod in pogledjte v svoj dom, vaš predel denarja je na skrajni levi strani v zadnjem delu doma.

Seveda pa jo najdete tudi v vsakem prostoru posebej v skrajnem levem kotu sobe.

Predel je povezan z **SUN** trigramom, kar pomeni **Veter**, in je simbol bogatenja in obilja. Prodirajoča energija ene same črte jina pritiska ob dve črti janga nad njo. Energija je na videz nežna in nevidna, vendar je vztrajna, potrpežljiva in delavna. Kot bi na vroč dan pahljali druge; sami bi tiho delali, sapico pa bi čutili drugi. Znak prikazuje veter, ki raznaša semena na vse konce sveta. Ko popadajo na tla, prodrejo v prst in vzkljujejo. Kmalu zraste rastlina, ki zeleni, cveti in proizvaja nova semena. Veter semena ponovno raznese in krog razcveta se ponovi. To je izobilje.

Nekaj nasvetov kako si ta predel aktivirate v svojem domu in posledično tudi v svojem življenju:

1. Pomembno je, da v tem delu nimate nobenih odvečnih stvari oziroma "krame". Krama predstavlja energijo, ki stagnira in v vašem predelu denarja bo upočasnila ali celo ustavila vaš pritek denarja v vaše življenje. Najmočnejši način da spodbudite energijo tega predela je, da odstranite vse nepotrebne stvari.
2. Popravite vse razbite, pokvarjene stvari v tem delu. Karkoli ne deluje simbolično vpliva na energijo v tem predelu. Pomembno je, da redno menjate žarnice, popravite razmajane stole, poskrbite, da ure delujejo, če nameščene v tem delu in odstranite vse stvari, ki ne delujejo pravilno iz predela denarja.
3. Namestite simbole, ki vam predstavljajo obilje v ta del.

Predmeti, ki jih lahko uporabite za aktiviranje predela obilja.

Kot **bogastva** predstavlja univerzalni tok obilja, ki teče v vaše življenje. Lahko prevzame obliko fizičnega bogastva in denarja, ali pa blagoslov in blaginjo na druge načine. To je tudi predel povezan z močjo manifestacije. Element tega dela je mali **les**, in če želimo ta predel okrepiti, je vanj najbolje namestiti številne rastline, zlasti manjše. Priporočljiva je uporaba zelenih, krepkih rastlin s širokimi listi. Cvetiče rastline ali rezano cvetje pa morajo biti sveže in sijoče. Tudi okrasne rastline izdelane iz pravega žada privabljajo obilje.

Najbolj poznan in splošno sprejet simbol denarja v feng shuiju je "money tree" ali drevo denarja. Drevo denarja uporabimo, da pritegnemo obilje in denar v katerikoli prostor. Botanično ime te rastline je Pachira, poznana pa je tudi kot Tolstica ali Krasula. Drevo denarja je posebno zaradi tega, ker simbolično predstavlja vseh pet osnovnih elementov; vodo, les, ogenj, zemljo in kovino. Če v prostoru manjka kateri od teh petih elementov ali elementi niso v ravnovesju, si lahko pomagamo z drevesom denarja, ki sharmonizira situacijo.

Posoda z denarjem, zanjo lahko uporabite kovance, ki jih vsakodnevno dobivate, hkrati pa dodate tudi tri kitajske kovance povezane z rdečo nitjo je naslednji simbol, ki ga lahko uporabite. Pomembno je, da ima simbol za vas asociacijo na bogastvo, zato lahko uporabite modelček sanjskega avta, ki ga postavite v ta predel, lahko predmete iz zlata oziroma v zlati barvi. Pomembno je, da ima predmet za vas simbolični pomen obilja.

FENG SHUI ZA VAŠO DUŠO ... PREDEL OBILJA

Fontana ali posoda z vodo je prav tako izjemno pozitiven simbol, ki bo nameščena v tem predelu k vam pritegnila več denarja. Sobna fontana s svojim zvokom vnaša mir in oživi energijo prostora, v katerem se nahaja.

Pomagajte si z barvami. V tem delu sta primerna odtenka zelene in škrlatne barve. Zelena simbolično predstavlja vitalnost in rast, medtem ko je škrlatna barva denarja. Posoda z zelenim in vijoličnim grozdem nameščena v tem predelu, bo simbolično vaš dom napolnila z izobiljem. Pri svežem grozdu je pomembno, da ga vedno dodajate, da je posoda vedno več kot do polovice napolnjena.



Feng shui napake

Nikoli v ta predel ne postavite suhega cvetja, ker zaustavlja energijo, ter kaktusov, ker bodice ustvarjajo šar čí in bonsajev, ker nam prikličejo misel na okrnjen razvoj.

Odsvetujem vam namestitev wc školjke v tem predelu kajti v tem primeru vam bo denar odtekal in pritek bo manjši od odtoka. To situacijo sicer lahko omilimo, težko pa jo popolnoma nevtraliziramo.

V predelu denarja redno odstranjujte kramo. Odsvetujem vam kupe papirjev na vaši mizi v tem delu, saj vam lahko upočasnijo pritek denarja do vas.

Opremite si pisarno po načelih Feng shuija

V predel obilja si namestite drevo denarja. To je v sodobnih pisarnah najlažji način za aktivacijo tega predela. V tem delu lahko uporabite tudi fontano ali si v njem namestite akvarij.

Vedno se obrnite s hrbtom proti steni in če se le da sedite za svojo pisalno mizo tako, da vidite vhod v svojo pisarno, saj imate tako nadzor nad prostorom in energijo v njem.

Denar kot energija v vsakdanjem življenju

Bodite pozorni na to kako delate z denarjem v svojem vsakdanjem življenju. Imejte bankovce v denarnici vedno urejene. Redno odstranjujte stvari, ki jih ne potrebujete ven iz denarnice in poskrbite, da v njej ne bo starih računov. Cenite svoj denar in z njim ravnajte spoštljivo. Konec koncev denar ni le papir, gre za energijo, ki je očem skrita.

Če uporabljate čeke jih imejte v predelu obilja v svoji pisalni mizi. Uporabite zelen ali vijoličen ovitek za svojo čekovno knjižico. Denar imejte doma v rdeči ali zeleni kuverti. Če vi zanemarjate svoj denar, vas bo denar zanemarjal. Zato vedno poskrbite da pravočasno plačate svoje račune in da imate kritje za račune, ki jih plačujete.

Denar je oblika energije in v angleščini je eden od njegovih imen "currency" kar pomeni tok, pretok. Denar ima potrebo po pretoku, da teče skozi vaše življenje in ne da ga enostavno samo imate ali da je. To ni njegov osnovni namen. Zato ga vedno dajajte z mislijo, da se vam nazaj vrača pomnožen. Bodite radodarni in delite z drugimi svoje obilje.

Hvaležnost je ključ. Zato si vsak večer vzemite čas in pomislite na vse pozitivne stvari, ki so se vam ta dan zgodile s hvaležnostjo. Majhne stvari štejejo. Osredotočajte se na pozitivne stvari v svojem življenju. Bolj ko boste opažali in izražali hvaležnost za blagoslove, ki jih prejimate, več dobrih stvari bo prišlo k vam, vključno z denarjem.





Mladina, 2010 / 06 / intervju z Lidijo Gajski, zdravnica in avtorico knjige Zdravila ali zgodba o prevari - Urša Marn
foto: Borut Krajnc

Hrvaška zdravnica Lidija Gajski je lani, po več letih raziskovanja, objavila provokativno knjigo Zdravila ali zgodba o prevari, v kateri razkriva prevare farmacevtske industrije, hkrati pa ostro kritizira zdravnike in politike, ki se tej industriji brez pomisleka udinjajo. V knjigi z anatomsko natančnostjo analizira pojave v sodobni medicini, od širjenja definicije bolezni, proizvodnje novih patoloških stanj do komercializacije medicinske znanosti, kar vse prispeva k podražitvi zdravstva. Lidija Gajski je specialistka interne medicine in članica hrvaškega bioetičnega združenja. Zaposlena je v zdravstvenem domu v Zagrebu.

V enem od medijev so vas opisali kot hrvaškega Michaela Moora. Se z opisom strinjate ali se vam zdi podcenjujoč?

Moje delo je veliko resnejše. Gre za strokovno analizo fenomena sodobne farmakoterapije. V ZDA je literatura na to temo praviloma napisana površno, da je razumljiva čim širšemu krogu bralcev. Moja knjiga pa ni popularno čtivo. Je znanstveno recenzirano delo, ki ga je podprlo hrvaško ministrstvo za znanost.

Farmacevtska industrija je ena najbolj dobičkonosnih na svetu. Kako se je proizvodnja zdravil razvila v tako dober posel?

Eden od razlogov izvira iz kulturno-civilizacijskega vzorca vedenja. Sodobni človek je razvjen in osredotočen nase. Za zdravje je pripravljen dati vse. Ker o zdravju razmišljamo iracionalno, je medicina edino področje, kjer je mogoče prodati nekoristne, precenjene in potencialno toksične proizvode. Liberalni kapitalizem, ki daje prednost zasebnemu podjetništvu, je v medicini in zdravstvu našel plodna tla za zaslužek. Odločilna napaka je bila storjena s tem, da se industriji niso postavile meje, pri čemer ne mislim samo na proizvajalce zdravil, pač pa tudi na proizvajalce medicinske opreme, pripomočkov in laboratorijskega materiala. Odprli smo jim pristo pot v zdravstvo in to so izkoristili tako, da so v zadnjih petnajstih letih prevzeli velik del zdravstvenega sistema, od medicinskih raziskav in izobraževanja zdravnikov do zdravstvene politike, deloma pa tudi medijev in združenj bolnikov. V razvitem svetu stroški zdravstva znašajo okoli deset odstotkov BDP, od česar gre petina za zdravila. Ker stroški zdravil neprestano naraščajo, ni čudno, da prihodki največjih farmacevtskih družb dosegajo vrednosti proračunov razvitih držav. Ameriški Pfizer je pred tremi leti zaslužil 46 milijard dolarjev, britanski GlaxoSmithKline pa 37 milijard.

Kako, če sploh, je farmacevtska industrija občutila finančno krizo in kako na dobiček farmacevtskih gigantov vpliva to, da so zadnja leta potekli patenti za nekatera najdonosnejša zdravila? Družbi Eli Lilly je na primer leta 2001 potekel patent za veliko prodajno uspešnico - zdravilo prozac.

