

Predrag Đorđević
Atlasológus

HumanUP

ATLAS HELYREÁLLÍTÁS

EGÉSZSÉG GYÓGYÍTÁS NÉLKÜL

HOSSZÚ ÉLET BETEGSÉGEK NÉLKÜL

AJÁNLÁSOK

A GYÓGYÍTÁS MŰVÉSZETÉNEK RENESZÁNSZA

Amennyiben a hagyományos gyógyászat a gyógyítás művészete, márpedig az, és a gyógyászatban szükségünk van új munkamódszerekre, ez esetben ez a könyv a gyógyítás művészetének reneszánsza. A könyvben megjelenített tények nagyon sok tekintéllyel, hipotézissel és elmélettel szemben "dacolnak", ezért megerősítik a tudományos alapokat az alkalmazott logikában. Részletes és tudományos, már bizonyított elemzésekkel alátámasztva a hagyományos gyógyászatban megtalálták a saját elméleti és gyakorlati formájukat a több ezer elégedett kliens tapasztalata és visszajelzése által. Nagyon örülök, hogy én is közéjük tartozom.

A természetgyógyászat arra tanít meg minket, hogy a probléma okával foglalkozzunk, és tekintsünk rá a hagyományos gyógyászat és más gyógyászati módszerek szemszögéből, hogy meg tudjuk érteni a probléma gyökerét és idejében meg tudjuk oldani. Az atlas csigolya kimozdulásának problémájával és annak következményeivel foglalkozva, Predrag Đorđević, a könyv szerzője könnyed és egyszerű módon közelíti meg az olvasót. Értékelni kell a bátorságát és felelősségteljességét, megtisztelni igyekezetét, hogy önzetlenül megosztja velünk szerzett tapasztalatát és tudását.

Hiszem azt, hogy ez a könyv komoly hatással lesz minden olvasóra, aki viszont alkalmazni is fogja a szerző ismereteit, lehetővé teszi a gyógyulás útjának kegyelmét az életében.

Oljača Dragan természetgyógyász

AZ ÁLTALÁNOS GYÓGYULÁS ELŐJÁRÓJA

Predrag Đorđević a könyv alapján és munkájának köszönhetően nemesszívű látnok, bátor és kitartó, lelkesedő, ő az az ember, aki nem ismer akadályt, s bár lassan, de biztosan belép egy új dimenzióba. Akár a mítikus Atlas, aki a vállán hordozta a Világot, a szerző tudja, mi vár rá az Úton, de kitartóan halad célja felé, s közben lenyűgöz bennünket eredetiségével és az anyag ismeretének mélységeivel. Arra tanít minket, hogy az első csigolya helyreállításával megindítjuk a gyógyító, vitalizáló energiát, amely beindítja a pozitív rezgést az emberben, s ezáltal szükségtelessé válik az orvosságok szedése és szike használata.

Dr. Biljana Jeftić

AZ ÉLETÖRÖM ELŐSEGÍTÉSE

Az élet csoda, mert minden ami lényeges az embernek láthatatlan, hallhatatlan és érthetetlen. A **HumanUP** szélesíti a látókörünket, hozzájárul egészségünk megőrzéséhez és visszaadja számunkra a harmóniát és az életörömet.

Ezért EGÉSZSÉGÜKRE a **HumanUP** módszerrel, Kedveseim!

Dr. Časlav Miladnović

TÁMOGASSUK A NAGY ÖTLETET

Kihez szól ennek a különleges könyvnek a szerzője?

Az egyszerű emberhez – egészséget kínál neki elérhető és megközelíthető módon. A különböző szakorvosoknak lehetőséget ad, hogy a hagyományos gyógyászati módszerek és kutatások által tudományosan is bebizonyítsák, hogy ennek a módszernek a segítségével természetes összhangba, harmóniába hozható a szervezet, az pedig maga az EGÉSZSÉG.

Predrag Đorđević módszerének hatékonysága és hathatósága minden nap igazolást nyer, de ez nem elegendő a módszer szélesebb népszerűsítéséhez, valamint a védelméhez és a különböző visszaélések elkerüléséhez, melyek akár tönkre is tehetnék.

Sajnos a múlt bebizonyította, hogy ezekben a térségekben sok jó és nagy ötlet már a kezdetek kezdetén megghiúsult, és ennek népünk látta kárát. Nem engedhetjük meg, hogy ez ismét megtörténjen, ezért támogassuk ezt az embert és az ötletét.

Dr. Duško Ristivojević

CSODÁK LÉTEZNEK

Teljesen érthető, az ember maga a csoda ...

Évekig tűrjük a fájdalmat, évekig segítünk a szeretteinknek, hogy ne kelljen fájdalmat tűrniük, s időközben elhanyagoljuk saját magunkat.

Betegségünkben, fájdalmaink közepette nem tudunk jók lenni magunkkal sem és másokkal sem.

A legjobb, ha szeretteinknek saját példánkkal bizonyítjuk, hogy van remény és csodák léteznek.

Ez a könyv Predrag Đorđević értékes tapasztalatának köszönhetően született, de általunk is, akik a segítségével megoldottuk problémáinkat, és úgy döntöttünk, hogy másoknak is segíteni szeretnénk.

A boldogabb és egészségesebb jövő karnyújtásnyira van. Az a jövő, amelyben büszkén mondhatják, hogy a legjobbat tették meg az egészségük érdekében, a megoldást választották – az atlas helyreállítást és megkapták a saját csodájukat!

Bojana Čopik, okleveles biológus (Ma)

A könyvet fiaimnak, Vladislavnak,
Filipnek és Matijanak ajánlom,
valamint unokáimnak,
Ognjennek, Janjanak és
jövendőbeli unokáimnak.

**Gyermekeim,
Boldogságban neveljétek
Gyermekeiteket,
Mert jobb jövő vár rájuk.**

ELŐSZÓ

A könyvemben bemutatott új tudás lehetővé teszi az emberi faj fennmaradását és fejlődését. Ez az állítás túl merésznek hangzik, de amint elolvassák a könyvet, meg fogják érteni, hogy ez így van, mert az egészségnek szenteltem, az egészség pedig a legfontosabb az életben.

Bemutatom Önöknek a felfedezést, amely végre lehetőséget kínál egy egészséges és jobb életre. Valószínű, hogy Önök ezidáig sok könyvet és egészségről szóló folyóiratot olvastak el, de nem találták meg a megoldást, és nem tudják hogyan gyógyuljanak meg.

Megértem az Önök gyanúját, hogy a könyv olvasásával esetleg időt pazarolnak, de higgyék el, nem fognak, korszakalkotó felfedezésről van szó, ez a könyv lesz az életük leghasznosabb olvasmánya.

Úgy tűnik majd, hogy a legszebb mesét olvassák, amely valójában nem is mese, hanem maga a valóság. Ez a felfedezés minden egyénnek, sőt az egész emberiségnek teszi lehetővé az egészséges életet.

