



# NAMARIE

*Love is Life to be lived.*

številka 64  oktober 2011

## **Pozdrav svetlobe !**

Sonce. Greje me in vendar se zavedam, da se tole indijansko poletje počasi končuje. Na to me opominja divji kostanj, ki se vsake toliko prikotali k mojim nogam, ko se sprehajam po mestu in prijetne tople rumeno oranžno rjave barve, ki počasi ovijajo gozd ob mojem domu. Po navodilih indijancev, smo drva že naročili, kajti zima bo huda, to ste verjetno že slišali. No stari ljudje so letos izjavili, da bo res huda zima, ker je bilo os toliko, kot že dolgo ne. Bomo videli kako točne so njihove napovedi, za vsak slučaj sem se že zavila v toplo volno.

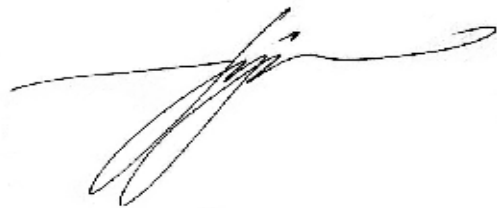
Oktober je mesec lepote, kajti z nami je boginja Afrodita ali Venera, ki prinaša obilico lepote v naš notranji in zunanji svet. Po dolgem poletju je čas, da svojemu telesu privoščite razvajanje in regeneracijo, se odpravite na masažo ali pa svojo dušo napolnite s toplino jesenskih barv in malih radosti, ki jih prinaša ta prehod v zimo. Stopili smo v cikel notranjega umirjanja in notranjega raziskovanja in v tem mesecu se bomo srečali z arhetipom modre ženske ob keltskem novem letu 31.10. Izkoristite ta mesec za nova raziskovanja sebe, svojih notranjih globin in predvsem, da prevzamete krmilo svojega življenja v svoje roke. Prebudite se in bodite kar ste!

Kar nekaj novosti prihaja v Tempelj z jesenskimi barvami, vabim vas na notranje popotovanje DivineFeminine, kajti začenjam z drugo skupino, pa na tridnevno notranje popotovanje Trije zlati ključki stvarstva za 2012 in na skupinska srečanja uravnovešanje s ponovno povezavo.

Razvajajte se. Razvajajte svoje telo in duha. In naj bo oktober napolnjen z lepoto in notranjim mirom.

Do naslednjič pa pojdite ven loviti sončne žarke, angelske utrinke in magičen vilinski prah

Taja Albolena



## **MISEL MESECA**

Sedaj sem sama svoj Dom.  
Kamorkoli se premaknem -  
se svetloba - premika z menoj.  
Odpiram vsa okna in vrata  
da lahko Bog z lahkoto prihaja in odhaja.

I am my own Home now.  
Wherever I move - the Light - it moves with me.  
I open all of the Windows and the Doors,  
so that God can come and go easily.

~ Em Claire

**7.10.2011** ob 18. uri v Ljubljani, **Tempelj Divine, Miklošičeva 13** vabim na večerno srečanje za ženske **Sveti krog božanske ženskosti** ki je namenjen kreiranju prihodnosti skozi prepoznavanje lepote v dušnih sestrah. Srečanja niso namenjena prežvekovanju preteklosti ali preučevanju sedanosti, temveč podpora v kreiranju naše prihodnosti v skladu z našimi najvišjimi potenciali. Prispevek je 10€. Prijave obvezne na taja@divine.si !

**10.10.2011** ob 18. uri v Ljubljani, **Tempelj Divine, Miklošičeva 13** dan odprtih vrat **DivineArt** in klepet o lepoti. Prijave na taja@divine.si

**18.10.2011** ob 18. uri v Ljubljani, **Tempelj Divine na Miklošičevi 13**, vabim na večerno druženje **Reconnection skupinska uravnovešanja skozi vse telesne sisteme**. Gre za večerna druženja, v katerih bomo skupaj vzpostavljali ravnovesje v telesnih sistemih s pomočjo frekvenc ponovne povezave. Začeli bomo s kardiovaskularnim sistemom - srcem in krvnim obtokom, saj je to sistem, ki je najbližje naši duši. Prispevek za enourno druženje 10€. Prijave obvezne na taja@divine.si !

**21. 22 in 23.10.2011** vabim na poseben vikend v katerem bomo odprli **Tri zlate ključe stvarstva za 2012** Moja kreacija v kateri sem povezala svojih 18 let prakse in izkušenj dela na osebni in duhovni rasti. Z vami bom delila razlike med iskanjem sebe, spreminjanjem sebe in vedenjem, ko postaneš popotnik in samo si. Začnemo v petek ob 18. uri in v soboto ter nedeljo ob 10. uri in se družimo do 18. ure. Prispevek 288€.

**25.10.2011** ob 18. uri v Ljubljani, **Tempelj Divine, Miklošičeva 13** vabim na večerno druženje **La Luna sveti krog**. Druženja so namenjena soustvarjanju, druženju in povezovanju. Vsako druženje se bo odvijalo na posebno temo, oktobrska tema bo o povezanosti z vsem kar je. Bast je boginja, ki nas bo odprla igrivosti in sprejemljivosti za vse kar nam je namenjeno po božanski pravici. Bast je bila zaščitnica sončnega boga Ra-ja. Druženje traja od 18. do 20. ure. Prispevek 20€. Prijave na taja@divine.si

**26.10.2011** ob 18. uri v Ljubljani, **Tempelj Divine, Miklošičeva 13** vabim na **prvi seminar iz sklopa DivineFeminine** za ženske, **nova skupina**. Prispevek je 300€. Prijave obvezne na taja@divine.si

**27.10.2011** ob 18. uri v **Studio Intuicija Izola, Trgovska cesta 3, Izola** vabim na **prvi seminar iz sklopa DivineFeminine** za ženske, **prva skupina na Primorskem koncu**. Prispevek je 333€. Prijave obvezne na taja@intuicija.si

**28.10.2011** ob 18. uri v Ljubljani, **Tempelj Divine, Miklošičeva 13** vabim na večerno druženje **Bodi kar si - Božanski**. Tokrat bomo uravnovešali **naš odnos do ženskega in moškega dela v sebi** in vse kar ni v ravnovesju v zvezi s to temo. Prispevek 20€. Prijave na taja@divine.si

**8.11.2011** ob 18. uri v **Lancovi vasi, Center Amaraia, Lancova vas 13** vabim na **prvi seminar iz sklopa DivineFeminine** za ženske, **prva skupina na štajerskem koncu**. Prispevek je 333€. Prijave obvezne na taja@divine.si !



## ČISTO SVEŽE ... RECONNECTION SKUPINSKA SREČANJA

O ponovni povezavi se že nekaj časa veliko govori. O prežetosti z dušo in povezanosti vseh treh aspektov človekove biti v eno. Čisto praktično sem uravnovešanje s ponovno povezavo postavila v okvir sistemov človeškega telesa in tako se bomo enkrat mesečno dobili na večernem druženju, kjer bomo delali s frekvencami ponovne povezave.

Začeli bomo z obtočili in sicer s srcem in krvnim obtokom, saj je to prvi sistem, ki je najbližje duši.

Temu bo sledil imunski sistem ali obrambni sistem, katerega del je tudi limfni sistem, ki je najbolj povezan z razstrupljanjem našega telesa. Limfni sistem je del imunskega sistema. Sestavljajo ga limfna tekočina, limfne žile, limfni vozli oz. bezgavke, vranica, timus, mandlji in kosta sredica. Imunski sistem predstavlja obrambno linijo pred vsemi potencialno nevarnimi virusi in ostalimi vsiljivci. Ojačevali bomo svoje T-celice in pomagali telesu v vzpostavljanju dobre forme.

Nato bomo zaobjeli možgane, hrbtenjačo in celoten živčni sistem, saj je najbolj povezan s polarnostjo ugodja in bolečine. Pogledali bomo naš komunikacijski sistem.

V četrtem srečanju bomo pogledali čutila, ki so še vedno povezana z živčnim sistemom.

V našem petem srečanju si bomo pogledali dihalni sistem, ki nas polni z vitalnostjo, povezan pa je tudi z našo kreativnostjo.

Šesto srečanje bo namenjeno endokrinemu sistemu in žlezam z notranjim izločanjem, kjer se bomo sprehodili po telesu od epifize, hipofize, preko timusa do nadledvičnih žlez, ki poskrbijo, da imamo vedno dovolj energijske rezerve za beži ali bori se odzive.

Temu bo sledilo srečanje, kjer bomo ojačevali in uravnovešali svoj prebavni sistem. Stres, skrbi in nenehna živčnost pustijo sledi na našem notranjem čistilnem sistemu.

Osmo srečanje bo posvečeno reproduktivnemu sistemu in naši sposobnosti kreiranja, rojevanja in ustvarjanja vsega novega v naših življenjih.

Deveto srečanje bo odprlo vpogled v lokomotorni aparat našega telesa in nas bo povežalo s fleksibilnostjo našega mišičnega sistema, ko si bomo ogledali kako zakrčeni ali sproščeni znamo biti.

Deseto srečanje nam postavilo strukturo, saj bo posvečeno skeletnemu sistemu, našim kostem, ki nam dajejo podporo in strukturo, tako fizičnemu telesu kot našemu življenju.

Sistem mokril bo zadnji na vrsti. Ledvica imajo čez celo vrsto pomembnih funkcij v telesu od uravnovešanja kislosti in bazičnosti do povezave s hormonskim ravnovesjem.

Uravnovešanje s ponovno povezavo poteka v skupini, kjer vsak udeleženec dela na svojem telesu. Na začetku se vsi povežemo s frekvencami ponovne povezave, temu pa sledi krajša razlaga metafizičnega pomena sistemov v našem telesu, na katera področja našega življenja vplivajo in vodena meditacija, skozi katero se povežemo z devo, ki skrbi za posamezen sistem in nato posamezne organe povezane v tem sistemu. Frekvence ponovne povezave bodo prepojile vaše telo in ga prežele z zavedanjem, z vašo lastno dušo (znanstveniki temu pravijo prežemanje s svetlobo in informacijami).

Prijave so obvezne zaradi omejenega števila udeležencev v skupini!



September je prinesel valove pozitivne spremembe, ki jo nekateri že dodobra občutimo. Prava osvežitev po mesecih brez pravega navdiha in strasti. Oktober bo trend strastnega prežemanja našega delovanja le še stopnjeval. Začenja se najbolj intenziven del leta, ki ga bomo okronali z 11.11.11 o katerem vsi govorimo že celo leto. Vmes je bilo parkrat že konec sveta, in verjetno se bo trend nadaljeval, kar pomeni, da bomo še parkrat dobili sporočila, da bo sveta konec recimo jutri. Menim, da je izjemno pomembno, da svoje življenje živite kvalitetno in v duhu, kot da je ta dan vaš zadnji, nikakor pa se mi ne zdi smiselno, da poslušate nadebudneže vseh vrst, ki zunaj vas napovedujejo konec obstoja. Bolj kot kadarkoli prej je pomembno, da poslušate sebe in da sledite sebi.

Prisotnost je zapoved številka ena, bodite 100% prisotni v tem trenutku tukaj in zdaj. Vem, zna biti naporno in vendar se izplača. Poskusite in bodite res tukaj in zdaj.

Druga stvar, ki je resnično pomembna je samo opazovanje, le tako lahko namreč spremenite svoje zaznave, svoje paradigme in svoja rožnata očala udomačevanja, ki ste si jih naredili kot otrok. V mojih novih sklopih DivineFeminine in v vikend seminarju Trije zlati ključki stvarstva za 2012 govorimo o pomembnosti samozavedanja. In resnično je to ena izmed najpomembnejših veščin časa, ki prihaja.

Kolektivno smo pozabili sanjati in pozabili smo kreirati, ustvarjati svoja življenja in to je ena od veščin, ki jo moramo nujno obnoviti in zavestno osvojiti. Tudi o tem govorim v svojih novih notranjih popotovanjih. Kajti vizija kaj si želimo je v povezanosti z našim višjim jazom, ki pozna našo usodo tista, ki nas premakne po poti tja, kamor naj bi šli. Zopet je samozavedanje tisti ključ, ki nam pomaga, da razvozlamo kaj je pomembno za nas. Prebujamo se v življenje in življenje kar brbota pod površjem. Mnogi so še vedno na poti in se soočajo z opuščanjem starega in z globoko nerazložljivo žalostjo in žalovanjem za nečim, česar ne znajo niti razložiti. Proces preobrazbe se je prevesil v drugo polovico, kajti ko naredimo prostor s tem da opustimo staro, lahko novo vstopi. In oktober nam bo postregel s Samhainom, praznikom, ki slavi ravno notranjo praznino, notranjo temo, v kateri se rojevajo nove stvari.

Čas je, da postanemo so-ustvarjalci svojega življenja, da jasno postavimo svoje noge na tla in oznamimo svojo vizijo, svojo namero in nato sledimo poti, ki nas pelje do izpolnitve tega, kar smo si zastavili.

Postavljanje namere je prvi korak na naši poti, kajti namera prihaja iz srca, iz naše duše in če se znamo sprostiti, da ne posegamo s svojo voljo v proces kreacije, se stvari udejanjijo na najboljši možen način. Tisto, kar pogosto pozabljamo je, da se vse da narediti z voljo. Vse lahko dosežemo z voljo in vendar nas običajno to veliko stane, izčrpanost, ujetost, raztresenost, občutki nemoči so znak, da v svojem življenju dosegate stvari s svojo voljo in da ob tem po seji verjetnosti ne upoštevate vseh delov sebe.

Največje presenečenje zame osebno je bilo v septembru spoznanje, kako sta naša podzavest in zavest v notranjem boju ali medsebojni napotosti, ko podzavest v sebi nosi stare vzorce in načine delovanja in nas sabotira, zavestno pa pogosto kljub temu, da vemo, da ni modro delamo stvari proti sebi, si lažemo, se goljufamo, sicer mislimo, da to počnemo drugim, ampak v resnici to delamo sami sebi. In podzavest ter notranji otrok, ki je del naše podzavesti, ima moralno etična načela, ki jih zelo visoko ceni, in zato ne spusti zavesti in vedno znova nabija občutke krivde, sramu in nas opominja, da smo prekršili zoper same sebe. Kako se prebiti ven iz tega oklepa bitk in bojov med podzavestjo in zavestjo? Skozi ozaveščanje in samozavedanje, da zavestno spreminjamo svoje navade in rutine in da se opazujemo, prepoznamo kje bi ponovno radi iskali krivine in bližnjice in postanemo sami sebi starši. Da prenehamo za volan svojega vozila postavljati otroka, ki je ves prestrašen in nemočen, prevzamemo odgovornost za svoje življenje in spremenimo ustaljene rutine, ki smo si jih oblikovali.

