

Απόσπασμα από το βιβλίο του Andreas Moritz "Το ΠΛΗΡΕΣ ΒΙΒΛΙΟ της ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΟΜΟΣ II "



Τα Μυστικά του Σεληνιακού Κύκλου

Πλέον, δεν αποτελεί μυθολογική αντίληψη ότι η σελήνη ασκεί ισχυρή επίδραση τόσο στον άνθρωπο όσο και σε όλη τη φύση. Η άμπωτη και η παλίρροια, η υπνοβασία και ο εμμηνορροϊκός κύκλος, είναι μερικά παραδείγματα των αναρίθμητων φαινόμενων που ρυθμίζονται από αυτή την πανίσχυρη κοσμική δύναμη. Ο άνθρωπος έχει τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσει αυτή τη δύναμη για να βελτιώσει την υγεία του, αλλά και στα πλαίσια της κηπουρικής, της γεωργίας και σχεδόν όλων των κλάδων της ζωής. Όταν ανακαλύψουμε τα μυστικά των σεληνιακών κύκλων και συγχρονίσουμε τη ζωή και τις δραστηριότητες μας με αυτούς, θα ωφεληθούμε σε μεγάλο βαθμό, γιατί θα έχουμε εναρμονιστεί με τον φυσικό κόσμο.

Ο άνθρωπος, πολλά θηλαστικά και τα περισσότερα πτηνά και έντομα επηρεάζονται από αυτή τη μυστηριώδη δύναμη της φύσης. Όλες οι φυσικές διεργασίες, όπως η εγκυμοσύνη, η ανάπτυξη των φυτών και των καρπών, αλλά και η διάρκεια ορισμένων παθήσεων, ρυθμίζονται από τον σεληνιακό κύκλο.

Οι προγονοί μας είχαν μάθει να συγχρονίζονται με αυτό τον κύκλο. Χάρη στις οξυμμένες αισθητηριακές τους δυνατότητες, την αντιληπτικότητα και την παρατήρηση του φυσικού κόσμου, συνειδητοποίησαν τα εξής:

- Πολλά φαινόμενα της φύσης - η άμπωτη και η παλίρροια, η γέννα, ο καιρός και ο εμμηνορροϊκός κύκλος - είναι άρρηκτα συνδεδεμένα με την κίνηση της σελήνης.
- Πολλά ζώα της ξηράς και της θάλασσας συγχρονίζουν τις δραστηριότητες τους, όπως η αναζήτηση τροφής, η πρόσληψη τροφής και το ζευγάρωμα, με τη θέση της σελήνης.
- Η αποτελεσματικότητα και η επιτυχία πολλών καθημερινών δραστηριοτήτων, όπως η κοπή ξύλων, το μαγείρεμα, το κόψιμο των μαλλιών, η κηπουρική και η τοποθέτηση λιπάσματος, επηρεάζονται από τον σεληνιακό κύκλο.

Στα τέλη του 19ου αιώνα, ο άνθρωπος άρχισε να χρησιμοποιεί το ρολόι, προκειμένου να γνωρίζει ανά πάσα στιγμή την ώρα. Η γνώση των φυσικών κύκλων της ημέρας και της νύχτας, και οι αλλαγές της θέσης της σελήνης και των αστεριών σταδιακά απορρίφθηκε ως περιττή για τον σύγχρονο άνθρωπο.

Το ρολόι κατάφερε να αντικαταστήσει τη βαθιά γνώση των προγόνων μας γι' αυτά τα φυσικά κοσμικά γεγονότα και την επίδραση τους σε όλες τις μορφές ζωής του πλανήτη. Η αρχαία σοφία που στήριζε τον φυσικό τρόπο ζωής για αιώνες και μεταλαμπαδευόταν από γενιά σε γενιά, κατέληξε να θεωρείται δεισιδαιμονία.

Ωστόσο, στην εποχή μας έχει αναβιώσει το ενδιαφέρον για τη σχέση του ανθρώπου με τον σεληνιακό κύκλο. Σε σχέση με τη γη, η σελήνη διανύει τις ακόλουθες τέσσερες φάσεις:

1. ΝΕΑ ΣΕΛΗΝΗ

Η σελήνη ολοκληρώνει την περιστροφή της γύρω από τη γη κάθε 28 ημέρες. Όταν η σελήνη βρίσκεται ανάμεσα στη γη και τον ήλιο, δεν είναι ορατή στον ουρανό. Αυτό καλείται νέα σελήνη. Η νέα σελήνη μπορεί να παρομοιαστεί με τη φάση της εκπνοής στην αναπνοή – δηλαδή με τη φάση κατά την οποία αποβάλλουμε από τον οργανισμό μας τοξικά αέρια και απόβλητα. Μπορούμε να προλάβουμε πολλές παθήσεις νηστεύοντας εκείνη την ημέρα, επειδή τότε ο οργανισμός αποβάλλει πολύ πιο εύκολα τις συσσωρευμένες τοξίνες. Επίσης, είναι μια καλή στιγμή για ηπατική αποτοξίνωση.