Az információ mindig is létfontosságú volt a siker szempontjából. Megfelelő információ a megfelelő időben, a létező legnagyobb érték. A mai világban mindenki gyorsan hozzájuthat a szükséges információhoz. Mégis, néha zavarba hoznak bennünket a tévében hallottak, melyeket a megfelelő tudás hiányában, illetve félrevezető céllal közölnek azok, akiknek hasznuk származik belőle. Ezért teljesen érhető, hogy kételyünk van minden újdonsággal szemben. Amit meg fognak tudni, első ízben kerül nyilvánosságra, és sokan kételkedni fognak, annak ellenére, hogy létfontosságú dologról van szó.

Nem áll szándékomban egészségügyi könyvet, tudományos szakmunkát, illetve regényt írni, hanem bemutatni a **HumanUp** atlas csigolya helyreállítást, méghozzá mindenkinek érthető módon, mert mindnekinek joga van a jobb egészségügyi állapothoz. Az egyszerű írásmód ellenére a legnagyobb szakértők is először fognak hallani az új tanról, és ez megindíthatja bennük a meglévő hiányos tudások felülvizsgálását.

Az új tudásról ki van dolgozva már néhány tanulmány. Tucatnyi mondat ebből a könyvből az eljövendő tudományos munkák és doktori disszertációk alapjául fog szolgálni, és ki fog szorítani sok téves tudást.

A jövő fogja bizonyítani, hogy ez a legnagyobb felfedezés, mert az emberiség egészségére vonatkozik. A tűz, kerék, elektromos áram és több száz más felfedezés nélkül lehetett és lehet élni, de egészség nélkül lehetetlen. A egészség az előfeltétel minden mással szemben, és mindenkinél az első helyen van.

Ha a gyógyulás módját keresik, itt végre meg fogják találni. Lehet, hogy unalmas lesz olyan betegségekről olvasni, amitől Önök nem szenvednek, de ez a felfedezés nélkül biztos, hogy előbb-utóbb Önöknek is lesz. A legjobban azok hasznára válik, akik még egészségesek, mert itt a legjobb természetes megelőzésről fognak olvasni.

Bennünk és körülöttünk minden a változásról szól, mely a természetes ok – okozat elvén működik. A természet törvényei nem változtathatók, de kihatnak az emberi fajra. Néha a változások rossz irányba visznek, sajnos ez történik az emberiséggel már több tízezer éve. Most végre létezik igazi megoldás, mellyel elháríthatjuk a betegségek okát, nincs következmény, ezért egészségesebben élhetünk.

Még a legnagyobb felfedezéseket sem könnyű átültetni a gyakorlatba. Sokan bizalmatlanok voltak az elektromos árammal szemben is, pedig ma mindannyian használjuk. Így lesz ez a **HumanUP** atlas helyreállítással is.

Az új, vizuális korszak megfelel a gyors életvitelnek, de az új tudást jobb régi módon bemutatni. Erről gyorsan tájékozódhat az interneten is, de ha elolvassa a könyvet, mindent meg fog érteni.

Kezdetben azt fogják gondolni, hogy olyasmit olvasnak, amit már tudnak, de a folytatásban ez változni fog, mert az új tudás felülírja a régi tévedéseket. Nem először és nem is utoljára történik, hogy az új tudás megváltoztatja a már meglévőt és ezáltal hozzájárul az emberiség jobb életéhez. Egyes dolgok feleslegesnek fognak tűnni, mintha nem is lennének összefüggésben az egészséggel, de minden amiben vagyunk és amiből vagyunk hat ránk is és a szervezetünkre is. Minden jelenség összefüggésben van egymással és kihat az életre, a változások az élet keletkezésétől napjainkig hatással vannak jelenlegi életünkre is.

Az emberiség több tízezer éven keresztül szenvedett fájdalmaktól, betegségektől és ezáltal a rövidebb életkortól, de ennek vége.

Az olvasással el fog töltetni egy kis időt, de ez lesz élete legjobb befektetése, mivel több évtizednyi egészséges élettel ajándékozza meg önt. Az olvasással eltöltött idő nem lesz elvesztegetett, minden új oldal után jobban fogja érteni, hogy mindez lehetséges. Az új tudás hitetlenséggel fogja eltölteni és felvetődik a kérdés, hogy idáig vajon miért nem tudódott ki, mitől keletkeznek a betegségek. A beteg emberek sajnálni fogják, hogy miért nem hallottak előbb erről a felfedezésről.

Az informatika korában élünk, és úgy gondoljuk, hogy mindent tudunk, de ez csak illúzió. Ha mi nem tudjuk, hogy valami létezik, attól az még jelen van. Minden létezik már, csak a létezésről való tudat új számunkra. Az emberiség legnagyobb problémája jelen van már több mint tízezer éve, de idáig nem létezett a problémáról való tudat és nem volt rá megfelelő megoldás.

A modern társadalomban az újabb, jobb felfedezések gyorsan váltakoznak és kiszorítják egymást, de a megoldás a legnagyobb problémára

nem alkalmazható, míg a jövőben ez a probléma teljes egészében meg nem oldódik.

Amennyiben meg szeretne szabadulni a betegségektől, elsősorban meg kell ismernie a jövő gyógyászatát. Jelen esetben ez nélkülözhetetlen, mert teljesen más hozzáállásról van szó. Megmagyarázom, hogyan keletkeznek a betegségek, és miután ezt megértik, azt is meg fogják érteni, hogy a kiváltó ok megszüntetése után a betegségek gyógyítás nélkül eltűnhetnek.

A munkatapasztalatom arra buzdított, hogy átértékeljem a meglévő tudásomat az emberi testről. Ez a tudás ezeknek a gondolatoknak az eredménye.

Az ok – okozat törvényének könnyebb megértése miatt a könyv a múlttól, a jelenen keresztül jut el a jövőig, de a történések időbelileg nem mindig követhetők, mivel a múlt kihatással van a jelenre, a jelen pedig a jövőre.

Megpróbálok tömören fogalmazni, hogy Önök minél gyorsabban megtalálják a megoldást egészségügyi gondjaikra, és a könyv terjedelme ne ijesztje el az olvasót, és emiatt ne jöjjön el a tarkó masszázssra.

Idáig nem léteztek információk arról, hogy milyen nagy problémát okoz az elcsúszott első, koponya alatti, ill. nyaki csigolya, ezért a könyv oktató jellegű a nyilvánosság számára, és egyaránt fontos azok számára, akik humánus munkával szeretnének foglalkozni.

A könyv célja az emberiség új tudással való gyarapítása, méghozzá olyan tudással, amit saját magam fedeztem fel, és amely minden egyes egyénnek segíthet egészségesebben és sikeresebben élni. Boldoggá tesz, ha ez a könyv elősegíti a **HumanUP** atlas csigolya helyreállítást, és Önök is boldogabbak lesznek jó egészségüknek köszönhetően.

Kívánom Önöknek, hogy élvezzék az olvasást, és miután elolvasták a könyvet, legyenek hálásak a jobb egészségükért annak, aki a könyvet ajánlotta Önöknek.

