

VIOLETTA KUKLIŃSKA-WOŹNY

LICZBY ZDROWIA

Terapie naturalne,
psychosomatyka, numerologia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

VIOLETTA KUKLIŃSKA-WOŹNY

LICZBY ZDROWIA

Terapie naturalne,
psychosomatyka, numerologia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

[Kup książkę](#)

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

Wydanie I
Białystok 2013
ISBN 978-83-8171-040-4

© Copyright for this edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2012
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

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



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

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

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

[Kup książkę](#)

Spis treści

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

Wstęp

Drogi Czytelniku

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

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

Życzę Czytelnikom wielu odkrywczych wrażeń.

Violetta Irmina Kuklińska-Woźny
(styczeń 2012)

Budowa ciała i jego historia

Ciało każdego człowieka, choć składa się z narządów stanowiących zbiór tkanek ułożonych według określonego planu i przystosowanych do wykonania określonych czynności, działa z ogromną precyzją i ma bardzo indywidualną budowę. Wszystkie narządy ciała ludzkiego stanowią jedność. Według Aleksandra Lowena ciało wyraża to kim jesteśmy, nasz indywidualny styl, nasze postawy, stosunek do życia, zdrowie lub chorobę. Wszystkie nasze doświadczenia kształtują nie tylko strukturę naszego ciała, ale i osobowość. Ciało potrafi trwale przechowywać utrwalone wzorce myślowe. Ma pamięć i stanowi główny ośrodek wyrażania uczuć. Z ciała można odczytać historię naszego aktualnego życia, a nawet doświadczenia poprzednich wcieleń. Ciało nigdy nie kłamie. Jest inteligentne i mądre, i wie instynktownie, co jest dla niego właściwe. Powinno być traktowane jak świątynia – lokum, w którym mieszka dusza. Ciało może być pełne wdzięku, gracji, eleganckich ruchów lub może być sztywne, pozbawione harmonii. Może funkcjonować wspólnie z umysłem lub być całkowicie oddzielone od umysłu. Może być witalne, rozluźnione, dostatecznie naładowane energią lub niedoenergetyzowane, pełne blokad, mięśniowych napięć, zwyrodnień, tętniące zdrowiem lub obolałe. Każdy z nas dysponuje takim ciałem, na jakie sobie zapracował, w tym i w poprzednich wcieleniach. Według Biblii – człowiek jest jak ziarno.

„Bóg zaś daje mu takie ciało, jakie zechciał dać, każdemu z nasion właściwe”. Wielu ludzi nie ma świadomości ciała. Nie rozumie jego języka, nie potrafi się z nim komunikować, a w związku z tym nie wychwytuje impulsów cielesnych, jakie są przez ciało wyrażane. Nie przywiązuje dużej wagi do inteligencji ciała, gdyż ważniejsze jest to, co mówi intelekt. Kosztem rozwoju intelektu zaniedbuje swoje ciało, rozwija się jednostronnie. Rozwój bez świadomości ciała jest jak drzewo bez korzeni, prędzej czy później zaprowadzi do ślepego zaułka, w którym czai się choroba, która najczęściej rozbudza w człowieku świadomość ciała. Brak świadomości ciała wynikać może z lęku przed dostrzeganiem czy przeżywaniem pewnych stłumionych uczuć. Mądrość ciała jest często tłumiona przez ego, które próbuje przejąć kontrolę nad ciałem.

W książce, pt. *Liczby życia* starałam się Państwu pokazać, jak można zwiększyć swoją świadomość, wykorzystując trudne sytuacje życiowe opisane przez symbolikę liczb kształtujących drogę życia. W tej książce pragnę wskazać na inne źródła, z których można czerpać cenne informacje na temat naszej nieświadomości oraz zachęcić do pracy z ciałem, które może odsłonić wiele tajemnic osobowości człowieka. Po raz kolejny chcę zasygnalizować, że numerologia jest wspaniałą wiedzą, dzięki której można wiele zrozumieć, wykorzystać ją jako lustro, ale nie można popadać w iluzję, że dzięki jej znajomości problemy same się rozwiążą. Trzeba skorzystać z terapeutycznych technik i włożyć sporo energii w pracę nad samym sobą.

Według **medycyny Zachodu** ciało ludzkie dzieli się na części będące wycinkami organizmu jako całości. W tym podziale wyróżniamy: głowę, szyję, tułów, cztery kończyny tj. prawą i lewą rękę, prawą i lewą nogę. Każda z tych części wyposażona została w różne narządy, grupujące się w układy narządów. Medycyna Zachodu wyróżnia następujące układy narządów: układ kostny (szkielet człowieka, czaszka, kręgosłup, kręgi, kości, stawy, więzadła, zęby), układ mięśniowy

(mięśnie twarzy, szyi, grzbietu, klatki piersiowej, brzucha i kończyn), układ krążenia (serce, krwiobieg mały i duży, krew), układ chłonny – limfatyczny (węzły chłonne, śledziona), układ dokrewny (gruczoły dokrewne), układ trawienny (jama ustna, przełyk, żołądek, dwunastnica, wątroba, trzustka, jelito cienkie i grube), układ moczowy (nerki, pęcherz moczowy, cewka moczowa), układ rozrodczy (narządy rozrodcze męskie i żeńskie), układ oddechowy (jama nosowa, gardło, krtani, tchawica, płuca), układ nerwowy (mózgowie, rdzeń przedłużony, rdzeń kręgowy, nerwy czaszkowe), narządy zmysłów (narząd wzroku – oko, narząd słuchu – ucho, narząd powonienia – nos, narząd smaku – język, narząd dotyku – skóra).

Według **medycyny Wschodu** ciało ludzkie jest systemem kanałów (meridianów), tworzących sieć łączącą części ciała i narządy wewnętrzne. W tych kanałach cyrkuluje siła życiowa qi zwana siłą witalną, siłą życiową, praną, logosem, dharmą, która odpowiada za prawidłowe działanie procesów duchowych, psychicznych i fizycznych. Energia ta przenika wszystkie tkanki, komórki i narządy ustroju ludzkiego, a także krew i wszystkie płyny ciała. Jeśli energia ta przepływa swobodnie, organizm człowieka jest w stanie homeostazy. Wewnętrzne qi człowieka uważane za podstawowy czynnik życiowy skupia różne, niezbędne do egzystowania energie; energię typu YANG pochodzącą z kosmosu, energię typu YIN pochodzącą z ziemi, z pożywienia i powietrza. Energie te są dziedziczone. Mogą być też pozyskiwane innymi metodami. Istnieniu wielkiej ilości qi lub jej wyczerpaniu przypisuje się większą lub mniejszą żywotność człowieka. Dla zdrowia i utrzymania wewnętrznej równowagi ważna jest umiejętność kanalizowania i rozprowadzania energii po kanałach, meridianach czy czakrach, tak, aby energia mogła swobodnie przepływać z miejsc, gdzie jest magazynowana lub gdzie jest jej nadmiar, w miejsca, gdzie jej brak.