Η νέα σελήνη σηματοδοτεί και νέα ξεκινήματα. Αν θέλετε να απαλλαγείτε από μια παλιά συνήθεια, όπως το κάπνισμα ή η κατανάλωση αλκοόλ, αυτή είναι η ιδανική στιγμή. Μπορεί να προσπαθείτε σκληρά να αποβάλετε συνήθειες σε άλλες φάσεις του μήνα, αλλά να απογοητεύεστε από την ανικανότητα σας να το επιτύχετε. Το παλιό απόφθεγμα «Η αρχή είναι το ήμισυ του παντός» ισχύει για τη νέα σελήνη.

Αν ένα άρρωστο δέντρο κοπεί τη νέα σελήνη, ανακτά την υγεία του. Κατά παρόμοιο τρόπο, μια θεραπευτική αγωγή που ξεκινά τη νέα σελήνη, εν γένει συνεπάγεται ταχεία ανάρρωση.

2. ΑΥΞΟΥΣΑ ΦΑΣΗ

Λίγες ώρες μετά τη νέα σελήνη, διακρίνουμε στον ουρανό τον αύξοντα μηνίσκο. Απαιτούνται άλλες 13 ημέρες μέχρι την πανσέληνο. Η θρέψη που παρέχουμε στον οργανισμό μας σε αυτή τη φάση, θα είναι πολύ πιο ευεργετική σε σχέση με άλλες φάσεις του μήνα. Αυτό εξηγεί και γιατί ο άνθρωπος είναι πιο γόνιμος, καθώς και γιατί σε αυτή τη φάση και στην πανσέληνο συλλαμβάνονται και γεννιούνται περισσότερα παιδιά.

Από την άλλη, είναι καλό να γνωρίζουμε ότι στην αύξουσα φάση, η επουλωτική ικανότητα του οργανισμού είναι μειωμένη. Τα οδοντικά σφραγίσματα, οι θήκες και οι γέφυρες ενδέχεται να διαρκέσουν λιγότερο αν η ανάλογη εργασία πραγματοποιηθεί στην αύξουσα φάση της σελήνης. Ακόμα και το πλύσιμο των ρούχων είναι λιγότερο αποτελεσματικό σε αυτή τη φάση, ακόμα και αν χρησιμοποιηθεί η ίδια ποσότητα απορρυπαντικού.

3. ΠΑΝΣΕΛΗΝΟΣ

Αφού ολοκληρώσει το ήμισυ της περιστροφής της γύρω από τη γη, η σελήνη εμφανίζεται ως πανσέληνος – δηλαδή είναι ορατή καθ' όλη τη διάρκεια της νύχτας, και ενίοτε και κατά ένα μικρό τμήμα της ημέρας. Σε αυτή τη φάση, η σελήνη ασκεί ισχυρή επίδραση σε όλες τις μορφές ζωής στη γη.

Η υπνοβασία, η αιμορραγία των πληγών, η ενίσχυση των ιδιοτήτων των βοτάνων που συλλέγονται τη νύχτα της πανσελήνου, η αύξηση στα βίαια ή εγκληματικά περιστατικά, αλλά και η αύξηση των γεννήσεων, οφείλονται στην επίδραση της πανσελήνου.

Αν ένα δέντρο κοπεί την ημέρα της πανσελήνου, ενδέχεται να καταστραφεί. Επειδή ο οργανισμός έχει την τάση να κατακρατεί υγρά κατά την πανσέληνο, είναι προτιμότερο να αποφεύγουμε την ηπατική αποτοξίνωση ή άλλες αποτοξινώσεις εκείνη την ημέρα.

Επίσης, συνιστάται να αποφεύγονται οι χειρουργικές επεμβάσεις καθώς ευνοούνται οι επιπλοκές και οι μολύνσεις.

4. □ ΦΘΙΝΟΥΣΑ ΦΑΣΗ

Τις επόμενες 13 ημέρες, η σελήνη σταδιακά φθίνει. Οι αρχαίοι πολιτισμοί ήξεραν ότι αυτή η φάση ενδείκνυται για χειρουργικές επεμβάσεις καθώς η θεραπευτική δύναμη του οργανισμού είναι στην κορύφωση της. Αν είναι εφικτό, προγραμματίστε την επίσκεψη στον οδοντίατρο σε αυτή τη φάση, ή την ημέρα της νέας σελήνης. Οι εξαγωγές δοντιών πρέπει να πραγματοποιούνται είτε σε αυτή τη φάση είτε τη μέρα της νέας σελήνης.

Επιπρόσθετα, η σωματική δραστηριότητα σε αυτή τη φάση προϋποθέτει λιγότερο κόπο και είναι πιο επιτυχημένη. Το πεπτικό σύστημα λειτουργεί πιο αποτελεσματικά – μια μικρή αύξηση στην πρόσληψη τροφής δεν συνεπάγεται επαύξηση του σωματικού βάρους σε αυτή τη φάση.

Απόσπασμα από το βιβλίο του Andreas Moritz «**το ΠΛΗΡΕΣ ΒΙΒΛΙΟ της ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΟΜΟΣ II**» (Εκδόσεις Διόπτρα)

Επιμέλεια: **Σταυρουλάκης Γιώργος.**