

WITOLD BOŃKOWSKI

**POTĘGA
I PARADOKSY
NASZYCH
UMYSŁÓW**



NIEWYOBRAZALNE

WITOLD BOŃKOWSKI

NIEWYOBRAŻALNE

**POTĘGA
I PARADOKSY
NASZYCH
UMYSŁÓW**

[Kup książkę](#)

Zastrzeżenie

Treść książki opiera się na wiedzy ogólnodostępnej, czerpanej zarówno z osobistych doświadczeń autora, jak i z przytoczonych przez niego publikacji. Nie należy jej traktować jak diagnozy medycznej ani jak porady lekarskiej.

Książka została wydana wyłącznie w celach edukacyjnych; ma na celu popularyzację wiedzy o wpływie ludzkiego umysłu na organizm człowieka, nie stanowi więc alternatywy dla profesjonalnego leczenia medycznego. Zamiarem autora jest jedynie zwrócenie uwagi na potęgę umysłu i jego wpływ na organizm człowieka oraz uświadomienie olbrzymiego potencjału drzemiącego w każdym z nas.

Autor nie ponosi odpowiedzialności za zachowanie czytelnika sprzeczne z niniejszym ostrzeżeniem.

*Pamięci Reginy i Wacława,
moich najukochańszych Rodziców*

[Kup książkę](#)

© Copyright by Wydawnictwo Poligraf, 2013

© Copyright by Witold Bońkowski

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żaden fragment nie może być publikowany ani reprodukowany bez pisemnej zgody wydawcy.

Projekt okładki oraz skład: Cezary Gwóźdź

Redakcja i korekta: dr Joanna Bednarek, dr Joanna Lisek, dr Klaudia Drózd

Książka wydana
w Systemie Wydawniczym Fortunet™
www.fortunet.eu

ISBN: 978-83-63506-21-6

Wydawnictwo Poligraf
ul. Młyńska 38
55-093 Brzezina Łąka
tel./fax (71) 344-56-35
www.WydawnictwoPoligraf.pl

[Kup książkę](#)

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWY	7
WSTĘP	15
Imperator zachorował	16
Tajemnice, które uzdrowiły	18
Prawda odnaleziona w górach	20
Klucz	23
POTĘGA UMYŚŁU	25
Niematerialna natura „materialnego” świata	26
Czy Kosmos na nas wpływa?	29
Gdzie ludzie szukają szczęścia?	35
Potęga modlitwy	41
Jak radzić sobie ze stresem?	46
Odkryj siłę pozytywnego myślenia	53
Moc teraźniejszości	69
Uwolnij swój usypiony potencjał	72
JAK UWOLNIĆ SIĘ OD CIERPIENIA I PRZESTAĆ SIĘ ZAMARTWIAĆ?	93
Przyczyny cierpienia	94
Co powinieneś wiedzieć o zmartwieniu?	99
BLISCY CZY OBCY?	125
Samotność uwalnia	126
Czy piekło to inni ludzie?	131
Okrucieństwo – część naszej natury	144
Wyścig szczurów – machina korporacyjna	147
Zespół Münchhausena	152
Rodzina: skarb czy więzienie?	157
Synowie i ojcowie	162
Jak żyć w świecie pełnym oszustwa?	167

SEKS, MIŁOŚĆ I NIENAWIŚĆ	175
Seksualna energia życia	176
Miłość kluczem do zdrowia	179
Nienawiść – blokada Twojego dążenia do szczęścia	185
JAK POPRAWIĆ WZROK?	191
ODDYCHANIE – KLUCZ DO ZDROWIA	209
ODŻYWIANIE	217
Cud pH	222
Zalecenia ajurwedry	234
Co zaleca Międzynarodowa Organizacja Zdrowia?	246
Odstresowująca żywność	252
CO TWÓJ CHARAKTER MÓWI O CHOROBIĘ?	257
Psychiczne podłoża chorób	261
Niektóre dolegliwości i ich przyczyny	267
LUDZKIE PARADOKSY	285
KLUCZE DO ZDROWIA I DO UTRZYMANIA ODPOWIEDNIEJ WAGI	293
MINISŁOWNIK	299
ZAKOŃCZENIE	307
Podziękowania	309
Bibliografia	317

Warunki ludzkiej egzystencji ulegają coraz szybszym zmianom w związku z szalonym tempem rozwoju nauki i technologii. Przemiany te zmuszają człowieka, a przede wszystkim jego mózg, do wykorzystania mechanizmów adaptacyjnych w celu zachowania homeostazy życia. Na szczęście ludzki umysł posiada ogromny – dotychczas niezmierny i jeszcze mało poznany – potencjał możliwości przystosowawczych oraz kreatywności.

Niewyobrażalne. Potęga i paradoksy naszych umysłów traktuje właśnie o tej niezwykłej mocy umysłu. Wiara w potęgę i możliwości ludzkiego umysłu w pokonywaniu chorób, stresów i zmartwień jest motywem przewodnim tej pracy. Przygotowując książkę, Witold Bońkowski przestudiował wiele dostępnych materiałów z zakresu psychologii, psychoterapii i medycyny – także tej niekonwencjonalnej, oraz zapisów zawartych w Biblii.

Autor stara się skierować uwagę czytelnika na dostępne możliwości radzenia sobie ze stresem, zmartwieniami oraz zagrożeniami zdrowia. W tej istotnej kwestii Witold Bońkowski nawiązuje do istniejących już w historii medycyny różnych metod terapeutycznych; przede wszystkim jednak kładzie nacisk na podejście akcentujące psychosomatyczne uwarunkowania chorób najczęściej występujących w naszych czasach. Stara się nas przekonać, że to nasza własna aktywność wynikająca ze świadomości otaczających zagrożeń może nas uchronić przed chorobą i przedwczesną śmiercią: Twoje życie, a przede wszystkim zdrowie, zależy tylko od Ciebie.

Autor przedstawia więc rady dotyczące tego, jak uwolnić się od niepotrzebnego cierpienia i przestać się zamartwiać; omawia też proste i praktyczne sposoby na zachowanie spokoju ducha, kształtowanie pozytywnego myślenia i budzenie w sobie radości życia. Oferuje również konkretne wskazówki pozwalające na wykonywanie prostych ćwiczeń wspomagających zdrowie (między innymi ćwiczeń poprawiających wzrok i regulujących oddychanie) i wyjaśnia związek spożywanych pokarmów ze stanem organizmu.

Relacje z innymi ludźmi są równie ważnym czynnikiem wpływającym na nasze zdrowie. Dlatego w rozdziale *Bliscy czy obcy* Autor w skłaniający do głębszego przemyślenia, a czasami wręcz kontrowersyjny sposób omawia problemy samotności, gotowości na spotkanie drugiego człowieka, życia we wspólnocie i integracji ze społeczeństwem. Zwraca też uwagę na to, że aspekt okrucieństwa jest trwałym elementem natury człowieka, zaburzającym jego zachowanie. Szkodliwość okrucieństwa i agresji jest oczywista; wymagają one więc ćwiczenia kontroli emocjonalnej.