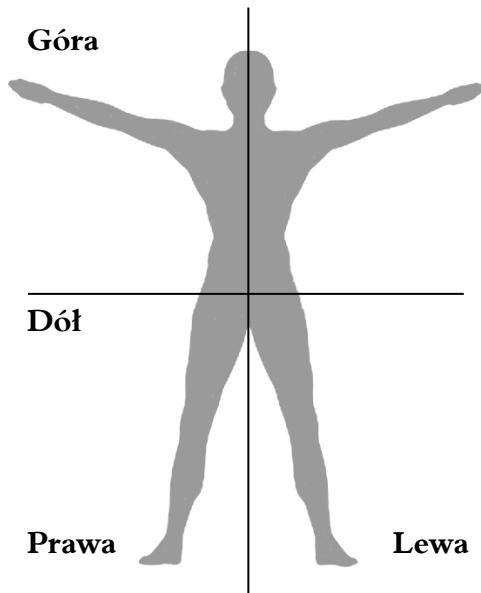
Każde przeżycie, którego człowiek doświadcza, dotyka ciała i zapisuje się w umyśle. Jeśli potrafimy odpowiednio zareagować

na odniesiony uraz, to jego skutek będzie nietrwały. Jeżeli natomiast reakcja zostanie zablokowana, uraz pozostawi w ciele piętno w postaci chronicznego napięcia mięśniowego zwanego **blokiem, pancierzem**. Wzorce reakcji psychicznych i emocjonalnych tworzą się w ciele człowieka już we wczesnym okresie życia, mogą być też efektem doświadczeń karmicznych. Jeśli wzorce napięć nie są uwalniane tylko nadal kumulowane, to prowadzą do choroby, a nawet śmierci. Leonard Orr uważa, że: „rozłożenie napięć w ciele człowieka można postrzegać jako zastygły obraz jego życia. Jeśli smutek jest głęboki i trwa długo, blokada zaś nie ustępuje, napięcie wchodzi w nawyk, jego świadomość słabnie. A zatem uczucie wymyka się świadomości (człowiek nie jest świadomy swojego lęku, gniewu, po prostu nie czuje tych emocji). Ten nawyk i brak świadomości nazywany blokiem, można go odczuwać jako brak energii, napięcie, martwość, odrętwienie czy zeszytwnienie pewnych obszarów ciała. Chociaż wydarzenia z przeszłości ukształtowały aktualną strukturę naszego ciała, okazuje się, że jesteśmy w stanie zmienić przyszłość, odrzucając stare wzorce zachowań i ucząc się nowych. Poprzez ponowne przeżycie zablokowanych emocji można rozładować napięcie”. Ponadto nasze ciało regeneruje się co siedem lat. Jeśli chcemy zmienić jego nawyki, musimy robić to powoli. Ciało potrzebuje czasu na przyzwyczajenie się do nowego. Organizm potrzebuje dokładnie siedmiu lat. Po upływie tego czasu mamy szansę stać się nowym człowiekiem.

Symboliczne znaczenie narządów ciała

Ciało ludzkie, choć stanowi integralną jedność, wyraża także zasadę dwubiegunowości. Dzieli się na część górną i dolną. Granica rozdzielająca te dwie połówki mieści się w połowie brzucha. Prawą i lewą stronę rozdziela granica biegnąca wzdłuż kręgosłupa. Górna

połowa ciała wraz z rękoma jest zaangażowana w pobieranie energii. Angażuje się w procesy, które powodują wzrost naładowania. Natomiast dół brzucha, miednica i nogi zajmują się rozładowaniem energii, wydalaniem, zmniejszenia napięcia seksualnego. Ciało przypomina drzewo, jednym końcem (nogami, stopami) jest zakorzenione w ziemi, a drugim (głowa) sięga ku niebiosom. Ciało każdego z nas przyjmuje określone postawy, adekwatne do historii życia, charakteru. Postawa wyraża pozycję w społeczeństwie, poczucie własnej wartości, siłę charakteru. Osoby, które potrafią obstawać przy swoim, przeciwstawiać się atakom, wiedzą kim są, mają poczucie siły i bezpieczeństwa przyjmują w naturalny sposób postawę wyprostowaną. Mocno stoją na swoich nogach a inni liczą się z nimi. Przeciwnieństwem wyprostowanej sylwetki jest postawa zgarbiona, skulona, chwiejna, którą przyjmują osoby smutne, zgaszone, rozczarowane życiem, zaleknione, niepewne swojej pozycji w społeczeństwie, zagubione życiowo.



Głowa

Głowa stanowi wierzchołek ciała. Symbolizuje światło, władzę, autorytet, przywództwo duchowe, umysł, mądrość, wiedzę, rozum, stan oświecenia. Głowa może być dumna, władcza, duża, mała, mocna, słaba. Może wyrażać zasady indywidualizmu, jak i uniwersalizmu. W potocznym języku spotkamy się z określeniami: „otwarta, tęga głowa” wyrażające inteligencję, orientację, bystrość, „ośla, barania, zakuta, kapuściana, ciasna głowa” odnoszące się do tępoty, głupoty, braku inteligencji i ciasnych lub wąskich horyzontów, „tracić głowę” – tracić rozum, przytomność, opanowanie, „chować głowę w piasek” – nie chcieć zdawać sobie sprawy z niebezpieczeństwa i powagi sytuacji, „dawać sobie głowę uciąć, ręczyć głową” – zaręczać za coś, być czegoś całkowicie pewnym, „domagać się czyjeś głowy” – domagać się czyjejs śmierci, „głową bić o ścianę” – rozpaczać w poczuciu bezradności, „głowa do góry” – dodawanie otuchy w trosce, „kręcić głową” – kombinować, poszukiwać jakiegoś rozwiązania, „nadstawiać głowę” – narażać się na niebezpieczeństwo, „głowa rozgorączkowana” – głowa pełna pomysłów, projektów, zamiarów, „stawać na głowie” – robić wszystko, co możliwe, aby osiągnąć cel, „mieć pstro w głowie” – być pustym, płochym, lekkomyślnym, nierozważnym, „postępować z głową lub bez głowy” – postępować rozważnie lub nierozważnie, lekkomyślnie, „łamać sobie głowę” – myśleć o czymś intensywnie, „suszyć komuś głowę” – nudzić, dokuczać, „tracić głowę” – nie wiadomo co począc, „ukręcić czemuś głowę” – zapobiec czemuś, zatuszować jakąś sprawę, „pochylić głowę” – oddać cześć, „stać ze spuszczoną głową” – być przybitym, zdruzgotanym, „stać z podniesioną głową” – być dumnym, honorowym, „urwanie głowy” – zamieszanie, rwetes, zamęt, kłopot, „zachodzić w głowę” – zastanawiać się, nie móc czegoś zrozumieć, „zmyć komuś głowę” – skarcić, zwymyślać, przywołać do porządku. Powyższe stwierdzenia wskazują na to, że wszystko, co dzieje się w życiu człowieka znajdu-