In seveda, vse to od nas zahteva prisotnost in opazovanje, obilico samozavedanja in vendar se splača, saj le tako prebijemo svoje notranje steklene stene ob katere se vedno znova zaletavamo.

Prevzemite volan v svoje roke. Bodite prisotni, jasni v svojih namerah, bodite trdni in hkrati ne pozabite, da ste tukaj zato, da uživate v življenju. Čas je, da v tem mesecu lepote zaobjamemo celega sebe in smo to, kar smo. Da smo to, kar smo izbrali kot del svoje usode, da živimo svojo dušno misijo, dušno popotovanje.

Naj vas v tem mesecu prežame duša.

DIVINE.SI



## POSEBNOST TEGA MESECA... SAMHAIN



**Samhain, 31. oktober**

**Ključ: Počitek**

**Simbol: Buča, jabolko, črna mačka**

**Kristal: Jet, Obsidijan, Črni turmalin**

Samhain je najpomembnejši keltski praznik, saj označuje začetek Keltskega novega leta in je bolj poznan kot Halloween ali noč čarovnic.

To je noč, ko je mogoča komunikacija z duhovi prednikov. Na to noč je tančica med svetovi najtanjša. Praznoverje je preživelo originalni pomen, ko so se bitja narave, vile, palčki, škrti, salamandri in ondine, umirila in nehala s svojim običajnim delom, skrbjo za naravo. Začelo se je obdobje počitka in notranjega opazovanja.

Ta praznik označuje tudi tretjo in zadnjo žetev.

Samhain je čas prehoda, v katerem se v temi razvijajo nova pojmovanja, ki se pripravljajo na novo rojstvo. Gre za praznovanje smrti, kajti smrt starega predstavlja katalizator za transformativno alkimijo ponovnega rojstva. Vse staro mora umreti, da naredi prostor novemu in ta praznik simbolizira ta proces. Samhain predstavlja konec starega leta in začetek novega leta. Gre za zaključek enega cikla in nov začetek, ki razkriva nove možnosti. Začne se s spustom v temo, ki je znotraj nas, z namenom, da bi našli notranji svinec, ki predstavlja alkimistovo osnovno substanco, ki jo v notranji posodi spremeni v zlato.

Samhain je bil tradicionalno praznik globoke povezave z lastno duhovnostjo in duhovnimi koreninami. Gre za čas preiskovanja lastne duše in za soočanje z notranjim svincem, ki me vleče navzdol. Osvobajanje starega vam omogoči, da vaša notranja plodna prst sprejme nova semena, nove poti, ki se oblikujejo v temi. Samhain slavi mir v temi pred začetkom novega ciklusa in časti vmesni prostor med svetovi in med dimenzijami. Predstavlja začetek najglobljega, najtemnejšega dela leta, začetek zime.

Tukaj dopustimo, da naš stari jaz umre, da se lahko rodimo na novo. To je večer posvečen tistemu delu boginje, ki predstavlja modro žensko. Boginja Hekata odpira pot, po kateri staro leto odhaja in novo prihaja. Simbolično predstavlja križišča, kjer se srečujejo svetovi. Povezuje plodnost s smrtjo. Čez dan omogoča bogato žetev, ponoči pa je boginja magije, duhov in grobov. Je boginja ciklusov, ki vključujejo smrt in ponovno rojstvo. Je kraljica podzemlja, ki nosi baklo in osvetljuje pot v prihodnost.

Hekata, boginja intuitivne in jasnovidne modrosti, je naša notranja priča na vsakem križišču. Kot opazovalka nas nagovarja v simbolnem jeziku sanj in za nas ustvarja povezave. Hekata vidi v tri smeri hkrati, vidi povezavo med preteklostjo, sedanostjo in prihodnostjo.

Ko prispete na cestni razcep, je tam. Vidi, od kod prihajate in, kam vas lahko popelje dvoje poti iz razcepa. Če ste pozorni na sanje in sočasnosti, če črpate iz nakopičenih izkušenj ter uporabljate intuicijo, ko se odločate za smer, poznate arhetip.

Hekata je boginja intuicije. Za intuitivnega človeka ni nič skrivnostnega ali nadnaravnega, da vidi, kako se je situacija razvila ali od kod nekdo prihaja. Z intuitivno zaznavo je mogoče prepoznavati vzorce, ki povezujejo pretekle situacije ali razmerja in sedanje okoliščine.

Hekata je kot notranja priča molče navzoča na pomembnih križiščih v našem življenju.

Priporočamo, da na ta dan odpustite vse svoje zamere in bolečine. Napišite seznam vsega kar odpuščate na list papirja in zažgite. Kot zaščito pred duhovi je staro priporočilo, da na ta dan nosite pri sebi črne kamne.



Hvala Oprostite mi  
Žal mi je Ljubim te



Danes, Najdražji te prosim,  
da odpreš moje oči in da odpreš moje srce,  
da bi lahko obnovil-a resnico o mojem življenju.  
Pomagaj mi, da se uprem skušnjavi,  
a bi verjel-a v laži, ki zatirajo izraz življenja in ljubezni.  
Daj mi moč, da se uprem skušnjavi,  
da bi verjel-a v laži drugih,  
ki samo ustvarjajo čustven strup v mojem srcu.

Danes, Najdražji naj vidim to kar je  
in ne tisto, kar želim videti.  
naj slišim to, kar je  
in ne tistega, kar želim slišati.  
Pomagaj mi obnoviti moje zavedanje,  
da te lahko vidim v vsem, kar zaznavajo moje oči,  
moja ušesa in vsi moji čuti.  
Naj zaznam z očmi ljubezni,  
da te najdem kamorkoli grem  
in te vidim v vsaki tvoji kreaciji.  
Pomagaj mi, da te vidim v vsaki celici mojega telesa.

## SPOROČILO KRISTALNE DEVE

GAGAT ali črni dragulj... kamen zaščite in očiščenja

“Morda vas bo presenetilo, vendar povezujem in prinašam vodstvo na vseh nivojih, duhovnem, fizičnem in čustvenem nivoju. V vaše življenje vnašam harmonijo in ravnovesje. Če ste pod vplivom stresa ali depresije vam pomagam, da najdete notranjo sprostitev in pomiritev. Pomirjam in vam pomagam, da se odprete za pozitivne in harmonične izkušnje. V življenja ljudi vnašam jasnost in vam pomagam, da dosežete v svojem življenju uspeh. Pomagam ljudem, ki začenjajo s poslovno potjo in vnašam v vaše življenje stabilnost na vseh področjih, tudi finančno stabilnost. Pomagam vam, da se odprete psihičnim izkušnjam in pri doseganju razsvetljenja. Imam sposobnost, da vas ščitim pred negativnimi entitetami, nevtraliziram negativne energije in očistim vaše energijsko polje neharmoničnih vibracij. Čistim in prečiščujem vašo auro. Prizemljujem. Uravnavam korensko čakro in stimuliram kundalini. Odstranjujem zavestne in podzavestne strahove. Pomagam preseči žalost in depresijo ter usmeriti naše misli k bolj pozitivnem delovanju.”

Jet ali gagat je mineral katerega osnovna sestava je premog, točneje lignit. Gre za fosiliziran les iglavcev, ki je star okoli 160 milijonov let. Po sestavi je podoben antracitnemu premogu. V 19. stoletju med vladavino kraljice Viktorije, so ga nosili, da bi pregnali zle duhove in v času žalovanja. Že Plinij je opisoval magične značilnosti tega črnega dragulja. Poznan je iz analogije William Shakespeara, ki je rekel "black as jet" črn kot jet v Henry VI drugi del. Eden najbolj popularnih najdišč viktorjanskega jeta je Whitby na SV Anglije.

Gre za kamen, ki pomaga zmanjševati bolečino, zmanjšuje vnetja, tudi pri dlesnih. Uravnoveša nihanja v razpoloženju. Pomaga ljudem s kronično zaskrbljenostjo in depresijami.

Pri migrenah olajša bolečino, pomaga pri epileptičnih napadih in otečenih limfnih vozlih. Pomaga celo pri nahodu, bolečinah v želodcu in menstrualnih bolečinah



Za vnos pozitivnih energij v prostor in zaščito vaše lastnine lahko kos gagata postavite v predel obilja skrajno levo na vaši pisalni mizi ali v predel obilja za cel dom. Priporočajo celo, da se za zaščito in finančno stabilnost gagat postavi kar v blagajno.

Jet vam bo pomagal prevzeti nadzor nad vašim življenjem, zdravljem, poslom in finančnim stanjem. Sidra korensko čakro, stimulira kundalini energijo, uravnoveša in balansira. Čisti jetra in ledvica. Pomaga pri zdravljenju in preprečevanju energijskih odtokov v auri.

Spada med najučinkovitejše kristale zaščite, ki varujejo pred psihičnimi napadi črne magije ali negativnimi vplivi ljudi in okolja. Z njegovo uporabo lahko energetsko očistite ostale kristale ali predmete v katerih je prisotna negativna energija.

**Afirmacija deve kristala:** " Moje telo, um in duh so prizemljeni, osredičeni in očiščeni."



Avtor: Manica Pirc Oreškovič

"Povsem očitno je, da se žensko prijateljstvo pomembno razlikuje od prijateljstva med moškimi," se glasi trditev Ginda Tapubolona, vodje raziskave, ki so jo opravili na Univerzi v Manchesteru, ki je zajela deset tisoč ljudi. Namen raziskave je bila analiza medosebnih odnosov. Obširna raziskava se je poglobila predvsem v prijateljske odnose: na njihovo naravo, kakovost, intenzivnost in dinamiko. Izidi raziskave so pokazali, da se na pravega, zvestega prijatelja lahko opremo tudi tedaj, ko se nam zgodijo najstrašnejše stvari.

### **Žensko prijateljstvo je globlje**

Potrdilo se je pravzaprav to, kar ženske vedo že od nekdaj: žensko prijateljstvo je globlje in ima večinoma moralno osnovo. Kot vemo, se ženske iskreno zanimajo za življenje svojih prijateljic: želijo vedeti, kako živijo, kaj delajo, kako je z njihovimi družinami, predvsem pa, kako se počutijo. Vse to se pomembno razlikuje od moškega prijateljstva, ki se pogosto oblikuje zaradi skupnih interesov.

Moški gredo s prijateljem na pivo, igrat košarko ali nogomet, obenem pa so z delom svojega uma nenehno na preži; razmišljajo, kaj bi lahko kak prijatelj napravil zanje in kakšno korist bi utegnili imeti od prijateljstva. To je tudi odločilno dejstvo pri izbiri prijateljev, zato je za moške pomembno prijateljovati z ljudmi na visokem položaju, ki imajo moč, denar in oblast.

Nasprotno gre pri ženskem prijateljstvu pretežno za odnos dveh človeških bitij, to je vedno zgodba o "naju", odnos, ki se dotakne duše. Ženske ostanejo prijateljice tudi v najhujših trenutkih, kljub velikim oddaljenostim in kljub različnemu položaju v družbeni strukturi.

Po podatkih raziskave je ena od ključnih prvin ženskega prijateljstva zanesljivost, medtem ko se moški navadno vprašajo: "Je v tem kakšna korist zame?" Poleg tega se je pokazalo, da moški pogosteje od žensk pretrgajo prijateljstvo zaradi selitve ali zamenjave službe. Po drugi strani veliko lažje od žensk sklepajo nova poznanstva in prijateljstva, lažje začenejo na novo, sploh če gre za neobvezno druženje v lokalih.

### **Preizkušnje prijateljstva**

Kot kaže, je največja preizkušnja za prijateljstvo, tako žensko kot moško, če se eden od prijateljev poroči, razveže ali ovdovi. Tudi nosečnost in prihod otroka spadata med najpogostejše povode za razpad prijateljstva.

Raziskovalci so še odkrili, da prijateljstvo pogojuje tudi pripadnost družbenemu sloju, pri čemer ljudje iz britanskega srednjega družbenega razreda prijateljujejo s širokim spektrom ljudi iz različnih slojev, medtem ko si pripadniki delavskega razreda izbirajo prijatelje iz svojega družbenega okolja. Zelo zanimiv je podatek, da ima kar četrtnina ljudi najboljše prijatelje nasprotnega spola, kar spreminja splošno predstavo o velikih razlikah in spodbuja k razmišljanju, da je prestop iz ženskega v moški svet prijateljstva kljub vsemu možen.

### **Razumevanje in tolažba**

Drži tudi, da številne ženske menijo, da jih prijateljice razumejo tudi takrat, ko moški tega preprosto ne zmorejo: kadar so žalostne, zapuščene, prestrašene zaradi zahtev materinstva ali poklicnega življenja, skratka vedno, kadar začutijo, da morajo bolečino izliti iz sebe.

Medtem ko moški dejansko večino časa razmišljajo o delovanju, se ženske ukvarjajo s čustvi in z občutji. Tega ne gre jemati kot predsodek, marveč kot stanje stvari, ki resda ni edino možno, vendar v marsičem pojasnjuje izpolnjena/neizpolnjena pričakovanja do partnerja ali prijateljev. Večina žensk tudi spozna, da se v družbi prijateljic hitreje in učinkoviteje potolažijo ter si napolnijo srce s snovjo, ki se imenuje človeška dobrot.

### **Prijateljice ostanejo, moški prihajajo in odhajajo**

Ženske sicer lahko hrepenijo po tem, da bi očarale, osvojile in zadržale moškega, ki bo, če bo šlo po sreči, tudi njihov dober prijatelj, toda v vsakodnevem življenju so jim ženske vseeno učinkovitejša spodbuda, dejavnik, ki prispeva k čarovniji spremembe iz sivine v vedrino. Navsezadnje se vse prepogosto zgodi, ko se je treba soočiti z resnico, da moški prihajajo in odhajajo, prijateljice pa, če so le prave, ostanejo.



## V SREDIŠČU ...

### Enak komunikacijski kod

Za to seveda obstaja objektivna osnova: ženske po vsem svetu imajo podobne težave in dileme, pa tudi enak komunikacijski kod. Ženske se razmeroma hitro začnejo pogovarjati o povsem intimnih stvareh: o otrocih, materinstvu, boleznih, nasilju, spolnosti, splavu, vlogi moških v njihovem življenju, ženskih perspektivah, svojih starših in njihovi vlogi pri lastnem odraščanju, o hotenjih, ki jih spremljajo v življenju ...

Do "razgaljanje" torej pride dokaj hitro. Ženske intuitivno zaznajo iskrenost in pripravljenost sogovornic, da se odrečejo krinkam ter z njimi delijo dobre in slabe izkušnje. Pri moških je komunikacijski kod drugačen; pretežno gre za jezik moči, tekmovanja in posedovanja, ki pa je zanje tudi obremenjujoč in naporen, zaradi česar potrebujejo sproščanje, ki utegne postati tudi pretirano (denimo spremljanje športa na TV) ali pa moteča za soljudi in medčloveške odnose (pornografija, druge oblike odvisnosti ...).