Poczucie panowania nad swoją egzystencją jest istotnym warunkiem zdrowia. Dowiadujemy się zatem, jak zjednać sobie ludzi, jak poprawić efektywność swojego działania, jak unikać konfliktów oraz jak zyskać kontrolę nad własnym życiem.

Nasze relacje z innymi obejmują jednak nie tylko działania instrumentalne, nastawione na naszą korzyść, ale i bezinteresowną pomoc. Jest ona równie ważna, jeśli nie ważniejsza. Autor w wielu fragmentach swej książki podkreśla, że kiedy zwracamy się z wyciągniętą ręką do drugiego człowieka, kiedy dajemy coś od siebie innym, uświadamiamy sobie, że można lepiej korzystać z życia. Także wiara w Boga i modlitwa są potrzebne, by cieszyć się życiem, i pomocne w radzeniu sobie z jego cięższymi chwilami. Religia chrześcijańska nie tylko inspiruje, ale i pomaga osiągnąć harmonię wewnętrzną, która jest fundamentem zdrowia. Ojciec współczesnej psychologii Wiliam James w liście do przyjaciela wyznał: *coraz mniej i mniej mogę sobie radzić bez Boga*.

Zachodzące w szybkim tempie zmiany w codziennym życiu stawiają nas przed trudnymi decyzjami w konfrontacji ze stresem we własnym domu, w szkole, w pracy, a nawet w czasie urlopowych wyjazdów „na wypoczynek”. Jest to związane z coraz częstszymi aktami manipulacji, przemocy, „mobbingu”, oszustwa, wandalizmu, agresji, a także terroryzmu. Frustracja, groźba utraty pracy, zagrożenie materialnych podstaw egzystencji często sprawiają, że ludzkie zachowanie przyjmuje formy antyspołeczne, antyludzkie czy wręcz kryminalne.

Książka ta może pomóc nam w zachowaniu siły w obliczu wszystkich tych przeciwności życiowych. Jest godna polecenia jako źródło ogólnej wiedzy na temat promocji zdrowia i możliwości polepszenia komfortu życia. Stanowi przystępnie napisany „elementarz” uczący sposobu życia, właściwego odżywiania, realizowania kariery zawodowej, szczęścia w rodzinie, w małżeństwie, umiejętności komunikowania się z otoczeniem, radzenia sobie ze stresem, a przede wszystkim – radzenia sobie z samym sobą, aby cieszyć się swoim życiem. Prosta, bezpośrednia forma przekazu inspiruje do osobistych refleksji. Czytelnik z pewnością znajdzie tu wiele informacji, które będą dla niego istotne i mogą mu pomóc w rozwiązywaniu codziennych problemów.

dr n. med. Zdzisław Kapelski

b. Ordynator Oddziału Psychiatrii Służby Zdrowia
Szpitala MSW, konsultant w dziedzinie psychiatrii
Służby Zdrowia MSW; Wiceprezes Stowarzyszenia
Pomocy Mieszkaniowej dla Sierot

WYCIĄG Z LISTU DRA STANISŁAWA STEFANKA, TCHR, BISKUPA ŁOMŻYŃSKIEGO SENIORA:

Pan Witold Bońkowski, prawnik, przedsiębiorca.

Owoce niezwykle ofiarnego zaangażowania zawodowego inwestuje w rozwijającą się firmę i dzieli się nimi z najbardziej potrzebującymi. To młodzież z domów dziecka, która w wieku usamodzielnienia prawnego nie ma często elementarnych warunków do usamodzielnienia życiowego (mieszkanie, praca zawodowa).

Stworzenie środowiska ludzi dobrej woli to o wiele więcej aniżeli widoczne ramy Stowarzyszenia, któremu z takim powodzeniem przewodził Prezes Witold Bońkowski.

To właśnie osobisty kontakt z bardzo wielu specjalistami świata nauki i życia publicznego, lata studiów i pracy zawodowej zrodziły bogate przemyślenia, które Autor zawarł w publikowanym studium.

Jest to interdyscyplinarne spojrzenie na codzienne nasze życie. Zintegrowana wizja człowieka stała się kluczem do odpowiedzi na szeroko widziane problemy współczesnej cywilizacji. Harmonijne wykorzystanie tradycyjnej, sprawdzonej przez wieki antropologii w ocenie wnikliwie obserwowanych współczesnych zmian obyczajowych stanowi bardzo cenne wsparcie czytelnika w jego poszukiwaniach sensu życia i społecznego zaangażowania. Żywa narracja i konkretny język stanowią dodatkowe walory godne promocji i sprawiają, że książka jest bardzo interesującą lekturą.

Łomża, dnia 1 maja 2013 r.



Nie trzeba szukać pocieszenia, trzeba **szukać Boga** – On daje pocieszenie. Więcej: nie trzeba nawet szukać Boga. On sam do nas przychodzi. Trzeba tylko otworzyć się na przyjęcie Go.

Taka refleksja nasuwa się po przeczytaniu książki *Niewyobrażalne. Potęga i paradoksy naszych umysłów*. Główne przesłanie, które chce nam przekazać Autor, odczytuję także z Jego życiorysu. Witold Bońkowski znany jest nie tylko w środowisku poznańskim, ale również w całej Polsce jako założyciel Stowarzyszenia Pomocy Mieszkaniowej dla Sierot. Stowarzyszenie od ponad trzydziestu lat zajmuje się pomocą w sprawach mieszkaniowych dzieciom osieroconym i osobom niepełnosprawnym oraz wyposażaniem osób niepełnosprawnych w niezbędny sprzęt rehabilitacyjny, ułatwiający życie, naukę i start zawodowy. Ta bezinteresowna pomoc tym, którzy tego najbardziej potrzebują, przemawia do nas mocniej i głębiej niż nawet najpiękniejsze i najmądrzejsze słowa.

Książka skłania nas także do zauważenia, że naukę Chrystusa przyjmujemy w całości albo w ogóle nie przyjmujemy. Jeżeli wierzymy w Chrystusa, nie trzeba nam żadnych uzasadnień poza Nim samym. Jest tak, ponieważ wszystko, co pożyteczne i dobre – w tym nauka – ma swój początek w Chrystusie. Prawdą jest jednak również to, że nie można opierać się wyłącznie na osiągnięciach ludzkiego rozumu (nauki); należy z nich korzystać tylko dla osiągnięcia dobrych celów: *Abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną*¹.