KERESÉS

Az emberiség több ezer éve spontán, illetve tudatosan kereste a betegségek okát. Az én kutatásom harminc évig tartott, és nem különbözik a több milliárd másik ember keresésétől, akik szintén megpróbálták megtalálni betegségük okát.

Gyermekkoromban betegesebb voltam, mint a legtöbb gyermek, ezért a szüleim gyakran vittek orvoshoz, és sokat kezeltek kórházban. Húsz éves koromtól ötven éves koromig a betegségek okát kerestem és megértettem, hogy a betegség nem a környezetünkből jön, hanem a szervezetünkből, ezután évekig azon gondolkodtam, miért és hol keletkeznek a betegségek.

Nem próbáltam meg magamat gyógyítani, mert nincs egészségügyi képzésem. A gyógyítást szakemberekre bíztam, de harminc éves koromban beláttam, hogy rajtam a hagyományos gyógyászat nem tud segíteni, ezért a természetgyógyászatban kerestem a megoldást, de az sem segített. Hiába vesztegettem az időmet és a pénzemet. Az idő elvesztegetése sokkal jobban aggasztott, mint az anyagi veszteség. A betegségek esetében az idő létfontosságú.

Úgy tűnt, a hagyományos gyógyászat és a természetgyógyászat csalás, de megértettem, nem szándékos csalásról van szó, hanem a tudás hiányáról. Minden esetre, úgy döntöttem, én nem leszek a betegségeim, valamint a szándékos vagy nem szándékos csalások áldozata.

Negyven éves koromban abbahagytam a kezeléseket, mert nem hoztak javulást. Fájdalmaktól szenvedtem, de nem adtam fel a keresést, tudni akartam: mitől keletkezik a betegség a szervezetemben?

Az orvosokkal való beszélgetések során szerettem volna minél többet megtudni a betegségek keletkezésének okairól. A gyermekorvos, aki húsz éven keresztül gyógyította a gyermekeimet, idővel a barátom lett. Ő tudott a betegségeimről, és idővel kérdeztem őt a lehetséges okokról. Olyan válaszokat kaptam tőle, amikben ő sem volt biztos.

Éveken keresztül az egészségről szóló könyveket és szaklapokat olvastam, de nem találatam meg a magyarázatot arra, hogy hol keletkeznek a betegségek.

Sok összefüggéstelen, téves elmélet vagy feltevés létezik a betegségek keletkezésének okairól, ezért abbahagytam az olvasást, de még figyelmesebben követtem a saját szervezetem abban a hiszemben, hogy meg fogom érteni, miért és hol keletkeznek a betegségek.

Biztosan tudtam, a gyógyulásom kulcsa abban rejlik, ha felfedezem, hogy hol keletkeznek a betegségek, mert könnyebb elhárítani az okot, mint gyógyítani a következményeket. Ennek ellenére három évtizednyi kutatás sem vezetett el a megoldáshoz, nem tudtam, hogy miért vagyok

beteg, ezért veszíteni kezdtem a reményt, és kezdtem készülni arra, hogy elfogadom a kíméletlen valóságot.

Keresni kezdtem a megfelelő éghajlatú helyet a bolygón, ahová idős koromban elköltözhethnék és enyhíthetném elviselhetetlen reumás fájdalmaimat. Több mint húsz éve voltak már fájdalmaim, és évről évre erősödtek. A jobb éghajlat lehet, hogy nem oldotta volna meg a többi egészségügyi problémámat, de enyhítette volna a fájdalmaimat. Ötven évig éltem mérsékelt éghajlatú helyen, ez az éghajlat megfelelő az egészséges ember számára, de nekem nem felelt meg, mert a termikus kontrasztok beindították a fájdalmaimat.

Úgy döntöttem idős koromra Kubába költözöm. Nem azért mert a kubai lakosok hosszú életűek és egészségesek, hanem azért, mert a meleg éghajlat csökkentené a fájdalmaimat. Nem szerettem volna idős koromban távol lenni a családomtól, de a fájdalmak nem hagytak választási lehetőséget számomra.

Észak-Amerika mérsékelt éghajlatán élő emberek gyakran szenvednek hasonló problémáktól, ezért idős korukban Floridába költöznek. Én Kubára készültem, ahol az éghajlat hasonló, mint Floridában, de szerencsére sikerült felfedeznem azt, ami után életem nagyrésztében kutattam. A megoldás általában ott található, ahol a legkevésbé várjuk.

Amikor gyermekorvos barátomat utolsó alkalommal faggattam a betegség okairól, azt mondta, születésemtől fogva gyári hibás vagyok. Nem tudta, hogy ez milyen hiba, de teljes mértékben igaza volt. Az "Atlas" elnevezésű folyóiratban, amelyben Kubáról olvastam, véletlenül rábukkantam egy egészséggel foglalkozó folyóirat címlapjára. Már régóta nem olvastam ezt az újságot, de az ATLAS szó megragadta a figyelmemet:

ÁLLÍTASSA HELYRE AZ ATLASÁT – HOSSZABÍTSA MEG AZ ÉLETÉT

Nem állt szándékomban meghosszabítani beteg életemet, és nem értettem mi köze van a földrajzi atlasznak az élethosszhoz, ezért az alcímet is elolvastam:

A KIMOZDULT ELSŐ CSIGOLYA OKOZZA A BETEGSÉGEKET

Ez a cím és alcím változtatták meg az életemet. Azonnal megértettem, hogy az atlas az első, vagyis atlas csigolyát jelenti. Végre megtaláltam azt, ami után harminc évig kutattam. Ez volt az, amit olyan fáradhatatlanul kerestem a saját testemben, az egészségről szóló könyvekben és folyóiratokban. Sohasem gondoltam az atlas csigolyára és sehol sem találkoztam ennek még a felmerülő lehetőségével sem. Azonnal elolvastam a szöveget. Számomra a legszebb mesére hasonlított. Megértettem, hogy a legtöbb betegség fő okozója valóban az atlas.

Időpontot egyeztettem és hitetlenkedve vártam a javulást. Sokszor csalódtam különböző gyógymódokban, ezért nagyon különösnek tartottam a kiírást, nem gyógyításról van szó, hanem a betegség okának meg-

szüntetéséről. Eldöntöttem, hogy kipróbálom és megtudom, hogy szemenszedett hazugságról, vagy a teljes igazságról van-e szó.

Két perccel a kezelés után úgy éreztem, sokkal könnyebben lélegzem. Öt perccel később megittam életem legjobb korty vizét, tíz perccel később csillapíthatatlan vágyat éreztem az étel után.

KEZDETT VISSZATÉRNI BELÉM AZ EGÉSZ-SÉG, AZ ÉLET

Az egészséges ember nem érzi át a beteg ember szenvedését, ezért nem értheti meg azt a leírhatatlanul jó érzést, amikor valaki meggyógyul. Azt kívántam, bárcsak a betegség egyharmadától szabadulnék meg, de néhány hónappal a kezelés után megszabadultam a betegségeim túlnyomó részétől, melyektől ötven éven át szenvedtem.