### Za prijateljstvo potrebujemo pogum ...

Če naj pritegnemo okoliščine in ljudi, s katerimi bi oblikovali takšen "podporni lobi", je potrebno nekaj poguma, odločitev, da smo se pripravljene iskreno sporazumevati v prijateljski skupini, v sebi in v odnosu z drugimi pa brezpogojno podpirati osebni napredek – svoj in vsakogar iz prijateljske skupine.

Če menimo, da je prijateljstvo nekaj, kar se zgodi samo od sebe ali pa sploh ne, si vseeno velja dopustiti možnost za nekaj spodbude.

Dovolimo si nekaj pobude: čeprav nam to nemara ni v navadi, premagajmo neprijetne občutke in za začetek predlagajmo srečanje ob kavi.

### ... in zrelost

Razumevanje razlik med moškim in ženskim pojmovanjem prijateljstva lahko pomembno pripomore k izboljšanju odnosov z moškimi.

Po teoriji mednarodno ugledne psihoterapevtke dr. Anne Wilson Schaef, katere dela obravnavajo pomen feminizma, psihologije in samozdravljenja za delovanje posameznikov in družbe kot celote, obstajata moški in ženski sistem. V skladu z že ugotovljenimi razlikami Schaef meni, da je v moškem sistemu prijatelj oseba, ki z osebno zanesljivostjo podpira skupinsko delo.

Če je v moškem sistemu prijatelj pravzaprav kolega, družabnik, pa prijateljstvo v ženskem sistemu pomeni spoštovanje, zaupanje in vzajemno poznavanje. Žarišče prijateljstva v ženskem sistemu sta verbalna bližina in vzajemna zaupljivost.

V ženskem sistemu so pravi prijatelji tisti, ki se drug drugemu popolnoma razkrijejo, pri tem pa so prepričani, da so povsem varni. Prav tu je točka nesporazuma v odnosih med moškimi in ženskami.

Ženske so v teh odnosih pogosto prizadete, saj se same v celoti razkrijejo, v zameno pa ne dobivajo spoštovanja in še manj razkrivanja. Če je vzajemno poznavanje v ženskem sistemu in pojmovanju medčloveških odnosov najpomembnejša lastnost prijateljstva, v moškem sistemu ni tako. Toliko manj, kolikor bolj posamezni moški sebe in svoje delo dojema kot središče svojega sveta. Jasno je, da tu pride do razkoraka, to pa je vzrok, zakaj življenjski partnerji izredno težko oblikujejo pravo prijateljstvo.

Moški prijatelji so tisti, s katerimi moški dela ali se skupaj z njimi ukvarja s športom. Ni nujno, da se dobro poznajo, kaj šele zaupni. Potreba po zaupnosti se porodi šele takrat, ko so moški pripravljene sestopiti s prestola lastne egocentričnosti in si dovoliti izpolnjevanje želja srca. Pravzaprav nismo tako zelo različni, oboji čutimo močno potrebo po ljubezni, katere bistvena prvina je pretok energije, ki ga začutimo, usmerjamo in mu dodajamo lastno energijo, pa naj gre za partnersko ali prijateljsko ljubezen. Da je za to potrebna osebna zrelost, najbrž ni potrebno posebej poudarjati.

### Intimno prijateljstvo za energijo

Srednja leta so kot nalašč za spodbujanja sposobnosti za prijateljstvo, saj so takrat že vsi veliki "ženski" podvigi, usmerjeni v materinstvo in partnerstvo, za nami in ne zahtevajo več toliko duševnih in telesnih moči. Takrat se v marsičem dobro poznamo, zase imamo tudi več razumevanja, potrpežljivosti in ljubezni. To pa so obenem osnovni pogoji za uspešno in toplo prijateljstvo, zato se v nas lažje porodi želja po spoznavanju drugih.



## V SREDIŠČU ...

Psihologi večinoma menijo, da sposobnost za intimno prijateljstvo izhaja iz tega, kar smo videli in doživeli v primarni družini, vendar nam dejstvo, da ti niso bili idealni, ne bi smelo vzeti poguma. Vsak človek v sebi nosi potencial, ki ga lahko uporabi, da te sposobnosti razvije ali izboljša. Bližina, ki se razvija v takšnem procesu, pa vselej rojeva močno energijo in pozitivno vznemirjenost.

Ko govorimo o ženskem prijateljstvu, ne moremo mimo prijateljic iz Seksa v mestu, o katerih je bilo že veliko napisanega, pa tudi ne mimo Candace Bushnell, ustvarjalke te svetovno znamenite četverice. Kot najbrž veste, je na obzorju novi film, posnet po njenem novejšem romanu *The Lipstick Jungle*, ki je roman o pravem in nadvse učinkovitem ženskem prijateljstvu. Junakinje romana so namreč močne ženske novega kova. Če je predstavnica močnih žensk starega kova uživala v vlogi "edine ženske v sobi, polni moških", so nove junakinje izrazite zaveznice pri svojem vzponu in sestavljajo svojevrsten lobi.

Čeprav bo marsikdo tovrstno tematiko vnaprej seksistično označil kot manjvreden in površen čiklit – ob hkratnem prepričanju, da športne strani časopisov spadajo v sfero resnega novinarstva, gre pravzaprav za prepričljivo zgodbo iz prve roke – zgodbo o boju za moč v džungli, polni nevarnih zveri. Med njimi se še kako dobro znajdejo prijateljice, ki so po letih že daleč od mladosti, vendar so – bolje ko jim gre – v vseh pogledih čedalje privlačnejše. Kot da so moškimi ukradle skrivnost, po kateri se močnemu in uspešnemu moškemu leta preprosto ne gleda na leta.

Vir: viva.si



## V SREDIŠČU ... MATERINSTVO DO SAME SEBE KOT POT

Janet Parker Vaughan je v svoji knjigi Living Nature čudovito opisala usmeritve in pot po kateri v zadnjem letu hodim tudi sama. Vabim vas, da se mi pridružite.

» Velika Mati umira in v njenem umiranju kot Narava, se bori za življenje. Da bi ji pomagali v njenem boju, verjamem, da moramo prebuditi svojega notranjega otroka. Videti se moramo kot del Narave s ponižnostjo in začudenjem. Da bi ji pomagali v njenem boju, moramo opustiti globoko zakoreninjene mite; tega o Adamu in Evi, mit, ki je ovekovečil idejo, da je Eva, mati vsega živega, vir vsega zla. Ta mit je v vseh svojih negativnih interpretacijah skozi židovske, krščanske in islamske tradicije vodil skozi stoletja očrnitve ženske, represijo in razvrednotenje ženskosti tako v moških kot v ženskah in v končno uničenje planeta. Kajti če ne bomo preobrazili Evine bolečine, ki si jo delimo, če je ne bomo vzljubili in spoznali kdo je, bo v svoji oskrunjenosti pobesnela.

Verjamem, da je čas za novo zgodbo. In pomembno poglavje v tej zgodbi ima opraviti z obnavljanjem, znotraj naše kulture in znotraj posameznika, ravnovesja med obnovljeno ženskostjo in novo moškostjo. Na tem ravnovesju sloni zdravje našega planeta. To lahko imenujete re-kalibracija moškega in ženskega, pa naj bo to leva možganska polovica, ki se povezuje z desno možgansko polovico; ali radikalna sprememba in spoštovanje ter uporaba človeških raznolikih darov; ali ekološke in tehnološke akcije in odločitve, ki prihajajo iz maternice globokih človeških intuitivnih moči. Kakorkoli poimenujete ali označite ta korak, je popolnoma nepomembno. Kar je pomembno, je da mi, kot človeška bitja ponovno najdemo sebe v povezanosti z dušo sveta. Potem bomo vedeli, kaj nam je storiti. Vedeli bomo, kaj je naš del v preobrazbi Zemljine žalosti skozi akcije, ki nas povezujejo z drugimi človeškimi bitji in planetarnim eko sistemom.

Na svojem popotovanju sem mislila, sem videla, sem se čudila, me je bilo strah, sem si predstavljala, sem slišala, sem razumela, vendar šele, ko sem »čutila«, sem našla svoje mesto v pomoči planetu, da se premakne v ekološko zdravi nazor.

Verjamem, da če vsak najde svoje mesto v zlati mreži svetlobe, če preobrazimo strahove in bolečino, ki nam preprečuje, da bi videli in bili ta svetloba pa naj bomo učitelj, pisatelj, teolog, zdravitelj, lastnik tovarne, odvetnik, okoljevarstveni aktivist, potrošnik, organski vrtnar, prepok, kmet, pisec pisem, znanstvenik, oblikovalec, pripovedovalec če lahko najdemo svoje mesto, mati Narava ne bo umrla in svet se ne bo končal. Zaživali bomo novo zgodbo odgovornosti, pravičnosti in ljubezni. Pomagali bomo veliki Materi v njeni izjemni moči, da reši sebe. Vzpostavili bomo sveto ravnovesje.«

Materinstvo do vseh delov sebe, v sebi, povezanost z vsemi deli naše osebnosti, naše identitete je izjemno pomembno. Kot je rekel Jezus; Poimenovanje te bo osvobodilo, nas osvobaja notranje zavedanje, ozaveščanje občutkov in občutij, ki so shranjeni v naših telesih. Edina pot vase vodi skozi čutenje, skozi utelešenje, skozi izkušanje in ne mentalno razglabljanje, razmišljanje in pametovanje. Toliko let sem preživela v moškem sistemu moči, v tehnikah, analiziranju, organiziranju, strukturiranju, da poznam pot, ki jo prehodi večina, kje se zatakne, kje se sabotiramo in kateri strahovi nas ne spustijo v neznano.

Kajti ženski način je divji, kaotičen, neznan, je sočen in živ in se nenehno spreminja. Nima zemljevida in vendar ima kompas, ki te vodi skozi notranje prostranosti lastne biti. S seboj prinaša svobodo, radost, izpolnjenost in smisel življenja, ki ga tako strastno iščemo zunaj sebe. Ženski način te pelje noter, v globino in širino, v neznano in hkrati tako znano in domače. Čas je, da stopimo na pot srca. Čas je, da začutimo sami sebe. Čas je, da polno zaživimo.

12.10.2011 začenjam z novo skupino notranjega popotovanja DivineFeminine.

DIVINE.SI



Zapriseženi feng shui navdušenci, ki stavijo na metodologijo, kompas in izračunavanje bodo rekli, da je tole v nadaljevanju mambo jambo, kr' neki, kot pogosto poslušam mnoge. In vendar je to nekaj, kar globoko resonira z mojimi globinami, z mojo dušo, ki ve, kaj je resnica in kaj je znanje.

Naučili so nas mnogo stvari, ena tistih, ki je ne učijo v šoli, ker se je ne moreš naučiti, lahko pa se je spomniš je vedenje, modrost, ki vznikata iz tebe, iz tvoje duše.

In denje govori prav o tej povezanosti, vedenju iz duše, ravnovesju in notranji harmoniji, ki sloni na povezanosti štirih aspektov bitja; fizičnega, čustvenega, mentalnega in duhovnega.

Če pogledamo bagua res od blizu, lahko vidimo, da ta zemljevid v resnici v sebi povezuje 4 osnovne aspekte, ki se v svetu polarnosti izražajo skozi jin in jang aspekt. Kar pomeni, da je vsak od 8 predelov bagua mreže v harmoniji in ravnovesju s svojo polovico, ki mu leži nasproti. Deveti del v sredini v resnici predstavlja stičišče vseh osmih delov, ki se preko njega prelivajo in zlivajo eden v drugega.

Tako nam pot, ki jo začnemo v 1 vedno odslika kako uspešni smo skozi slavo in ugled 9, odnosi 2 se nam pokažejo skozi modrost in projekcijo notranjega odnosa ven v zunanji svet, kar odslikava 8, našo kreativnost in otroke 7 oblikuje in zaznamuje družina in dediščina 3, ki jo prinesemo s seboj in hkrati predajamo naslednjim generacijam. In obilje 4 se v našem svetu pokaže skozi prijatelje in pomočnike 6, ki ga v resnici prikažejo v našem življenju. Medsebojna povezanost vseh predelov nam v resnici pokaže zemljevid tega, kar naj bi izmojstrili skozi svoje notranje popotovanje, denje.

Pod točko ena, moramo biti prisotni in vedeti, kje se na svoji poti pravzaprav nahajamo. Imeti stik z notranjim kompasom je izjemno pomembno, da se lahko usmerimo v tisto smer, kamor nas vodi naše srce. Šel ko ste prisotni in veste kje ste, lahko presodite kako uspešno se premikate po poti svoje usode. In tako je usoda naša prva velika učiteljica.

Druga velika lekcija pride skozi odnose. In ključ za oblikovanje odnosov najdemo v opazovanju. Tako se moramo najprej naučiti kaj odnos sploh pomeni in ga zavestno ustvariti najprej v sebi s samim seboj in šele nato se lahko ti odnosi, ki smo jih ustvarili navznoter, v sebi, s svojimi deli samega sebe, pokažejo navzven kot odnosi z ljudmi, ki so projekcija naših notranjih arhetipov.

Tretjo lekcijo prinaša kreacija in soustvarjanje. Postati moramo starši svojemu notranjemu otroku in prevzeti odgovornost za svoje življenje, da lahko vodimo sami sebe in smo zgled svojim otrokom. Šele ko se zavemo kakšne darove nosimo v sebi lahko resnično začnemo soustvarjati tudi v svetu zunaj sebe.

In obilje se vedno pokaže skozi ljudi, ki z vami izmenjujejo in soustvarjajo vaše življenje. Obilje moramo najprej najti v sebi, da se lahko nato pokaže v svetu, ki nas obdaja. Vsak mora postati vir svojega obilja v sebi, da resnično živi bogato in izpolnjeno življenje.

Feng shui govori o notranjem ravnovesju skozi simboliko zunanjega sveta. Feng shui v svoji osnovi ni nameščanje predmetov, kot tudi ne izračunavanje ugodnih in neugodnih smeri neba. V svoji osnovi feng shui govori o notranjem odnosu med vsemi deli človeka, med telesom, čustvenim jazom, mentalom in višjim jazom. Govori o odnosu in ne o projekciranju, o identifikaciji s predmeti in tem kar imam. Identifikacija z zmaji, pavi, žabami in vetrnimi zvončki kaže na iskanje nečesa, po čemer hrepenite zunaj sebe, kaže na to, da se v resnici ne zavedate tega, kaj si želite in ne veste, kaj imate v sebi. Ko vzpostaviš odnos v sebi, si zavesten, kajti le tako lahko vzpostaviš odnos, da se zavedaš. In ko vzpostaviš odnos s tem delom sebe, v sebi, se ta harmonija le preslika ven iz tebe v tvojo okolico. In potem je slika v prostoru obešena ne zato, ker prinaša denar, mapak zato, ker v tebi vzbudi lepoto, te nastavi na frekvenco denarja, te vedno znova spomni tvoje lastne vrednosti, ki jo izmenjuješ za denar v tem svetu. Potem ceniš sebe, svoje sposobnosti, slika pa te le spomni, koliko ti vrednotiš sebe.