Idąc tym tropem, jesteśmy w stanie dostrzec, jak wiele wspaniałych propozycji znajdujemy w tej książce. Dotyczy to wielu rozdziałów książki *Niewyobrażalne*, w której zaakcentowana jest również wartość modlitwy. Dzięki modlitwie uczymy się przecież patrzeć na całą rzeczywistość po bożemu. Autor porusza bardzo wiele zagadnień pochodzących z rozmaitych dziedzin, dlatego trudno jest mi ustosunkować się do całej książki w sposób merytoryczny. Muszę jednak powiedzieć, że czytając książkę jako laik, osobiście bardzo wiele skorzystałem na jej lekturze – ma ona dużo do zaoferowania, jeśli chodzi o wzbogacenie rozumienia otaczającej nas rzeczywistości. Na szczególną uwagę zasługują moim zdaniem takie podrozdziały, jak: *Miłość kluczem do zdrowia*, *Nienawiść – blokada twojego szczęścia*, albo *Co powinienś wiedzieć o zmartwieniu?*

1 Rdz 1,28.

Autor namawia, byśmy nauczyli się doceniać teraźniejszość i cieszyli się chwilą obecną. Czerpie przy tym bezpośrednio z Ewangelii: „Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj”. Dzisiaj – bo to akurat jest najważniejsze. Jest to wyraźna kontynuacja nauk Chrystusa, który wprost zalecał: „Nie troszczcie się więc zbytnio o jutro”².

W książce znajdujemy również wiele cennych sugestii dotyczących naszego zdrowia: poruszona zostaje między innymi kwestia prawidłowego oddychania, poprawy naszego wzroku, a także zasad zdrowego odżywiania.

Podsumowaniem i wnioskiem końcowym może być sugestia: *dokonaj zmiany nastawienia z negatywnego na pozytywne*³.

Autor kończy książkę bardzo trafnym spostrzeżeniem: *Żyjemy w świecie pełnym fałszu i nieprawdopodobnego zakłamania. Wielu podłość, hipokryzję i oszustwo uznało za dobro, jednocześnie wyśmiewając uczciwość, przyzwoitość i ufność... Ludzkość za rzadko rozmyśla nad słowami Jezusa: „Zaprawdę powiadam wam: Kto nie przyjmie królestwa Bożego jak dziecko, ten nie wejdzie do niego”*⁴.

Ks. dr Edward Janikowski TChr

b. Rektor Wyższego Seminarium Duchownego Towarzystwa Chrystusowego dla Polonii Zagranicznej;
Członek Honorowy Stowarzyszenia Pomocy Mieszkaniowej dla Sierot

² Zob. niżej, s. 100–101.

³ Zob. niżej, s. 63.

⁴ Zob. niżej, s. 307.

*Nie można dwa razy wejść do tej samej rzeki,
za każdym razem bowiem
inna woda w niej płynie.*

Heraklit z Efezu

*Choroby są wynikiem
niewłaściwego sposobu życia.*

Hipokrates

*Nie warto pisać tego, co na wstępie
nie wydawałoby się czytelnikowi fałszywe.*

Nicolàs Gómez Dávila

WSTĘP

*Denerwować się, znaczy mścić się
na własnym zdrowiu za głupotę innych*

Ernest Hemingway

Żyjemy w świecie reguł opartych na wartościach wpojonych nam przez rodziców podczas procesu wychowania oraz zasad, które pozwalają nam istnieć w konkretnej społeczności: lokalnej, państwowej, ogólnoludzkiej. Dopiero zetknięcie z sytuacją budzącą w nas silne emocje pozwala nam na dostrzeżenie własnego ja, na konfrontację z przeciwnościami losu, na zdefiniowanie swoich potrzeb i zrozumienie własnego organizmu, ciała i umysłu.

Mnie zmobilizowały do działania trzy przypowieści autorstwa Mirsakarima Norbekova, doktora psychologii, pedagogiki i filozofii medycyny. W ten sposób narodził się pomysł na książkę. Przeczytajcie te historie, a potem zdecydujcie, czy zechcecie podążać za mną i ze mną ścieżką, którą tutaj nazwałem kluczem. Kluczem do radosnego życia. Do uwolnienia się od cierpienia, które sami produkujemy. Do niezamartwiania się.

IMPERATOR ZACHOROWAŁ

Pewien władca absolutny, twórca imperium, człowiek waleczny, okrutny i bezwzględny nagle zachorował. Choroba przykuła go do łóżka. Kolejni wzywani medycy nie radzili sobie z jego przypadłością. Imperator leżał przez długie dni, miesiące, a potem lata przykuty do łóżka. Złościł się na nieudolność lekarzy, w końcu w ataku furii wydał rozkaz pozbawienia ich życia. Jego wściekłość ucichła, uspokoiła się na chwilę, nie uwolniło go to jednak od choroby.

Kolejne dni beznadziejnie mijały. Pewnego dnia władca zawezwał do siebie wezyra. Podczas rozmowy z nim okazało się, że w okolicy żyje jeszcze jeden medyk, jednak ze względu na jego brak ogłady, grubiaństwo, wręcz chamskie zachowanie nie został zaproszony na dwór. Imperator był zdesperowany. Szukał ratunku za wszelką cenę, więc rozkazał sprowadzić do siebie krnąbrnego lekarza.

Medyk okazał się pełen buty. Zaznaczył, że szanuje zdolności swego pacjenta do zarządzania państwem, lecz w sprawach medycyny uznaje go za zupełnego ośła. Władcę zamurowało, a potem z wściekłości zaryczał, wołając strażę i obiecując lekarzowi okrutną śmierć. Ten jednak go wyśmiał, twierdząc, że jest ostatnią nadzieją imperatora na odzyskanie zdrowia. Rzeczywiście, to władcę powstrzymało. A lekarz zaczął wysuwać żądania. Postawił trzy warunki: żądał sprowadzenia przed wrota siedziby imperatora najszybszego wierzchowca w państwie, który będzie miał w jukach złoto, potem opuszczenia pałacu przez całą służbę, a następnie wydania rozkazu, by przez godzinę po zakończeniu kuracji nikt nie zbliżał się do władcy, choćby ten krzyczał wniebogłosy. Były to dziwne postulaty. Podejrzliwy król żądał uzasadnień i choć argumenty medyka niekoniecznie do niego trafiały, stawką było wyzdrowienie tego samego dnia, co zresztą lekarz obiecał.

Kiedy imperator wydał rozkazy zgodne z zaleceniami medyka, poprosił go o rozpoczęcie kuracji. Ten jednak rzekł do niego: *Co mam zaczynać, stary ośle? Kto ci powiedział, że umiem leczyć? Wpadłeś w moją pułapkę. Mam teraz godzinę czasu. Od dawna czekałem na odpowiedni moment, żeby cię udupić, parszywy krwio pijko! Mam trzy dawne marzenia, trzy najgłębsze pragnienia. Pierwsze z nich, to plunąć w twój królewski pysk!*¹. Opluty imperator wił się z wściekłości. Nic jednak nie mógł uczynić. Krzyki były nieskuteczne, bo służba trzymała się wyraźnego rozkazu bezwzględnego króla. Władca zro-