Res je, da so se cene zdravil znižale zaradi izteka patentov, vendar ne samo zaradi tega. Farmacevtska industrija je cene spustila tudi zaradi pritiska držav, saj so stroški za zdravila v zdravstvenih blagajnah presegle še vzdržno mejo. Na Hrvaškem se je cena zdravil v kardiovaskularni medicini prepolovila, vendar zdravstvena blagajna zaradi tega ni nič prihranila, saj je medtem občutno narasla poraba zdravil, s čimer se je kompenziralo znižanje cen. Zato danes izdatki za zdravila na Hrvaškem niso nič manjši, kot so bili pred petimi leti, ko so bile cene še enkrat višje.

Zakaj je potrošnja zdravil tako narasla?

Ker je farmacevtska industrija dosegla limit pri prodaji zdravil bolnim, je vstopila med zdrave in jih naredila odvisne od zdravil in drugih farmacevtskih preparatov. Danes zdravimo vse več ljudi, ki v tradicionalnem smislu niso bolni. Nekoč je medicina iskala zdravilo za bolezen, danes išče bolezen za zdravilo. Nova paradigma je, da zdravila potrebujemo, še preden zbolimo. Ključno vlogo pri tem igrajo dejavniki tveganja. Gre za to, da človeka, ki nima zdravstvenih težav, razglasiš za rizičnega za neko bolezen v prihodnosti. Tako se pri holesterolu ustvari tveganje za infarkt, pri krvnem tlaku tveganje za možgansko kap, pri sladkorju pa tveganje za slepoto in odpoved ledvic. Če hkrati znižaš normalno vrednost holesterola, krvnega tlaka in sladkorja, dobiš ogromno populacijo, ki je razglašena za rizično. Tej množici nato zagotavljaš zdravila, ki naj bi te bolezni preprečevala. Skrb zbuja joč je podatek, da se danes kar 70 do 80 odstotkov starejše populacije v razvitem svetu zaradi ravnih holesterola, krvnega tlaka ali sladkorja zdravi s preventivnimi preparati.

Verjetno ne boste trdili, da je visok krvni tlak povsem nedolžna stvar ...

Res je, da pri visokem tlaku obstaja tveganje za možgansko kap in da je zato potrebno zdravljenje. Ni pa tega mogoče trditi za nižje vrednosti tlaka. Najnovejše raziskave kažejo, da pri zdravih ljudeh krvnega tlaka, nižjega od 140/90, ni smiselno zdraviti, ker ni dokaza, da bi s tem zmanjšali tveganje. Temeljne klinične smernice, po katerih delamo zadnje desetletje, so v nasprotju s kliničnimi izkušnjami zdravnikov, pa tudi z zdravim razumom bolnikov. Pred desetletjem je bila zgornja meja za normalen tlak pri zdravem človeku 160/95, danes pa je 140/90, optimalen tlak pa je nižji od 120/80. Težava je, da so ciljne vrednosti določene arbitrarno, pogosto celo mimo znanstvenih dokazov, če pa dokazi že obstajajo, so tako skromni, da je zelo vprašljivo, ali je smiselno posredovati z zdravili. Raziskave so pokazale, da je pri teh razmeroma nizkih vrednostih krvnega tlaka treba zdraviti tudi več sto ljudi na leto, da bi preprečili en neželen kardiovaskularni dogodek. Podobno je z mladimi, zdravimi ljudmi. Na primer, med zdravimi ženskami srednjih let z blago zvišanim tlakom ima samo ena na osemsto korist od teh preparatov. Ko gre za zdravljenje diabetesa, ni dvoma, da je treba zniževati visoke ravni sladkorja v krvi, toda od agresivnega zniževanja na nizke ravni ni klinične koristi, tako kot tudi večinoma ni koristi od zniževanja ravni holesterola v krvi.

Kot primer nove, izmišljene bolezni navajate osteoporozo. Kako je mogoče, da je osteoporozo iz medicinskega problema, ki ga tako rekoč ni bilo, v zadnjih petnajstih letih prerasla v globalno epidemijo?

To je mogoče, ker je medicinska industrija zdravje izenačila z mladostjo, bolezen pa s starostjo. Človeški rod osteoporozo ni prepoznal kot bolezen vse do leta 1994, ko so za normalno razglasili gostoto kosti pri ženski, stari od dvajset do trideset let. Kostni s staranjem izgubljajo kalcij, zato je pri ženski, starejši od petdeset let, velika verjetnost, da ugotovijo osteoporozo, pri ženski, starejši od sedemdeset let, pa osteoporozo. Toda tu gre za fiziološki proces staranja kosti, ki je naraven. Če bolezen koncipiramo tako, pomeni, da smo bolni vsi, starejši od petdeset let.

Ali ni povsem legitimno, da se z zdravili skuša lajšati starost?

Seveda je legitimno. Toda ko analizirate učinkovitost zdravil za osteoporozo, ugotovite, da je njihova korist zelo vprašljiva. Še več. Ta zdravila so se v nekaterih primerih izkazala celo za škodljiva, poleg tega pa so draga. Pri čemer se sploh še nisva dotaknili vprašanja, kaj je mineralna gostota kosti. Glede tega parametra znotraj stroke obstaja spor. Cel profesorji, ki so kariere zgradili na področju osteoporozo, priznavajo, da mineralna gostota kosti pogosto nima zveze z dejansko čvrstostjo kosti in zlomi. Obstajajo ženske, ki se jim je gostota kosti z jemanjem zdravil za osteoporozo povečala, pa tudi ženske, pri katerih je gostota kosti kljub zdravilom ostala enaka ali pa se je celo zmanjšala.

Osteoporozo je za enega od vodilnih zdravstvenih problemov razglasila Svetovna zdravstvena organizacija, ne pa kaka farmacevtska družba. Ali to pomeni, da nam WHO laže?

Sama ne bi uporabila takšne formulacije. Brez dvoma pa drži, da je z vstopom zasebnega podjetništva v zdravstvo nastal konflikt interesov, v katerega so vpleteni posamezniki - znanstveniki, klinični akademiki, farmakologi, zdravniki, mediji, pa tudi institucije - strokovna združenja, zdravstvena ministrstva, agencije za zdravila in navsezadnje Svetovna zdravstvena organizacija. Dejstvo je, da v proračunu WHO narašča delež sredstev, ki jih za delo te institucije prispevajo zasebna podjetja.

Kot umetno ustvarjeno bolezen navajate tudi zvišano raven holesterola. Pogosto slišimo, da je zvišana raven holesterola vzročno povezana z boleznimi srca in ožilja. Ali za to trditev obstaja kak dokaz?

Z raziskavami je bilo dokazano, da pri ženskah holesterol ni nikakršen dejavnik tveganja. Za žensko je torej popolnoma vseeno, koliko holesterola ima, ker to ne vpliva na dolžino njenega življenja ali na pojav katere koli bolezni. Zato so diete, s katerimi zmanjšujemo vnos holesterola v telo, nesmiselne. Enako velja za večino moških. Izjema je le majhna skupina moških, ki ima specifično vrsto srčne bolezni - angino pektoris ali infarkt. Pri njih obstaja tveganje, da se jim bolezen zaradi holesterola poslabša ali da doživijo infarkt. Toda tudi v teh primerih je vprašljivo, ali se res splača posredovati. Kljub temu so danes na vrhu porabe med vsemi zdravili prav preparati za zniževanje maščob v krvi, pri čemer se v glavnem misli na statine - pripravke za zniževanje ravni holesterola.

Če tehtaš sto petdeset kilogramov, to zagotovo ne more biti zdravo ...

Debelost in holesterol sta dve različni stvari. Debelost je povezana z večjim tveganjem za bolezni, vendar tudi tu povezava ni tako preprosta, kot si navadno predstavlja laična javnost. Tako na primer ženski tip debelosti s širokimi boki in z veliko zadnjico, t. i. hruškasta debelost, ne pomeni nikakršnega tveganja za bolezni ali krajše življenje. Pričakovanje, da je z zdravili za hujšanje mogoče omejiti bolezni, ni nujno točno. Dokaz za to je



ZANIMIVOSTI... nadaljevanje

zdravilo za hujšanje sibutramin, ki je bilo nedavno umaknjeno iz uporabe. Izkazalo se je, da to zdravilo sicer res zmanjšuje telesno maso, pa še to za največ deset odstotkov, toda hkrati povečuje tveganje za srčno-žilne zaplete.

Kako verodostojne so raziskave, na podlagi katerih zdravila vstopajo v široko porabo? V knjigi pišete, da znanstveniki manipulirajo s prikazom izsledkov kliničnih preizkusov.