In ta notranji feng shui štirih delov sebe, nam pomaga vzpostaviti harmonijo v prostoru v katerem živimo, kajti, ko smo notranje usklajeni in v harmoniji je to tisto, kar odslikavamo iz sebe navzven. Kot feng shui svetovalka čutim, da je največji delež mojega dela ravno v tem, da spomnim ljudi, kako biti to, kar so, kako v sebi najti notranjo lepoto in občutek za estetiko, kako jih spomniti, kaj je tisto, kar resnično šteje; pot, odnos, kreiranje in biti vir sam sebi.



## NA KRATKO ... ROŽA ŽIVLJENJA

Roža življenja je simbol za neskončnost in za pretok kozmične energije. Je geometrični vzorec in prikazuje red božje popolnosti. Celotni Univerzum sestavlja 'matrica' Rože Življenja. Vsi sekajoči krogi so med seboj 'prekrivajo' v pravilnem zlatem rezu, kar povzroča, da simbol na vse prostore deluje z vibracijo največje harmonije, celosti in popolnosti; ter v prostore vnaša ravnovesje in zdravje ter energijo obnove in rekapitulacije. Vsaka celica, vsak atom prepozna ta vzorec in se poizkusi z njim uskladiti.

Zato je Roža življenja že od nekdaj najpomembnejši zaščitni in aktivacijski simbol za življenjsko energijo. Kot arhetip jo najdemo povsod na zemlji, v starih tempejih, kulturnih mestih in tudi v evropskih cerkvah. Do sedaj poznana je najstarejša podoba Rože življenja stara 4500 let in se nahaja v Templju Ozirisa v Abydosu v srednjem Egiptu.

Ta življenjski simbol je sestavljen iz 19 krogov, ali t. i. rožnih koles. Znotraj Rože se nahaja še 12 polkrogov, 6 tretinskih krogov in 18 šestinskih krogov. Če preštejemo vse kroge, dobimo število 30. Skupaj s tremi zunanjimi (ali obodnimi) krogi dobimo skupaj 33 celih krogov.

Roža življenja je sestavljena samo iz krogov, prav tako, kakor vsi ciklični kroženja. Kajti v naravi ni ravnih linij. (Asocijacija na arhitekta HundertWaserja, ki je zapisal: »RAVNA LINIJA JE BREZBOŽNA.«)

Celotno stvarstvo se giblje v cikličnih ritmičnih krogov; od atoma do planetov, sonc in sončnih sistemov. Tudi vsako bitje ima svoj življenjski, prostorski krog; svoj ciklični prostor od rojstva do smrti in ponovnega rojstva. Več prostorsko-življenjskih krogov soustvarja krožno mrežo ali Rožo Življenja, kjer se med seboj prepletajo in stikajo ti življenjski prostori družin, poslovnih prostorov, urbanih, naravnih prostorov; vasi, mest, držav, biotopov, ki prepletajo celotno stvarstvo. Tako simbolizira Roža življenja dobro urejene sisteme krogel, presekov in krožnic.

Zdravje pomeni, da se vsi ti krogi med seboj prepletajo v harmoničnem redu pravilnega Zlatega Reza.

Roža življenja s svojo visoko vibracijo vzpostavlja red in harmonijo in vrača zdravje. Pozitiven vpliv Rože življenja ni nobena čarovnija ali čudežno zdravljenje! Je enostavno fizikalni postopek, ki je razložen v fiziki vibracije. Simbol iz svojega vibracijskega polja poda impulz za zdravljenje (vzpostavljanje harmonije), kakor se to dogaja tudi v drugih zdravilnih sistemih, npr. v homeopatiji ali terapiji z Bachovim cvetjem.

Vir: Facebook stran Bojana Čampa

Roža življenja je starodavna šola misterijev. Hkrati pa je to tudi staroindijska beseda za krog. Rožo življenja, kot mandalo, srečujemo v vseh kulturah po svetu od Evropskih cerkva do Egipčanskih templjev. Je simbol za sredino, koncentracijo, meditacijo, osebni zrelostni proces, zaščito in zdravljenje.



## ZANIMIVOSTI... TEMNA POT BOMBAŽA

Večina kemikalij, uporabljenih pri pridelavi tradicionalnega bombaža, je na WHO seznamu (Svetovne zdravstvene organizacije) označenih kot zelo nevarnih, a so še vedno v uporabi. Kemikalije, ki se uporabljajo pri pridelavi bombaža, so rakotvorne, negativno vplivajo na živčevje in na razmnoževanje.

Poleg nevarnosti pesticidov, ki se lahko pojavijo med kultiviranjem zemlje, je pobran bombaž podvržen nadaljnjim kemičnim obdelavam. Da bombaž obarvajo, nekateri proizvajalci uporabljajo težke kovinske barve, kot je npr. krom. Gre za zelo toksičen proces, saj gre zaradi naravne odpornosti bombaža proti barvam, približno polovica teh barv v odpad, kar onesnažuje reke in zemljo. Bombaž ni nikoli naravno bel, vedno je pobeljen s klorom, kar pa dodatno zelo bremeni in onesnažuje naš planet.

Obstajajo tudi druge možnosti, namesto težkega kovinskega barvanja; ena je izdelava oblačil iz naravnega, svetlo rjavo obarvanega vlakna, vendar ljudje hrepenijo po barvah in raznovrstnosti. Barvan bombaž obstaja tudi v naravi in nežne, zemljske barve so prvotni prebivalci redno uporabljali za prejo in tkanje. Vendar pa so bile do nedavnega vlaknine iz barvno gojenega bombaža prekratke oz. premajhne za komercialno proizvodnjo, zato takšna proizvodnja, kapitalistično naravnanim podjetjem, ni bila smiselna.

Najboljša komercialna alternativa za rabo težkih kovinskih barv, je raba barv z majhnim učinkom. Te barve ne vsebujejo težkih kovin, še vedno pa ustvarijo živo in dolgotrajno barvo. Prav tako obstaja, okolju prijazna alternativa beljenju s klorom, vodikov peroksid.

Po procesu barvanja, so bombažna oblačila običajno obdelana s posebnim postopkom, ki se imenuje »Permanent Press Treatment«, ki omogoči trajno gladkost oblačila ali drugega bombažnega izdelka. Cilj tega postopka je zmanjšati mečkanje posteljnega perila ali vaših oblačil in je odvisen od formaldehida, dobro znane dražilne in rakotvorne snovi. Organski bombaž temu postopku ni podvržen, saj je namesto tega obdelan s pomočjo krompirjevega škroba.

Torej, kaj vse se dogaja z bombažem, preden doseže končnega uporabnika?

### **Pridelovanje:**

Tradicionalni bombaž:

- \* Uporabljene kemikalije: sintetični kemični pesticidi in gnojila, ki so lahko zelo strupeni in povzročajo ogromno škodo našemu planetu.
- \* Globalne posledice: kemikalije povzročajo upad rodnosti prsti in erozijo; aerosolne oblike vplivajo tudi na druge pridelke; visoka uporaba vode in zastrupljanje vodnih virov.
- \* Posledice za zdravje: sledi kemikalij se akumulirajo v telesu in so potencialno rakotvorne.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Naravna gnojila povečajo rodovitnost zemlje in s tem njeno produktivnost; manjša poraba vode.

### **Žetev:**

Tradicionalni bombaž:

- \* Za lažje smukanje listov in pobiranje sadežev so uporabljeni herbicidi.
- \* Globalne posledice: kemično onesnažena tla in reke; stroji za žetev stisnejo zemljo in s tem zmanjšajo njeno rodovitnost.
- \* Posledice za zdravje: sledi kemikalij se akumulirajo v telesu in so potencialno rakotvorne.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Je ročno obran (ni smukanja listov, strojne obdelave ali kemikalij); ročno obiranje pomeni tudi manj odpadkov.

### **Čiščenje, pranje in beljenje**

Tradicionalni bombaž:

- \* Uporabljene kemikalije: klor, vodikov peroksid, APEO (alkylphenoloxylat, uničevalec hormonov), EDTA (ethylenediamin tetra-acetat; se spaja s težkimi kovinami v rekah in vodnih tokovih in jih aktivira) in hitro razpadajoče organske mešanice (VOC), ki reagirajo na sonce in ustvarjajo pritlehen ozon.
- \* Globalne posledice: sintetična razkužila se počasi biološko razgrajujejo; emisija klora uničuje



## ZANIMIVOSTI... TEMNA POT BOMBAŽA

atmosfera.

- \* Posledice za zdravje: sledi kemikalij so rakotvorne in lahko vplivajo na živčni sistem.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Naravna olja so biološko razgradljiva; naravni obdelovalni procesi (uporaba krompirjevega škroba), za beljenje se ne uporablja nevaren klor.

### Barvanje vlaken

Tradicionalni bombaž:

- \* Uporabljene kemikalije: sestavine železa, kositra, kalija in VOC
- \* Globalne posledice: velika poraba vode za pranje po barvanju.
- \* Posledice za zdravje: onesnaženost voda s težkimi kovinami.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Naravno rastlinsko barvanje; bombaž je lahko tudi barvno pridelan.

### Tiskanje

Tradicionalni bombaž:

- \* Uporabljene kemikalije: topna barvila, ki vsebujejo težke kovine, benzene in organske kloride.
- \* Globalne posledice: odpadna voda je onesnažena s težkimi kovinami; emisije so škodljive za ozon.
- \* Posledice za zdravje: strupeni ostanki povzročajo probleme centralnega živčnega sistema, dihalnega sistema in kože, kot tudi glavobole, vrtoglavico in vnetja oči.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Uporabljena so naravna rastlinska in mineralna barvila.

### Končna obdelava

Tradicionalni bombaž:

- \* Proces vzdrževanja, odpornosti proti madežem, zaščite proti vnetljivosti, zaščite proti moljem, mehčanje, dišavljenje, anti-statitka.
- \* Uporabljene kemikalije: formaldehid, jedka soda, žveplova kislina, bromin, sečnina, sulfoamini, halogeni in bromini.
- \* Globalne posledice: Odpadna voda ima visoko vsebnost kislin; emisije gredo v atmosfero.
- \* Posledice za zdravje: ostanki kemikalij na tkanini lahko povzročijo pekoče oči, nos in grlo, kot tudi težave s spanjem, koncentracijo in spominom. Lahko povečajo nevarnost rakavih obolenj; emisija kemikalij iz tkanine narašča s temperaturo.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Ni uporabljenih dodatkov.

### Transport

Tradicionalni bombaž:

- \* V skladu z vsem naštetim pri pridelavi in obdelavi bombaža, so prisotne posledice za okolje, zaradi velike količine prevoza kemikalij od plantaž do obdelovalnic, kot tudi dodatnih prevozov za vse stopnje proizvodnje bombaža od surovine do tovarne, zaključne predelave in za tem do prodajalca ter uporabnika.

Ekološko gojen bombaž:

- \* Manj predelovalnih procesov, torej tudi manj transporta in onesnaževanja okolja iz tega naslova.

Po prebranem boljše razumem, zakaj ekološki bombaž priporočajo za novorojenčke, ki do 6 meseca nimajo izgrajenega lastnega imunskega sistema in se zato vsem naštetim sestavinam težko ubranijo. Od tod mnoge nerazložljive alergije.

Vir: [www.srcek.si](http://www.srcek.si)



## ZANIMIVOSTI... BOMBAŽ

### OSUPLJIVA DEJSTVA

- \* Pet od devetih pesticidov, uporabljenih v pridelavi bombaža, je rakotvornih (cyanazin, dicofol, naled, propargit in trifluralin).
- \* V Egiptu, več kot 50% bombažnih delavcev trpi za simptomi kronične zastrupitve s pesticidi, vključujoč nevrološke poškodbe in poškodbe vida.
- \* V Indiji ima 91% moških pridelovalcev bombaža, ki so bili dnevno 8 ur ali več izpostavljeni pesticidom, zdravstvene težave, vključno s kromosomskimi spremembami, odmiranjem celic in problemi s plodnostjo.
- \* V Združenih državah Amerike je študija narodnega inštituta za rakava obolenja opredelila sedem glavnih razlogov za levkemijo pri otrocih, katerih starši so uporabljali pesticide v njihovih domovih in vrtovih.
- \* Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) je ugotovila, da se letno vsaj 3 milijone ljudi zastrupi s pesticidi in 20.000 – 30.000 tisoč letno jih od tega tudi umre.
- \* Nadaljnjih 200.000 kmetov je naredilo samomor kot posledica izgubljenih tožb zaradi zadolževanja ob kupovanju pesticidov.
- \* Gnojila, bogata s fosforjem, spira dež v reke in jezera, kar povzroča eksploziven razvoj alg. Prekomerna rast alg vrže iz ravnovesja ekosistem in lahko povzroči izumrtje živalstva morij in jezer.
- \* EPA (Environmental Protection Agency – Agencija za varstvo okolja) opredeljuje 7 od glavnih 15-ih pesticidov, uporabljenih na bombažu, kot človeške karcinogene.
- \* Pri več kot 1 milijonu američanov, se vsako leto ugotovi neka oblika raka, od tega jih 10.400 vsako leto umre zaradi raka, povzročene s pesticidi.
- \* Tradicionalni pridelovalci bombaža uporabijo več kemikalij, kot se jih uporabi pri katerikoli drugih pridelkih. Na tone kemičnih odpadkov s polj, zaužijemo z vodo tudi mi.
- \* V Indiji je enormnih 50% vseh pesticidov uporabljenih na samo 5% kmetijske površine.
- \* Povprečna "100%" bombažna majica je narejena iz NAJVEČ 73% bombaža. Preostalih 27% sestoji iz kemčnih vlaken (in njihovih ostankov/ dodatkov, pesticidov in formaldehidov), ki so bili uporabljeni pri pridelavi.
- \* Za pridelavo bombaža, ki zadošča za izdelavo ene majice, je potrebnih 17 žlic pesticidov.
- \* Vloga pesticidov je uničevanje žuželk. Večina pesticidov ubije žuželke neselektivno, neupoštevajoč, katere žuželke ali živali uniči. Veliko vrst žuželk, ki so ogrožene zaradi pesticidov, je pravzaprav koristnih, saj so velikega pomena za prehrambeno verigo in celotni ekosistem.
- \* Ugotovljeno je bilo, da pesticidi škodujejo razmnoževalnim sposobnostim ptičev in malim sesalcem, ki se hranijo z žuželkami, kar vodi na rob preživetja in celo v izumiranje nekaterih vrst.
- \* Večina pesticidov je živčnih strupov (škodujejo možganom in živčnemu sistemu), ne le za žuželke, temveč za vse, na karbonu bazirajoče, organizme. Herbicidi imajo podoben učinek tudi na rastlinstvo in male živali, ki se z rastlinami hranijo.
- \* V mnogih primerih so pesticidi, s katerimi so bila škropljena polja, podrli ravnotežje v eko sistemu, katerega posledica je bila neuspela kultura oz. pridelek.
- \* Dovod pitne vode se onesnaži. \* Posipavanje pridelka je pripeljalo do tega, da so pesticidi, odpihnjeni z vetrom, ali kako drugače preneseni iz pridelovalnih zemljišč, prispeli do hiš, šol in drugih objektov ter povzročili mnoge bolezni.