1 Mirsakarim Norbekov, *Osiół w okularach, czyli jak przejrzeć na oczy*, przeł. S. Kaliszuk, Białystok 2012, s. 19.

zumiał, że jest całkowicie na łasce i niełasce lekarza. Tymczasem ten wyjawiał drugie marzenie, mówiąc, że od dawna chciał wysikać się na imperatorską gębę. Jak powiedział, tak uczynił. Poniżony król trząsł się ze wzburzenia. A jego ciemieżca po oddaniu moczu na twarz swego pana dodatkowo zaczął kopać władcę po nogach, wyzywając go od padliny, a potem używając jeszcze straszniejszych obelg. Wreszcie podzielił się swoim trzecim marzeniem. Było ono tak bulwersujące, że król zaryczał jak ranne zwierzę i nadludzkim wysiłkiem przyjął obronną postawę, podnosząc się najpierw na kolana, a potem podpierając się o ścianę; wreszcie stanął na chwiejnych nogach. Medyk postanowił uciec. Dosiadł najlepszego w królestwie wierzchowca objuczonego workiem złota i czmychnął. Mimo że nogi króla były jak z waty, postanowił nie poddawać się i dopaść bezczelnego lekarza, a potem srodze się zemścić. Wyciągnął miecz, ostatkiem woli dotarł do stajni i dosiadł pierwszego napotkanego konia. Ruszył w pościg. Z każdą chwilą pędził coraz szybciej, odczuwając przyływ sił vitalnych. Wiatr we włosach przypominał cesarzowi o dawnych wyprawach, co dodało mu sił. Wieść o władcy jadącym po raz pierwszy od dwudziestu lat przez królestwo rozniosła się lotem błyskawicy. Stu wódzów podążyło jego śladem i ujrawszy króla, skwitowali to okrzykami pełnymi zachwytu.

Brak wiary w wyzdrowienie nie pokona choroby; potrzebujesz wstrząsu, by wzbudzić siłę woli²

Imperator chłonał podziw swych poddanych, jednocześnie zaczynała mu mijać wściekłość na medyka. Wreszcie, wraz ze świtą swoich wojowników, dopadł lekarza. Wojowie przyprowadzili go przed oblicze króla. Lekarz nie wydawał się już taki hardy. Władca długo na niego spoglądał, po czym uznał, że zasługuje nie na jeden marny worek złota, lecz na całą karawanę cennego kruszcu.

2 Tamże, s. 22.

Tajemnice, które uzdrowiły

Dzieci wymagają ciągłej uwagi. Mają ogromną potrzebę pieczyoty, uwagi oraz miłości i nigdy im nie dość. Skutkuje to zwykle tym, że matka odsyła dziecko do ojca, ojciec do babci, babcia do dziadka, a dziecko wędruje między dorosłymi, nigdzie nie znajdując pełnej satysfakcji wynikającej z naturalnej potrzeby bycia kochanym. Aż w końcu zdarzy się malcowi zachorować. Raz, drugi, trzeci. Dostrzega zmianę zachowania swoich bliskich. Nagle rodzice zaczynają się w sposób wzmożony interesować dzieckiem, czule gładzą po czole, brzuszku, spełniają zachcianki, kupują przysmaki, czytają bajki. Nagle choroba staje się narzędziem zwracania na siebie uwagi.

Naturalne potrzeby dziecka:

- **ciągła uwaga**
- **permanentne pieczyoty**
- **nieustanna miłość³**

W pewnym przysanatoryjnym szpitalu był oddział dziecięcy, gdzie leżeli mali pacjenci chorzy na cukrzycę. Wśród nich były też sieroty z pobliskiego domu dziecka. Często zadawały one pielęgniarce pytanie, dlaczego akurat ich nie odwiedzają rodzice. Opiekunki nie chciały ich uświadamiać, wyjawiając okrutną prawdę. Wolały zapewniać dzieci, że rodzice zabiorą je ze szpitala wraz z momentem wyzdrowienia. Dwu- i trzylatki zaczęły więc bardzo interesować się swoją chorobą. Jedna z dziewczynek stwierdziła: *we mnie, w środku, jest bardzo dużo kryształków cukru, które chodzą jeden za drugim. To dlatego moi rodzice nie przyjeżdżają po mnie⁴*. Okazało się, że szybko znalazła sposób na zaspokojenie swojej tęsknoty za rodzicami, wyzdrowienie i tym samym ich sprowadzenie. Na wewnętrznym dziedzińcu szpitala stało ponad 70 plastikowych wanierek. Każdego ranka pracownik ośrodka napełniał je morską wodą. W ciągu dnia woda nagrzewała się pod wpływem promieni słonecznych, a dzieci pluskały się w nich. Co ciekawe, okazało się, że każdy z małych pacjentów chodził tylko raz w ciągu dnia do swojej wanny. Dzieci wpadły bowiem na pomysł, że cukier rozpuszcza się w wodzie. Ich wróg, czyli choroba, tam się rozpuszczała, a one zdrowiały. Wystarczyło tylko popuścić im wodze fantazji.

³ Tamże, s. 171.

⁴ Tamże, s. 176.

Na tym oddziale 100% chorych na cukrzycę dzieci wyzdrowiało.

Dzieci traktują zasłyszane komunikaty dosłownie. Nie potrafią skupiać uwagi przez długi czas, są skoncentrowane maksymalnie do 10 minut. Wiedząc o tym, można przekazać im informację, która uruchomi nieprawdopodobne procesy.

Pewnego razu doktor na spotkaniu z małymi pacjentami zwrócił się do nich w następujący sposób:

– Wiecie, dzieci, moi dorośli słuchacze – wasze mamusie, tatusiowie, dziadkowie i babcie, usuwają swoje blizny, natomiast wy nad bliznami będziecie jeszcze pracować, wykonując specjalne ćwiczenie.

Następnego dnia przychodzi do mnie szkrab i mówi:

– A u mnie szrama zniknęła!

Tylko jeden raz im wspomniałem, że dorośli sami usuwają blizny i to wszystko. To okazało się wystarczające. Nie wykonali żadnego ćwiczenia, lecz blizna znikła...⁵.

Byłem sceptyczny wobec tych historii, ale bardzo mi się spodobały. Chciałem sprawdzić, czy kryje się za nimi coś więcej.

5 Tamże, s. 176.

Prawda odnaleziona w Górach⁶

To była dobrze płatna praca. Ośrodek lekarski odwiedzali emerytowani urzędnicy państwowi wysokiego szczebla. Pracujący tam lekarz przeważnie diagnozował choroby z zakresu geriatrici. Pewnego razu kolega, też lekarz, określił stan jednego z jego pacjentów, byłego ministra, jako zadziwiająco dobry, stwierdzając, że jest to człowiek wyleczony i zdrowy. Lekarz zbadał go i ku swemu zdumieniu stwierdził, że u pacjenta znikły obecne wcześniej symptomy choroby Parkinsona. Zdziwiło go to niepomernie, więc wypytał byłego ministra, gdzie i jak się leczył. Ten opowiedział mu o świątyni, gdzie przez jakiś czas przebywał. Lekarz przyjął to do wiadomości, wpisał informację w kartotekę pacjenta i w nawale pracy szybko zapomniał o tym przypadku.