je swój wyraz w głowie. Głowa może stanowić o integralności ciała, jak i też wyrażać się jako organ, który jest odcięty od pozostałych części. W głowie zlokalizowane są organy o podstawowym znaczeniu, takie jak mózgowie, rdzeń kręgowy. Mózgowie jest tą częścią organizmu, które za pomocą nerwów czaszkowych i rdzeniowych jest połączone ze wszystkimi częściami organizmu. Mózgowie człowieka to przede wszystkim dwie połączone ze sobą półkule mózgowe, których powierzchnia pokryta jest korą mózgową. Ośrodki korowe odpowiedzialne są za takie funkcje, jak pamięć, myślenie, inteligencja. W korze mózgu zlokalizowane są najważniejsze ośrodki zmysłowe: wzroku, słuchu, powonienia, ośrodki ruchu ciała i precyzyjnego czucia. W częściach składających się na mózgowie znajdują się także: ośrodek mowy, ośrodek kojarzeniowy, ośrodek czynności ruchowej, ośrodek kontrolujący czynność serca i naczyń krwionośnych, ośrodek oddychania, koordynacji ruchowej i utrzymania pionowej postawy ciała, regulatory temperatury ciała, stężenia elektrolitów w płynach ustrojowych, glukozy we krwi, ośrodek odpowiedzialny za odczuwanie głodu i sytości, ośrodek regulujący łaknienie, wydzielanie hormonów i ich stężenie we krwi, ośrodek snu i czuwania. Mózg wykazuje nieustanną aktywność. W ciągu sekundy przechodzą przez niego miliony impulsów. Jest bardziej skomplikowany niż największy komputer. Magazynuje i przetwarza dane napływające z oczu, nosa, uszu, języka, skóry oraz przekazuje inne sygnały do mięśni i gruczołów. Jest miejscem, w którym powstają nasze uczucia, pragnienia, ambicje, myśli i idee. Prawa część mózgowia zawiaduje lewą częścią ciała. Jej zadaniem jest percepcja i kontrola negatywnych emocji. Odpowiada za twórczość, formę, kolory, rytm, metafory, wyobrażnię, wizualizację. Lewa zawiaduje prawą częścią ciała. Odpowiada za umiejętności werbalne, zajmuje się liczbami, zadaniami, abstrakcją, racjonalizacją, logiką, szczegółem. Obydwie półkule pomimo identycznego wyglądu wykonują różne zadania.

Włosy

Są symbolem energii, siły, płodności, sił twórczych. Uważa się je za siedlisko życia, sił psychicznych, intelektualnych, mocy, u kobiet są zmysłowym wabikiem, zniewalającym mężczyzn w sposób magiczny. Ludzie silni bywają mocno owłosieni. Włosy symbolizować mogą także kruchość, łamliwość, słabość. Siwe włosy uważane są za ozdobę starości i wyraz mądrości. Długie włosy, w pewnych okresach, były atrybutem ruchów wolnościowych i rewolucyjnych. U mężczyzn są przejawem buntu, oznaką wolnego stanu, symbolem niezależności i wolności, artystycznego podejścia do życia. Ostrzyżone na bardzo krótko świadczą o dyscyplinie wewnętrznej i kontroli uczuć. U kobiet: długie, rozpuszczone oznaczają dziewictwo lub wolny stan. Podkreślają kobiecość, wrażliwość, spontaniczność, świadomość swojej seksualności. Średniej długości wskazują na kobiety przedsiębiorcze, zdecydowane, dynamiczne, ambitne, niezależne, nastawione na działanie, mające wszystko pod kontrolą. Krótkie włosy, typu męskiego są wyrazem odcinania się od kobiecości i zazwyczaj wskazują na zranienie, niesatysfakcjonujące związki z mężczyznami, oraz na tłumienie negatywnych emocji, takich jak agresja, żal, złość związanych z doświadczeniem przykrych sytuacji. Poprzez krótkie włosy kobiety te pragną pokazać światu, że są silne i niezależne, rywalizujące, dojrzałe. Kiedyś włosy w nieładzie, zwichrzone, potargane, były atrybutem osób pogrążonych w rozpacz, osieroconych, obłąkanych. Obecnie włosy niesforne podkreślają oryginalność myślenia, niechęć wobec rygoru, poddawania się wpływom, natomiast włosy wyczesane, tak, że żaden włos nie drgnie, wskazują na osoby ulegające społecznym wpływom, które silnie powściągają swoje emocje. W potocznym języku spotykamy się z następującymi stwierdzeniami dotyczącymi włosów: „drzeć, wyrywać włosy z głowy” – rozpaczać, „włosy stają dęba, jeżą się” – przerażenie, strach, „rozszczeptać włos na

czworo” – analizować, roztrzaskać coś z pedantyczną dokładnością. Obcinanie lub zapuszczanie włosów ma charakter rytualny i wiąże się z wewnętrznymi zmianami, odcinaniem od przeszłości. Włosy odzwierciedlają ogólny stan zdrowia, a w szczególności stan komórek jelitowych. Delikatne, słabe, łamliwe, łatwo wypadające świadczą o słabym zdrowiu. Gęste i grube świadczą o vitalności i silnych narządach płciowych.

Twarz

To taka część ciała, którą prezentujemy światu. Twarz jest wyrazem duszy, a oczy jej odzwierciedleniem. Jest jak otwarta księga, która wyraża charakter. Stanowi drzwi do niewidzialnego i przemawia bez słów. Na twarzy malują się myśli, uczucia. Twarz może wyrażać strach, wstyd, radość, złość, gniew. Może promieniować, albo być zgaszona, smutna. Może też stanowić kamuflaż, zasłonę duszy. Rzadko pokazujemy naszą prawdziwą, autentyczną twarz, ponieważ chętnie nakładamy na nią różne maski, np. ponuraka, wesołka, człowieka surowego, poważnego, dumnego, uniżonego, usługowego, nieokrzesanego, słodkiego i miłego, zadumanego, nieobecnego. Moje doświadczenia życiowe nauczyły mnie, zresztą nie tylko mnie, nie ufać ludziom lukrowanym, przemitym, z przyklejonym uśmiechem do twarzy. Te osoby są bardzo interesowne, egoistyczne, w głębi duszy smutne, gniewne, przepełnione strachem. W każdej chwili, w reakcji na jakiś bodziec mogą wydzielić z siebie bardzo dużo jadu. Język werbalny jest pełen określeń związanych z twarzą, np. „stracić twarz” – skompromitować się, „zachować twarz” – zachować dobre imię, reputację, „stać twarzą w twarz z sytuacją” – wyraz silnego ego, bezpośredniego spotkania, konfrontacji, nie lękania się prawdy, „chować twarz” – wyraz słabego ego, „człowiek o kilku twarzach” – człowiek nieszczerzy, „czerwona twarz” – gniew, wstyd, „twarz pokerowa” – nie zdradzająca swoich myśli, zamierzeń. Duża peł-

na twarz – oznacza silne ego, twarz bez wyrazu – stłamszone ego. Wysokie czoło wskazuje na osobę wyrafinowaną, intelektualizującą, niskie czoło na osobę pospolitą.