A város ahol élek 70.000 lakost számlál. Az említett újságcikket elolvasták mondjuk kétszázan, de ez nem jelentett nekik semmit. A helyzet úgy hozta, hogy én voltam az első, aki elment atlas csigolya helyreállításra. Közösségi munkával foglalkoztam és sokan tudtak az egészségügyi problémáimról.

Miután megjöttem a kezelésről, a városomból még kétszázan elmentek atlas csigolya helyreállításra. Észrevettem, hogy mindenkinél javulás lépett fel, és vágyat éreztem arra, hogy jómagam is megtanuljam az atlas helyreállítást. Jelenleg ezzel a nemes munkával foglalkozom, és nagyon hálás vagyok, hogy a beteg embereken segíthetek.

Ötvenegy éves koromban végre meggyógyultam, ezért nyugodt lélekkel mondhatom hogy soha nem késő. Az elmúlt harminc évben a betegség okát kerestem, pedig az mindvégig előttem volt. Több tízezer éven keresztül az emberek ujjbeggyel nyomogatták a tarkó tájékát, hogy csökkenítsék a fájdalmat, de nem értették meg, hogy az atlas csigolya elmozdulása az okozója majdnem minden betegségnek.

Számomra az életkörülmények egybeesése tette lehetővé, hogy megvalósítsam a korszakalkotó felfedezést, az atlas csigolya helyreállítást. Befejeztem a középiskolát, és operatőrnek tanultam az egyetemen. A technikai képzettségem miatt az emberi testre mint "készülékre" tekintek, és az egyetemen tovább fejlesztettem a megfigyelő képességemet. Ebben a legtöbbet mégis a betegség okának kutatása segített.

L É T E Z É S

Kik vagyunk mi és miért létezőnk?

Az emberi tudat létezése óta vágyakozunk rá, hogy megtudjuk a válaszokat ezekre a kérdésekre. Az idő múlásával lassan közeledünk a helyes válaszokhoz.

Mi azért létezőnk, mert létezik körülöttünk a világegyetem és mindannyian részei vagyunk minden létezőnek, a legparányibb részecskékben is pont ugyanazok a szabályok működnek, mint bárhol az univerzumban.

Az emberi természetben benne él a vágy, hogy megértse miből tevődik össze, ami körülötte és benne van. Ezt lehet, hogy sohasem fogjuk megérteni, de érdemes próbálkozni. Minden létezőben az egyedüli furaság maga az élővilág létezése. Lehetetlen, hogy csak ezen a bolygón van élet, de egyelőre másiról nem tudunk. Nem is olyan régen nem tudtunk még sok minden létezéséről, ezek a jelenségek mégis léteztek, eltekintve attól, hogy nekünk nem volt tudomásunk róluk. Ha valamiről nem tudunk, az nem azt jelenti, hogy nem is létezik. Ha még nem hallottak az atlas csigolya helyreállításról az még nem jelenti azt, hogy nem létezik.

A mi mércénkkel mérve ez a harmadik millennium kezdete. Az elmúlt kétszázötven évben sokkal többet fedeztek fel, mint az ezt megelőző korszakokban. A Homo sapiens az egyik legfiatalabb faj, de egyben a leg-sikeresebb is. Ezért, hogy ma itt tartunk, hálásak lehetünk elődeinknek, akik az ezt megelőző fejlődési szakaszokon és szenvedéseken már túljutottak.

Térjünk vissza mégis önmagunkhoz, mert mi vagyunk magunknak a legfontasabbak. Az életünket leginkább a betegségek nehezítik meg. Mivel nem ismertük a betegségek valódi okát, tudatlanságban éltünk, úgy gondoltuk, az a normális, ha a betegségekkel együtt élünk és miattuk halunk meg.

A **HumanUP** atlas helyreállításnak köszönhetően megszűntek ezek a tévhitiek.

TÉVHITEK

A tévhit a realitás téves értelmezése. A tudat, hogy a tévedések károsak számunkra kellemetlen, de hasznos abból a szempontból, mert elhárítjuk őket. A tudományos felfedezések mindig több és több tévhitet cáfolnak meg.

Uraljuk ezt a bolygót, és ettől olyan érzésünk van, hogy mi vagyunk a legtökéletesebbek. Több ezer növény-és állatfaj több millió évvel idősebb, mint mi és válozatlanok maradtak. Az egyik legnagyobb tévhit az, hogy tökéletesek vagyunk és hogy az ember teremtése befejeződött. Homo központúságunk miatt könnyebb együtt élni a tévedéseinkkel, de a valóság teljesen más.

Befejezetlenek vagyunk és nem vagyunk tökéletesek. A változások folyamatosak. Veszítjük szőrzetünket és bölcsességfogainkat, pedig azok nélkül nem lehet élni. A legújabb kutatások bizonyítják, hogy az emberi fej mérete az elmúlt húszezer évben csökkent. Amennyiben így van, ez nagyon jó, mert ez megkönnyíti a szülést.

A Homo sapiens a legbetegebb faj. A betegségek külső fertőzések és belső hatások miatt alakulnak ki. A környezetünkben lévő fertőzések a betegség külső meghajtói, de sokkal több betegség keletkezik magában a szervezetben. Ebből a könyvből, mely sok téves feltevést eloszlat majd, meg fogják tudni, ez hogyan is lehetséges.

Létezik egy olyan tévhit is, hogy a modern életvitel a tévedéseket minimálisra csökkentette. A bizalmatlanság az emberi természet szerves része és létfontosságú saját magunk védelmében, a szándékos csalások ellen. A téves tanoknak köszönhetően gyakran fordulnak elő nem szándékos csalások, és ez így van a gyógyítással is. Nem az a legnagyobb gond, ha elköltjük a pénzünket a nem megfelelő gyógyításra, hanem az a baj, hogy így értékes időt vesztegetünk el és mégsem gyógyulunk meg.

Napjainkban a tudomány számít mérvadónak, amikor értékelni kell mi a jó és mi a rossz, de a tudománynak sem lehet mindig hinni, mert sok tudományos felfedezés téves és káros volt. A tudomány logikus, gondolati termék, de a logika változó és sokszor pontatlan. Az emberi egészséggel foglalkozó tudománynak a legfontosabbnak kellene lennie, mert az egészség a legfontosabb.

Valamikor úgy gondolták, hogy a Föld lapos és az egész világegyetem körülötte kering. Abban az esetben azok, akik a másik oldalán vannak, leestek volna róla. Több milliárd ember, több ezer éven át látta a Föld kerek árnyékát rávetülni a Holdra holdfogyatkozáskor, de félelemből hallgattak és tiszteletben tartották a létező dogmát, miszerint a Föld lapszerű. Ha valaki azt állította volna, hogy gömb alakú, elmebetegnek nyilvánították volna. Nikolausz Kopernikusz felfedzte, hogy a Föld gömb alakú és a Nap körül forog, Giordano Bruno életével fizetett, de nem tagadta meg Kopernikusz felfedezését.

Nehezen fogadtuk el, hogy nem mi vagyunk a világegyetem közép-pontja, a későbbiekben kiderült, hogy a Nap sem az. Ma már tudjuk, hogy a Naprendszerünk nem a világegyetem közepén helyezkedik el és a fiatalabbak közé tartozik. Az Univerzumban több milliárd van még. Jelenleg univerzumunkat a multiuniverzum részének tekintik.