Przypomniał sobie o tym pacjencie w następnym roku. Otóż były minister namówił czterech swoich kolegów do wizyty w świątyni, a oni wrócili zupełnie zdrowi, podobnie jak ów emerytowany urzędnik, który polecił im tajemniczą świątynię. Lekarz przeprowadził ze starszymi panami szczegółowy wywiad. Dowiedział się od nich, że wysoko w górach położona jest Świątynia Czcieli Ognia. Mnisi, którzy tam żyli, przyjmowali raz do roku na 40 dni grupę ludzi, którzy chcieli się wyleczyć – często z bardzo poważnych chorób. Lekarz był tak mocno zafrapowany historią niespodziewanych uzdrowień swoich pacjentów, że postanowił następnego lata sam wybrać się do świątyni, by zbadać niezrozumiały dla niego fenomen zniknięcia wszystkich chorobowych symptomów u ludzi, których leczył od lat.

Lekarz zabrał ze sobą dwóch przyjaciół: jeden był reżyserem, drugi operatorem telewizyjnym. Obaj pragnęli uwiecznić na taśmie filmowej reportaż z ich wycieczki i wyemitować go w telewizji, dla której pracowali.

Mężczyźni z opóźnieniem dotarli do punktu zbiórki. Wszyscy, chcący udać się na leczenie do położonego w górach klasztoru, zdążyli wcześniej wyruszyć do oddalonej o 26 kilometrów świątyni. Mnisi zostawili dla nich jedynie osły. Lekarz namawiał zniechęconych kompanów do nierezygnowania z eskapady, czemu szczególnie był przeciwny operator ważący 130 kilogramów. Po gorącej dyskusji objuczyli swoimi bagażami osły i wyruszyli w długą pieszą wędrówkę. Pierwszy kryzys przyszedł już po 10 km: lekarz szybko zniszczył obuwie, którego używał w mieście, sapiący operator odmówił jakiegokolwiek kroku dalej, a reżyserowi smętnie zwiślała głowa. Przemogli się jednak. Byli w połowie drogi – w takiej sytuacji lepiej iść naprzód niż zawracać.

6 Tamże, s. 103–112.

Na miejsce dotarli po ciemku. Był niemal środek nocy. Mnisi udostępniili im pokój, a oni wycieńczeni padli na posłania. Następnego dnia wszystkich przybyłych „kuracjuszy” pouczono, że miejsce, w którym się znajdują, jest święte, i by w nim nie grzeszyli. Karą za każdy występki miała być pomoc w gospodarstwie, a szczególnie przynoszenie wody z odległego o 4 km źródła.

Okazało się, że jednym z grzechów jest pochmurny nastrój i brak uśmiechu na twarzy. Przybyłych do świątyni gości rozbawiło to i pomogło rozjaśnić twarze, ale już po chwili ich lica przybrały kwaśny wyraz, dokładnie taki, jaki mieli na co dzień, żyjąc w mieście pośród podobnych im ludzi.

Kara była dotkliwa. Każdy posępny przybysz dostał ważący 5 kg dzban z nakazem przyniesienia 16 litrów wody ze źródła. Ponadto na pytanie o termin przyjmowania chorych i stawiania im diagnozy mnisi odpowiedzieli, że oni tu nikogo nie przyjmują i nie leczą. Rozczarowanie gości było ogromne. Każdy z nich, rad nierad, wziął w dłonie ciężki dzban i wyruszył w 8-kilometrową drogę. Lekarz maszerował jako pierwszy, schodząc krętą górską ścieżką. Wrócił z 21-kilogramowym dzbanem wypełnionym wodą dopiero późnym popołudniem. Na twarzy miał przezornie uśmiech. Nic z tego. Okazało się, że był obserwowany przez jednego z mnichów, który śledził wszystkich „kuracjuszy” z lornetką przytkniętą do oczu. Widział, kiedy piechurzy się nie uśmiechali. Lekarz musiał pójść jeszcze raz po wodę, czując, że ktoś pastwi się nad nim. Maszerował głodny, zmęczony i obolały.

Po powrocie lekarza dopadł atak hysterii. Spostrzegł swoje odbicie w lustrze, dostrzegł mizerną postać i niepohamowanie zaczął nerwowo się śmiać. Przybiegli jego przyjaciele, reżyser i operator, i ich też ogarnął dziki śmiech.

Od następnego dnia coraz mniej ludzi wysyłano po wodę do źródła. Po tygodniu już nikt tam nie chodził – nie było powodu. Wszyscy się uśmiechali. Pojawił się nawyk, pewnego rodzaju automatyzm, który sprawiał, że uśmiech zaczął gościć na ich twarzach zupełnie naturalnie. Wtedy mnisi zaprosili ich do kamiennego domku na uboczu, gdzie znajdowało się ujęcie wody. Przybysze zrozumieli, że wysyłanie ich po wodę było lekcją, mającą nauczyć ich pozbywania się własnej pychy, zgubienia poczucia wiary w ugruntowane przekonania i skłonić do postrzegania otaczającego ich świata w sposób znany im z dzieciństwa: cieszenia się otaczającą naturą, czerpania przyjemności z obserwacji żuków, mrówek czy chmur na niebie. Goście klasztoru poczuli się na tyle niewinni i młodzi, że umilali sobie czas, bawiąc się w dziecięce gry. Jednocześnie cieszyli się dobrym samopoczuciem, powoli przestając się skarżyć na choroby, które dokuczały im przed przybyciem do świątyni. Lekarz starał się analizować ten stan. Stwierdził, że przemiana, w ogóle cała tajemnica pobytu w górskiej przystani, polegała na mimice związanej z uśmiechem oraz na wyprostowanej postawie.

Początek „sztucznie wywołanej” osobowościowej przemiany: mimika, czyli UŚMIECH i WYPROSTOWANA POSTAWA

wg dra Norbekova na osobowościową przemianę
potrzebujemy jedynie 40 dni!⁷

Ostatniego dnia pobytu lekarz udał się do przeora, prosząc go o możliwość pozostania w tym miejscu. Ten odmówił. Stwierdził, że wszyscy przybysze są ludźmi mocnymi i na tyle odpornymi, by zostać czystymi pośród brudu. Ich zadaniem jest teraz dzielenie się światłem, które zaczęło rozjaśniać ich od środka.

Po powrocie do miasta lekarz ujrzał na ulicach tłumy ludzi obojętnych, zagonionych, goniących za czymś, czego sami nie potrafiliby nazwać, ludzi bezdusznych, o pustych twarzach i nikczemnych odruchach.

Lekarz był racjonalistą, więc po powrocie do pracy zapragnął sprawdzić, czy uśmiech i postawa mają działanie terapeutyczne. Zorganizował salkę, zebrał pacjentów i rozpoczął z nimi treningi. Krótkie, trwające może godzinę dziennie. Efekty były zastanawiające. Jeden z ćwiczących zgubił okulary – przestał ich potrzebować. Kolejnemu zaczęło pracować jelito. Inny zaczął odzyskiwać słuch. U wszystkich nastąpiła poprawa zdrowia, choćby tylko nieznaczna.