Metode ekološko in trajno uravnoveženega kmetijstva omogočajo, da se takim in podobnim težavam za vedno izognemo.

Vir: [www.srcek.si](http://www.srcek.si)



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI

29. september od 6:06 do 1. oktober do 6:43, Luna v Škorpionu, rastoča. Dovajamo energije, nalagamo občutke, pozitivna prepričanja, afirmacije 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, je energija. 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.

V resnici ni dobrih ali slabih energij, pravzaprav se proti ničemur ni treba borit, vse je vedno v ravnovesju.

Če imamo močno željo, da se borimo proti lopovom, ki kradejo bodo ti prišli v naše življenje

Če se hočemo na vsak način boriti za mir bo prišla vojna, pa se bomo lahko udeležili vojne za mir.

Če se hočemo borit proti hudobnežem, ki zastrupljajo našo naravo bodo ti prišli, da se lahko borimo za svoje ideale.

Če se hočemo borit proti delovanju Saturna ali Plutona, ki naj bi bila največkrat kriva za tako imenovane slabe aspekte v našem horoskopu - bosta ta dva planeta seveda ustrezljivo okrepila svoje pogubno delovanje.

Če ne čutimo potrebe po kakršnikoli borbi ali dokazovanju borbe in dokazovanja v našem življenju ne bo, glej ga zlomka- ljudje nas bodo imeli radi in nas spoštovali, brez da naredimo karkoli, spoštovani bomo samo zato, ker smo.

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 privabljammo vlago v stanovanje.

1. oktober od 6:43 do 3. oktober do 10:17, Luna v Strelcu, rastoča. Ugodno za dodajanje energij v stegna, jetra, kolke.

Ker so stegna povezana z moškimi, ponavadi z očetom, si tudi nalagamo občutke, prepričanja, afirmacije, da nas oče, moški ali pa bog v našem življenju podpirajo. V teh dneh je to odličen način boja s celulitom.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

3. oktober od 10:17 do 5. oktober do 17:19, Luna v Kozorogu, rastoča. Ugoden čas za dovajanje energij v kosti, sklepe, kolena, kožo, zobe, nohte. Na te dni je zelo pomembno, da smo zadovoljni s svojim videzom, pa tudi afirmacije na temo podpore našim življenjskim ciljem, obilno pomagajo k trdnosti naših kosti, vse substance ki krepijo kosti v teh dneh delujejo dvojno.

Ti dnevi so najbolj primerni za negovanje kože. Lahko uporabite razne kreme, menjave prepričanj, nalaganje občutkov, pozitivne afirmacije...

Karkoli boste v teh dneh naredili za regeneracijo kože, bo učinek podvojen. Seveda, če imate ravno v teh dneh probleme s kožo, je pametno raziskat, kateri vzorci vas zavirajo, da bi »se dobro počutili 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 odvadit grizenja nohtov, dostikrat pomaga ravno striženje nohtov na te dni.



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Slab dan za kupovanje čevljev, rado se zgodi da čevlji ostanejo trdi in jih nikakor ne moremo »uhoditi«. V dneh ko vladajo zemeljska znamenja (Kozorog, Bik, Devica), ima sol največjo moč delovanja, zato so ti dnevi idealni, da si privoščimo solne kopeli.

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

4. oktober ob 5: 16 nastopi prvi krajec. Astrološko gledano je to kvadrat med Luno in Soncem. Običajno to pomeni napetost, v smislu, da bo treba nekaj spremeniti v življenju. Na prvi krajec se nam kaže kaj naj bi spremenili v življenju, kaj nam ni všeč, katere vzorce je treba spremeniti, da se bodo spremenili rezultati, ki nam niso všeč.

Seveda se sprememb bojimo, ker ne vemo kaj nam bodo prinesle, zato nas je tudi strah spremeniti način obnašanja. Če bi res radi kaj spremenili, je sedaj čas, da naredite nekaj česar se vas je strah, na tak način se lahko korak za korakom znebite kar nekaj strahov, ki vas v življenju ovirajo.

Ponavadi prvi krajec kaže na to, kaj bi radi spremenili v življenju. Ni nujno da je to slab aspekt. Tisti, ki se ukvarjajo s prodajo imajo v tem času ponavadi več naročil, saj ljudje začutijo, da potrebujejo nekaj novega, zoprno je le to, da to hočejo takoj.

Ker je prvi krajec v ozvezdju Kozoroga, so lahko na ta dan na vrsti tudi kakšne karmične naloge, ali presejanje kakšnih zelo starih vzorcev.

5. oktober od 17:19 do 8. oktober do 3:14 Luna v Vodnarju, rastoča. Ugodno za zdravljenje goleni, gležnjev, tudi zdravila za zdravljenje prenizkega krvnega tlaka, na ta dan delujejo močnejše, ne glede na to ali so to farmacevtski izdelki ali naravna zdravila. Na ta dan je še posebej učinkovito zdravljenje krčnih žil.

V Vodnarjevo področje spada tudi išjas. Dostikrat kaže ta bolezen na strah pred uspehom, in dostikrat se pokaže takrat, ko nismo ravno uspešni, zato se marsikomu zgoraj navedena trditev zdi naravnost smešna. Saj ni tako, da si ne bi človek želel uspeha. Ravno ko te zagradi išjaš je na tvoji poti do uspeha ogromno ljudi ali situacij, ki te močno ovirajo.

Zadnjih nekaj tisoč let bilo ponavadi tako, da je bila pot do uspeha tlakovana s tudi tem, da onemogočiš konkurenco (še nedolgo nazaj se je večinoma uporabljal strup, ali pa sekanje glav), in ta način nam je vedno težje sprejemljiv.

Ker se čas vedno bolj zgoščuje, se nam vedno bolj pogosto dogaja, da podoživljamo razne situacije iz prejšnjih življenj in ena od teh stvari je sigurno tudi kako naše življenje ko smo bili zelo uspešni in smo si tudi pomagali z vsemi triki, ki so nam bili pri roki (strup, sekira, meč, laž...)

Kaj storiti?

Obžalovanje preteklih dejanj, sploh pa preteklih življenj je izguba časa.

Poglejmo, kdo nas sedaj ovira, si priznajmo, kaj bi mu lahko naredili, da mu vrnemo »milo za drago« in se vprašajmo, zakaj tega ne naredimo.

Če je vaš odgovor, da se to ne spodobi ste na napačni sledi.

Enostavno udarca ne vrneš, ker sledi temu kontra udarec, temu sledi kontra kontra udarec in tako naprej. Ta krog je neskončen, kot je bližnje vzhodni konflikt med Judi in Palestinci.

Če hočeš ven iz tega začaranega kroga, je najbolje da opustiš misel na maščevanje. Pravzaprav, če dobro pomisliš, ti konkurentje »mečejo polena pod noge« zato, ker se bojijo, da si boljši. Več »polen« prileti, bolj nevaren se jim zdiš.

Kaj naj rečem?

**Iz njihovih misli v božja ušesa. Amen.**

Dober dan za zračenje stanovanja, prezračevanje postelje.

Slab dan za kupovanje čevljev, čevlji kupljeni v teh dneh se radi preveč raztegnejo.

8. oktober od 3:14 do 10. oktober do 14:58, Luna v Ribah, rastoča. Ribe vladajo stopalom, členkom na nogah, tudi želodcu in črevesju, limfnemu sistemu in na splošno vsem tekočinam v telesu. Krepitev teh delov telesa v teh dneh, deluje dvojno.



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Ker je limfa pravzaprav motor imunskega sistema, bomo za naš imunski sistem naredili največ, če ga krepimo te dni. Nekateri to delajo z menjavo prepričanj, nekateri z nalaganjem občutkov, z angelsko terapijo, s čaji... Uporabite način, ki vam najbolj odgovarja, vsaka metoda uporabljena v teh dneh je bolj učinkovita kot ponavadi.

Vladar Rib je Neptun, ki vlada tudi nad iluzijami, filmom, literaturo, opojnimi substancami vseh vrst. V teh dneh smo še posebej dovzetni za iluzije, zato je to najboljši čas za umetniško ustvarjanje, tudi za kakršnokoli bioenergetsko zdravljenje.

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.

To tudi pomeni, da če boste po tej poti deležni kakšnih negativnih misli ali občutkov, bo ta vpliv veliko bolj škodljiv kot ponavadi.

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.

Na dneve vodnih znamenj se odsvetuje zračenje stanovanja, saj z zračenjem samo dovajamo vlago v stanovanje.

10. oktober od 14:58 do 13. oktober do 3:36, Luna v Ovnu, rastoča. Na te dni je najbolj učinkovito dovajanje energij v predel glave, mišice, živcev glave, zobe, oči.

Če imate v tem času glavobole ali migrene, je koristno raziskat, zaradi koga ali česa, vas dostikrat »boli glava«. Lahko da je tam vzrok za vaše glavobole.

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

V letu 2011 je Saturn v ozvezdju Tehtnice, kar je ravno nasprotno od Ovna, tako da glavoboli in migrene zelo verjetno kažejo na neke lekcije, ki se jih moramo naučit. Ker je Saturn povezan tudi s karmo, je povsem možno, da nam naša okolica odslikava neke karmične naloge, ki jih je treba razčistiti. Če se v tem letu ob Lunah v Ovnu redno pojavljajo migrene, bo na vsak način treba razčistiti vzorce, Saturn namreč trmasto vztraja z lekcijo, dokler ne opravimo naloge.

Letos je tudi Uran, planet prebliskov in nenadnih sprememb v ozvezdju Ovna, lahko se zgodi da ob tej luni pridejo na dan tudi kakšni spomini iz prejšnjih življenj, tako da ni nujno, da se ti prebliski nanašajo na to konkretno življenje.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

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

12. oktober ob 4:07 je polna Luna v ozvezdju Ovna. Polna luna je čas, ko so vse energije v telesu obrnjene navzgor. Ogibajte se operacijam, rane se veliko slabše celijo. V tem času 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 zapisati težave ob polni luni, vzorce pa spuščamo potem ob padajočih lunah, najbolj trdovratne vzorce, je vedno najbolje spuščati ob mlaju.

Ob polni luni si radi delamo zaobljube, katere vzorce in razvade bomo opustili.

Ponavadi potem ugotovimo, da se teh zaobljub ne moremo držati.

**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.**



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

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

Veliko ljudi na polno Luno ugotovi, kaj je potrebno spustiti iz svojega življenja. Najbolj zagrizeni to tudi storijo, vendar se pri kakih večjih spuščanjih rado zgodi, da potem tri tedne »ne pridejo k sebi«.

Polna luna je idealna za klanje živine, meso ima takrat najboljši okus, tudi svinjska mast je takrat najbolj kvalitetna, včasih so tako mast, seveda pomešano z zelišči uporabljali za raznorazna zdravilna mazila. Mogoče bi lahko tudi rekli, da se žival takrat najmanj muči, saj življenje najhitreje odteče iz nje. Seveda, če bi o tem povprašali kravo ali pujska, bi verjetno odgovorila, da klanje lahko še počaka kako leto ali dve.

Izredno ugodno za nabiranje zdravilnih zelišč, zelišča imajo ob tej polni luni največjo zdravilno moč. Zelišča, za zdravljenje glave oči ali zob, nabrana ob tej polni luni imajo dvakrat večji učinek delovanja kot ponavadi.

13. oktober od 3:36 do 15. oktober do 16:16, Luna v Biku, padajoča. Ugodno za spuščanje energij ali miselnih vzorcev iz glasilk, vratu, grla, tilnika, mandljev, žrela, ščitnice, tudi zob.

Bik je znamenje, ki mu materialna varnost zelo veliko pomeni, zato bo koristno, če spuščamo strahove glede finančne preskrbljenosti. V teh dneh je to še posebej učinkovito.

Bik ima tudi rad udobje, zato boste že samo s tem, da si privoščite lenarjenje v dobrem fotelju in si delate afirmacije da je za vašo materialno varnost vedno poskrbljeno, naredili veliko za zdravje vaših zob, grla, vratu, tilnika, pa nenazadnje tudi za ščitnico. Ščitnica ima dostikrat v sebi neka prepričanja ali občutke, da se mudi, da je vedno polno zaposlena, da je še toliko stvari, ki jih je še potrebno naredit, da ni časa... Kdor ima težave s ščitnico, naj si v teh dneh dela afirmacije da se nikamor ne mudi, da bo vse narejeno v roku, kajti v teh dneh je spuščanje vzorcev, prepričanj, ali energij, ki motijo delovanje ščitnice najbolj učinkovito.

Ko je Luna v zemeljskih znamenjih, ima sol največjo moč, zato so solne kopeli v teh dneh precej bolj učinkovite. Kdor mora pazit, da ne zaužije preveč soli, naj se v teh dneh izogiba soljenja jedi, če je to le mogoče.

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

15. oktober od 16:16 do 18. oktober do 3:39, 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 ugoden čas, da si spuščamo vzorce, ki so temu vzrok.

Dober dan za zračenje stanovanja.

Dober dan za pomivanje oken.

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

18. oktober od 3:39 do 20. oktober do 12:07, Luna v Raku, padajoča. Čas za čiščenje energij v želodcu, prebavnem sistemu, trebušni preponi, oprsju in prsnem košu, jetrih, požiralniku. Ugoden čas tudi za afirmacije ali nalaganje občutkov, ki čistijo tekočine v telesu in 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.

Rak ponavadi vse vtise okolice čustveno predela v sebi, zato vedite, da 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 zaželeno.

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.