Oczy

Są zwierciadłem duszy. Stanowią parę męsko-żeńską. Oko prawe to aktywność, inteligencja, przyszłość. Oko lewe pasywność, miłość, przeszłość. Oczy wyrażają uczucia, nastroje, emocje, stan ducha, stan umysłu. Mogą być czujne, ciekawe, bystre, lśniące, matowe, wyraziste, rozbiegane, depresyjne, puste, bez wyrazu. Mówi się, że człowiek jest taki, jak „z oczu mu patrzy”. Niektórzy ludzie mają złe oczy, złe spojrzenie przynoszące nieszczęścia, rzucające uroki. Patrzą na innych zawistnie. W potocznym języku spotkamy się z określeniami: „świecić oczami, spuścić oczy w dół” – odczuwać wstyd, „mieć kogoś na oku, mieć oczy otwarte, nie spuszczać z oka” – być czujnym, uważnym, „czytać w oczach” – odgadywać myśli, „oczy komuś otworzyć” – uświadamiać coś, „patrzeć czyimiś oczami” – nie mieć własnego zdania, „przejrzeć na oczy” – poznać prawdę, „stawać przed oczami – myśleć o wspomnieniach, obrazach z przeszłości, „mydląc oczy, sypać piaskiem w oczy” – wprowadzać w błąd, „mają oczy, a nie widzą” – ślepotą duchową i ośpienie serca. Jedni ludzie mają oczy głęboko osadzone typu YANG, inni wylupiaście typu YIN. Oczy jednych ludzi są okrągłe, innych wąskie. Wąskie oczy wskazują na przewagę cech męskich, przedsiębiorczość, silny, żywotny organizm, natomiast okrągłe na delikatność, uczuciowość, wrażliwość. Oczy są odbiciem stanu całego układu nerwowego i trawienneego, a w szczególności odzwierciedlają wątrobę. Oko ludzkie przyrównuje się często do aparatu fotograficznego. Właściwy proces widzenia odbywa się w korze mózgowej. Oko ma kształt zbliżony do kuli, odbiera obraz i przesyła go do mózgu, nie utrwalając zapisu. Oko jest doskonale chronione przez kości oczodołu oraz powieki z rzęsami, spojówkę

i narząd łzowy. Nieustannie wydzielane łzy zabezpieczają rogówkę oka przed wysychaniem, a dzięki właściwościom bakteriobójczym chronią oko przed zakażeniem. Czynniki nerwowe i psychiczne powodują nadmierne wydzielanie łez w formie płaczu. Dla sprawnego funkcjonowania oka ważna jest ostrość wzroku, pole widzenia, widzenie barw, akomodacja i adaptacja wzroku. W wielu chorobach narządu wzroku zarówno ostrość wzroku, jak i pole widzenia ulegają niekorzystnym zmianom. Akomodacja oka to zdolność przystosowania się do ostrego widzenia z różnych odległości. Zdolność akomodacyjna oka zmniejsza się od 40 roku życia człowieka. Adaptacja oka to zdolność widzenia przy różnym natężeniu światła. Nie sposób w tym miejscu nie wspomnieć o tzw. trzecim oku, które choć niewidoczne, to umiejscowione jest nad i między zwykłymi oczami, Oko to jest zewnętrznym okiem serca i symbolizuje zdolność widzenia wewnętrznego, nadprzyrodzonego, wszechwidzenia, jasnowidzenia. Wyraża rozum wewnętrzny, boską mądrość.

Uszy

Symbolizują słuchanie, podsłuch, komunikację, ciekawość, posłuszeństwo, przyjmowanie poleceń. Są także narzędziem zmysłu równowagi i położenia ciała w przestrzeni. Buddyjską oznaką mądrości i rozsądku są długie płatki uszne. U nas długie uszy oznaczają wścibstwo, szperanie w cudzych sprawach, podsłuchiwanie. Uszy mogą być nieczułe, niemuzykalne, niewrażliwe na słowa, ale mogą też wyrażać słuch doskonały. Uszy odstające wskazują na ograniczone horyzonty intelektualne. Uszy przylegające są bardziej zrównoważone, wskazują na umiejętność wnikliwego słuchania. Małe uszy nie dają raczej takich możliwości. Niektóre uszy słyszą wszystko, inne słyszą to, co chcą usłyszeć, np. pochlebstwa. Ucho składa się z trzech części: ucha zewnętrznego, środkowego i wewnętrznego, zwanego błędnikiem. Sprawne

funkcjonowanie zmysłu równowagi zależy od ścisłej współpracy narządu równowagi z mózgiem, który jest centralą koordynacji ruchów utrzymujących prawidłową pozycję ciała. Typowe sformułowania dotyczące uszu, to: „nadstawiać uszy” – słuchać pilnie, z zainteresowaniem, „natrzeć komuś uszu, dać komuś po uszach” – upomnieć, przywołać do porządku, „aż po uszy zagłębiać się w czymś” – zaangażować się w coś, „aż uszy więdną od czyjegoś gadania” – niechęć do słuchania, „jednym uchem wpuszczać, drugim wypuszczać” – słuchać nieuważnie, z roztrągnięciem, zapominać, co ktoś mówił, „kłaść uszy po sobie” – być przestraszonym, „ma dobrze za uszami” – jest sprytny, rozumny, „stawać na uszach” – robić wszystko, co możliwe, nie szczędzić wysiłków, dwoić się i troić, zadawać sobie wiele trudu, „uszy do góry” – nie tracić animuszu, nie upadać na duchu, „zwiesić, opuścić uszy” – stracić humor, otuchę, upadać na duchu.

Usta

Symbolizują bramę do duszy, wymowę, seks, prawdę, fałsz. Są organem słowa i oddechu, ujściem twórczego natchnienia. Niektórzy mają usta wydatne, a niektórzy cienkie i wąskie. Osoby o wąskich ustach są z reguły silniejsze, często bywają nieustępliwe i nieelastyczne w kontaktach z innymi. Duże usta wyrażają pewność siebie, zmysłowość, śliniace się – lubieżność. W potocznym języku spotykamy się z następującymi stwierdzeniami dotyczącymi ust: „być na ustach wszystkich” – być powszechnym tematem rozmów, „rozwiązać komuś usta” – pozwolić mówić, zwolnić z tajemnicy, zmusić do mówienia, „nabrać wody w usta” – uparcie milczeć. Usta, które mają białawy odcień świadczą o słabym krążeniu krwi i niewydolności wchłaniania w obszarze jelit. Napięte i szczelnie spojone wargi oznaczają zbyt zwarte i napięte jelita, u kobiet wskazują także na napięcia pochwy. Mocno zaciśnięte są wyrazem złości.