Koniec tej historii jest pokrzepiający. Operator schudł do poziomu 85 kg i cały czas utrzymuje tę wagę, natomiast reżyser, mający wcześniej problemy z nadużywaniem alkoholu, co było powodem rozwodu, porzucił picie i został ponownie przyjęty przez żonę. Do dziś stanowią zgodne małżeństwo.

7 Tamże, s. 122.

KLUCZ

W tym wstępie muszę Cię, Czytelniku, ostrzec: cytowany przeze mnie dr Norbekov potraktuje Cię tak, jak medyk swojego imperatora. W jego imieniu opowiem kilka historii, które możesz uznać za nieprzyjemne. Wstrząs, który Cię spotka, ma poruszyć i skłonić do zastanowienia nad sobą i dalszą ścieżką życiową.

Potem, w ślad za światowymi autorytetami, na których badaniach i wskazówkach wspieram swoją książkę, podam dłoń, a na niej będzie nadzieja: na wyzdrowienie, pogodzenie się ze sobą, na uwolnienie od cierpienia i lęków, które ograniczają. Na końcu, opierając się na przemyśleniach mędrców z czterech stron świata, reprezentujących rozmaite dziedziny – od religii i duchowości po medycynę – przekażę Ci wskazane przez nich sposoby na zdobycie miłości i czerpanie radości z drobnostek. Wskażę też z ich przewodnictwem sprawdzone metody na pozbycie się chorób, stresu i niepokojów. Każda z tych rad ma oparcie w fachowej literaturze.

Chodźcie ze mną i z NIMI.

Zmiana na lepsze wcale nie jest taka trudna.

POTĘGA UMYSŁU

[Kup książkę](#)

NIEMATERIALNA NATURA „MATERIALNEGO” ŚWIATA

Uruchomienie w 2008 roku największego na świecie przyspieszacza hadronów w ośrodku CERN pod Genewą zwróciło uwagę opinii światowej na to, czym współcześnie zajmują się fizycy. Najnowsze osiągnięcia tej dziedziny nauki dotyczą dwóch aspektów:

- formułowania rewolucyjnych koncepcji,
- pojawienia się możliwości przeprowadzania eksperymentów, które umożliwiają weryfikację tych koncepcji.

W naszym codziennym życiu, przeżywanym w świecie, który nazywamy „materialnym”, wystarcza nam znajomość praw fizyki, której podstawy sformułował w XVII w. Izaak Newton. W XIX w. fizyka newtonowska opierała się na modelu najdrobniejszej cząstki materii nieożywionej – atomu. Prawdziwą rewolucję w postrzeganiu rzeczywistości fizycznej przyniosła teoria względności Einsteina. To właśnie dzięki niej stały się możliwe m. in. loty w Kosmos. Zgodnie ze słynnym wzorem, $E = mc^2$, masa jest ilorazem energii i prędkości światła podniesionym do kwadratu. Einstein wykazał więc, że materia to wizualny obraz energii i prędkości równej prędkości światła.

Ukoronowaniem badań dwudziestowiecznej fizyki jest kwantowa teoria budowy Wszechświata. W koncepcji tej atom nie jest już twardą kulką materii, ale składa się z jeszcze drobniejszych niż składniki jądra – proton czy neutron – cząstek elementarnych (do których należą elektrony, bozony, kwarki czy inne opisywane przez fizyków cząstki), uporządkowanych w przestrzenny, hierarchicznie uporządkowany układ stanów energetyczno-informacyjnych usytuowanych w niezmiernie małych przestrzeniach o charakterze próżni. Cząstki elementarne nie są jednak „materialne” w żadnym klasycznym rozumieniu tego słowa – w swojej naturze stanowią impulsy energii i informacji, są więc strukturami energetyczno-informacyjnymi. Atomy różnych pierwiastków zawierają takie same cząstki elementarne, a ich właściwości zależą tylko od układu i liczby tych impulsów.

Zdarzenia kwantowe są więc jedynie fluktuacjami energii i informacji. Z nich zbudowane jest wszystko, co nas otacza, a co określamy mianem materii.

W świetle współczesnej wiedzy świat materialny jest zatem, paradoksalnie, zbudowany z nie-materii, a więc z iluzji fizyczności. Ta nie-materia tworząca świat ma te same właściwości, co myśl na etapie przedwerbalnym, zanim zostanie wyrażona; podobnie jak ona, jest impulsem energetyczno-informacyjnym. Informacja – w tym ludzka myśl – jest energią i ma moc zmniejsza-

nia entropii (czyli wprowadzania porządku do rzeczywistości)¹. Człowiek, dzięki temu, że generuje impulsy energetyczno-informacyjne w postaci myśli, jest elementem tego Wszechświata – ale elementem świadomym. Nasze doświadczenia, złe i dobre, nie są tylko wynikiem przypadkowych przekształceń układów cząstek elementarnych. To my je tworzymy. Odbiciem tego stanu są nasze postawy życiowe. Na tę ciągłość energetyczno-informacyjną struktur świata, a więc i struktur budujących ciało człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem impulsów wywoływanych funkcjonowaniem umysłu zwraca uwagę w swoich publikacjach Deepak Chopra². Tak więc kwantowa koncepcja budowy i funkcjonowania Wszechświata rzuca także światło na rolę naszego umysłu, naszej świadomości, nas samych. Fizyka kwantowa mocno podbudowuje niematerialne rozumienie rzeczywistości i pozwala zakwestionować materialistyczne pojmowanie świata i człowieka.

Nie wierz do końca swoim zmysłom

Zmysły podpowiadają nam, że ludzkie ciało stanowi jednorodną, niezmienną i trwałą masę. Można je także opisać za pomocą różnych fizycznych kategorii. Możemy określić czas, w którym ciało istnieje, jego parametry, od kilogramów przez właściwości powierzchni skóry po temperaturę i wiele, wiele innych. Takie postrzeganie ludzkiego ciała jako tworu statycznego i jednorodnego jest pokłosiem XIX- i XX-wiecznej fizyki, chemii i biologii. Jednak stan współczesnej nauki nie pozwala na utrzymywanie tej wizji świata. Dziś na ciało i organizm człowieka patrzy się przez pryzmat takich kategorii, jak strumienie informacji, świadomości i energii. Heraklit twierdził, że nie można wejść dwa razy do tej samej rzeki. Podobnie Ty, wchodząc dwukrotnie – nawet w krótkim przedziale czasowym – do tej samej rzeki, nie będziesz tym samym człowiekiem.

Każdy haust powietrza oznacza dla oddychającego człowieka wchłonięcie 10^{22} atomów Wszechświata³. W organizmie następuje nieustanna wymiana atomów, a te, które dostały się do naszego ciała, zamieniają się w składniki krwi, serca czy innych narządów. Niezależnie od tego, jakie budzi w nas to uczucia, jesteśmy malutkim fragmentem Wszechświata, ucieleśniając i afirmując jego dobre i złe strony.