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



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Odličen dan za pranje perila (padajoča Luna v vodnem znamenju)

20. oktober ob 5:31 Luna dopolni zadnji krajec v ozvezdju Dvojčkov. Astrološko to pozicija imenujemo kvadrat saj Sonce in Luna tvorita kot 90 stopinj. Tudi sedaj čutimo napetosti, zadnji krajec nam zelo nazorno pokaže razliko med tem kako si mi predstavljamo da bi se moral vrteti svet in dejanskim stanjem. Ker je to dvoje dostikrat v nasprotju, nas seveda meče iz ravnovesja.

Zadnji krajec nam pokaže, ali so bile spremembe, ki smo jih naredili ob prvem kraju koristne in kakšen je razplet dogodkov, če spremenimo te vzorce. Ni nujno da smo nad tem navdušeni.

Previdno v prometu, marsikdo prenaša svojo nervozo na cesto, tudi ob zadnjem kraju je ponavadi več nesreč kot običajno.

20. oktober od 12:07 do 22. oktober do 16:42, Luna v Levu, padajoča. Na te dni je še posebej koristno spuščati napetosti iz srca, hrbtenice, krvnega obtoka, medvretenčnih ploščic. 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, spustite bremena, ki krivijo vašo hrbtenico, bremena, ki so zaslužna, da nimate pokončne drže v življenju.

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

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

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

Dober dan za čiščenje oken.

Kdor ima težave z vlago v stanovanju ima sedaj najbolj ugoden čas za beljenje. Barva se suši precej hitreje kot ponavadi in se tudi zelo dobro sprime s podlago.

Če nimate težav z vlago, se na ta dan izogibajte beljenju.

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

22. oktober od 16:42 do 24. oktober do 17:50, Luna v Devici, padajoča. Dnevi primerni za čiščenje prebavnega trakta. To se nanaša na telo, seveda pa tudi na stvari v življenju, ki jih ne moremo prebavit, predelat, razčistit. Devica vlada trebuhu, trebušni slinavki, vranici, črevesju, »odgovorna« je za celoten sistem prebave. V teh dneh boste naredili največ za svoj želodec in pa seveda tudi za odnose s svojo okolico če boste spustili iz svojega življenja ljudi, ki jih imate »v želodcu«.

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.

24. oktober od 17.50 do 26. oktober do 17:09, Luna v Tehtnici, padajoča. Kozmični vplivi ugodni za spuščanje napetosti iz 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.

Na te dni bodimo v popolni harmoniji s seboj in s celim svetom.

Glede na to da letos Saturn potuje skozi ozvezdje Tehtnice, je lahko vzrok neravnovesja, ki se včasih kaže tudi v obliki težav s kolki, ledvicami, mehurjem ob teh dnevih, tudi kakšna karmična preizkušnja. Saturn je namreč velikokrat povezan s karmo, toliko časa nam pošilja lekcije dokler ne »položimo izpita«, Ko smo opravili nalogo, nam ne nosi več težav v naše življenje.

Dober dan za zračenje stanovanja, prezračevanje postelje.

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



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

26. oktober ob 21:57 je mlaj in sicer v ozvezdju Škorpionja. Ta mlaj je najbolj primeren za spuščanje ljudi, dogodkov, vzorcev ob katerih čutimo zelo močne zamere. Pravzaprav se gre v resnici za to, da ugotovimo, da se proti ničemur ni treba boriti, vedno je vse v ravnovesju.

Svet samo odreagira na naše notranje neravnovesje, ko se odločimo, da se je »za tole pa res treba boriti« ... in dobimo kvalitetno vojno za karkoli že.

Rezanje eteričnih vezi, spuščanje entitet je ob mlaju dvakrat bolj učinkovito, ravno tako opuščanje razvad (alkohol, kajenje, hrana, odvisnost od interneta....)

Ob mlaju se situacija pozna tudi v prometu, takrat ljudje veliko bolj ignorirajo prometne predpise, zato je pametno biti nekoliko bolj potrpežljiv in voznikom, ki jih »razganja« dati nekoliko več prostora, saj konec koncev, če pride do nesreče imate škodo v vsakem primeru, ne glede na to, ali ste krivi ali ne.

V astrologiji velja, da ko je nek planet v osrčju Sonca, po astrološko v Kazimi, ima le ta še posebno moč, takrat sta Yin in Yang v popolnem zlitju, zato je takrat planet še posebej močan.

26. oktober od 21:50 do 22:07 je Luna v Kazimi s Soncem, torej je takrat najmočnejša in to dejstvo lahko uporabimo za zdravljenje delov telesa, ki jim vlada Luna tega dne. To so trebuh, debelo črevo, kri, spolni organi, medenica, nos, žolčnik.

Nič ni treba komplicirati. V teh 14 minutah si samo predstavljamo, kako teče božanska energija zdravljenja skozi omenjene predele telesa in to je to. Če delaš na telesu se pozna tudi v življenju nasploh in samo teh štirinajst minut nam lahko pomaga spustiti marsikakšno zamero »na življenje in smrt«

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 Škorpionju je zelo dober čas za to delo.

26. oktober od 17:09 do 28. oktober do 16:46, Luna v Škorpionju, rastoča. Dovajamo energije, nalagamo občutke, pozitivna prepričanja, afirmacije 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, je energija. 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.

V resnici ni dobrih ali slabih energij, pravzaprav se proti ničemur ni treba boriti, vse je vedno v ravnovesju.

Če imamo močno željo, da se borimo proti lopovom, ki kradejo bodo ti prišli v naše življenje

Če se hočemo na vsak način boriti za mir bo prišla vojna, pa se bomo lahko udeležili vojne za mir.

Če se hočemo boriti proti hudobnežem, ki zastrupljajo našo naravo bodo ti prišli, da se lahko borimo za svoje ideale.



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

Če se hočemo boriti proti delovanju Saturna ali Plutona, ki naj bi bila največkrat kriva za tako imenovane slabe aspekte v našem horoskopu - bosta ta dva planeta seveda ustrezljivo okrepila svoje pogubno delovanje.

Če ne čutimo potrebe po kakršnikoli borbi ali dokazovanju borbe in dokazovanja v našem življenju ne bo, glej ga zlomka- ljudje nas bodo imeli radi in nas spoštovali, brez da naredimo karkoli, spoštovani bomo samo zato, ker smo.

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 privabljammo vlago v stanovanje.

28. oktober od 16:46 do 30. oktober do 17:40, Luna v Strelcu, rastoča. Ugodno za dodajanje energij v stegna, jetra, kolke.

Ker so stegna povezana z moškimi, ponavadi z očetom, si tudi nalagamo občutke, prepričanja, afirmacije, da nas oče, moški ali pa bog v našem življenju podpirajo. V teh dneh je to odličen način boja s celulitom.

Luna v ognjenih znamenjih je primerna za zračenje stanovanja.

30. oktober od 17:40 do 1. november do 23:09, Luna v Kozorogu, rastoča. Ugoden čas za dovajanje energij v kosti, sklepe, kolena, kožo, zobe, nohte. Na te dni je zelo pomembno, da smo zadovoljni s svojim videzom, pa tudi afirmacije na temo podpore našim življenjskim ciljem, obilno pomagajo k trdnosti naših kosti, vse substance ki krepijo kosti v teh dneh delujejo dvojno.

Ti dnevi so najbolj primerni za negovanje kože. Lahko uporabite razne kreme, menjave prepričanj, nalaganje občutkov, pozitivne afirmacije...

Karkoli boste v teh dneh naredili za regeneracijo kože, bo učinek podvojen. Seveda, če imate ravno v teh dneh probleme s kožo, je pametno raziskati, kateri vzorci vas zavirajo, da bi »se dobro počutili 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.

Slab dan za kupovanje čevljev, rado se zgodi da čevlji ostanejo trdi in jih nikakor ne moremo »uhoditi«.

V dneh ko vladajo zemeljska znamenja (Kozorog, Bik, Devica), ima sol največjo moč delovanja, zato so ti dnevi idealni, da si privoščimo solne kopeli.

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

### 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 od 12. oktobra do 26. oktobra

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.



## ASTRO KOTIČEK... LUNINI CIKLI nadaljevanje

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.

Do 12. oktobra 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 Biku, ni primeren dan za kakršnekoli operacije vratu, grla požiralnika, glasilk, zob. 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 rodil:

najbolj neugodno:	polna luna v Škorpionu
zelo slabo:	rastoča luna v Škorpionu
slabo:	rastoča luna v drugih znamenjih
srednje dobro:	padajoča luna v Škorpionu
dobro:	padajoča luna v drugih znamenjih
idealno:	mlaj v drugih znamenjih

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

Zvone Turk

gsm 041-420 334



### 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 oktober je mesec ognja

#### 1 VIZIONAR

V tem mesecu bodo prišli rezultati vaše setve, ki ste jo opravili v prejšnjih 5 mesecih. Pomembno je, da zaključite tisto, kar delate zadnje tri mesece. Rezultati bodo prihajali zelo hitro in bodo sorazmerni z vloženim trudom in energijo. Kar pomeni, da boste želi samo, če ste sejali in da bo pridelek sorazmerno velik s količino nege, ki ste mu jo posvetili. Zapišite si svoje cilje na vseh področjih, ki so vam pomembno in se jasno naravnajte na to, kar si v svojem življenju želite in ne na tisto, česar nečete več. Jasno se usmerite v tisto, kar si želite, delovanje z namero bo v tem mesecu za vas izjemno pomembno in blagodejno. Zelo jasno boste razmišljali in pomembno je, da ne poskušate ljudi okoli sebe prepričati v stvari, ki bi jih morali narediti. Negujte svoje telo in dušo!

Kristali, ki lahko pomagajo: Diopfaz, Sodalit

#### 2 PRIJATELJ

Pred vami je mesec v katerem boste uživali v družbi ljudi, ki vas obdajajo. Ljudje vam bodo z veseljem priskočili na pomoč tako v osebnem kot v poslovnem svetu. Pomembno je, da sprejmete ponujeno pomoč in dovolite ljudem, da vam naklonijo čas in pozornost, četudi bi raje vi pomagali drugim. Sprejmite in se zahvalite brez občutka, da ste komurkoli karkoli dolžni. To ni vedno lahko, še posebej za vas. Čutili boste lahkotnost in stvari bodo tekle gladko. Drobna nesoglasja in težave, ki jih boste opazili boste z lahkoto rešili, pomembno je, da si upate spogledati z njimi. Vzemite si čas za prijatelje in druženje, za skupno kosilo, ogled predstave ali jesenski piknik. Preživite več časa z otroci in živalmi, pojdite v naravo. Dolgi sprehodi vam bodo koristili. In smejte se!

Kristali, ki lahko pomagajo: Morganit, Roževec

#### 3 POBUDNIK

Oktober vam bo pokazal s čim v svojem življenju niste preveč zadovoljni, kaj bi radi spremenili, v katero smer bi se radi premaknili in kaj vam ne ustreza več. Ker je aktivnost za vas ključnega pomena bo v tem mesecu morda ključno to, da se boste notranje umirili in ne boste kot pobesnena žival skakali na mestu. Bodite potrpežljivi! Verjetno bo mesec naporen, saj si lahko obetate spremembe, lahko se pokažejo priložnosti za selitev ali spremembe v stanovanju, zamenjava službe ali le zamenjava pisarne. Pozorno načrtujte in dobro premislite, preden se odločite za spremembe. Spoznali boste kaj si želite delati in s kom si želite družiti in nekateri ljudje bodo odšli iz vašega življenja. Spremembe bodo nedvomno del vašega življenja v tem mesecu, zato sta jasnost in vizija izjemno pomembna spremljevalca za vas v tem mesecu. Dnevno se spomnite, kaj vam je pomembno.

Kristali, ki lahko pomagajo: lolit, Opal

#### 4 FILOZOF

Sedaj je čas, da z zanosom pogledate v svojo prihodnost in se odločite kaj si želite početi, katere možnosti in priložnosti vas čakajo v življenju. Vaša sposobnost širokega pogleda vam v oktobru daje možnost vpogleda v širšo vizijo. Hkrati pa boste dobili zalet, da s pogumom in vztrajnostjo, ki je ena od vaših vrlin, dosežete vse tisto, kar si želite. Prisluhnite srcu in si dovolite, da vas vizija popelje do uresničitve vašega cilja. Mesec bo naporen, saj bo priložnosti veliko. Zavestno se boste morali umiriti in si dati čas za premislek. Jasnost vizije vam bo pomagala, da boste sledili začrtani poti in da ne boste izgubili tal pod nogami zaradi obilice dogajanja. Vse se bo odvijalo z veliko silovitostjo in naglico, zato je izjemno pomembno, da znate z obema nogama ostati trdno na tleh. Dokončajte svoje obveznosti pravočasno!

Kristali, ki lahko pomagajo: Črni turmalin, Jet



### 5 ZBIRALEC

Oktober bo mesec, ko se boste iz divjega ritma prejšnjega meseca znašli v svojem notranjem mirnem kotičku. Imeli boste priložnost, da sprejmete vse tiste misli in občutke, ki se pojavijo, ko ste sami s seboj. Vaš trenutek v soju reflektorjev je mimo in energija vas bo usmerila v notranjost, v notranje raziskovanje potencialov za prihodnost. V vas se dogajajo notranje spremembe in postavljate energijo delovanja za naslednjih devet mesecev. Vaš pogled na svet in na ljudi se bo verjetno spremenil in morda se bodo pojavili strahovi, ki jih niste vajeni. Pogovorite se z nekom, ki mu zaupate in se soočite s tistim, kar bi vas utegnilo v prihodnosti omejevati.

Kristali, ki lahko pomagajo: Labradorit, Granat

### 6 VODJA

Oktober bo idealen čas za sanjanje, za načrtovanje, za študij in za učenje vsega tistega, kar menite, da boste v prihodnosti potrebovali. Pomembno je, da si dovolite svobodo, da vse kar delate, delate sproščeno in preiščljeno. Zberite informacije, ki so potrebne za izvedbo vašega načrta in se pogovorite z ljudmi, ki jim zaupate. Bodite prijazni do ljudi, ki vas obkrožajo. To je čas, ko sebe osrečujete s tem, ko pomagate drugim. Hkrati se povežite z ljudmi, ki razmišljajo podobno kot vi. Tako boste ustvarili ozračje zaupanja in dobrih odnosov in k sebi pritegnili potrebne informacije in nasvete. Naglica in prehitre odločitve v tem mesecu niso priporočljive!