Język

Jest narządem mowy, symbolizuje smak, wyrażanie myśli, przekazywanie wiadomości, siłę przekonywania, perswazję. Może być zjadliwy, trujący, raniący, zrzędlivy, łagodny, słodki, ruchliwy, milczący, wrażliwy. Wyrażać bluźnierstwo, zło, kłamstwo, obmowę, plotkę, drwinę, prawdę. Za pomocą języka ludzie walczą między sobą, staczają słowną szermierkę, polemizują, prowadzą bitwę na języki. Niektórzy ludzie nadmiernie zdzierają swój język, nie tylko smakują i mielą pokarm, ale bez przerwy mówią, inni są wstrzeмиęźliwi. Określenia werbalne związane z językiem to: „długi język” – plotkarski sposób mówienia, zdradzanie swoich i cudzych sekretów, „wywieszony język” – zmęczenie, „język kołkiem stanął, zapomniałem języka w gębie” – zaniemówiłem z wrażenia, nie mogłem słowa wydobyć, „język sobie na kimś ostrzyć – obmawiać, oczerniać, „język świerzbi, pali, piecze” – ktoś pragnie zdradzić tajemnice, wyjawic lub wygarnąć komuś brutalną prawdę w oczy, „ciągnąć kogoś za język” – prowokować do zwierzeń, do zdradzania sekretu, „dostać się na języki” – narazić się na plotki, obmowę, „połamać sobie język” – mieć kłopoty z wymawianiem trudnych wyrazów, „mieć coś na końcu języka” – nie móc sobie czegoś przypomnieć, „rozwiązał mu się język” – stał się rozmowny, „trzymać język za zębami” – milczeć, powściągać się od wypowiedzi. Czucie smakowe języka odbierane jest przez kubki smakowe, które różnią cztery smaki: słony, słodki, kwaśny, gorzki.

Zęby

Są wyrazem siły vitalnej, potęgi, aktywności, żywotności, pewności siebie, seksualnej potencji, pożądania, zdolności zaatakowania i siły przebicia. Symbolizują, podobnie jak spojrzenie, obronę duszy (mur obronny wnętrza człowieka). Ludzie o prostych zębach są mocni, zrównoważeni, cierpliwi. Ludzie o zębach odchylają-

cych się do wewnątrz i na zewnątrz mają chwiejny układ nerwowy. Łatwo ulegają depresji i złości. Zęby są źródłem cierpienia, dają o sobie znać, kiedy się wyżynają i kiedy się psują. W zębach kumulują się także nierozwiązane problemy związane z tłumieniem nienawiści, złości, zawiści, agresywności, urazy. Zęby są na wagę złota, każdy utracony ząb to pozbawianie się możliwości obrony. Zachowanie zdrowego i pełnego uzębienia do późnej starości świadczy o żywotnym i witalnym ciele. Słabe, szybko psujące się zęby świadczą o niskim poziomie energii, problemach emocjonalnych i przyjmowaniu nieadekwatnych do sytuacji postaw. Typowe określenia związane z zębami to: „zgrzytanie zębów” – złość, wściekłość, rozpacz, „mieć ząb na kogoś” – mieć do niego pretensje, gniewać się, „wziąć kogoś na zęby – obmawiać, szkalować, „ostrzyć sobie zęby” – mieć na coś apetyt, ochotę, szykować się do rozprawy z kimś, „pokazać komuś zęby” – grozić, okazywać złość, niewdzięczność, „suszyć, szczyrzyć zęby” – uśmiechać się zalotnie, wdziaczyć się, kokietować, „szczekać, dzwonić zębami” – wyrażać strach, lęk, „wziąć na ząb” – chcieć postawić na swoim, zawziąć się, „zaciskać zęby” – wytrzymywać coś, znosić dzielnie, cierpliwie, zawziąć się, nie ustępować, obstawać przy swoim, zacinać się w uporze, „ząb za ząb” – kłócić się, sprzeczać się zawzięcie, uparcie, zajadle, „zęby pokazywać” – grozić, stawiać się, „zęby sobie połamać” – nie dać czemuś, komuś rady, „zjadł zęby na tym” – znać się na czymś, być specem, doświadczonym znawcą przedmiotu.

Kręgosłup

To stelaż naszego ciała, który daje nam podporę, stabilizację i umożliwia utrzymanie pozycji pionowej. Kręgosłup jest osią układu kostnego. Osadzony jest w obręczy kończyny dolnej i dźwiga na swoim szczycie czaszkę. Od części piersiowej kręgosłupa odchodzą żebra formujące klatkę piersiową zamkniętą

mostkiem. Na górnej części klatki piersiowej umocowana jest obręcz kończyny dolnej, od której odchodzą kości kończyny górnej prawej i lewej, podobnie jak od miednicy odchodzą kości kończyn dolnych. Kręgosłup nie wykonuje swoich zadań w izolacji, lecz przeciwnie – wykazuje „partnerskie stosunki” z innymi częściami ciała, przede wszystkim z tymi, które służą naszej działalności ruchowej. Współdziała z mięśniami i narządami unerwienia. Kręgosłup obarczony jest wieloma zadaniami. Bez kręgosłupa nie moglibyśmy utrzymywać jakiegokolwiek pozycji i wykonać podstawowych dla naszej egzystencji czynności. Fakt posiadania głowy na karku, tak często przytaczany w wypowiedziach metaforycznych, określających przemysłane działanie, ma tu swój dosłowny wykładnik anatomiczny. Na kręgosłupie nie tylko odbija się zła kondycja fizyczna, ale i niewyważona osobowość psychiczna i nieodogodne warunki bytowania. Symboliczne znaczenie kręgosłupa można rozpatrywać wraz z plecami. Mówi się często, że „chowamy się za plecami innych”, „ktoś ma szerokie plecy”, „odwracamy się plecami do innych”, „dźwigamy na swych barach, ramionach, plecach ciężary”, „nakładamy na swoje barki dużo obowiązków”.

Kończyny górne (ręce)

To ramiona, łokcie, przedramiona, nadgarstki, dłonie i palce. Ręce są symbolem siły, działania, pracy, budowy, mistrzostwa, pożytku, gospodarności, ochrony, uzdrawiania, rękojmi, przysięgi, przyjaźni, powitania, pozdrowienia, gościnności, zdrady. Są niezwykle gadatliwe. Ukazują uczucia, sygnalizują nastroje, zdradzają życzenia, czynią propozycje. Ręce są idealnymi narzędziami człowieka do wykonywania wszelkich prac, rozwijania umiejętności i talentów. Kontaktują się nie tylko ze światem rzeczy, ale i ze światem ludzi. Pełnią funkcje obronne, pomocne, karzące, błogosławiące. Podanie ręki, uścisk dłoni oznacza zgodę, harmonię, jedność, przyjaźń, otwartość, przebaczenie, zawarcie pokoju. Pod-