Az egyén szempontjából nem az a fontos, hogy a világegyetem végtelen e, hanem az, hogy senki se manipulálja és károsítsa az életét. Sajnos mindannyian tévhitek áldozatai vagyunk, melyeket a különböző ipari csoportok ruháztak ránk az anyagi nyereségért folyó harcban.

A tej a maga fehér színével tisztának tűnik és hasznosnak a szervezet számára, de ez szintén egy tévhit. Évtizedek óta köztudott, mennyire káros a szervezetre, mégsem tesz senki semmit, hogy megakadályozza a fogyasztását. Tény, hogy emlősök vagyunk, de egyedül mi fogyasztjuk a tejet, és ezáltal nagy kárt okozunk magunknak. Az emberi emésztőrendszer nem alkalmas a tej és tejtermékek megemésztésére. A tej és tejtermékek fogyasztásával a baktériumokat és parazitákat tápláljuk, melyek az ürülékükkel savasítják a szervezetünket és ezért betegszünk meg. Tévhit, hogy a tej és tejtermékekben lévő kalcium szükséges a csontszöveteknek. Ennek éppen az ellenkezője az igaz, a felesleges baktériumok és paraziták csökkentik a csontokban levő kalciumot, de a tejipart ez nem aggasztja, nekik az a fontos, hogy minél nagyobb nyereséget valósítsanak meg.

A gyermekek óvodai nevelése jónak tűnik, viszont ez is tévedés. Az első évek az ember életében létfontosságúak a személyiség fejlődése szempontjából. Ilyenkor a gyermekeknek a szülői példa a fontos és nem a korabeli gyermekek példája.

A pszichológia bebizonyította, hogy a gyermek egészséges, testilelki fejlődése szempontjából a vadászó-gyűjtögető közösség az ideális. Nem tudunk visszatérni ehhez a családi mintához, ezért meg kell találnunk annak a módját, hogy kibékítsük ömagunkban a barlanglakó ősembert a mai modern emberrel.

A nagyobb nyereség érdekében az érdekcsoportok illúziókat keltenek. A különböző médiákon keresztül pl. meg akarják győzni az embereket, hogy aktivitásukkal növelik a széndiokszid szintjét az atmoszférában, és ezért történnek a klímaváltozások. Nemzetközi protokoll szerint elő van írva, mennyivel kell a különböző országoknak csökkenteni a széndioxid kibocsátást. A tőzsdén ezért kereskednek a kvótákkal, de a valóság teljesen más. Bolygónk keletkezése óta az atmoszférában folyamatosan csökken a széndioxid szint, mert a Föld lassan hűl, és a vulkáni tevékenységek csökkennek. Bolygónk felszínének nagyobb részét víz borítja, mely összegyűjti a széndiokszidot a atmoszférában, ezért fennáll annak a lehetősége is, hogy a jövőben eltűnik a széndiokszid, és ennek eredményeként eltűnhetnek a növények is. A növények felhasználják a széndiokszidot arra, hogy oxigént termeljenek. Az oxigén eltűnésével megszűnne az élet, kihalnának az élőlények. Amennyiben elhasználnánk az összes fosszilis tüzelőanyagot, ezzel csak lelassítanánk a természetes folyamatokat. Az igazság az, hogy az éghajlat a Nap tevékenységétől függ, és a Föld a Nap körüli pályájától, de mi mindannyian manipuláció áldozatai vagyunk.

A legtöbb jelenség bennünk és körülöttünk valójában nem az, aminek tűnik. Az, hogy az oxigén csak hasznunkra van, illúzió. Minden egyes sejtünkben az oxigén segítségével égnék el a táplálék részecskéi, és ezáltal nyerjük az élethez szükséges energiát, de ebben a folyamatban szabadulnak fel a szabad elektronok is, amelyek károsítják a géneket és sejt-elhaláshoz vezetnek. Azok, akik 1500 m tengerszint feletti magasságban élnek, egészségesebbek és hosszabb életűek, mert ott a levegőben kevesebb oxigén van.

A kender több ezer éven keresztül használták emberi fogyasztásra. Technológiai feldolgozással a kenderből olyan anyagot nyerünk, amely tartósabb és könnyebb az acéltól. A kender építőanyagként, bútorkidolgozására és az autóiparban lehet használni. Egyes országokban még ma is felhasználják emberi étkezésre, az egészségügyben és szövetek készítésére is. A kender olcsó nyersanyag, de ez a sok ipari vállalatnak nem felel meg, mert nem kereshetnének vele sokat. Azok az ipari ágazatok, akik a vegyiparból profitálnak, azt állítják nekünk, hogy a műanyag termékek egészségesek. Állandó érintkezésben vagyunk a műanyaggal egész életünkben, és ez még jobban megbetegít bennünket.

A kendert leggyakrabban elszívják marihuánás cigaretta formájában, de sokféleképpen fogyasztható még. Összesen 212 féle kender létezik, de a kannabisz miatt tilos a használatuk.

Nagyon agresszívek vagyunk a természettel szemben. Az erdők irtásával egyre inkább veszélyeztetjük a saját túlélésünket is. A termőföldet tartósan szennyezzük a különféle növényvédő szerekkel. Őseink imádták a "Földanyát", mi viszont mostohaként bánunk vele. A talajszennyezést legjobban a kender ültetésével tisztíthatjuk meg.

Az elmúlt 200 évben az emberiség maga alatt vágta a fát. Módra teszi tönkre az Amazonasi esőerdőket, azt az illúziót keltvén, hogy csak a faanyag miatt teszi ezt. Az Amazonas-i növények gyógyhatása nagyon erős, ezért a gyógyszeriparnak nem érdeke, hogy az esőerdők megmaradjanak.

Fajunk létezése óta fennáll a törekvés, hogy minél könnyebben és kényelmesebben éljünk, viszont ha túlzásba vesszük a kényelmet, ez megrombolja az egészségünket. A szék egy nagyon hasznos találmány, de egészségügyi problémáink csak növekednek a túl sok ülés és kevés mozgás, fizikai aktivitás hiánya következtében. A gyermekek sokat ülnek, ezért szüleik megpróbálják őket különböző sportok felé irányítani. Az egyik tévhit pontosan a sportokra vonatkozik. Nem minden sport hat egyformán az egészségre. A nem megfelelő sportok a szervezetet ifjúkorban elhasználják, amortizálják, és időskorban sokkal fogékonyabb lesz a betegségekre.

Tévhit az is, miszerint a különböző élelmiszerek egy étkezésben hozzájárulnak a jobb anyagcseréhez. Több tízezer éven keresztül csak egyféle élelmiszert ettünk az étkezések alkalmával, ezért az emésztőrendszerünk nem tud alkalmazkodni ahhoz, hogy többféle élelmiszert kell megemésztetnie egy étkezéskor. A diétázástól sokkal jobb módszer a fogadásra, ha egy étkezés alkalmával csak egyféle élelmiszert eszünk.