Ko govorimo o znanstvenih dokazih, moramo vedeti, da danes že okoli 70 odstotkov raziskav, povezanih z zdravili, financira farmacevtska industrija, raziskave, opravljene v zasebni režiji, pa so pristranske in neverodostojne. Dokazano je, da so izsledki raziskav, ki jih financirajo farmacevtske družbe, štirikrat do petkrat bolj pogodu sponzorju kot izsledki raziskav, ki se financirajo iz javnih virov. Če znanost povečuje dobre strani zdravil in minimizira slabe, ni mogoče reči, kakšna je resnična učinkovitost zdravil. Zaradi zasebnega financiranja je vanj že v temeljih vgrajena pristranskost. Seznam manipulacij pri kliničnih poskusih je dolg. Začne se z izbiro vzorca, na katerem se zdravilo preizkuša. Za poskus se namenoma izberejo tisti, pri katerih je zdravilo učinkovitejše in varnejše. Tako pri testiranju kardiovaskularnih zdravil prevladujejo moški, saj je pri njih ta skupina zdravil učinkovitejša. Pri raziskavah antirevmatikov se eksperimentira z mlajšo populacijo, ker je pri njej manj stranskih učinkov. Izsledkom se prilagaja tudi trajanje raziskav. Na primer, celotna raziskava traja pet let, pri čemer so lahko izsledki tretje leto boljši kot peto. Zato se upoštevajo samo izsledki iz prvih treh let. To manipulacijo so uporabili pri rofekoksibu, zdravilu za artritis, ki je bilo s trga umaknjeno po tem, ko je bilo dokazano, da podvaja tveganje srčnih bolezni. Za izhodišče, na podlagi katerega se meri učinkovitost zdravila, se ne vzamejo najpomembnejše kategorije, kot sta podaljšanje življenja in zmanjšanje tveganja za neželen kardiovaskularni dogodek, pač pa se za izhodišče vzamejo surogati, na primer znižanje krvnega tlaka, vrednosti holesterola ali sladkorja, znižanje telesne teže, zmanjšanje aritmije, saj je pri teh izhodiščih lažje demonstrirati učinek. Potem pa se pri takšnih preparatih čez nekaj let pokaže, da skrajšujejo življenje, kot je bilo dokazano za nekatere antiaritmike ali antidiabetike ali pa za že omenjeni sibutramin. Ena od največjih manipulacij se dogaja pri prikazu izsledkov raziskav. Tipičen preventivni preparat zmanjša stopnjo tveganja za infarkt za okoli 30 odstotkov. To je sorazmerno zmanjšanje tveganja, ki ga farmacevtska industrija predstavlja zdravnikom na kongresih. To, kar se ne komentira, je veliko manj impresivno zmanjšanje absolutnega tveganja, ki se skriva v ozadju že omenjenih 30 odstotkov. Resnično zmanjšanje tveganja za kardiovaskularne bolnike je z okoli 4 na 2,5 odstotka, za zdrave pa z okoli 0,8 na 0,5 odstotka na leto, torej le za okoli odstotek ali manj. Če se izsledki raziskave predstavijo tako, zdravil za osteoporozo ni težko prikazati kot učinkovitih in koristnih, saj zmanjšujejo tveganje za zlom kolka za neverjetnih 50 odstotkov. Toda resnica je, da tveganje zmanjšajo samo z 0,4 na 0,2 odstotka na leto.

Zapisali ste, da je medicinska znanost, ki jo vodi težnja po hitrem zaslužku, vse manj sposobna zdraviti bolniki in reševati zdravstvene težave ...

Posledice komercializacije in privatizacije medicinske znanosti ter instrumentalizacije te znanosti za potrebe ustvarjanja dobička so širjenje indikacij za zdravila, širjenje mej bolezni in izumljanje novih bolezni. Zdravila za zniževanje vrednosti holesterola so se včasih predpisovala samo majhnim skupinam srčnih bolnikov, danes jih je mogoče predpisati tako rekoč vsakemu človeku, starejšemu od petdeset let. Antidepresive so nekoč predpisovali samo za hudo obliko depresije, danes imajo dvanajst indikacij, tudi blažje anksiozne motnje. Definicije simptomatskih bolezni, kot je astma ali depresija, so se razširile, ker je bilo z raziskavami dokazano, da zdravila delujejo tudi pri blagih motnjah. Enako velja za vrsto fizioloških stanj in prehodnih motenj, kot so menopavza, predmenstrualni sindrom, erektilne disfunkcije. Vsa ta stanja so bila razglašena za bolezenska. S PR-kampanjo je bila menopavza, normalno obdobje v življenju ženske, spremenjena v bolezen, zaradi katere se je na prelomu stoletja v razvitem svetu zdravila skoraj polovica žensk. Ko je govor o 'impotenci' sodobne medicinske znanosti, je treba opozoriti, da s prodorom zasebnega kapitala v medicinsko znanost to vse manj zanimajo vzroki bolezni, iz česar nujno izhaja terapevtska nemoč. Zadnjih nekaj desetletij v farmakoterapiji ni bilo pomembnejšega napredka, ki bi se lahko primerjal z odkritjem penicilina ali inzulina. Farmacevtsko industrijo označujejo za inovativno, čeprav to že dolgo ni več. Dokazano je, da farmacevtska podjetja precej večji delež prihodkov od prodaje namenjajo trženju in korupciji kot pa raziskavam in razvoju. Danes raziskave potekajo predvsem v javnih raziskovalnih ustanovah in z javnim denarjem. Farmacevtske družbe od javnih ustanov za razmeroma majhen denar odkupijo patente, opravijo klinične poskuse, zdravila registrirajo, jih pošljejo na trg in z njimi mastno zaslužijo. V farmacevtski industriji je torej vse manj inovativnosti in vse več trženja. To je po svoje tudi logično. Če bi iznašli zdravilo za raka, reklame ne bi potrebovali, preventivna zdravila pa so premalo učinkovita, da bi se prodajala sama od sebe. Prav tako je sporno, da danes skoraj ni raziskav, ki bi se ukvarjale z naravnimi zdravili, sistemsko pa so zanemarjene tudi bolezni, ki ubijajo milijone ljudi v revnejših delih sveta. Razlog za zapostavljanje teh področij je, da takšna zdravila ne prinašajo vidnejših finančnih koristi. Medicinska industrija, ki je glavna 'lastnica' medicinske znanosti, raziskuje le na komercialno zanimivih



ZANIMIVOSTI... nadaljevanje

področjih. Milijoni ljudi umirajo zaradi malarije, hkrati pa farmacevtska industrija vlaga ogromno denarja v zdravila, ki so popolnoma nekoristna, se pa z njimi dobro služi.

Zapisali ste tudi, da komercializacija znanosti ogroža celotno civilizacijo. Kako?

Naša civilizacija se opira na znanost. Znanost smo tako rekoč poistovetili z resnico in postala je opora za skoraj vse naše odločitve. Ko smo dovolili, da zasebni biznis prevzame in instrumentalizira znanost in izobraževanje, smo to oporo izgubili. Z umikom države iz znanosti smo izgubili neodvisno informacijo o boleznih in zdravljenju, in ko me pacienti sprašujejo o koristnosti posameznih zdravil, je moj odgovor pogosto - ne vem.

Kako je mogoče, da zdravnik ne pozna učinkovitosti zdravil, ki jih predpisuje?

Pri tradicionalni medicini je bilo preprosto ovrednotiti učinek zdravil. Tradicionalna medicina je imela opravka z realnimi boleznimi, ki so ljudem povzročale težave, na primer temperatura, bolečine ali slabost. Zdravilo je težavo olajšalo ali odpravilo, iz česar smo sklepali o njegovi učinkovitosti. Odkar se je medicina posvetila preventivi in se ukvarja z ljudmi brez subjektivnih motenj, pa se niti zdravnik niti bolnik ne moreta več opreti na svoj zdravi razum in izkušnje. Sama preprosto ne morem reči, pri koliko mojih pacientih se bo po dvajsetih letih jemanja zdravil za holesterol zmanjšala nevarnost za infarkt. Edino, na kar se zdravniki lahko opremo, so klinične raziskave. Te pa so neverodostojne.

Če se strinjamo, da so preventivni preparati večinoma neučinkoviti, neredko škodljivi in razmeroma dragi, kako je potem mogoče, da slovijo kot zelo kakovostni?

To je mogoče, ker se farmacevtski industriji niso postavile meje in je lahko zavladovala zdravstvenemu sistemu. Težava seveda ni v farmacevtski industriji. Za zasebna podjetja je normalno, da si prizadevajo za čim večji zaslužek in da so za dosego tega cilja pripravljena manipulirati in potvarjati resnico. Tisti, ki so v tej zgodbi zatajili, so uslužbenci, plačani iz javnih virov. To pa so predvsem klinični profesorji in zdravstveni politiki. Njihova naloga ni, da so podaljšana roka farmacevtske industrije, pač pa, da tej industriji postavljajo meje in delujejo v obče dobro. Žal pa se je obrnilo tako, da tisti, ki bi morali postavljati meje, služijo s farmacevtsko industrijo. Pri tem ne mislim samo na denar, ampak tudi na gradnjo poklicne kariere. Danes ne morete narediti kariere kliničnega profesorja brez sodelovanja s farmacevtsko ali kako drugo medicinsko industrijo, ker od države ne boste dobili denarja za raziskave. Tudi izobraževanje in strokovno izpopolnjevanje zdravnikov skoraj v celoti sponzorira farmacevtska industrija. Poleg tega ima farmacevtska industrija velik vpliv na zdravstveno politiko, in to na vseh ravneh - zakonodajni, izvršni in sodni. V parlamentih obstajajo veliki in vplivni lobiji te industrije. Iz farmacevtskih dobičkov se financirajo strankarske predvolilne kampanje. V evropskem parlamentu obstajajo interesne skupine za posamezne bolezni, ki izdelujejo deklaracije in akcijske načrte z namenom, da se v državah članicah implementira takšna zdravstvena politika, ki bo omogočala plasiranje proizvodov njihovih sponzorjev.

Kako globoko je farmacevtska industrija prodrla v regulacijske agencije? Znano je, da je kar nekaj strokovnjakov, ki delajo za ameriško agencijo FDA, na plačilni listi farmacevtskih gigantov. Kako je s tem v Evropi?

Razmere so zelo podobne ameriškim. Farmacevtske družbe so tiste, ki agenciji plačajo postopek registracije zdravil. Ugotavljanje učinkovitosti zdravil je varovano kot poslovna skrivnost in je zato popolnoma izvzeto iz nadzora javnosti. Agencije registrirajo zdravila v dogovoru s proizvajalci. Odloča se nepregledno. Pod pritiskom farmacevtske industrije so se v zadnjih dvajsetih letih roki za registracijo zdravil občutno skrajšali, standardi za registracijo zdravil pa razrahljali. V Veliki Britaniji se je povprečen čas za registracijo zdravil med letoma 1989 in 1998 skrajšal s 154 na 44 dni. S takšnim skrajšanjem obdobja za evalvacijo zdravil postane vprašljiva objektivna presoja varnosti oziroma neškodljivosti teh zdravil. Ko gre za učinkovitost, je sporno, da se zdravila pogosto ne registrirajo na podlagi dejanskih, kliničnih učinkov, torej na podlagi tega, ali podaljšujejo življenje in zmanjšujejo tveganje za bolezen. Poleg tega so pogosto vprašljiva tudi klinična merila. Za učinkovite se razglajajo preparati, ki verjetnost bolezni zmanjšujejo za odstotek ali še manj na leto.

Kako rešiti problem prevelike porabe zdravil?