niesienie jednej ręki wyraża złożenie przysięgi, a wzniesienie obu rąk modlitwę, poddanie się. Opuszczenie rąk oznacza rezygnację, zaniechanie, natomiast założenie bezczynność. Prawa ręka oznacza tradycyjnie cechy racjonalne, świadome, logiczne, męskie. Lewa ręka to właściwości emocjonalne, nieświadome, intuicyjne, żeńskie. Potocznie, mówi się, że ktoś ma złote, zręczne, zgrabne ręce, żelazne ręce (karzące, surowe, bezwzględne) lub dwie lewe ręce, potężne ramiona. **Łokcie i nadgarstki** wyrażają elastyczność, ruch, swobodę, zdolność przyjmowania doświadczeń życiowych i otwartość na nowe możliwości, umiejętność przystosowania się do zmian w zgodzie z rytmem życia. **Dłonie** są podstawowym narzędziem dotyku, przekazują treści przez gesty. Wyrażenie dotknąłeś mnie, oznacza, że wzbudziłeś we mnie reakcję emocjonalną. Dłonie wyrażają gotowość zaangażowania się w życie, przejścia z fazy „bycia” na tryb „działania”. Symbolizują zdolność wywierania wpływu na otoczenie lub podjęcia pracy bądź przystąpienia do realizacji projektu. Mają zdolność tworzenia, chwytania, trzymania, ściskania, upuszczania, szczypania, drapania, głaskania, pieszczenia. W dłoniach uwidaczniają się postawy: prześlizgiwania się rzeczy przez palce, zatrzymywania czegoś zbyt długo, rozdawania garściami, okazywania pomocy. Dłonie mogą być delikatne lub ciężkie, z widocznymi węzłami stawów od zmartwień lub martwienia się na zapas. Mogą być zniekształcone artretyzmem. Zaciśnięte, nieprzyjmujące niczego nowego, niechętnie, pełne złości lub otwarte, życzliwe, przyjazne. Ciepłe i zimne. Zagarniające, zachłanne i oddające. Dłonie ludzi prawdziwie kochających są silnie naładowane energią. Dotyk takich dłoni leczy. **Palce** są wyrazem ekspresji duszy i ciała. Pomagają w wyrażaniu myśli i uczuć. Każdy z palców ma swoją symbolikę. Kciuk jest władczy, reprezentuje logikę, wolę, siłę twórczą, sprawczą, bo nadaje całej dłoni moc chwytania i trzymania przedmiotów. Palec wskazujący wyraża materializm, prawo

i porządek, środkowy – humanitarność, inteligencję, serdeczny – prawdę, oszczędność, energię, mały – przezorność, dobroć, zastanowienie. Palce zakończone są paznokciami, które są symbolem agresji i obrony. W życiu codziennym spotykamy się z następującymi stwierdzeniami dotyczącymi rąk: „ręce załamywać” – wpadać w rozpacz, „położyć na sercu” – wyrażać się szczerze, otwarcie, z uwielbieniem, „dłoń na piersi” – postawa mędrca, „dłoń na ustach” – milczenie, nie ujawnianie sekretu, „dłoń na oczach” – ujrzenie całego swojego życia w chwili śmierci, jasnowidzenie, „oparcie rąk na biodrach” – niezależność, wyzwanie, hardość, pewność siebie, „ręka w rękę” – zgodne współdziałanie, „ręka rękę myje” – chcesz otrzymywać, dawaj, „być w czyichś rękach” – być uzależnionym, „nosić kogoś na rękach” – otaczać czułą, troskliwą, opieką, „czyste, brudne ręce” – uczciwość, czystość intencji lub nieuczciwość, „przyjść z pustymi, gołymi, rękoma” – bez prezentu, „mieć długie ręce” – mieć siłę, wpływy, „kogoś świerzbi ręką” – ktoś ma ochotę bić się lub coś zrobić, „pójść komuś na rękę” – pomóc, ułatwić, „mieć lekką rękę” – mieć szczęśliwą rękę, powodzenie w życiowych przedsięwzięciach, „mieć ciężką rękę” – rządzić twardą ręką, wychowywać surowo, bezwzględnie, nie mieć powodzenia w życiowych przedsięwzięciach, „coś jest nam na rękę”, „kładziemy na czymś ręce”, „nie możemy nic utrzymać w rękach”, „rozpychamy się łokciami” – jesteśmy agresywni. W odniesieniu do palców funkcjonują sformułowania: „palec na ustach” – milczenie, „palcem wytykać kogoś” – piętnować, publicznie potępiać jego postępowanie, „podniesienie palca wskazującego, kiwanie tym palcem” – ostrzeżenie, delikatna pogroźka, „nie kładź palca między drzwi” – nie wtrącaj się w cudze sprawy, „obwinać sobie kogoś wokół małego palca” – uzależnić go od siebie, podporządkować, „mieć coś w małym palcu” – znać się na czymś znakomicie, umieć coś świetnie, „wyssać sobie z palca” – zmyślić, wymyślić, „poparzyć sobie palce” – doznać przy-

krego niepowodzenia, „patrzeć przez palce” – pobłażać czemuś, tolerować, udawać, że się czegoś nie dostrzega, „przylepia mu się do palców” – kraść, „przeciekać przez palce” – rozrzutność, marnotrawstwo, „maczać w czymś palce” – uczestniczyć w jakiejś nieczystej sprawie, aferze.

Kończyny dolne

Uda, kolana, łydki, stopy. Nogi uważane są za organy rozładowania, gdyż umożliwiają poruszanie się i ugruntowanie. W nogach, stopach wyraża się potęgą, władza. Nogi niosą nas przez życie. Są symbolem ruchu, szybkości, pędu, podstawy, podpory, niezależności, samodzielności, siły. Wyrażają więc społeczną, pozwalają na poruszanie się w świecie, na zbliżenie z ludźmi, nawiązywanie kontaktów. Mogą być silne, masywne, dobrze umięśnione, proporcjonalne lub chude, sprawiające wrażenie niepewnej podpory. Potoczne sformułowania dotyczące nóg to: „moja noga więcej tu nie stanie” – nigdy więcej tu nie przyjdę, „być jedną nogą w grobie” – być blisko śmierci, „ledwo powłóczyć nogami” – być zmęczonym, wyczerpanym, „noga mu się podwinęła” – coś się nie udało, „wziąć nogi za pas” – uciec od jakiegoś niebezpieczeństwa, „stać na własnych nogach” – osiągnąć niezależność, „stać mocno obiema nogami na ziemi” – być pewnym, nie oddawać się próżnym marzeniom i abstrakcyjnym dociekaniami. **Kolana** odpowiedzialne są za zdolność przystosowania się do rzeczywistości. Są wyrazem elastyczności w stosunku do zmieniających się okoliczności. **Stopy** to części ciała najbardziej związane z ziemią. Są organem wykorzystywanym do poruszania się, kroczenia, wędrówki, przekraczania granic, brania w posiadanie i utwierdzaniu się w tym, że coś się osiągnęło. Mówimy o człowieku z aprobatą, że trzyma się ziemi, a zatem jest trzeźwy, praktyczny, nie oddaje się bezpłodnym marzeniom. Stopy są pełne erotyzmu i zmysłowości. Żyją swoim życiem. Symboliczne znaczenie stóp wyrażane jest

w sformułowaniach: postawić na czymś stopę, postawić na swoim, poczuć grunt pod nogami, być na wolnej stopie. Stopy mogą być małe i duże, bose lub obute. Bose stopy wyrażają pokorę, szacunek, niekiedy ubóstwo. Kojarzą się z całkowitą nagością. Powiedzenie „pozostawić za sobą ślady stóp” oznacza zachować część osobowości idącego albo „idąc śladem czyichś stóp” odnosi się do naśladownictwa, oddania się pod czyjeś przywództwo. W niektórych kulturach obrządek mycia stóp jest symbolem oczyszczenia duchowego.