Több ezer éve léteznek különböző gyógymódok és létezik az igény is, hogy valaki gyógyítson bennünket. A gyógyítások sikeresnek tűnnek, de csak azért, mert megszűnnek a tünetek, de nem szűnik meg maga a betegség. A tüneteket főleg a modern orvostudomány kezeli, ebben sikeres is, de ezáltal félre is vezet bennünket, elhisszük, hogy nem vagyunk betegek, és ezért idővel egyre betegebbek leszünk. Ismert tény pl., hogy egyes fejfájás elleni gyógyszerek még erősebb fejfájásokat okoznak.

A XX. század folyamán Németországban padlófűtést kezdtek el beépíttetni, de abbahagyták, amit elkezdődtek a lábproblémák. A németek még egy tévhittől szabadultak meg, a babáknak kivették a mandulájukat és a vakbelüket, hogy egészségesebbek legyenek, de nagyon gyorsan rájöttek, hogy ez egy nagy tévedés.

A mai folyóiratok, rádió, tv és internet a különböző iparágak szolgálatában állnak, melyek károsak ránk nézve. Az említett médiák többsége olyan iparágak tulajdonában van, akik illúziókat keltenek, és meg akarják mondani, hogy nekünk mi a jó. Félrevezető tájékoztatások mindig

is léteztek, és bizonyos csoportokat részesítettek előnyben. A felgyorsult kommunikáció idejét éljük, és azt gondoljuk, hogy a helyes információkhoz jutunk hozzá, de ez tévedés, az igazság az, hogy teljesen félrevezetnek minket.

Tévedés az is, hogy mindig jobban és jobban élünk. Egyes dolgok jobbak lettek, de a dolgok többsége nem változott. A törvény, mely tiltja mások testének érintését, azzal a gyanúval, hogy szexuális zaklatásról van szó, az emberiség ellen irányul. Több ezer éven keresztül szoros kapcsolatban vagyunk alvás közben, vagy bizonyos aktivitások során, és ez a kapcsolat a közösségi és összetartozás érzését adta nekünk. A törvények változnak, a legjobb törvények azok, melyeket maga az élet ír. Az alapvető természetes törvény a fajfenntartás, az emberek pedig meg vannak gátolva az embertelen törvény miatt. Az ölelés gyógyító, ezért öleljétek egymást, annak ellenére, ha büntetést is kell fizetni érte.

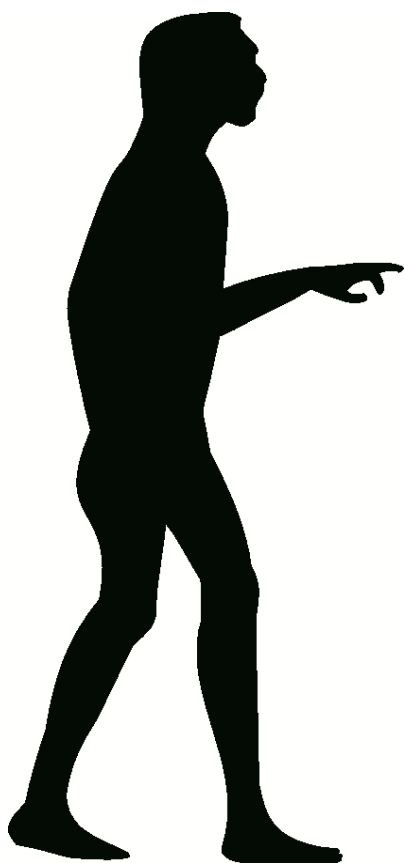
A könyv fő témája az egészség. Időnként úgy tűnhet, hogy annak, amiről írok, nincs köze az egészséghez, de minden, ami körülöttünk van, kihatással van az egészségünkre. Tévhit az is, hogy jó, ha a nők magas-sarkú lábbelit hordanak. Az igaz, hogy magassarkúban jobban néznek ki, de így még jobban ferdül a gerincük. A lányok így elcsábítják a legényeket, de betegek lesznek. Néhány évszázaddal ezelőtt a férfiak, viseltek magas-sarkú lábbelit, mert nekik a magassarkú a hátgeric alsó részében természetes előre hajlást okozott és ezért abban az időben egészségesebbek voltak. A XX. században a nők egyenjogúság utáni vágya megváltoztatta a divatot, mivel ők is ki akarták magukat egyenlíteni a férfiakkal. Ilyen fajta egyenjogúságra nincs szükség. A női princípium fölényesebb, ők a fajfenntartók, ezért mindig előnyt élveznek.

Az elmúlt két században az élettartam meghosszabbodott, de tévedés azt hinni, hogy ez a egységügyi tudománynak köszönhető. Régebben az emberek tömegesen haltak meg a fertőzések következtében, a jobb higiéniai és szanitáris körülményeknek köszönhetően megnövekedett az életkor.

Az előző példák azt mutatják, hogy a logika változó és a tévhitek nem szűnnek meg, mégis idővel csökkennek.

A történelem során több száz ilyen példa született, a jövő történelme pedig a mostaniakról fog beszámolni. Az egyik legnagyobb tévhit az, hogy betegnek lenni normális és elkerülhetetlen.

Az emberiség nem várta a betegségektől való megváltást, de fel fogja fedezni, az első csigolya helyreállításával, hogy nem természetes dolog betegnek lenni és meghalni.



M Ú L T

A múlt és a jövő most nem léteznek, mert mindig csak a jelen létezik. Hol vagyunk mi az időnek, ebben az örökös játékban?

A múlt rossz következményei jelen vannak a szervezetünkben, és ezért betegszünk meg. Végre megvan a megoldás, hogyan élhetünk egészségesebben a jelenben és a jövőben.

Ez a könyv a legnagyobb egészségügyi felfedezésről szól, fajunknak múltjával, jelenével és jövőjével egybekötve.

KELETKEZÉS

A felismerések, melyekkel rendelkezünk nem véglegesek, de hozzávetőleg pontosak. Ezeken a felismeréseken alapszanak az én ismereteim is, a világ keletkezéséről és a homo sapiensről. Ha azok a felismerések tévesek, akkor az én ismereteim is azok.

Köszönve a felfedezésnek az első csigolya helyreállításáról, kutatásaimban beigazolódik a homo sapiens fejlődése az emúlt több tízezer évben. A bizonyíték minannyiunkban él, és ez egy kis anatómiai hiba. Ez a hiányosság kicsi, de végzetes az egészségünk szempontjából, és az emberiség legnagyobb problémája volt a kezdetektől fogva.

Lehetetlen az időt visszafordítani és biztosnak lenni abban, hogyan is keletkezett minden. Ezért több hiedelem és vélemény létezik a világ keletkezéséről. Mindenkinek jogában áll saját fejével gondolkodni, így nekem is. Gondolatainkkal nem kell kihatnunk másokra, ezért nincs szándékomban megkérdőjelezni és megváltoztatni mások véleményét. Mégis a véleménybeli nézeteltérés értékes, mert elvezet az igazsághoz, mely mindenkinek a hasznára válik.