Ena od najpomembnejših potez bi bila vzpostavitev sistema za objektivno vrednotenje vseh dosežkov v medicini, torej ne le zdravil, pač pa tudi diagnostičnih in drugih postopkov. Iz tega sistema bi morali izločiti interes medicinske industrije. Da ne bo pomote: seveda obstajajo tudi realne bolezni in učinkovita zdravila. O tem ni dvoma. Težava je, da ni vzpostavljen sistem vrednotenja, ki bi omogočal objektivno preverjanje. Tržni način poslovanja v zdravstvenem sistemu in medicini je treba zmanjšati na najmanjši možni obseg. Še posebej nujno pa bi bilo, da bi medicinskim raziskavam in izobraževanju zagotovili pretežno javno financiranje.



Je ob že tako obremenjenih javnih financah sploh mogoče, da bi celoten zdravstveni sistem skupaj z raziskavami, razvojem in izobraževanjem financirali izključno iz javnih virov?

Prepričana sem, da bi umik zasebnosti pomenil več in ne manj denarja za zdravstvo. V interni medicini bi lahko prihranili morda polovico denarja, ki se porabi danes, ne da bi s tem kakor koli poslabšali zdravje ljudi. Racionalizacija zdravstvene porabe je nujna, saj so družbeni viri omejeni, rastoča potrošnja zdravil pa . zaostruje problem dostopnosti medicinskih storitev, ogroža nacionalne proračune in preizkuša meje socialne vzdržnosti.

Sodoben način življenja nas sili v preproste in hitre rešitve. Nihče noče stisniti zob. Lahko bi rekli, da nam farmacevtska industrija ponuja to, kar si v bistvu želimo.

To drži. Zelo težko je nehati kaditi, zmanjšati telesno težo, se ukvarjati s športom, se zdravo prehranjevati ... veliko lažje je vzeti tableto. To ne velja le za bolnike, ampak tudi za zdravnike. Zaradi preobremenjenosti jim je lažje napisati recept.

Prišli smo tako daleč, da imamo zdravnika, ki nam ne predpiše tablet, za slabega ...

Imate prav, toda takšno razumevanje moramo spremeniti. Vse več je ljudi, ki so zaskrbljeni in obremenjeni s količino zdravil, ki se jim ponuja, zato se na omejitve terapije odzovejo pozitivno. Sistem je številne ljudi prepričal, da so hudo bolni, da morajo paziti, kako hodijo, ker imajo osteoporozo, ali paziti, kaj jedo, da si ne zvišajo vrednosti holesterola ... Ko jim poveš, da gre za lažne bolezni in da je njihov strah neupravičen, se jim odvali kamen od srca in iz ordinacije odidejo srečni.

Je po vašem mnenju Svetovna zdravstvena organizacija pandemijo prašičje gripe razglasila prehitro?

Absolutno. Pandemijo je razglasila na podlagi zelo vprašljivih meril, med katerimi ni bilo merila resnosti bolezni. Ne bi me presenetilo, če bi se izkazalo, da se je za razglasitev pandemije odločila pod vplivom proizvajalcev cepiv.

Javnost živi v prepričanju, da je prašičja gripa resnejša bolezen od navadne, sezonske gripe. Nekateri strokovnjaki trdijo, da se v svoji karieri še niso srečali z okužbami, ki bi tako hitro in hudo napadle pljuča.

Sama vem za kar nekaj uglednih imunologov, ki trdijo, da gre pri prašičji gripi za bolezen, ki je po svoji klinični sliki manj nevarna od sezonske gripe. Prašičja gripa je bila z veliko javno kampanjo spromovirana v globalno grožnjo človeštvu, čeprav je stopnja smrtnosti pri njej manjša od stopnje smrtnosti pri sezonski gripi. Prepričana sem, da so od prašičje gripe umirali predvsem kronični bolniki, ki bi lahko v dveh tednih ali dveh mesecih umrli tudi zaradi kakega čisto drugega virusa. Sprašujem se, ali je z znanstvenega vidika sprejemljivo, da se smrt teh bolnikov povezuje s prašičjo gripo. Mogoče je tudi, da virus prašičje gripe sploh ni nastal v naravnem okolju, ampak je bil ustvarjen v laboratoriju. Sumljiv je že tale scenosled: ena od večjih farmacevtskih družb je že več mesecev pred pojavitvijo prašičje gripe vložila zahtevek za registracijo cepiva, ameriška agencija FDA pa je registracijo odobrila slab mesec pred pojavitvijo prašičje gripe v Mehiki. To je preveliko naključje, da bi ne bili sumničavi.

Se strinjate s tistimi, ki trdijo, da je prašičja gripa del zarote, katere cilj sta kraja in genocid?

Da gre za krajo svetovnih razsežnosti, je več kot očitno. Upam, da bo preiskava, ki jo je sprožil zdravstveni odbor evropskega parlamenta, dokazala, da gre za manipulacijo, in nam zato ne bo treba plačati ogromnih zneskov za nakup nepotrebne cepiva. Če se to ne bo zgodilo, nam bo ostalo manj denarja za druge zdravstvene potrebe in nekateri ljudje bodo trpeli škodo. Kar se tiče zarote, naj rečem samo to, da so se nam včasih takšne zgodbe zdele paranoidne in smešne, danes pa se moramo nad njimi zamisliti.

Kakšne so možne posledice cepljenja proti prašičji gripi za imunski sistem? Je mogoče, da bomo posledice občutili šele čez nekaj let?

Cepljenje lahko spremljajo stranski učinki, kot je rdečica na mestu vboda ali zvišana telesna temperatura, pri čemer je znano, da so stranski učinki pri cepljenju proti prašičji gripi pogostejši kot pri cepljenju proti sezonski gripi. Obstaja pa večja težava. Vse več je alergijskih bolezni, ki jih še pred dvajsetimi leti ni bilo. Mogoče je, da je na pojavitev nekaterih alergijskih bolezni vplivalo prav cepljenje. Alergija je pretiran odziv imunskega sistema na okoljske dejavnike. Drug velik problem so avtoimunske bolezni, na primer revmatoidni artritis, lupus, multipla skleroza. Gre za bolezni, pri katerih imunski sistem ustvarja protitelesa in se tako odziva na lastna tkiva. Nekateri znanstveniki pojavitev teh bolezni povezujejo prav s cepljenjem. Z virusnim antigenom, ki ga s cepljenjem vnesemo v organizem, spodbudimo imunski odgovor, to pa bi lahko vodilo v nastanek avtoimunske bolezni.

Zadnja leta se po svetu uvajajo nova obvezna cepljenja, na primer proti hepatitisu B ali okužbi z virusom HPV. Ali obstajajo dokazi o učinkovitosti teh cepiv?

Veliko vprašanje je, ali je tradicionalna cepljenja, na primer proti ošpicam, rdečkam ali tetanusu, sploh še smiselno izvajati, saj ni jasno, ali so sploh kaj prispevala k zmanjšanju pojavnosti teh bolezni. Zaradi boljših življenjskih razmer in višjih higienskih standardov so bile te bolezni tako rekoč izkoreninjene, še preden se je zanje uvedlo obvezno cepljenje. Kar se tiče novih cepiv, pa mislim, da hepatitis B ni tako velik zdravstveni problem, da bi ga morali uvrstiti v koledar obveznega cepljenja. Na Hrvaškem je bilo obvezno cepljenje proti hepatitisu B uvedeno pred desetimi leti za pubertetnike, pozneje pa se je preneslo v novorojenčkovo obdobje. To se mi zdi zelo sporno. Naš imunski sistem mora delovati vse življenje, da nas brani pred okužbami in tumorji, zato ni pametno, da ga dražimo že v tako zgodnji dobi. Posebno poglavje je cepljenje proti virusu HPV, ki povzroča raka na materničnem vratu. V nekaterih ameriških zveznih državah je to cepljenje že obvezno, na Hrvaškem pa še ni, in to kljub močnemu pritisku, ki ga farmacevtska industrija izvaja prek političnih struktur. Problem raka na materničnem vratu je mogoče reševati precej učinkoviteje. Na primer tako, da mladino poučimo o odgovornem spolnem življenju in da ženske redno hodijo na ginekološke preglede. Poleg tega malokdo ve, da že zdaj obstaja zdravilo za raka na materničnem vratu. Gre za naravni interferon, ki pa se ne proizvaja. Ko je govor o cepljenju proti sezonski gripi, je treba povedati, da ni dokaza o njegovi učinkovitosti. The Cochrane Collaboration, najverodostojnejša in najbolj objektivna baza medicinskih podatkov na svetu, razkriva, da se s cepljenjem proti sezonski gripi prav nič ne zmanjša tveganje, da bomo zboleli za gripo ali da bomo pristali v bolnišnici, kaj šele, da bi se nam s tem podaljšalo življenje.

Zelo dolgo ste iskali založniško hišo, ki bi vam bila pripravljena izdati knjigo. Ste imeli težave tudi po tem, ko je knjiga izšla? Kakšni so bili odzivi farmacevtske industrije in zdravniške stroke?

Pričakovala sem, da bom imela težave, a se to ni zgodilo. Knjiga je zelo dobro argumentirana, zato ji v tem smislu ni kaj oporekati. Farmacevtski industriji se bolj splača, da vsebino prezre, kot da se spušča v razprave. Knjiga je zbudila zanimanje zlasti med novinarji in bolniki, zdravniška stroka jo je v celoti prezrla. Pred časom sem pripravila predavanje, na katerega sem povabila petdeset zdravnikov, a so se ga udeležili le trije. Zame je to dokaz, da zdravstveni sistem ne deluje več v dobro bolnikom, ampak ima čisto druge cilje. Tu znova trčiva ob vprašanje privatizacije zdravstvenega sistema. Dejstvo je, da privatizacija celoten sistem podraži, hkrati pa zmanjša dostopnost zdravstvenih storitev. Zdravstvo mora biti javno in pika.

ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI

1. julij od 3:11 do 3. julij do 15:45, Luna v Ribah, padajoča. V obdobju padajočih lun je čas za spuščanje. Ribe vladajo stopalom, členkom na nogah, tudi želodcu in črevesju, limfnemu sistemu in na splošno vsem tekočinam v telesu. Karkoli spuščamo iz teh delov telesa na te dni, deluje dvojno.

Idealen dan za razstrupljanje telesa. Vseeno je, katero tehniko uporabimo, lahko se poslužimo stradanja, lahko za to uporabimo čaje, kamne, katerikoli bioenergetska tehnika čiščenja telesa, tudi farmacevtski pripravki (tablete), ki so temu namenjeni, vsaka metoda čiščenja telesa bo v teh dneh delovala dvakrat bolj učinkovito.