1 Por. Honorata Korpikiewicz, *Kosmoekologia*, Poznań 2006, s. 272–273.

2 Deepak Chopra, *Waga idealna*, przeł. D. Bakalarz, Warszawa 2002.

3 Tamże, s. 17.

W ciągu trzech tygodni przez nasz organizm przepływa miliard atomów, które mogą należeć do wszystkich gatunków istot żywych na Ziemi. Przez niespełna rok 98% atomów w naszym ciele zostanie zastąpionych przez nowe. Jeżeli uświadomimy sobie ogrom zmian, które nieustannie zachodzą w naszym ciele, będziemy musieli uznać, że zmiana to jedyny trwały aspekt naszego życia. Najciekawsze są jednak implikacje tego faktu.

W świetle współczesnej nauki atom składa się z cząstek będących nośnikiem energii i informacji. Cząstki te są niematerialne. Wniosek z takiego stanu rzeczy jest zadziwiający: możemy uznać, że 99,99996% organizmu składa się z cząstek niematerialnych. Ciało można uznać za ogromną próżnię, gdzie rzadko można natrafić na maleńki materialny punkt lub przypadkowe wyładowanie elektryczne. Uświadomienie sobie, czym jest 0,000004% naszego ciała i jak niewielką jego część stanowi, pozwoli nam na akceptację i zrozumienie pozostałej pustej przestrzeni. Pomoże nam w tym inteligencja, która jest niematerialnym (także!) zasobem informacji, który *produkuje ciało, reguluje je, panuje nad nim i sam nim się staje*⁴.

Co zatem tak naprawdę odbierają nasze zmysły? Jak dotknąć energii, zobaczyć lub wsłuchać się w nią? Oczywiście pytania te należy częściowo traktować jak figury retoryczne, bo trudno zaprzeczyć, że kierujemy się smakiem podczas pysznej kolacji w wykwintnej restauracji. Zmysły jednak dostarczają nam tylko cząstki wiedzy o świecie i o nas samych. Moim celem jest jedynie to, by wyrwać Cię z codziennej, rutynowej perspektywy i pobudzić do przededefiniowania problemów, z jakimi styka się Twoja dusza, ciało i umysł.

4 Tamże, s. 18.

CZY KOSMOS na nas WPŁYWA?

Kluczem do radosnego życia jest odnalezienie siebie i zaakceptowanie tego, jacy w istocie jesteśmy. Rozwiązanie zagadki szczęśliwego życia tkwi bowiem w naszym wnętrzu. Na człowieka, na jego jestestwo, szczęście i zdrowie należy jednak spojrzeć nie tylko w skali indywidualnego organizmu, ale i w skali znacznie większej – w wymiarze kosmicznym.

Jeżeli felga w kole samochodu ulegnie uszkodzeniu, to ucierpi nie tylko koło – cały samochód będzie narażony na wypadek. To tylko mechanika, ale ta sama reguła obowiązuje dla wszystkich zjawisk, w tym dla życia człowieka na Ziemi. Wiadomo, że fazy Księżyca wpływają na przypływy i odpływy morza, a plamy na Słońcu i wiatry słoneczne oddziałują na ziemskie burze magnetyczne. Nie stanowią one zagrożenia dla zdrowia człowieka, ale naruszają nasze indywidualne pole magnetyczne, zaburzając przepływy energii. Czy zatem Kosmos ma wpływ na życie człowieka?

Pierwsi badania nad konstelacjami gwiazdnymi prowadzili Sumerowie około 25 tysięcy lat przed naszą erą. Odnaleziono pochodzące z tego okresu kości, na których zaznaczono drogę Księżyca na niebie. Wiedzę na temat Kosmosu czerpali Sumerowie z jeszcze starszej wiedzy pochodzącej z Indii; jedno z zachowanych świadectw opisuje konstelację, która mogła pojawić się tylko 95 tysięcy lat temu! Zachowały się też przekazy sprzed 6 tysięcy lat, mówiące, że Sumerowie zbudowali wysoką na 200 metrów wieżę, z której kapłani przez całą dobę obserwowali niebo. Szybko spostrzegli, że zjawiska występujące w Kosmosie mają wpływ na ludzkie życie. Zauważyli między innymi związek występowania chorób z ruchem gwiazd. Świadectwem roli, jaką odgrywał Kosmos w życiu starożytnych Izraelitów, jest Biblia⁵.

Do sumeryjskich badań wrócił radziecki uczony Aleksander Czyżewski⁶, który w 1920 roku odkrył, że co 11 lat na Słońcu występują gigantyczne eksplozje nuklearne. Powiązał je następnie ze zjawiskami społecznymi i kataklizmami na Ziemi i ostatecznie doszedł do wniosku, że ludzie wywołują wówczas wojny i wzniesają rewolty: *jak uderzająco elastycznie wydarzenia historyczne dokonywane przez masy następują za władczymi nakazami naszego ciała*

5 Zob. Bogusław Pawlaczyk, *Astronomia w Biblii*, Poznań 2012.

6 Konstantin Nikiforow, *Most, który połączył dwa kosmosy*, przeł. J. Warczewski, <http://gu.us.edu.pl/node/209491> [dostęp: 13 maja 2013].

*niebieskiego*⁷. Radziecki uczony żył jednak w czasach stalinowskich, kiedy jedynie obowiązującymi wyjaśnieniami dla ruchów społecznych były teorie marksistowskie oparte na walce klasowej.

Spróbujmy rozwinąć myśl Czyżewskiego. Jeżeli prawdą byłoby, że ruchy planet i gwiazd wpływają na zachowanie ludzkich mas, muszą one oddziaływać także na jednostki. Jedną z konsekwencji gwałtownych zjawisk przyrodniczych spowodowanych przez wpływ Kosmosu jest stres. W 1978 roku w Salonikach nastąpiły po sobie dwa trzęsienia ziemi. Służby medyczne odnotowały wtedy dynamiczny wzrost zgonów z przyczyn naturalnych. Z powodu chorób serca umarło o 200% więcej osób niż zwykle. Podobną prawidłowość spostrzegli naukowcy z Australii, gdy trzęsienie ziemi nawiedziło w 1989 roku Nową Południową Walię: stwierdzono o 70% więcej śmiertelnych zawałów serca.

Jeżeli uznamy, że praprzyczyną trzęsień ziemi są zjawiska w Kosmosie, czy możemy wówczas uznać, że istnieje związek przyczynowo-skutkowy między zjawiskami we Wszechświecie a naszym życiem, zdrowiem i kondycją psychofizyczną⁸?

Ludzkie zmysły nie są w stanie zarejestrować bardzo słabych sygnałów elektromagnetycznych, jakie docierają do nas z kosmicznej przestrzeni. Jednak każdy dźwięk, światło widzialne i niewidzialne czy siły grawitacyjne i elektryczne odbieramy przez skórę. Zmienia się wtedy nasze biopole, a badania lekarskie odnotowują zmiany w naszej fizjologii. Kosmiczne wpływy najlepiej przesledzić na przykładzie Słońca i Księżyc⁹.