A világ keletkezéséről több elmélet is létezik. Az egyik szerint csak egy parányi pontocska létezett, mely felrobbant és abból keletkezett minden. A tudósok észrevették, hogy a világegyetemben minden mindentől távolodik, így jutottak el ehhez a felfedezéshez. Ez a robbanás már tizenhárommilliárd hétszázmillió éve tart és tartani is fog tovább, egészen az utolsó atom széteséséig, amikor is a semmi veszi át a hatalmat.

A legújabb elmélet azt feltételezi, hogy számtalan univerzum létezik és mind különbözőek. Ezeket nem lehet megfigyelni, mert bennük teljesen más dimenziók, és más fizikai törvények léteznek. Az univerzumok egymásközötti hatásukkal végtelen számú kombinációt hoznak létre a végtelen multiverzumban, mely a végtelenben van kezdet és vég nélkül. Mindezt nagyon nehéz elképzelni, de könnyű megérteni, amennyiben a lebegő szappanbuborékokkal hasonlítjuk össze. Időnként a buborékok összeütköznek és ennek különböző következményei vannak. Megtörténhet, hogy nagyobb buborékká egyesülnek, vagy mind a kettő megsemmisül és a maradványaik a közelben lévő buborékokkal egyesülnek. Hasonló dolog történik a tűzijáték alkalmával is.

De térjünk vissza a mi univerzumunk realitásába, mert könnyebb lesz az életünk, amennyiben megtudjuk hol vagyunk és miből tevődünk össze.

Ahogy a tűzijátéknál, a robbanás után is füst és por örvények keletkeznek. A robbanás az ok, az összes többi jelenség következmény. A galaxis, amelyben élünk, hat milliárd évvel ezelőtt keletkezett egy hatalmas porörvényből. Hasonló minta alapján működik maga a galaxis is, kisebb

por örvényekből keletkeznek a csillagok és társaik is. Négy és fél milliárd évvel ezelőtt keletkezett a Nap és valamivel később a Föld.

Több elmélet is létezik arról, hogyan kezdődött az élet a Földön. Lehetséges, hogy kémiai, fizikai és elektromos reakciók következményeként jött létre az élet csírája. A 2002-es felfedezés homályba döntötte az összes többi elméletet, mert a "Csillagpor" projektum bebizonyította, hogy az élet kezdete nem a bolygónkon kezdődött. Az űrhajó hozott egy kis csillagport egy üstökös farkából, és abban szerves anyagot találtak.

Három milliárd évvel ezelőtt a már eléggé kihűlt Földre szerves anyagok és aminosavak hullottak. Az üstökösök vizet is hoztak, mely nélkül nem jött volna létre élet. Az élet keletkezéséhez különleges feltételek szükségesek, ahhoz viszont, hogy fennmaradjon és fejlődjön elegendő időre van szükség.

A Föld bolygó ideális bölcső az élet fejlődéséhez, mivel elegendő távolságra van a Naptól és nincs túl meleg és túl hideg sem. A Föld mágneses tere véd bennünket a napsugárzástól, a bolygó kémiai összetétele pedig megadja a feltételt a különböző kémiai reakciók keletkezéséhez. A Hold stabilizálja a Föld forgástengelyét és lehetővé teszi a megfelelő éghajlatot.

Amint összeálltak a megfelelő feltételek, az élővilág elnevezésű kaland megkezdődhetett. Az aminosavból keletkezik a ribonukleinsav, abból pedig a DEZOXIRIBONUKLEINSAV. Ennek a legnagyobb természetes molekulának, mely minden egyes sejtünkben jelen van, már maga az elnevezése is grandiózus.

FEJLŐDÉS

Azért, hogy minél tovább fennmaradhasson, a DNS maga körül hárttyát hoz létre és belehelyezi a víz molekulákat, így keletkezett az első sejt. Több milliárd éven keresztül egysejtű szervezetek léteztek vízi környezetben. Az élet vízben keletkezhetett, mert védelmet nyújtott a Nap sugárzása ellen, amely akkor még erős volt.

A Hold hatása az élet fejlődésére hatalmas volt. Abban az időben a Hold állt legközelebb a Földhöz és gyorsan került meg, ezért az óceán dagályhullámai több tíz méter magasak voltak. A parthoz való közelítésük és a parttól való eltávolodásuk nagyon erőteljes volt, ezért az egysejtűek a kövekhez tapadtak.

Akkoriban nem volt oxigén a Föld atmoszférájában és a fotoszintézis spontán keletkezése az egysejtűekben játszódtott le, amelyek ki voltak téve a Nap sugarainak.

Az oxigén a fotoszintézis által keletkezett és az elkövetkező három milliárd évben az atmoszféra lassan feltöltődött oxigénnel, mely halálos volt az akkori szervezetek számára. Ezt csak azok a szervezetek éltek túl, amelyek oxigént termeltek.

A Föld instabil pályája miatt a Nap körül a víz többször befagyott, és a bolygót fehér labdává változtatta. Már az élet keletkezésekor fennállt a veszélye annak, hogy az élet meg is szűnik, de bizonyítást nyert a szabály, miszerint ami nem öl meg, az megerősít. Ez a szabály még néhányszor életbe lépett az élővilág fejlődése során. A befagyott bolygó veszélyt jelentett az érzékeny élővilágra, fennállt a kipusztulás veszélye is, de pont ennek köszönhetően jöhetett létre a többsejtű szervezetek keletkezése. Az egyenlítő partmenti szakaszain a tíz méter vastagságú jég nagyon kevés fényt engedett át. Annak érdekében, hogy minél többet magukba szívjanak a gyér fényből, az egysejtűek többsejtűekbe csoportosultak és zöld színűek lettek. Így keletkezett a klorofill, majd a zöld növények.

Az átalános jólét miatt sejtcsoportok szerveződtek, és a test meghatározott funkcióinak betöltésére specializálódtak.

A szervezet, mely lehetővé tette, hogy a növényvilágból kifejlődjön az állatvilág, ma is létezik, és mi szivacsnak nevezzük.

A növények statikusak, ezért az állatok a mozgékonyaságuknak köszönhetően gyorsabban haladtak fejlődésük során. A test ízeltsége tette lehetővé a nagyobb mozgékonyaságot az étel keresésekor, de a különleges feladatok ellátásánál is, melyek az EGÉSZ szolgálatában álltak.

Hasonló szervezési minta alapján a sejtek szervekké alakultak, ami lehetővé tette a jobb alkalmazkodást és a fennmaradást. Először a puhatástűek keletkeztek, majd a páncélosok a páncellal, mely védi puha testüket.

A gerinc keletkezése a gerinceseknél lehetővé tette, hogy a testet belülről egységben tartsa, ez a tagok keletkezéséhez vezetett és még nagyobb mozgékonyasághoz, ami előnyt jelentett a túlélésben.

Mindez vízi környezetben történt. Víz található a sejtekben, és a sejközötti tér is túlnyomórészt vízből tevődött össze, ami lehetővé tette a sejtek anyagcseréjét.