Vladar Rib je Neptun, ki vlada tudi nad iluzijami, filmom, literaturo, opojnimi substancami vseh vrst. V teh dneh je najboljši čas za spuščanje iluzij, če bi radi odložili kako iluzijo je sedaj pravi čas.

Opojne substance na dneve rib delujejo dvojno, zato nas ista količina alkohola ali drugih opojnih snovi »zadane« z dvojno močjo.

Tudi tablete delujejo na te dni z dvojno močjo.

Tudi gledanje televizije, obisk kina, gledališča ali opere, te dni na vas deluje z dvojno močjo.

Na te dni se odsvetuje pranje las, tudi za striženje las je zelo neugoden čas, lahko se, zaradi striženja las, pojavi prhljaj na lasišču.

Ugoden dan za gnojenje rastlin.

Ker je Luna v vodnem znamenju, je to najugodnejši čas za zalivanje sobnih rastlin.

Ugodno za pranje perila (padajoča luna, vodno znamenje), perilo se bolje očisti tudi pri manjših količinah pralnega praška.

3. julij od 15:45 do 6. julij do 2:30, Luna v Ovnu, padajoča. Na te dni je najbolj učinkovito sproščanje in spuščanja vzorcev, prepričanj občutkov ali energije v predelu glave, mišic, vseh živcev glave, zob. Koristno je, da se sprostimo iz mišic utrujenost, bolečino, občutke nemoči., spustimo tudi tisto kar nam je »padlo v glavo«, pa se je izkazalo za nekoristno ali še celo moteče.

Če imate v tem času glavobole ali migrene, je koristno raziskat, zaradi koga ali česa, vas dostikrat »boli glava«. Lahko je tam problem resničnih glavobolov.

Migrene včasih kažejo na upiranje, da bi šli s tokom življenja, kažejo tudi, da nočemo, da nas nekdo nekam poriva.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

Dober dan za čiščenje oken.

Luna v ovnu je dobra za nove začetke, predvsem za začetek razvijanja novih idej, novih projektov.

6. julij od 2:30 do 8. julij do 9:52, Luna v Biku, padajoča. Vse kar čisti in sprošča glasilke, vrat, grlo, tilnik, mandlje, žrelo, ščitnico, tudi zobe, deluje na te dni dvojno.

Kdor ima težave s ščitnico, naj si na ta dan spušča prepričanja občutke, vzorce, da se vedno nekaj mudi, da ničesar ne uspe naredit v roku, da vedno nekaj zamuja.

Na dneve ko je Luna v Biku, nas rada napade požrešnost. Marsikdo trdi, da bi na te dni še posebej morali pazit, da ne pojemo preveč, saj takrat, lahko pridobimo več kilogramov, kot običajno.

To sicer drži, vendar samo načeloma.

Kje je tu problem?

Dejstvo je, da Luna zahteva, da so naše preživetvene potrebe zadovoljene in Luna v Biku pod te potrebe šteje najprej hrano. Z Luno se ni smiselno pomerit v direktnem dvoboju, kajti na koncu vedno zmaga Luna in je to samo nepotrebno trošenje energije.

Problem rešimo lahko samo s primernim pristopom, ki bo Luno v Biku zadovoljil, nam pa še vedno prinesel uspeh. Glede na to, da si Luna »zapomni« vse situacije, ko smo potrebovali zaščito in negovanje in si zapomni tudi to, kako so bile te potrebe zadovoljene, bo najbolje, če poskusimo zadovoljiti njene potrebe. Če se bomo borili z lakoto, bomo samo dodali novo travmo, ki bo prej ali slej udarila na plan z še večjo močjo. Prva varianta je, da, ko začutimo lakoto, nekaj malega pojemo, kar je še vedno bolje, kakor da sredi noči »izropamo« hladilnik.

Druga, precej boljša možnost pa bi bila, da se spomnimo na trenutke, ko smo imeli lepo poln želodček, ne preveč, ne premalo, ko smo se ob tem počutili božansko in pa predvsem brez vsake krivde, objamemo ta občutek in ga pošljemo v vse situacije, ko smo bili lačni. Ker si Luna včasih zapomni tudi prejšnja življenja, ga seveda pošljemo tudi tja.



ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Luna v zemeljskih znakih je manj primerna za zračenje stanovanja, zato naj bo v teh dneh zračenje krajše.

8. julij od 9:52 do 10. julij do 13:39, Luna v Dvojčkih, padajoča. Na te dni spuščamo napetosti iz: členkov, ramen, rok, dlani, možganov, prstov na rokah, jezika in vseh govornih organov; pljuč, sapnika, bronhijev.

Če se nam velikokrat zgodi da bi radi nekaj skomunicirali, pa nam zaradi takšnih ali drugačnih okoliščin to ne uspe, je sedaj najbolj ugoden čas, da ozavestimo in spustimo vzorce, ki ovirajo našo komunikacijo.

Dober dan za zračenje stanovanja.

Ob lunah v zračnih znamenjih se odsvetuje zalivanje rastlin, ker s tem lahko privabljam škodljivce.

10. julij od 13:39 do 12. julij do 14:55, Luna v Raku, padajoča. Čas za sproščanje napetosti v želodcu, prebavnem sistemu, trebušni preponi, oprsju in prsnemu košu, jetrih, požiralniku. Ugoden čas tudi za spuščanje vzorcev, ki vplivajo na tekočine v telesu, na njihovo cirkulacijo. V tem obdobju so zelo koristne afirmacije v smislu, da vse kar pride do nas, pride z najboljšim namenom, vse kar čutimo, pojemo ali kakorkoli sprejmemo v svoje telo, je čista ljubezen.

Če boste med jedjo gledali televizijo ali brali časopis, ali se mogoče celo prepirali, boste v teh dneh naredili največjo škodo svoji prebavi, saj boste hkrati z jedjo prebavljali tudi te dogodke iz okolice.

Blagoslavljanje hrane je v teh dneh še posebej učinkovito.

Ker je Luna v vodnem znamenju, je to najugodnejši čas za zalivanje sobnih rastlin.

Luna v vodnih znamenjih je izrazito neugodna za zračenje stanovanja, v teh dneh je v zraku precej več vlage in z zračenjem ob teh dneh samo privabljam vlago v stanovanje.

Na te dni se odsvetuje striženje las, lasje se tudi veliko težje oblikujejo kot ponavadi.

11. julij ob 21: 42 je mlaj in sicer v ozvezdju Raka. Na take lune smo še bolj nagnjeni k tem, da veliko bolj čustveno doživljamo najbolj enostavne dogodke, ki se nas v normalnih dneh mogoče niti ne bi dotaknili. Glede na energije tega dne, ki nas silijo, da vse dogodke čustveno predelamo, je ta mlaj najboljši za spuščanje čustvenih navezanosti, če določenih ljudi ali dogodkov nikakor ne moremo spustiti iz svojega življenja.

Naj bo ta mlaj posvečen spuščanju čustvenih navezanosti na ljudi ali dogodke, ki so del naše preteklosti in ki sedaj predstavljajo »coklo našega razvoja«.

Čiščenje črevesja bo dalo ob tem mlaju najboljše rezultate v celem letu.

Vpliv mlaja traja en dan prej in pa še en dan kasneje, če bomo v tem času spustili strahove, prepričanja, občutke, vzorce, ki nas omejujejo, bomo naredili dvakrat več kot običajno.

Rane nastale ob mlaju se odlično celijo, mlaj je najboljši čas za razne operacije, izjema so le deli telesa, ki jim vlada Luna tega mlaja.

Ob mlaju vse energije tečejo v zemljo, zato je spuščanje ali čiščenje telesa takrat najbolj naravno, saj sledi naravnim tokovom.

Tudi rastline imajo takrat najmanj soka, zato je to najboljši čas za obrezovanje odmrlih delov. Tudi za rastlino je takrat ta poseg najmanjši napor, če jih obrezujemo ob polni luni se lahko zgodi da se posušijo, saj takrat vsa energija teče navzgor, tako da lahko rastlina izgubi vso življenjsko energijo.

Seveda, če nabiramo zdravilne rastline, jih nabiramo ob polni luni, saj imajo takrat v sebi največjo koncentracijo zdravilnih substanc, pa tudi Luna v Škorpionu je zelo dober čas za to delo.

Ob mlaju imamo najboljšo kozmično podporo za spuščanje razvad in strahov.

12. julij od 14:55 do 14. julij do 15:16, Luna v Levu, rastoča. Na te dni je še posebej koristno dovajati telesu snovi ali energije, ki krepijo srce, hrbtenico, krvni obtok, medvretenčne ploščice. Naj bo ljubezen v vašem srcu, ne prenašajte težkih bremen, raje si delajte afirmacije, da vas vse energije podpirajo na vaši poti skozi življenje, predstavljajte si, da srce dela v svoji polni moči in da hranilne snovi, ki jih nosi vaša kri, dosežejo vsako celico vašega telesa in jo napolnijo z energijo.



ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Kdor si striže lase na Luno v Levu, bo imel močne zdrave lase.

Na dneve Leva ne krivi hrbtenice, hodi pokončno, tako krepíš svojo moč in dovoljuješ, da celotno veselje podpira tvojo »pokončno držo«.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

Na Luno v Levu se nikakor ne sme gnojiti, posebej nevarna so umetna gnojila, ki na te dni požgejo zemljo.

14. julij od 15:16 do 16. julij do 16:25, Luna v Devici, rastoča. Dan primeren za krepitev prebavnega trakta. To se nanaša na telo, seveda pa tudi na stvari v življenju, ki jih ne moremo prebavit, predelat, razčistiti. Devica vlada trebuhu, trebušni slinavki, vranici, črevesju, »odgovorna« je za celoten sistem prebave. Lahko med drugim pogledate, »kaj je v trebušni slinavki«. Tam najdemo sladkost življenja, zato si v teh dneh tudi najlažje krepite vzorce, občutke, prepričanja, da je vaše življenje sladko in brez skrbi. Ker je luna rastoča je dodajanje energij veliko učinkovitejše, zato bo pravi čas, da v trebušno slinavko pošljete ljubezen do sebe, vedenje, da je življenje sladko. Če si to delaš na telesu, se rezultati poznajo tudi v življenju.