Księżyc wywiera ogromny wpływ na przyrodę (w tym na nas): na oceany i morza, zwierzęta i ludzi, na plony lub kataklizmy. Zaskakujące jest to, że woda morska posiada podobne proporcje wody i soli, co ta stanowiąca w 70% budulec ludzkiego ciała. Jeśli więc Księżyc wpływa na przypływy i odpływy, to dlaczego nie miałby wpływać na wodę znajdującą się w naszym ciele?

Ludzki płód pływa w łonie matki jak w oceanie. Wody płodowe mają to samo zasolenie, co wody oceaniczne. Wszelkie ingerencje: masowanie brzucha matki, muzyka i dźwięki, które dziecko słyszy docierają do niego za pośrednictwem wody. A skoro woda podlega tym samym wpływom Księżyca, to chyba musi oddziaływać też na dziecko?

7 Tamże.

8 Paul Martin, *Umysł, który szkodzi. Mózg, zachowanie, odporność i choroba*, przeł. P. Turski, Warszawa 2011, s. 43.

9 Janusz Dąbrowski, *Wpływ Kosmosu na procesy życiowe*, <http://www.eioba.pl/a/1o8t/wplyw-kosmosu-na-procesy-zyciowe#ixzz2KPYRB8I8> [dostęp: 13 maja 2013].

W czasie pełni rodzi się o 20% więcej dzieci. Ponadto dwa razy więcej kobiet zaczyna w tym okresie miesiączkować. Wzmaga się także pożądanie seksualne. Przy tym niektóre kobiety bywają rozdrażnione i agresywniejsze. Mają wahania nastrojów, częściej skarżą się na bóle głowy, ale też szukają bliskości i czułości.

Kobieca krew podczas miesiączki i w trakcie ciąży rozrzedza się. Jednak w trakcie gigantycznych erupcji na Słońcu zmniejsza się krzepliwość krwi u wszystkich ludzi, niezależnie od płci. Jeżeli wpływ zjawisk kosmicznych na ludzką krew jest potwierdzony, obecny musi być także wpływ na ciśnienie, a w ślad za nim na serce, umysł i całe ciało.

Księżyc wywiera ogromny wpływ na całą przyrodę, w tym na nasze ludzkie organizmy i ich fizjologię, w sposób przekraczający absolutnie nasze możliwości rozumienia¹⁰

Zauważono, że gdy przybywa Księżyc, pojawia się fala chorób psychicznych. W czasie pełni statystycznie najwięcej osób trafia do zakładów dla psychicznie chorych. I na odwrót: w nowiu najwięcej pacjentów opuszcza te ośrodki.

Nie tylko Księżyc oddziałuje na człowieka. Wszyscy wiemy, jak istotne dla naszego organizmu, psychiki i duszy jest Słońce. Jest ono utożsamiane z sukcesem, powodzeniem, radością, ciepłem, wakacjami, odprężeniem czy siłą. Mniej więcej co 11 lat na Słońcu następuje maksimum aktywności nuklearnej. Automatycznie skutkuje to obroną drzew przed zwiększonym promieniowaniem. W takich latach drzewa w każdym zakątku na Ziemi tworzą w odruchu obronnym szersze słoje.

Ludzie również reagują na zachodzące na Słońcu procesy. W czasie burz magnetycznych na Słońcu zaobserwowano wśród ludzi apatię, kłopoty z motoryką i problemy z szybkością myślenia. Naukowcy zainteresowali się tym związkiem przede wszystkim z uwagi na jego wpływ na pilotów samolotów, a tym samym na bezpieczeństwo pasażerów. Medyczny periodyk „Lancet” już w 1985 roku przedstawił artykuł, którego autor zwraca uwagę na wpływ szybkozmiennych słonecznych pól magnetycznych na ziemskie organizmy żywe, mimo 150 milionów kilometrów oddalenia od gwiazdy! Z kolei profesor Maki Tahara z japońskiego Toho University wykazał związek

¹⁰ Tamże.

poziomu albumin w serum krwi z cyklem słonecznym. Poziom albumin wpływa z kolei na poziom agresji oraz podatność na choroby, a nawet na wzmożone migracje ludności.

Słońce przechodzi również 90-letnie cykle aktywności (tak zwane cykle Gleissberga). Podczas pierwszych 45 lat znajduje się w fazie kolejnych narodzin, „wschodzi”, jest bardziej aktywne, podczas kolejnych 45-lat – „zachodzi”. Podobnie jak w Kosmosie, w życiu ludzkim również następują narodziny, po nich dorastanie, dojrzałość, starzenie się i śmierć. Zrozumienie tej prostej i banalnej prawdy może dać nam poczucie integralnego związku z Wszechświatem.

Księżyc i Słońce na nas wpływają. Nie jesteśmy świadomi tego wpływu, co najwyżej domyślamy się, że nasz nastrój, witalność, nawet dobór seksualnych partnerów mogą być efektem sygnałów, jakie docierają do nas z przestrzeni kosmicznej. Profesor W. Sedlak stwierdził: *Jesteśmy jednym wielkim, niezwykle subtelnym receptorem zmysłowym dla odbioru wszelkiej informacji – przede wszystkim jednak elektromagnetycznej*¹¹.

Pitagorejczycy (VI w. p.n.e) jako pierwsi postawili hipotezę, że Ziemia nie jest płaska, lecz ma kształt wklęsły. Potem stwierdzili, że ma ona kształt wypukły. Krok po kroku zbliżali się do teorii kulistości naszej planety. Zainteresowania astronomiczne pitagorejczyków wychodziły też poza zagadnienia związane z kształtem Ziemi. Starali się postrzegać świat komplementarnie. Ruch planet był dla nich regularny i wynikał z ładu, który panuje w Kosmosie – ładu podobnego do matematycznego porządku obecnego w muzyce i opisywanego jako kosmiczna harmonia.

Wiedza głoszona przez Pitagorasa i jego uczniów o wieki wyprzedzała osiągnięcia i wyniki badań współczesnych astronomów – a trzeba pamiętać, że doszli do niej bez nowoczesnych przyrządów, bez wieków teoretycznego wsparcia i bez wielkiego budżetu. Okazuje się, że starożytni mędrcy doszli do wniosku, iż ludzkość nie jest pępkiem świata, lecz jego skromną częścią. Jesteśmy tylko małym fragmentem większej mozaiki i wszelkie nasze buńczuczne przekonania o nas samych nikną wobec ogromu Wszechświata.

Jeżeli przyjmiemy ten pogląd za pewnik, jak sobie z nim poradzić? Jak odnaleźć siebie? Jak odkryć swoją naturę? Jak przywrócić zdrowie, które jest stanem naturalnym ludzkiego organizmu? Jak osiągnąć szczęście z samego faktu bycia człowiekiem?

11 Tamże.