Infantylnie aspekty osobowości mogą ujawnić się w drobnych rękach i stopach, sprawiających wrażenie niepewnej podpory, albo w słabym rozwoju umięśnienia, które nie daje możliwości agresywnego działania pozwalającego osiągnąć to, czego się chce i potrzebuje.

Klatka piersiowa – piersi

Symbolizują bogactwo, obfitość, porozumienie, uczucie, pieszczotę, miłość, czułość, opiekę, matczyną troskę, ochronę, pokarm, odwagę, wielkość, wychowanie, karmienie. Mają związek z relacjami rodzinnymi. Wyrażają miłość matki i ojca do dziecka. Duża klatka piersiowa wskazuje na osobę twardą, sprawną, trzymającą uczucia na wodzy. Wąską klatkę mają osoby, które nie duszą w sobie uczuć, lecz się od nich odcinają. Dotyczy to uczuć, takich jak smutek, rozpacz, pożądanie. Wypinanie piersi do przodu jest charakterystyczne dla osób dumnych, honorowych, zasłużonych. Kulenie się, zakrywanie klatki piersiowej ma wiele znaczeń i odnosi się do sytuacji wyzwalających reakcje wstydlive, lękowe, może wyrażać także tarczę, zasłonę chroniącą pierś przed ciosami, urazami. Z klatką piersiową związane są skojarzenia: „nadstawiać pierś za kogoś, za coś” czy „osłaniać, zakrywać piersią” – narażać życie, zdrowie, bronić, ochraniać kogoś, „bicie się w piersi” – rozpacz, żal, skrucha, przyznanie się do winy, ukorzenie się, potwier-

dzenie prawdziwości swoich słów. Piersi u kobiet są symbolem macierzyństwa i zmysłowości. Mogą być małe i duże. Duży biust wskazuje na duże możliwości komunikowania z innymi ludźmi i okazywania opiekuńczości, mały natomiast wyraża przeciwieństwo. Obnażanie piersi przez kobietę traktowane jest jako wyzwanie, zaczepka seksualna.

Serce

Jest księgą wspomnień, krynicą mądrości i dobrych rad, źródłem uczucia aspiracji i dążeń, symbolem miłości, życzliwości, dobroci, szczerości, współczucia, przyjaźni, oddania. Wyraża temperament, życie duchowe. Jest mądre i rozumne, jego darem jest także humor. Skrywa różne emocje: skrucę, rozpacz, oburzenie, strach, ból, smutek, żal, troskę, tęsknotę, otuchę, nadzieję, fałsz, głupotę. Najczęściej oznacza miłość między ludźmi, ale symbolizuje też miłość jako źródło oświecenia i szczęścia. Serce uznawane jest za centrum istnienia, emocji, zrozumienia, woli, prawdziwej siedziby inteligencji. Język pełen jest zwrotów czyniących aluzje do serca: ludzie mają „lwie” lub „zające serce”, ludzie rozmawiają ze sobą „z serca do serca”, „co na sercu, to na języku”, „serce na dłoni” – życie wewnętrzne ukazane otwarcie wszystkim, prawość i szczerość, „człowiek o złotym sercu” – człowiek dobry, bezinteresowny, uczynny, miłosierny, „człowiek o wielkim sercu” – szlachetny, „człowiek małego serca” – człowiek przejawiający tchórzostwo, małoduszność, „ugodzić kogoś w samo serce” – dotknąć kogoś w bardzo czułe miejsce, „zaangażować się całym sercem” – oznacza pełne zaangażowanie całej psychiki, „zdobyć czyjeś serce” – zdobyć miłość tej osoby. Serce może zamierać ze strachu, skakać z radości. Być twarde, kamienne, nieczułe, okrutne, lękliwe, fałszywe, dwulicowe, pełne złości, zazdrości, zawiści i rozpierane przez pychę, płonące, przepełnione gorącym uczuciem lub cierpieniem. Może być zarówno otwarte na świat, jak i odgradzone od świata.

Brzuch – żołądek

Symbolizuje obżarstwo, żarłoczność, głód, pożądanie, nienasylenie, materializm, cielesność, zmysłowość, laboratorium alchemiczne, matczyne ciepło i opiekę. Brzuch może być duży, mały, twardy, miękki, płaski, wydęty. Duży, szeroki brzuch oznaczać może buńczuczność, zmysłowość; płaski – zręczność, spryt; wąski skrywać dużo smutku. Żołądek symbolizuje wewnętrzny człowiek i zadowala się małym, póki dajemy mu to, co potrzebne, a nie tyle na ile nas stać. W starożytności, na Bliskim Wschodzie żołądek uważano za siedzibę wiedzy, prawdy i mądrości. Brzuch – żołądek to jedynie dostępna, pusta przestrzeń w całym ciele, jedyne miejsce, gdzie można gromadzić, upychać tłumione emocje. Każda osoba w brzuchu gromadzi bardzo dużo śmieci. W potocznym języku spotykamy się z powiedzeniami: „leżeć do góry brzuchem” – próżnować, baki zbijać, „wiercić dziurę w brzuchu” – domagać się czegoś uporczywie, nalegać, zanudzać, „zalega coś na żołądku – coś dręczy, coś dolega, „przez żołądek do serca” – wzbudzać uczucie za pomocą dobrego jedzenia, „strusi żołądek” – zdrowy, silny, wszystko trawiący, „żołądkować się” – złościć, irytować się, „pefen brzuch” – lenistwo, niechęć do nauki, „w miarę jedzenia apetyt rośnie” – rozpychanie żołądka ponad miarę.

Prawa strona ciała

To strona głowy. Symbolizuje męskość, mądrość, świadomość, przyszłość, rozum, ewolucję, otwartość, ekstrawersję, siłę, aktywność, powodzenie. Reprezentuje ojca, relacje z mężczyznami. Odpowiada za działanie i dawanie.

Lewa strona ciała

To strona serca. Symbolizuje stronę żeńską, przeszłość, podświadomość, introwersję, pokój, wyrozumiałość, ciszę, kontemplację,

tajemnicę. Reprezentuje matkę i relacje z kobietami. Odpowiadania za odpoczynek i przyjmowanie.

Wygląd, elastyczność – sztywność ciała

Elastyczne ciało posiadają te osoby, które doświadczają pełni. Są wewnętrznie zintegrowane, mają poczucie siły i wewnętrznego bezpieczeństwa. W sposób naturalny przyjmują postawę swobodną, wyprostowaną. Ciało nie może być jednak nazbyt giętkie. Nadmierna giętkość świadczy bowiem o miękkim, słabym charakterze, niezdolnym do agresji, podatnym na wpływy. Przeciwnieństwem elastycznego, płynnego ciała jest ciało sztywne, uwarunkowane wewnętrznymi konfliktami, różnymi negatywnymi postawami, typu: nie ustąpię, nie zmienię się, nie poddam się. Sztywne ciało jest oddzielone od natury, jaźni. Jest zależnione, nieufne, nieustępliwe, niepewne i niestabilne, uparte, niezdolne do okazywania łagodności i czułości. Jest ciągle pod presją, jak wypadnie w oczach innych. Boi się wyrażać siebie w sposób emocjonalny.