Če boste v teh dneh tarnali nad nepravilnostjo v svetu si boste naredili dvojno škodo. Če imate kogarkoli »v želodcu«, če kogarkoli »ne prebavljate«, poskusite to transformirati na te dni, ko imate dobro kozmično podporo za to. Če vam v teh dneh uspe prebavit vsaj nekaj takih stvari, ste si naredili odlično zdravljenje želodca, oziroma celega prebavnega trakta, pa še nepravilnost v svetu vam ne bo jemala energije in se boste namesto tarnanju lahko posvetili kakim bolj pomembnim stvarjem.

V teh dneh je Pelin rastlina, ki odlično deluje na želodec in prebavo, če imate kakršne koli težave z želodcem, bo njegov vpliv te dni dvakrat bolj zdravilen.

Lahko si privoščite na primer kozarček Pelinkovca, da odplaknete ljudi, ki jih »imate v želodcu«.

Seveda je pri tem treba upoštevati pravo količino in tudi kvaliteto pijače. Vedeti je treba, da pelinkovec izdelan industrijsko pravi pelin samo sreča nekje na poti, poleg tega so ponavadi dodani tudi sladkorji in drugi dodatki za bolj prijazen okus, tako da s pravim Pelinkovcem v resnici nima nobene veze. Večina ljudi niti ne ve, da je pravi Pelinkovec v resnici zelen in ne rjav, kot je tisti zvarek, ki ga kupimo v trgovini. Ta sprememba barve nastane, zaradi raznih dodatkov in pa svetlobe, ki povzroči oksidacijo, tako da se v tem procesu seveda izgubi marsikakšna zdravilna učinkovina.

Če upoštevamo lunine cikle in pelin naberemo ob polni Luni ali Luni v Škorpionu, lahko tudi ob Luni v Devici, ali Raku, če uporabimo dober »šnops«, v katerega ta pelin namočimo, če ne dodajamo umetnih sladil in skrbno varujemo ta eliksir pred svetlobo (po domače povedano zavijemo flašo s papirjem), potem dobimo res kvaliteten pripravek, ki je tudi zelo zdravilen.

Doziranje: Za zdravilne namene je primerna količina pelinkovca ena jušna žlica, seveda je treba upoštevati tudi to, da naj se zdravilne učinkovine ne dotaknejo železa, zato po občutku tako količino nalijemo v kozarec in spijemo.

Pri pravem pelinkovcu je potrebno paziti, da se z njim ne nalivamo, kdor bi spil 2 decilitra te pijače v enem dnevu, bi sigurno imel naslednji dan hudega »mačka« ali kakšne druge nezaželjene stranske učinke. Če že pride do situacije, ko bi želeli popiti nekaj več alkohola, se raje poslužite drugih substanc.

Če bi kdo želel preizkusiti zdravilne učinke Pelinkovca, imam nekaj tega tudi na zalogi.

Če hočete imeti lepe dolge lase, je to najboljši dan za striženje konic las.

Odličen dan za sajenje rastlin.

Luna v zemeljskih znakih je manj primerna za zračenje stanovanja, zato naj bo v teh dneh zračenje krajše.

16. julij od 16:25 do 18. julij do 19:43, Luna v Tehtnici, rastoča. Kozmični vplivi ugodni za krepitev ledvic, mehurja, spodnjega dela hrbtenice, kolkov.

Spustimo božansko ljubezen v svoje življenje, dajmo si vedenje, da imamo popolno podporo v življenju, dajmo si vedenje, da smo vedno v popolnem ravnovesju, da nas življenje podpira, lahko tudi pokličemo angele ali vodnike, da nam dajo podporo v vsakdanjem življenju.



ASTROKOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Ledvica so najbolj dojemljiva za ravnovesje božanske energije in bodo v teh dneh še posebej dojemljive za to energijo. Če spravite ledvica v ravnovesje, bodo zlahka čistile tekočine, ki jih vnesemo v telo, tudi neravnovesje v zunanjem svetu vas ne bo več tako motilo.

Na ta dan bodimo v popolni harmoniji s seboj in s celim svetom.

Dober dan za zračenje stanovanja, prezračevanje postelje.

Ob lunah v zračnih znamenjih se odsvetuje zalivanje rastlin, ker s tem lahko privabljamo škodljivce.

18. julij od 19:43 do 21. julij do 1:50, Luna v Škorpionu, rastoča. Dovajanje krepilnih snovi ali energij v spolne organe, trebuh, kri, debelo črevo, medenico, nos, žolčnik.

Debelo črevo je pomembno, za ponovno vsrkavanje vode, rudninskih snovi in vitaminov.

Če iz hrane ne dobite dovolj teh snovi, so po vsej verjetnosti tukaj shranjeni neki občutki, da energija, ki prihaja do vas, ni dovolj čista, da vam škoduje.

Zelo koristne bi bile afirmacije v smislu, da vse kar pride do mene, lahko razčistim. Koristne snovi uporabim, strupe pa preprosto izločim in zavržem. Pravzaprav bi bilo bolje namesto izločim in zavržem, uporabiti izraz ločeno zbiranje odpadkov ali kaj podobnega. Tako kot odpadke, ki jih »proizvedemo« v gospodinjstvu, odlagamo ločeno; se pravi steklo v bele zabojnike, papir v modre in tako naprej, tako energije, ki nam ne služijo lahko odložimo, pa naj se kje drugje koristno uporabijo. Če ločujemo odpadke, si lahko delamo afirmacije, da se na tak način ločimo tudi od energij, ki nam ne služijo in to delamo v najboljše in najvišje dobro človeštva in planeta.

Blagoslavljanje hrane in pa vseh energij, ki pridejo do nas je v teh dneh še posebej učinkovito.

Ker je Luna v vodnem znamenju, je to najugodnejši čas za zalivanje sobnih rastlin

Luna v vodnih znamenjih je izrazito neugodna za zračenje stanovanja, v teh dneh je v zraku precej več vlage in z zračenjem ob teh dneh samo privabljamo vlago v stanovanje.

Ugoden dan za nabiranje zdravilnih rastlin.

21. julij od 1:50 do 23. julij do 10:40, Luna v Strelcu, rastoča. Ugodno za dovajanje krepilnih snovi ali energij v stegna, jetra, kolke.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

Dober dan za čiščenje oken.

23. julij od 10:40 do 25. julij do 21:39, Luna v Kozorogu, rastoča. Ugoden čas za krepitev kosti, sklepov, kolen, kože, zob, nohtov. Dostikrat je slišati izraze; mraz se mi je zarezal do kosti, nagnali so mi strah v kosti, šlo mi je za nohte... Idealen dan za razreševanje takih občutkov. Spustite mraz iz kosti, namesto tega vanje nalijte prijetno toploto obilja in podpore, spustite strah iz kosti, namesto tega vanje vlijte moč, dajte svojim kostem vedeti, da ste jim hvaležni, ker podpirajo celotno telo, ko boste že pri delu, si lahko tudi v kolena naložite občutke prožnosti in fleksibilnosti, kajti togost in trma sta Kozorogova temna plat.

Ti dnevi so najbolj primerni za čiščenje kože.

Kako se počutite v svoji koži, ali se sami sebi zdite dovolj lepi?

To so vprašanja, ki se v fizični realnosti kažejo na naši koži. Če tukaj spustite prepričanja. občutke, vzorce, boste imeli kožo lepo kot dojenček. Enostavno »počutite se dobro v svoji koži«.

Kozorogovi dnevi so najugodnejši tudi za nego nohtov. Kdor si striže nohte na Luno v znamenju kozoroga, krepi tudi zobovje, nega nohtov na te dneve zdravi vprašanja notranje moči, če se ne morete odvaditi grizenja nohtov, dostikrat pomaga ravno striženje nohtov na te dni.

Nasvet za lepo kožo

Na dan, ko je Luna v Kozorogu se lepo uredite, oblečete se tako, da se najbolje »počutite v svoji koži«.

Bodite hvaležni, ker božanska lepota sije ravno skozi vas. Enostavno na ta dan bodite lepi. Je zelo zdravo za kožo. Od januarja do junija so Kozorogove Luna padajoče, kar pomeni, da je takrat čiščenje predelov telesa, ki jim vlada Kozorog še posebej učinkovito, od julija do januarja pa so Kozorogove Lune rastoče, to pomeni, da ima vsak postopek ali zdravilo, ki krepi organe, ki jim vlada Kozorog, dodatno moč in je še bolj učinkovito.



ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Luna v Kozorogu je zelo ugodna za depilacijo. Dlake, ki jih izpulimo takrat se zelo redko znova pojavijo. Isto velja tudi za plevel, zato v teh dneh odstranjevanje plevela iz vrta, zaleže precej bolj kot običajno. Luna v zemeljskih znakih je manj primerna za zračenje stanovanja, zato naj bo v teh dneh zračenje krajše.

25. julij od 21:39 do 28. julij do 10:01 Luna v Vodnarju, padajoča. Ugodno za spuščanje napetosti iz goleni, gležnjev, tudi težav zaradi prenizkega krvnega tlaka. Na ta dan je še posebej učinkovito spuščanje prepričanj vzorcev ali občutkov, ki so povzročili krčne žile. Vzroki za to bolezen bi bili lahko strahovi povezani s sprejemanjem ženske energije, pretirana kontrola nad vsemi energijami, ki prihajajo do nas. Lahko da vzroki za to ležijo že v samem začetku sveta, ko je Uran legal na Gajo (zemljo) kadarkoli mu je pač odgovarjalo in tako zaplodil vse kar obstaja na zemlji in v nebesih. Že takrat je Gajo motilo, da je vrgel Kiklope v temno brezno pod zemljo, samo zato, ker se je sramoval dejstva, da so grdi. Zaradi tega je nagovarjala svoje ostale otroke, naj se uprejo očetu in rešijo svoje brate Kiklope iz temnega brezna pod zemljo. Lahko, da se tukaj skriva kakšna zamera do moških, oziroma do očeta, ki je povezana s krčnimi žilami, lahko pa je tudi kakšna zamera do žensk, ki iz ozadja vlečejo niti in svoje moške ščuvajo, naj se borijo za čast in oblast.