Kristali, ki lahko pomagajo: Lapis lazuli, Magnezit

### 7 REŠEVALEC TEŽAV

Mesec oktober prinaša nove izzive. To je čas, ko se bodo stvari začele odvijati z veliko naglico. Čas v katerem boste spoznavali nove obraze in se srečevali z novimi ljudmi. Imeli boste pretanjen občutek za tiste ljudi, s katerimi boste lahko v prihodnje sodelovali tako v osebnem kot v poslovnem svetu. Priložnosti bodo kar deževale in odprta so vsa vrata za izpeljavo zastavljenih načrtov. Pomembno je le, da se zavedate, da so vam pri tem drugi le v oporo, vi pa boste morali narediti vse potrebne korake. Občasno napetost v telesu sproščajte skozi telesno dejavnost in ne pozabite uživati v svoji družbi! Pretirana aktivnost lahko v tem mesecu vpliva na delovanje vašega dihalnega sistema, zato se pogosto sprostite in ne pozabite se nasmejati iz srca.

Kristali, ki lahko pomagajo: Aventurin, Obsidijan

### 8 MISLEC

Oktober bo zanimiv mesec, saj boste tako kot prejšnji mesec polni malo manj znane energije, ki vam daje izziv in moč, da te izzive sprejmete. September vam je ponudil obilico novih možnosti, hkrati pa nimate nobenih oprijemljivih rezultatov vaših aktivnosti. Sedaj se bodo pokazale določene usmeritve in rezultati, ki vam bodo dali poriv za razširitev vašega delovanja. Navdušenje nad idejami bo veliko, zato bodite osredotočeni na detajle in pazite, da vas entuziazem ne odnese popolnoma. V tem mesecu se bo pokazalo katere svoje iniciative boste nadaljevali in katera so tista področja, v katera boste vlagali manj svoje moči. Ni modro, da začnete s popolnoma novimi smermi delovanja! Jasnost in vizija vam bosta v oporo.

Kristali, ki lahko pomagajo: Oniks, Karneol

### 9 ZVEZDA

Modro je vztrajati na zastavljeni poti, saj pogosto rezultatov ne vidimo takoj. Preglejte svoj napredek in svojo držo. Pomembno je da vidite svojo pot in greste k svojim ciljem. Ne delajte velikih sprememb in se raje učite skozi opazovanje. To je čas za popravke, poliranje in popravke na izbrani poti. Vzemite si čas za pregled svojih vizij in prisluhnite svoji notranjosti, kaj je tisto kar si resnično želite! Oktober bo čas, ko vam bo življenje pokazalo kaj bi lahko naredili bolje, na boljši način, kaj delate dobro in kaj v enaki smeri nadaljevati naprej. Potreba po organiziranosti v tem mesecu bo velika in čas bo idealen za čiščenje fizičnih omar, kot tudi miselnih vzorcev v svojih glavah. Jasnost, jasnost, jasnost!

Kristali, ki lahko pomagajo: Pink Turmalin, Peridot



## KO ZADIŠI... DIŠAVE, KI POMAGAJO IN DIŠAVE, KI ŠKODUJEJO

Vonjave so del eteričnega sveta, tistega, ki je danes izgnan iz mest in za katerega materialisti niti nočejo vedeti, da obstaja. Sadje in zelenjava sta že zdavnaj brez pravega vonja in okusa. Celo na tržnici, ko hodite med stojnicami, kjer prodajajo rože, nič več ne diši. Rože, vzgojene v steklenjakih, ne dišijo. V svetu, v katerem živimo, je čedalje manj vonja. Če ga že začutimo, je praviloma neprijeten.

Če vam spomin sega nekaj desetletij nazaj, se verjetno spomnite, da včasih niti najmočnejši parfumi niso dišali tako dolgo, kot danes dišijo navadna mila, mehčalci za perilo in parfumi. Svet, v katerem živimo, je vse bolj brez vonja (rože iz cvetličarn ga že dolgo nimajo več), tudi naša čutila so vse bolj otopela. Kot odgovor na to začena industrija uporablja vse močnejše umetne vonje.

Narava ni predvidela, da bo človek v laboratorijih ponaredil valovanje vonjav, kemiki pa so jih enostavno »posneli« in jih naredil iz modificiranih naftnih molekul, nekatere pa so celo popolnoma umetno sintetizirali.

Naša čutila na to niso bila pripravljena. Naivno verjamejo temu, kar zavohajo. Če diši po toplem kruhu, ne pomislimo, da je to umetna vonjava, ki jo kupujejo pekarnice, ker so ugotovili, da dobro spodbuja prodajo kruha, tudi če je star že tri dni! Če nam plastične čevlje in torbice poškopijo z umetnim vonjem po usnju, smo zanje pripravljene plačati več.

Vonji v naših možganih obujajo spomine in zbujajo emocije. Možgani ne znajo ločevati med umetnimi in naravnimi vonji. Umetna dišava, ki pričara božično pecivo, vas tako spomni na babico in v vas zbudi nostalgijo po starih časih. Svojo potrebo po toplem domačem vzdušju potem potolažite z nakupom okraskov, daril, svečk in drugih predmetov, ki s toplino in z bližino, po kateri vsi hrepenimo, nimajo ničesar skupnega. Vonjave lahko prelisičijo naš razum, zato sprožajo odločitve, ki so v veselje trgovcem. Naše telo pa zna ločevati med pravimi in umetnimi dišavami in je zgroženo, ker ga silimo, da nafto vdihava in je z veliko žlico. A mi, na žalost, ne znamo več prisluhniti svojemu telesu.

Nočemo verjeti, da tudi dišave sestavljajo snovi, ki se kopičijo v naših organih. Nočemo verjeti, da lahko umetne vonjave sprožijo astmatične napade, obremenjujejo ledvice in jetra, poškodujejo živčevje... V strahu pred škodo, ki nam jo lahko naredijo ponaredki, pa ne smemo pozabiti na čudežno blagodejnost naravnih vonjav. Če znate poiskati prave in delati z njimi (obvladate t. i. aromakulturo), so vam odprta vrata v svet prekrasnih doživetij.

### **Naravne vonjave so lahko zdravilo**

Dišave so močna spodbuda. V Franciji je aromaterapija del uradne medicine. Tudi v drugih državah je poznavanje aromaterapije visoko spoštovano. Aromaterapija je komplementarna oblika zdravljenja, ki v kombinaciji z drugimi metodami dosega zelo dobre rezultate.

Aromaterapevti vedo, da eterična olja, npr. vrtnice, lahko zdravijo depresijo, spodbujajo ali umirjajo telo in duha. Poskusi, ki so jih opravljali v tovarnah, so pokazali, da se je storilnost delavcev povečala za 10 %, ko so v prezračevalni sistem dodali eterično olje limone.

Z eteričnimi olji si lahko pomagamo tudi proti mrčesu, jih uporabljamo pri pripravi jedi in pijač ter v naravni kozmetiki.

### **Kako vonjave delujejo?**

Vsaka vonjava ima svoje vibracije. Vonjave so kot glasba. Če si boste zavrteli nekaj sentimentalnega, vas bo to hitro spravilo v romantično razpoloženje. Poslušanje glasbe z veliko ritma vas bo premaknilo v gibanje. Z EEG testi so dokazali, da tudi vonjave delujejo na tak način. Olja melise in sivke ter meditativna olja upočasnijo delovanje možganskih valov, olja citrusov pa jih pospešujejo.

Zanimivo je, da vonjave sprožijo reakcijo hipofize (ki uravnava izločanje hormonov) in vegetativnega sistema (obtok, prebava, dihanje, uravnavanje temperature), še preden naši možgani dojamemo, kaj vohamo.

Ne le, da delujejo, še preden jih zaznamo, delujejo tudi potem, ko jih z vohom ne zaznavamo več, saj se ta po približno 15 minutah utruje.

Pa smo tam. Tisto, kar dejansko deluje, je vibracija, notranji zapis eteričnega olja.



## KO ZADIŠI ... DIŠAVE, KI POMAGAJO IN DIŠAVE, KI ŠKODUJEJO

Vonj, ki ga zavohamo, in ime, ki ga temu vonju dodajo naši možgani, ni pogoj za reakcijo naše notranje kemije. Nos je le "repcija" - vratar, ki odpira vrata. Telo reagira na dejanski zapis.

Sintetična olja pa so le kulisa naravnih olj. Res da v nas prebudijo spomin na prave dišave in okoliščine, v katerih smo jih prvič zavohali, vendar njihov zapis in vibracija nimata življenjske moči. Lahko le ugibamo, kaj se dejansko zgodi v telesu, ko možgani rečejo: "Mmm, vrtnica!", hipofiza in drugi deli telesa pa: "Fuj... spet nafta!".

Sintetično pridobljene vonjave dejansko kontaminirajo naše telo. So kot trojanski konj, ki s prevaro doseže, da jim odpremo vrata, kjer nato povzročajo škodo. Snovi umetnih olj, ki jih vdihavamo, se nalagajo v telesu, naravna olja pa se v celoti izločajo. Najhujše je seveda onesnaženje na subtilni ravni.

### Kako najti naravne dišave

Razlika med dejanskimi vonjavami in sintetičnimi ponaredki je kot razlika med sprehodom po obali ali gledanjem razglednice z obale. Le dejansko doživetje je tisto, kar v nas pripelje do spremembe. Notranji občutek, ki ga potrebujemo, lahko dobimo le od dišav, ki nosijo dejanski zapis rastlin, iz katerih prihajajo. Poznavalci dejanskega notranjega zapisa rastlinske "esence" vedo, kako lahko eterična olja izkoristimo za vzpostavitev ravnotežja v organizmu.

Tako eterična olja razlikujejo po elementih, ki v njih prevladujejo, po ustreznosti za naše astrološko znamenje, po tem, na katero raven najbolj delujejo (telesna, duševna ali duhovna) in še bi lahko naštevali. Tudi doziranje je znanost zase. Večje koncentracije delujejo na fizično raven. Manjše pa delujejo na subtilne ravni.

Pravilno izvajanje aromaterapije zahteva poznavanje in uporabo čistih olj. V zadnjem času je opaziti več zanimanja za aromakulturo, ki ji sledi tudi vse več literature (tudi v slovenščini). Pri ponudbi izdelkov pa morate biti ZELO ZELO pozorni. Pod nazivom eterična olja lahko najdemo vse mogoče. Stopnje goljufije se gibljejo od prodaje sintetičnih vonjav pod imenom naravna eterična olja, do napačnih oznak rastlin, redčenj, nedoločenih mešanic in podobno.

Od eteričnih vonjav lahko dobite veliko dobrega, vendar pazljivo izberite tiste, ki so vredne tega, da jim odprete vrata svojega telesa.

Naj vaš prostor resnično zadiši in naj se vas dotakne lepota, modrost in milina narave, ki potrpežljivo čaka, da sprejmemo njena neprecenljiva darila.

### Kako prepoznati ponaredke?

Sintetične dišave:

prepoznali jih boste po ceni (praviloma so cenejše) in nepopolnih deklaracijah. Če govorijo o oljih zelenega jabolka, magnolije, lotosa, cvetov mandljev, breskve, vijolice ali šmarnice, ste lahko prepričani, da gre za sintetična olja, saj naravnih eteričnih olj iz omenjenih rastlin ni možno pridobiti.

Mešanice:

nekateri proizvajalci mešajo cenejša eterična olja s sintetičnimi in tako ustvarjajo razne fantazijske mešanice.

Lažna imena:

v tej skupini gre za sicer naravna olja, pridobljena iz cenejše različice rastline. Tako namesto drage atlaške cedre uporabljajo cenejšo ameriško in olje prodajajo pod nazivom "Libanonska ali atlaška cedra". Mešanico eteričnih olj palmaroze, citronele in pelargonije pogosto prodajajo kot eterično olje vrtnice. Pogosto se takšne zamenjave najdejo tudi pri oljih mete in melise.

Zredčena olja:

nepreverjeni proizvajalci ali trgovci, ki kupujejo olja na veliko in jih sami pakirajo, se poslužujejo še enega trika - redčenja olj, ne da bi razredčitev deklarirali. Ne gre le za to, da so vas s tem ogoljufali in ste polovico stekleničke plačali kot celo, hujše je to, da imajo eterična olja v mešanicah slabo obstojnost in so že po



nekaj mesecih brez življenjske moči.

Sumljiva pridelava:

olja so lahko 100% naravna in iz deklarirane rastline, vendar to še ne pomeni, da so tisto, kar naj bi bila. Če so rastline gojene kot monokulture, z uporabo kemičnih sredstev, se ostanki kemije nahajajo tudi v pridobljenih oljih. Posebno nevarna so olja citrusov, ki se pridobivajo iz lupin citrusov. Če gre za škropljene sadeže, je lahko koncentracija strupa, ki bo na koncu v oljih, nevarna za zdravje. Sumljiva predelava: del težav z olji lahko prispevajo tudi sami predelovalci eteričnih olj. Če so pri pridobivanju uporabljali kemična topila (heksan, metilklorid, tetraklorogljik), da bi tako iz rastlin iztisnili čim več, potem boste, poleg eteričnega sporočila rastlin, vdihnili še veliko nevarne kemije.

### Kako prepoznamo dobra olja?

- \* Najboljša so olja iz rastlin, pridelanih brez kemije.
- \* Na dobrih oljih boste našli precizno navedeno ime in latinski naziv rastline, iz katere je pridobljeno.
- \* Cena različnih olj se bo razlikovala, ker se tudi cena pridobivanja močno razlikuje. Če vsa olja ponujajo po enaki ceni, tu nekaj »smrdi«.
- \* Najboljši proizvajalci izvajajo tudi teste s plinsko kromatografijo, masno spektrometrijo in analizo sledov in tako zagotavljajo, da se v olja ne bodo pritihotali ostanki kemije.

### Še nekaj koristnih napotkov, če želite iz aromaterapije potegniti največ dobrega.

- \* Eterična olja se ne smejo pregrevati. Kapljanje olj na radiatorje, peči ali v posode, ki so tik nad svečkami, olja »skuri« in ne osvobaja njihove esence, ki je najbolj dragocena.
- \* Temperatura vode, v katero nakapljate eterično olje, naj ne bi presegala 45-50 oC. Zato izbirajte takšne izparjalnike, ki so dovolj visoki, da jih svečka ne pregreva. Obstajajo tudi marmorni izparjalniki s termostatom, ki vzdržujejo idealno temperaturo ves čas. Takšne uparjalnike najdete v trgovinah, ki prodajajo najboljša eterična olja.
- \* Olja se ne mešajo z vodo. Lahko jih zmešate z maščobnimi olji, mlekom, medom, visokoodstotnim alkoholom ali tekočim milom.
- \* Kot pove že ime, eterična olja hitro hlapijo. Najdaljše trajanje jim zagotovite tako, da jih shranite v temnih stekleničkah, na mestih, kamor ne prodre svetloba. Najkrajšo »življenjsko dobo« imajo olja citrusov (približno 1-1,5 let), zato jih ni treba hraniti za »hude čase«. Uporabljajte jih čim bolj sveže.
- \* V vlažnem zraku je učinek vonjav intenzivnejši.
- \* Če delate mešanice, kozmetične preparate, masažna olja z dodatkom eteričnih in podobno, narejene preparate porabite v roku 2-3 mesecev.