Na aktualny wygląd naszego ciała, zachowanie proporcji między poszczególnymi częściami pracowaliśmy w poprzednich wcieleniach i pracujemy w aktualnym życiu. To, w jaki sposób postawy rodzicielskie, doświadczenia z dzieciństwa wywarły wpływ na kształt naszego ciała jest niczym innym, jak przeniesieniem problemów z poprzedniego życia. Jeśli w naszej sylwetce wyróżniają się jakieś części ciała, są nieproporcjonalne, nazbyt duże lub zbyt małe w stosunku do innych, np. duża, mała głowa, nazbyt szerokie, wąskie ramiona, krótkie, długie nogi, potężny biust, grube uda, bardzo rozbudowane biodra, niski, albo bardzo wysoki wzrost, itp. może to stanowić wskazówkę dotyczącą wewnętrznych problemów.

Nie można poszczególnym częściom ciała przypisać jakichś konkretnych liczb. Na przykład, to, że za tułów odpowiada liczba 4. Różne osoby, za pomocą różnych liczb opisują poszczególne części ciała. Na przykład, u jednych głowa i szyja funkcjonują na poziomie liczby 8, prawa ręka na poziomie liczby 1, lewa na poziomie liczby 2, górna połowa tułowia na poziomie liczby 6, brzuch na poziomie liczby 4, obszar genitalny zarządzany jest liczbą 3 i 7, lewa noga liczbą 5, prawa liczbą 9. U innej osoby głowie odpowiada liczba 1, szyja – liczbie 9, górna część tułowia – liczbie 2, środkowa (brzuch) – liczbie 3, obszar genitalny – liczbie 8, prawa ręka – liczbie 4, lewa – liczbie 5, prawa noga – liczbie 6, lewa – liczbie 7. A u jeszcze innej głowa i szyja funkcjonują na poziomie liczby 4 i 9, obszar serca – liczba 8, obszar brzucha – liczba 7, obszar genitalny – liczba 1, prawa ręka – liczba 2, lewa ręka – liczba 3, prawa noga – liczba 5, lewa – liczba 6.

Można natomiast dość dokładnie za pomocą liczb stworzyć portret numerologiczny danej osoby. Posługując się tym portretem, tj. opisem charakteru, sposobu funkcjonowania w świecie, przejawianymi postawami, przeżyciami związanymi z różnymi doświadczeniami można wskazać na te cechy, postawy i problemy, które osłabiają ten, a nie inny organ ciała.

Czynniki warunkujące zdrowie według medycyny Wschodu i Zachodu

W świetle definicji Światowej Organizacji Zdrowia „zdrowie” rozumie się jako subiektywnie odczuwaną pełnię sprawności fizycznej, psychicznej i społecznej w wyniku odpowiedniego przystosowania się do warunków środowiska. Według **medycyny Zachodu** zdrowie uwarunkowane jest trzema czynnikami. Pierwszy to czynnik genetyczny rozumiany jako predyspozycja dziedziczno-rodzinna, czyli rodzinnie warunkowana odporność bądź podatność osobnicza na określone stany chorobowe. Drugi czynnik to środowiskowe uwarunkowania związane ze środowiskiem wewnętrznym człowieka, środowiskiem zewnętrznym (w tym również z czynnikami klimatyczno-pogodowymi), środowiskiem zawodowym. Trzeci czynnik związany jest z poziomem świadomości i oświaty zdrowotnej, stylem życia oraz leczniczo-profilaktyczną działalnością służby zdrowia, których wyrazem są zwyczaje i styl życia, nawyki, używki, uzależnienia, higiena życia codziennego, profilaktyka ekologiczna i żywieniowa.

Podstawą **medycyny Wschodu** jest nauka o kanałach energetycznych (meridianach), czakrach, którymi płynie energia qi i dociera do wszystkich narządów i tkanek. Warunkiem dobrego funkcjonowania każdego narządu jest swobodny dopływ energii qi przez kanał lub czakrę z nią związaną. O dobrym zdrowiu można mówić tylko wtedy, kiedy zasób energii qi jest wystarczający,

a krążenie w ciele człowieka jest swobodne. Natomiast w przypadku niedoboru qi lub jej zablokowania, zastoju pojawiają się kłopoty i pogorszenie zdrowia. Energia qi jest dziedziczona po ojcu i matce. W trakcie życia uzupełniamy ją poprzez oddychanie i spożywanie pożywienia.

Arnold Mindell, w książce pt. *Śniące ciało* zwraca uwagę na koncepcje energetycznego przepływu w ciele i podaje, że „Hipokrates, ojciec współczesnej medycyny również wierzył, w istnienie energii ciała”. Miały to być moce odpowiedzialne za naturalną, zwierzęcą siłę ciała i jego zdolność do samoleczenia. W toku ewolucji medycyny osoby, które odegrały ważną rolę w jej rozwoju odrzuciły energetyczne koncepcje Hipokratesa, koncentrując się zamiast tego na jego naukowym podejściu i wnikliwych obserwacjach dotyczących chorób. Współcześnie Wilhelm Reich odkrył na nowo ideę subtelnych energii ciała. Istotą bioenergii Reicha jest dążenie do zmobilizowania zablokowanej seksualności, lęku, agresji zmagazynowanych w postaci bloków czy napięć mięśniowych. Alexander Lowen i inni rozwijali teorię Reicha. W swoich koncepcjach dowodzili, że poprzez przełamanie fizycznych i psychicznych oporów można doprowadzić do rozluźnienia ciała i umysłu, a nadając problemom charakter libidalny, zredukować je do wczesnodziecięcych doświadczeń. Współcześni freudyści dzięki swoim poszukiwaniom w dziedzinie medycyny psychosomatycznej przyczynili się znacznie do uświadomienia lekarzom, że w ciele istnieje duch, a psychika manifestuje się przez ciało. Freudyści zwracali szczególną uwagę na to, że w przebiegu chorób somatycznych istotną rolę odgrywają czynniki niematerialne, takie jak wiara, stres czy sztywność ego. Biorąc powyższe pod uwagę, medycyna psychosomatyczna bada związek między duchem a ciałem, formułuje problematykę między przeżywaniem a chorobą somatyczną. Zarówno medycyna Zachodu, jak i Wschodu wypracowała przyczynowe i funkcjonalne teorie dotyczące ciała. Myśląc

o zachowaniu zdrowia, warto więc wziąć pod uwagę osiągnięcia zachodniego i wschodniego systemu.

O zdrowiu świadczy miękkie, żywotne, plastyczne, pełne wdzięku i eleganckich ruchów ciało, na które składają się także: błyszczące, promieniujące, patrzące głęboko oczy, bystrość spojrzenia, ciepło ciała i różowy odcień skóry oraz sprawny i silny umysł do późnych lat życia.