Če imate težave z gležnji je to pravi čas za spuščanje neprožnosti in krivde. Včasih poškodba gležnja pride zaradi tega, ker smo do določenih ljudi diplomatsko vljudni čeprav nam »grejo strašansko na živce« in bi jih najraje zmleli v prah. Vladar Vodnarja je Uran, ki omenjeno diplomatsko vljudnost vidi kot hinavsko priliznjenost, pa nam zato občasno pošlje lekcijo v obliki kakšnega zvina gležnja. Poduhovljenost gor ali dol, Uran ne trpi hinavščine, ne glede na to, s kako razumnimi logičnimi ali tako imenovanimi poduhovljenimi razlogi opravičujemo tako ravnanje pred samim seboj. Uran vedno pove stvari direktno in mu je popolnoma vseeno, kaj si ljudje mislijo o njem.

V Vodnarjevo področje spada tudi išjas. Ponavadi ta bolezen kaže strah pred denarjem, lahko tudi strah pred močjo, strah pred prihodnostjo. Ti strahovi so predvsem strahovi na temo, kaj se nam lahko zgodi, če se popolnoma prepustimo svoji intuiciji, da popolnoma zaupamo norim idejam, ki nam priletijo v glavo in jih mrtvo hladno uresničimo, ne glede na to, da se vsem taka rešitev problema zdi popolnoma nemogoča, saj je skregana z vsem, kar vemo na to določeno temo. Včasih ravno taka ideja popolnoma uspe tudi v praksi. Določene ideje uspejo ravno zaradi tega, ker so tako enostavne, da doslej nihče niti ni pomislil, da bi to lahko uspelo.

Eden od takih primerov je bil na primer ideja Billa Gatesa., ko so na trg prišli osebni računalniki, ki so bili takrat v resnici popolnoma neuporabni za kakršnokoli praktično uporabo. Bill je začel pisati programe, ki so to nepraktičnost razširili do epskih dimenzij. Takratni računalniki so bili pravo tehnološko čudo, ko si se prebil čez zahtevno proceduro priklapljanja računalnika, si se spopadel še s tem, da si naložil program, ki je potem nekaj delal, seveda ti ni bilo jasno kaj ta mašina sploh počne in kaj bi bili lahko praktični učinki delovanja naprave, si bil pa neizmerno ponosen, da imaš doma tako zapleteno napravo, ki počne nekaj strašansko kompliciranega, po vsej verjetnosti še Bog ne ve, kaj ta mašina počne.

Ljudje so kupovali osebne računalnike kot nori, programi, ki naredijo nekaj, kar je koristno tudi v praksi so stali sto tisoč ali milijon dolarjev, zato so šli neuporabni programi mladega Billa za med. Šele čez čas, ko mu je zmanjkalo neuporabnih idej, so prišle na vrsto praktične stvari. Takrat je Bill poenostavil stvari, naredil Windowse, ki še danes ne delajo popolnoma tako, kot bi človek pričakoval od računalnika, pa jih uporabljaja večji del sveta, saj se vsem zdi da Mikrosoft že ve kaj dela.

Torej gospod Gates sigurno ni nikoli v življenju trpel zaradi išjasa, on ni imel strahu pred uspehom, on je znal ideje spraviti v življenje. Na računalniške programe se je sicer kar nekako spoznal, resnici na ljubo pa je treba povedati, da je že takrat obstajalo precej veliko boljših programerjev od njega, vendar so le ti naivno verjeli, da mora program opraviti delo za katerega je namenjen, brez kakih naknadnih »updatov«.

Danes je vsakomur jasno, da je tako razmišljanje brez vsake ekonomske logike in da se tako ne dela, v začetkih računalništva pa računalničarji, seveda z izjemo Billa Gatesa, pač tega niso vedeli.

Torej če imate strah pred uspehom so to dnevi odlični za spuščanje teh vzorcev. Če boste izumili kako popolnoma nepotrebno napravo, ki bo delovala ali pa tudi ne, in bo šla dobro v denar, vam tega ne bo nihče zameril - nasprotno vaši kupci vam bodo neizmerno hvaležni, da so imeli sploh priložnost srečati se s to napravo in bodo do konca življenja hvalili vašo genialnost.

Dober dan za čiščenje oken.

Dober dan za zračenje stanovanja, prezračevanje postelje.



ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

26. julij ob 3:38 je polna Luna v ozvezdju Vodnarja. Polna luna je čas, ko so vse energije v telesu obrnjene navzgor. Ogibajte se operacijam, rane se veliko slabše celijo, takrat izgubimo veliko več energije, če se ranimo. Polna luna je tudi čas navdušenja, polne moči, zato se nam takrat še posebej nazorno kaže, na katerih področjih ne živimo v svoji polni moči. Koristno si je zapisat težave ob polni luni, vzorce pa spuščamo potem ob padajočih lunah, najbolj trdovratne vzorce, je vedno najbolje spuščat ob mlaju. Ob polni luni si radi delamo zaobljube, katere vzorce in razvade bomo opustili. Ponavadi potem ugotovimo, da se teh zaobljub ne moremo držat.

Polna luna je najboljši čas za manifestacijo, najboljši čas za krepitev in dodajanje energije. Spuščanje in odrekanje je desetkrat bolj učinkovito ob mlaju, ko so vse energije obrnjene navzdol.

Glede manifestacije in spuščanja vzorcev so sicer mnenja deljena, vendar je res, da tako rastline, kakor tudi ljudje izgubijo velik del življenjske energije, če se nek njihov del odreže ob polni Luni.

Pri rastlinah se celo zgodi, da rastlina odmre, če jo obrežemo ob polni luni, če pa na primer rastlini odrežemo bolne dele ob mlaju, pa to »operacijo« preživi brez problema.

V gozdarstvu marsikje uporabljajo to vedenje, ko ima drevo polomljen vrh. V takem primeru se ob mlaju odreže polomljen del in najvišja veja potem zraste v nov vrh.

Če se vrh polomi ob polni luni, se ponavadi drevo posuši.

Vpliv polne lune se čuti že dan ali dva prej in traja še dan ali dva potem.

28. julij od 10:01 do 30. julij do 22:43, Luna v Ribah, padajoča. V obdobju padajočih lun je čas za spuščanje. Ribe vladajo stopalom, členkom na nogah, tudi želodcu in črevesju, limfnemu sistemu in na splošno vsem tekočinam v telesu. Karkoli spuščamo iz teh delov telesa na te dni, deluje dvojno.

Idealen dan za razstrupljanje telesa. Vseeno je, katero tehniko uporabimo, lahko se poslužimo stradanja, lahko za to uporabimo čaje, kamne, katerikoli bioenergetska tehnika čiščenja telesa, tudi farmacevtski pripravki (tablete), ki so temu namenjeni, vsaka metoda čiščenja telesa bo v teh dneh delovala dvakrat bolj učinkovito.

Vladar Rib je Neptun, ki vlada tudi nad iluzijami, filmom, literaturo, opojnimi substancami vseh vrst. V teh dneh je najboljši čas za spuščanje iluzij, če bi radi odložili kako iluzijo je sedaj pravi čas.

Opojne substance na dneve rib delujejo dvojno, zato nas ista količina alkohola ali drugih opojnih snovi »zadane« z dvojno močjo.

Tudi tablete delujejo na te dni z dvojno močjo.

Tudi gledanje televizije, obisk kina, gledališča ali opere, te dni na vas deluje z dvojno močjo.

Na te dni se odsvetuje pranje las, tudi za striženje las je zelo neugoden čas, lahko se, zaradi striženja las, pojavi prhljaj na lasišču.

Ugoden dan za gnojenje rastlin.

Ker je Luna v vodnem znamenju, je to najugodnejši čas za zalivanje sobnih rastlin.

Ugodno za pranje perila (padajoča luna, vodno znamenje), perilo se bolje očisti tudi pri manjših količinah pralnega praška.

30. julij od 22:43 do 2. avgust do 10:14, Luna v Ovnu, padajoča. Na te dni je najbolj učinkovito sproščanje in spuščanja vzorcev, prepričanj občutkov ali energije v predelu glave, mišic, vseh živcev glave, zob. Koristno je, da se sprostimo iz mišic utrujenost, bolečino, občutke nemoči., spustimo tudi tisto kar nam je »padlo v glavo«, pa se je izkazalo za nekoristno ali še celo moteče.

Če imate v tem času glavobole ali migrene, je koristno raziskati, zaradi koga ali česa, vas dostikrat »boli glava«. Lahko je tam problem resničnih glavobolov.

Migrene včasih kažejo na upiranje, da bi šli s tokom življenja, kažejo tudi, da nočemo, da nas nekdo nekam poriva.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

Dober dan za čiščenje oken.

Luna v ovnu je dobra za nove začetke, predvsem za začetek razvijanja novih idej, novih projektov.



ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Splošno v tem mesecu:

Čiščenje stanovanja, pranje perila, odstranjevanje trdovratnih madežev, čiščenje fizičnega telesa, čiščenje negativnih vzorcev, operacije najbolje uspevajo ob padajočih lunah, to je do 11. julija in od 26. julija do 10. avgusta.

Kemično čiščenje je boljše opraviti ob padajočih lunah, izogibamo se le dnevom, ko je Luna v Kozorogu.

Padajoča Luna je zelo ugodna za obisk dermatologa, ko so potrebni manjši posegi za urejanje hrapavosti, mozoljev ali kaj podobnega. Pri padajoči Luni skoraj nikoli ni brazgotin po teh posegih. Če je možno se izogibamo dnevom, ko je Luna v Kozorogu.

Za beljenje in lakiranje je primeren čas padajoča Luna, takrat se belež in podlaga dobro sušita, belež se dobro veže na podlago, čopič drsi kar sam od sebe. Izogibati se moramo le dnevom, ko je Luna v vodnih znamenjih, ker se takrat barva slabše suši. Tudi dnevi, ko je padajoča Luna v Levu, so neustrezni, kajti sušenje je prehitro in barva pušča za seboj suhe drobce.

Če je v stanovanju občutno preveč vlage in imamo težave s plesnijo, lahko izkoristimo pojav prehitrega sušenja in belimo stanovanje, ko je padajoča Luna v Levu. Luna v Levu je padajoča od avgusta do februarja.

Od 11. julija do 26. julija je Luna rastoča. Takrat je čas za dodajanje snovi. Tudi madeži napravljeni v tem obdobju se primejo bolje in so trdovratnejši, perilo se opere slabše, čiščenje stanovanja nam v teh dneh ne gre ravno od rok, če je možno ta opravila predstavimo na čas padajočih lun, takrat bo delo opravljeno hitreje, bolje in s precej manj muke.