Vir: [www.zazdravje.net](http://www.zazdravje.net)



Avtor: Sanja Lončar

### **S kemijo proti kemiji ne gre!**

V Sloveniji smo imeli priložnost prisluhniti dvema naturopatoma, ki sta oba uveljavljena strokovnjaka na področju naravnega zdravljenja. Italijan dr. Stefano Scoglio je naturopat, raziskovalec in direktor Centra za raziskovanje nutriterapije (Centro di Ricerche Nutriterapiche) v Italiji. Center sodeluje z naravoslovnim oddelkom Univerze v Urbinu pri raziskavah o modrozelenih algah AFA in njihovem izvlečku Phycoplus®. Dr. Christopher Pick deluje v ZDA in Angliji. Njegove priročnike je prebralo več kot 500 tisoč ljudi, obenem pa je ustvaril prvo naravno kozmetiko z ionskimi minerali.

V celicah povprečno zdravih tridesetletnikov je več kot petsto kemikalij, ki jih je ustvaril človek. Tudi preiskave popkavnice so pokazale, da novorojenčkom za popotnico damo več kot sto kemikalij.

Naša telesa so največji živi dokaz tega, kako zastrupljeni smo lahko, pa še vedno (dokaj) normalno delujemo. Obremenitev s strupenimi snovmi je eden od pglavitnih razlogov za težave, ki smo jih poimenovali z različnimi imeni – od različnih alergij do raka.

Na drugi strani je v našem telesu vse manj koristnega gradbenega materiala. Dr. Pick je objavil izide testiranja urina 820 pacientov. Kar 80 odstotkov jih je trpelo za pomanjkanjem rudnin, skoraj vsi so imeli porušeno bazično-alkalno ravnovesje, samo vsak deseti je imel normalno prebavo ...

Podobne rezultate je predstavil dr. Scoglio. Pred dvema letoma je ameriški Urad za poljedelstvo opravil raziskavo, s katero so ugotovili, da 70 odstotkov otrok ne doseže niti minimalnega dnevnega vnosa potrebnih hranil.

### **Kam so izginila hranila iz naše hrane?**

Rastline so takšne, kot je zemlja, na kateri rastejo. Že pol stoletja jih žlahtnijo le po merilih videza in donosa. Gojijo jih na skorajda mrtvi zemlji ter jih vzdržujejo pri življenju z velikimi količinami pesticidov in umetnih gnojil. Več kot polovica zelenjave v supermarketih, pa zemlje sploh ni videla. Proizvajajo jo v hidroponičnih obratih, solate rastejo na tekočih trakovih, v ampulah, korenine pa so deležne le koktajlov, ki jih sestavijo znanstveniki.

Zato nas ne sme presenetiti, da dandanes špinača vsebuje samo 10 odstotkov tistega, kar je vsebovala špinača vaše babice. Med letoma 1985 in 2001 se je vsebnost magnezija v špinači zmanjšala za 68 odstotkov, v krompirju za 33 odstotkov, fosfor iz banan je v tem obdobju skorajda izginil (manj ga je za 84 odstotkov) ...

Makroelementi so še za silo prisotni. Velika težava je tudi v tem, da so iz nekaterih živil že skorajda izginili elementi v sledeh.

Kot je povedal dr. Scoglio, se niti ne zavedamo pomembnosti večine mikrohranil za naše zdravje. Vsi vemo, da je arzenik strup. Če boste zaužili anorganski arzenik, boste umrli.. Toda umrli boste tudi, če v vašem telesu ne bo zadosti organskega arzenika! Šele s porastom neplodnosti so znanstveniki prišli do spoznanja, kako pomemben je cink. Enako velja za vrsto drugih mikroelementov, denimo vanadij, ki igra pomembno vlogo pri delovanju trebušne slinavke. Bor in vitamin K sta pomembna za pravilno vsrkavanje kalcija ... Dandanes v prehrani primanjkuje od 30 do 40 mikromineralov. Ker so krožniki napolnjeni s prazno hrano, ljudem kronično primanjkuje pomembnih snovi, to pa povzroči številne zdravstvenih težav in vse večje težave z debelostjo (temu pravijo tudi give me more sindrom – ljudje jedo, ker ne morejo potešiti lakote po hranilih, ki jih ni v prazni hrani!)

### **Narave ni mogoče ponarediti**

Industrija poskuša to pomanjkanje nadomestiti s prehranskimi dopolnili. To je ena od najdonosnejših panog sodobnega časa. Toda tovrstni izdelki najbrž sodijo med najbolj problematične izdelke nasploh. Večina farmacevtskih podjetij ponuja sintetične vitamine in minerale, ki imajo po mnenju obeh sogovornikov zelo omejeno delovanje, v nekaterih primerih pa sploh ne delujejo ali celo škodujejo. Oxfordska študija, ki je zajela 20 tisoč ljudi, je pokazala, da redno uživanje priljubljenih pripravkov A + C + E + selen ni prav nič znižalo pojavnosti srčnih bolezni v primerjavi s skupino, ki je jemala placebo. Znanstvenike so presenetile tudi študije beta karotena. Umetni beta karoten v telesu ne deluje kot antioksidant, marveč prav nasprotno – povečuje oksidacijo. Enako velja za sintetični vitamin E, ki ga proizvajajo iz nafte. Raziskave so pokazale, da se je število srčno-žilnih bolezni pri jemanju umetnega vitamina E celo povečalo.



Podobno se delovanje askorbinske kisline (sintetične molekule vitamina C) razlikuje od delovanja vitamina C, ki ga zaužijemo iz naravnih virov. Naravni vitamin C bo telo razkisal, sintetično pridobljena askorbinska kislina pa nas v resnici zakisa.

### Kako iz začaranega kroga?

Posledic kemije ne bomo mogli odpraviti s kemičnimi sredstvi. Vrniti se je treba k naravi. Na vprašanje, kaj predlagata kot rešitev, sta naša sogovornika največjo vrednost namenila superživilom, ki omogočajo vnašanje večine potrebnih snovi iz naravnih virov.

V sam vrh zagotovo sodijo alge, zlasti klamatske alge, ki edine niso gojene in vsebujejo veliko več hranil kot druge vrste alg. Naravna oblika mineralov v koloidni obliki je tudi v kristalni soli, ki jo poznamo pod imenom himalajska, tibetanska ali ajurvedska sol. V zadnjem času pridelujejo ionske minerale tudi iz ameriških slanih jezer. Ko gre za vitamin C, je njegov največji naravni vir karibska češnja acerola. Toda tudi pri nakupu pripravkov iz acerole velja biti previden. Redki so ponudniki, ki ponujajo 100-odstotno posušeno acerolo. Askorbinski kislini največkrat primešajo od 5 do 10 odstotkov posušene acerole, kar je zelo daleč od naravnega vitamina C.

### Kaj so superživila?

Tudi na našem trgu je na voljo obilo superživil: vsaj deset ponudnikov ponuja sok aloje vere, klamatske alge, spirulino in chlorello (prodajajo jo tudi pod imenom Algea), na voljo so tudi ječmenova trava, noni sok itn. Dobra lastnost vseh teh izdelkov je, da jih od naravnega deli en sam proizvodni postopek: sušenje ali cejenje. Pod imenom superživila pa nam poskušajo vsiliti tudi vse več močnih antioksidantov in drugih prehranskih dopolnil, ki nastajajo z veliko poseganja v naravno ali pa sploh niso naravni izdelki. Skupno vsem je, da jim ponudniki pripisujejo skorajda čudežne moči.

Kako se znajti v tej ponudbi in kaj so merila, ki jih je treba upoštevati pri odločanju za nakup? Enako vprašanje sem zastavila obema sogovornikoma in upam, da so odgovori konkretni in uporabni.

Vsebnost hranilnih snovi v rastlini aloa vera je dokaj dobro raziskana. Težava je v tem, da nimamo podatkov o vsebnosti dragocenih snovi v teh sokovih in drugih izdelkih. Odvisno od načina pridelave in predelave se vsebnost "dobrega" od proizvodnje do trgovinske police lahko razpolovi – nekatere snovi pa celo povsem izginejo.

Pri algah je lažje, saj so opravili analize že pripravljenih izdelkov, zato je znano, kaj zaužijemo z vsako kapsulo ali tabletko. Pomembno je vedeti, da besedo alge uporabljamo za različne rodove. Klamatske alge in spirulina so prednice vseh rastlinskih in živalskih oblik, zato pripadajo rodu cianobakterij. To je tudi razlog, da vsebujejo snovi, ki jih praviloma najdemo v živalskih snoveh (vitamin B12, maščobne kisline ipd.).

Po mnenju dr. Picka bi se morali izogibati praškom in tabletkam – superživila ohranijo antioksidacijske moči le pod pogojem, da so shranjene v kapsulah ali ampulah in da ne prihajajo v stik z zrakom.

Drugo pomembno merilo, glede katerega se strinjata oba sogovornika, je pomen načina pridelave. Ni vseeno, ali uživata divje alge, sadove in zelišča ali gojene. Vse, kar je gojeno (alge, trave, žita ...), vsebuje čedalje manj hranil.

Če se nam uspe izogniti nenehnemu vnašanju kemičnih snovi s hrano, čistili in kozmetiko ter na drugi strani povečati vnos kakovostnih hranil, bo to še kako vplivalo na zdravju. Kot pravi dr. Pick, ni treba doseči 100 odstotkov. Le z zdajšnjega razmerja 90 : 10 odstotkov v korist neumnostih, ki jih počnemo, moramo priti na 25 : 75 odstotkov v korist dobrih odločitev za svoje zdravje.

Vir: viva.si



## PRIPOROČAMO ... DIVINE ART

**Kdaj: 10. 10. 2011 ob 18h**

**Kje: TEMPELJ DIVINE, Miklošičeva 13 (na križišču s Pražakovo poleg prodajalne Mana), 1000 Ljubljana**

Oktober je mesec lepote, mesec Venere

Svila je moja strast vse od leta 1994, ko sem poslikala svojo prvo rutico, kasneje pa se je skozi svilene niti prelilo na stotine angelov in nadangelov.

Na Valentinovo se je udejanjila serija slik DivineUnion, kjer se je udejanjilo jin/jang ravnovesje skozi moški in ženski objem. Navdihnili so me s svojo barvitostjo in proces uravnovešanja se je močno odvijal tako navznoter kot tudi navzven.

Samorogi so prišli na vrsto to poletje. Ko sem dobila informacije, da delujejo skozi našo dušo in da nam pomagajo pri udejanjanju življenjske misije, se mi je razjasnilo veliko stvari. Ko sem nekaj tednov z njimi nabirala borovnice, iskala več informacij o njih in jih opazovala na svojem vrtu, so se začeli rojevati kar zunaj.

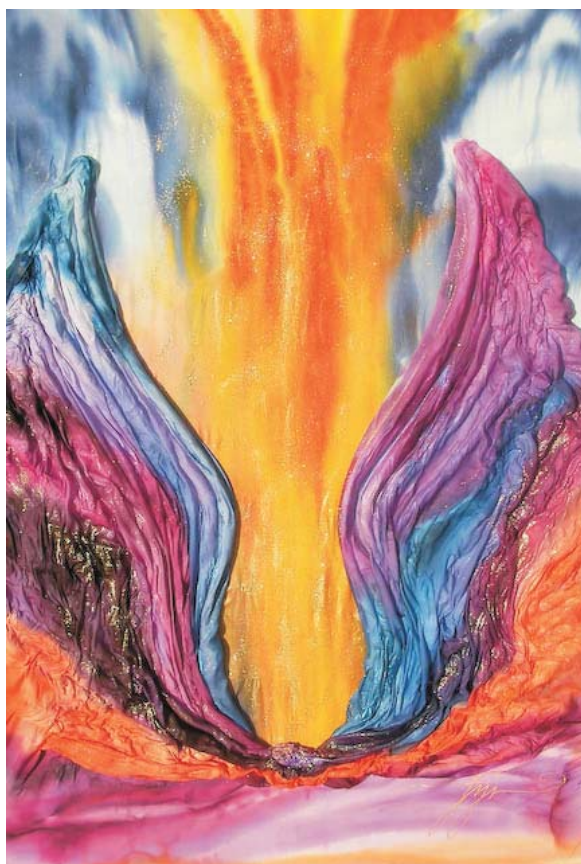
Napeta svila je vase lovila jutranjo roso, sončne žarke, milino in subtilnost vonja vrtnic in lepoto metuljevih kril. Svetloba samorogov pa se je začela udejanjati skozi barvne odtenke, ki jih je izbiral zase vsak posebej. Pokazali so se v vsej svoji lepoti in mi prinesli sporočilo, naj ponudim vsem vam Portret osebnega samoroga na svili v velikosti 70x100.

Naslednji so bili angeli in angel Življenja je bil tisti, ki je odprl vrata mnogim, ki so sledili. Na voljo je angel radosti.

Prihajajo pa tudi boginje v vsej svoji lepoti.

10.10.2011 je poseben dan, saj Tempelj na ta dan odpira vrata vsem, ki želite slike videti v živo. Vse slike, ki so naslikane iz sklopov opisanih zgoraj pa bodo na ta dan na voljo s posebnim popustom, namesto 444€ tokrat 388€.

Vabljeni na klepet o lepoti in kako vpliva na nas. Med 18. in 19. uro.



Angel Življenja





# 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

Zvone Turk vam je na voljo za astrološka svetovanja. Lahko ga pokličete na gsm 041-420 334

Taja Albolena skozi Divine coaching vodi ljudi nazaj k sebi, saj imamo v sebi že vse kar potrebujemo, da najdemo stik s svojo izvirno Bitjo, z namenom, da vse, kar smo, tudi živimo tukaj in zdaj. Nudi tudi Reconnection osebno ponovno povezavo in Reconnective Healing uravnovešanje vseh aspektov Biti, Feng Shui svetovanja in energijska čiščenja prostorov.

Lahko jo pokličete na 040 503 895 ali pišete na [taja@divine.si](mailto: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 2000-2011 DIVINE Taja Albolena s.p.

E-mail: [taja@fengshui.si](mailto:taja@fengshui.si)

Spletne strani:

[www.tajaalbolena.com](http://www.tajaalbolena.com)

[www.divine.si](http://www.divine.si)

[www.fengshui.si](http://www.fengshui.si)

Facebook profil

<http://www.facebook.com/divine.si>

Blog

<http://tajaalbolena.blogspot.com/>

Slika Undine by Josephine Wall

[www.josephinewall.co.uk](http://www.josephinewall.co.uk)