Vse kar krepi telo ima v obdobju rastočih lun izredno ugoden učinek, izjema so le operacije in cepljenja. Rastoča luna je zelo ugodna za dodajanje raznoraznih vlažilnih in hranilnih krem za negovanje kože.

Posebno opozorilo:

Hipokrat je zapisal: Ne dotikaj se z železom nobenega telesnega dela, ki ga vodi znamenje skozi katerega Luna pravkar potuje.

To pomeni, da se odsvetuje operacije na delih telesa, katerim vlada Luna tega dne.

Na primer, ko je Luna v Vodnarju, ni primeren dan za operacijo krčnih žil.

Najbolj neugoden čas za operacije je polna Luna, manj ugoden čas so rastoče Lune, najbolje pa uspejo operacije v padajočih lunah.

Primer neugodnih vplivov Lune pri operaciji krčnih žil:

najbolj neugodno:	polna luna v Vodnarju
zelo slabo:	rastoča luna v Vodnarju
slabo:	rastoča luna v drugih znamenjih
srednje dobro:	padajoča luna v Vodnarju
dobro:	padajoča luna v drugih znamenjih

Lep pozdrav do naslednjič, namesto da vas »meče Luna«, naj vas Lunini cikli podpirajo.

Zvone



DEVET ZVEZDNI KI NAPOVED ZA JULIJ 2010

Kako izračunamo svojo prvo zvezdo?

Vzamete svoje leto rojstva in števila seštejete. Npr. Če ste rojeni leta 1982 seštejete $1+9+8+2 = 20$, seštejemo tudi ti dve med seboj in dobimo 2. Dobljeno število odštejemo od 11. V našem primeru imamo $11-2 = 9$. Osnovno število osebe rojene v letu 1982 je torej 9. V devet zvezdnem kiju velja dogovor, da se leto konča s 3. februarjem torej se novo začne s 4. februarjem. Za vse tiste, ki ste rojeni med 1. januarjem in 4. februarjem velja, da za izračun svoje številke vzamete preteklo leto.

Npr. če ste bili rojeni 13. januarja 1964 boste za izračun svoje osnovne številke vzeli letnico 1963 torej bo vaše osnovno število $1+9+6+3=19=10$ odštejemo od 11. Vaša prva zvezda je $11-10=1$

Mesec julij je mesec kovine;

1 VIZIONAR

Julij bo vsekakor zelo dejaven mesec za vas. Vendar pa bo občutek podoben kot bi si privoščili krajše počitnice, imeli boste zanimiv mesec, vendar uspeh in slava ne bosta trajna. V vaše življenje utegnejo stopiti nove situacije in mnogo pozitivnih izkušenj. Delite svojo dobro srečo z drugimi, s svojo družino in prijatelji. Če je vaše delovanje vezano na izpostavljanje javnosti in medijev je to lahko izjemen mesec. Obdržite obe nogi trdno na tleh. Privoščite si razvajanje za vašo ušesa in ostale čute z obiskom koncerta ali gledališke predstave.

Kristali, ki lahko pomagajo: Peridot, Mesečev kamen

2 PRIJATELJ

Verjetno boste imeli občutek, kot bi stopili na zavoro, ko se bomo premaknili v julij. Naenkrat se vam bo zdelo, da imajo tako ljudje kot dogodki kontrolo nad vami in vidljivost bo v teh okoliščinah zelo majhna, kar pomeni, da boste težko videli kaj je pred vami in se odločali za naslednje korake. To je odličen čas za umiritev in vpogled vase. Svetujemo vam, da ponoči spite kakšno uro več in si v tem mesecu dobro odpočijete. Vaša intuitivna in duhovna plat bo v tem mesecu bolj v ospredju. Odprli se vam bodo vpogledi v notranje svetove. Pomembno je, da mesec izkoristite zase.

Kristali, ki lahko pomagajo: Spinel, Beril

3 POBUDNIK

V juliju bo premikanje v svetu še vedno bolj okorno kot ste vajeni in včasih se vam bo zdelo da ta umirjenost in neaktivnost res že predolgo traja. Vendar tudi julij ne bo primeren mesec za velike akcije v vašem stilu. Zdelo se vam bo, da so zahteve in naloge, ki vam jih ljudje dajejo, težavne in skoraj smešne. Vendar pa je za vas pomembno, da si vzamete trenutek vašega časa in pomagate ljudem okoli tebe in da podprete tiste, ki so vam blizu. To je dober čas za študij in branje knjig, ki vas morda čakajo že nekaj mesecev. Naredite si načrt za prihodnje mesece.

Kristali, ki lahko pomagajo: Smaragd, Danburit

4 FILOZOF

To bo definitivno mesec v katerem lahko spustite vse svoje zavore in greste v akcijo. Iz faze planiranja ste namreč vstopili v fazo akcije. Priložnosti bodo prihajale iz vseh strani in to z veliko hitrostjo zato je okretnost izjemno pomembna vrlina, da boste ujeli vse tiste, ki so za vas pomembne, preden odbrzijo mimo. Ne pozabite na uravnovešanje dajanja in sprejemanja, da bodo vaša zaveznitva močna. To je mesec, ki bo zaradi svoje aktivnosti od vas zahteval več telesne aktivnosti. Dolgi sprehodi, kolesarjenje in druge telesne aktivnosti vam bodo pomagale premagovati stres.

Kristali, ki lahko pomagajo: Ahat, Howlit

5 ZBIRALEC

Tudi julij bo mesec, ki bo zahteval veliko vaše pozornosti, osredotočenosti in energije. Še vedno je modro, da poskrbite za svoje telo in mu pomagate skozi stres s sproščanjem, masažo ali plavanjem. Določeni rezultati preteklega delovanja se že kažejo, vendar pa je še vedno pomembno, da se držite zastavljenega načrta. Delajte na projektih, ki so se pokazali kot uspešni in ne začenjajte novih projektov, saj vam utegne zmanjkati tal pod nogami. Ostanite osredotočeni na detajle in ne dovolite kaotičnim in vznosenim mislim, da ovirajo vaše premikanje naprej.

Kristali, ki lahko pomagajo: Safir, Lepidolit



DEVET ZVEZDNI KI NAPOVED

6 VODJA

To bo dober mesec za pregled vašega napredka in usmeritve. Kaj bi želeli spremeniti, kaj je tisto kar vam ustreza in ostaja z vami. Pregled vaših sanj in ponovna postavitve načrtov, ki upoštevajo vse trenutne okoliščine je v tem mesecu dobrodošla. To je čas opazovanja in učenja in ne sprejemanja velikih odločitev ali za spreminjanje načrtov. Bodite prizemljeni, z obema nogama na zemlji. Verjetno se bodo v tem mesecu pojavljale situacije v povezavi z nedokončanimi stvarmi iz preteklosti. V tem mesecu ne svetujemo velikih nakupov in investicij.

Kristali, ki lahko pomagajo: Obsidijan, Oniks

7 REŠEVALEC TEŽAV

Nagrade za preteklo delo se bodo pokazale v mesecu juliju. Glede na vloženo delo v prejšnjih šestih mesecih se bodo tukaj pokazali prvi rezultati. Če rezultati niso zadovoljivi je čas, da povečate svoj napor in naredite vse kar je potrebno, da uredite svoj dom. V tem mesecu boste morda zaznali da lažje kot običajno rešujete težave, ki se pojavijo, da je vaš um bolj dovzeten za praktične rešitve in urejeno razmišljanje. Na vas se utegnejo obrniti ljudje s težavami, ki jim boste z lahkoto svetujete kaj storiti v dani situaciji. Ne pozabite uživati v sadovih svojega dela.

Kristali, ki lahko pomagajo: Akvamarin, Ametrin

8 MISLEC

Majhni napori znajo v tem mesecu prinesiti precej večje rezultate kot običajno. Ljudje bodo bolj pripravljeni pomagati in pomembno je, da ste pripravljeni sprejeti njihovo pomoč. To je mesec, ko si dovolite uživati in dovolite drugim, da vam pomagajo. Julij je mesec, ko si lahko malce oddahnete in si privoščite nekaj zabave. Pojdite na večerjo s prijatelji, v kino ali v gledališče. Preživite več časa z otroci in se zabavajte! Počivajte in si naberite moči za naslednji mesec. Ne ubirajte novih poti in ne začenjajte novih stvari, saj vas energija v tem ne podpira.

Kristali, ki lahko pomagajo: Hidenit, Sodalit

9 ZVEZDA

Mesec bo poln izzivov in zdelo se vam bo, da je po prijetnem preteklem mesecu izbruhnila prava revolucija na vseh področjih. Možno je da se bodo v vašem življenju zgodile velike spremembe. Iskreno soočanje s trenutno situacijo je izjemno pomembno. Potrpežljivost bo vaš veliki izziv in vendar bo ključnega pomena, če se boste želeli s čimmanj stresa premakniti naprej. Pomembno je, da pri sebi jasno veste kam želite iti. Je ugoden mesec za potovanja in začetek novih medsebojnih odnosov. Pomembno je, da znate prisluhniti drugim in se jim v tem mesecu bolj posvetite.

Kristali, ki lahko pomagajo: Lepidolit, Zeleni turmalin





NAMARIE

Love is Life to be lived.

In takole ste se znašli na zadnji strani tokratne številke mesečnika Namarie, ki ga za vas pripravlja

Taja Albolena s prijatelji

Pri Nataši Benedejčič so vam na voljo individualne refleksoterapije in svetovanje glede prehrane. Lahko jo pokličete na 041 881 070 ali pišete na natasa.benedejcic@gmail.com.

Pri Zvonetu Turku so vam na voljo astrološka svetovanja. Lahko ga pokličete na gsm 041-420 334

Pri Taji Albolena so vam na voljo Divine Coaching, feng shui svetovanja in energetska čiščenja prostorov. Lahko jo pokličete na 040 503 895 ali pišete na taja@divine.si

Če vam je bila številka všeč, jo prosim posredujte naprej svojim prijateljem in znancem. Hvala!

Hvala za vaš čas in pozornost.

Z Božanskimi blagoslovi za vas in z vami



© Copyright 2000-2010 DIVINE Taja Albolena s.p.

E-mail: taja@fengshui.si

Spletne strani: www.tajaalbolena.com

www.divine.si

www.fengshui.si

Slika Undine by Josephine Wall

www.josephinewall.co.uk