A növények elsőként mentek ki a szárazföldre, és több száz millió éven át bocsájtották ki az oxigént az atmoszférába. A tüdőshalak elhagyták a vízi környezetet, és így keletkeztek az állatok, amelyek oxigént lélegeznek be. Az, hogy kimentek a vízből, spontán történt. Ezt ismét a Hold tette lehetővé, mert létrehozta az apályt és a dagályt. Ilyenkor a különböző szervezetek a szárazföldön maradtak pár órán át, és így kezdtek el lélegezni.

A gének információkat közvetítenek az élővilág következő generációjába. Az első géneknek egyszerű volt a felépítése. Változtatni kezdték önmagukat azért, hogy megteremtsék a feltételeket a hosszabb fennmaradásra. A gének struktúrája mind összetettebb lett és nagyobb lett a DNS-ek száma, ez tette lehetővé az új állat és növényfajok keletkezését.

A tudósok többmillió növény és állatfajt ismernek, de ennek többszöröse létezik, amiket még nem fedeztek fel. A gén fejlődése tette lehe-

tővé ezt a hihetetlen sokszínűséget. A homo sapiens génstruktúrája a legösszetettebb.

Generációról generációra az élővilág a születés és halál ciklusán megy keresztül. Az első gének keletkezése óta csak a gének a halhatatlanok, mert állandóan klónozzák magukat. Több milliárd éven keresztül a gének mind összetettebbek lettek, mivel alkalmazkodtak a bolygónk feltételekhez, és a feltételek nem mindig voltak ideálisak.

Több tíz alkalommal történtek kozmikus és földi katasztrófák, melyek megsemmisíthették volna a meglévő életet, de pont ezek a kataklizmák fejlesztették fel a géneket és magát az élet fejlődését is.

A gének minden életforma sejtjének a középpontjában helyezkednek el. Csak az ember tudatos erre, de még mi sem tudjuk, hogy a gének nem a mi tulajdonaink, hanem mi vagyunk a gének tulajdonában. Nem ők szolgálnak minket, hanem mi őket. Ebben a kölcsönösen hasznos kapcsolatban a vendég úgy gondolja, hogy ő a házigazda, de ez nem így van. A gén az élet alapja és saját halhatatlan élete van, mi pedig bizonyos szempontból paraziták vagyunk, és nem vagyunk olyan különlegesek, mint ahogy azt gondoljuk. Ez a tudat teszi lehetővé, hogy jobban élvezzük saját életünk nagyszerűségét.

Jelenleg is különbözőek a génstruktúrák a különböző életformáknál, de ezek a különbségek minimálisak. A burgonya és az emberi gén között kicsit nagyobb a különbség, az ember és a disznó génje között pedig csak minimális.

A gének megteremtették a szervezeteket, hogy megvédjék őket és hordozzák az élőlények generációin keresztül. Önamukat klónozván, csak a gének egygenerációsak a világ kezdetétől egészen a végéig.

F E N N M A R A D Á S

Az új fajok keletkezésének és megsemmisülésének folyamata ma is jelen van, és tovább fog folytatódni a jövőben is. Ebben a folyamatban az egyetlen különlegesség az, hogy a mi fajunk a felelős sok másik faj megsemmisüléséért, de a gének túléltek már sokkal nagyobb katasztrófákat is, mint az emberi faj. Sajnos, az élet keletkezése óta első ízben van egy fajnak lehetősége arra, hogy önmagát és ezer másik fajt is elpusztítson. Ha az emberek elő is idéznék atomfegyverekkel a kataklizmust, a gének túlélnék azt.

A múltban a kozmikus jelenségek meg nem értéséből kifolyólag az üstökösöket a halál hírnökeinek tartották. Az üstökösök hozták le a Földre a vizet és az élet csíráját, de a megsemmisítésért is felelősek voltak és még lehetnek is. Hatvanöt millió évvel ezelőtt a Földre esett egy tíz kilométer átmérőjű égitest. Ebben a végzetes ütközésben megsemmisült a növényés állatvilág túlnyomó része, még a dinoszaurusok is kipusztultak, pedig előtte ők uralták a bolygót.

Ezt a katasztrófát megelőzően az emlősök kis növéskéek voltak és alacsonyabb fejlődési szinten voltak, mint a dinoszauruszok. A dinoszauruszok kihalása vezetett az emlősök további fejlődéséhez.

Az emlősök fajai igencsak kis létszámúak a többi fajhoz viszonyítva. Ma kb. nyolcezer fajta emlős létezik, viszont kételtű, hüllő, hal, rovar stb. sokkal több van. A jobb alkalmazkodó képességük miatt mégis az emlősök dominálnak. Néhány emlős fajta visszatért a vízbe, néhány pedig kifejlesztette a repülést, ezért jelen vannak a szárazföldön, vízben és a levegőben is.

Az említett változások következtében az élet fennmaradása maga a csoda, viszont pont ezek a jelenségek tették lehetővé az élet alkalmazkodását, tökéletesítését és létezését.

H I B Á K

A gének közötti információátvitel alkalmával időnként hiba történik. A sok mutációs hiba mellett történik olyan is, amelyik hasznos a jövő generációra nézve, és ez teszi lehetővé a gének fejlődését és fennmaradását. Az ilyen hibák nem voltak előre látva, spontán és véletlenül történtek.

Az első primitív többsejtű szervezeteknél egy idegsejt létezett és az ellenőrizte a összes többi sejt munkáját. Egy véletlen mutációs hiba következményeként két idegsejt jött létre, ami nagyon hasznosnak bizonyult. Ennek a hibának köszönhetően létrejöttek a primitív agyak, és ez vezetett a homo sapiens összetett agyának kifejlődéséhez. Ez a példa csak egy a sok közül, és a hibák lassacskán a mind tökéletesebb fajokhoz vezettek.

Kezdetben az állatvilág egynemű volt és csak később lett kétnemű. A nőnem lett a fajfenntartó, a hímnem felelős a mutációs hibákért. Amikor egy hiba több generáción keresztül jónak mutatkozik, akkor a nőnem befogadja és tovább viszi az új generációkba. A hímnem mind jobb megoldásokhoz vezetett, a nőnem pedig kiválasztotta a megfelelőt. Ez a kiválasztási princípum több száz millió évig fennmaradt és jelen van a mi fajunknál is.

Amit most Önök elolvastak, az egy emlékeztető az egyik legismertebb elméletről, az élet keletkezéséről és fejlődéséről. A múltból mindenkinek lehet személyes véleménye, de ez a visszatekintő közelíti meg a leghűségesebben a dolgok sorrendjét. Nem létezik időgép, amely visszarepítené minket több száz millió évvel a múltba, ezért nem lehetünk teljesen biztosak a történetek pontosságában. A jövőbeli kutatások kicsit eltérőek lehetnek, de a lényeg hasonló marad.

Milliárdnyi történés a múltban lehetővé tette azt, hogy mi ma létezzünk. Összetűzések, harc a fennmaradásért, alkalmazkodás, szenvedés, kínzás, véletlenek, kiválasztódás, tapasztalatok, hibák... Mindez, ami történt, belénk íródott és lehetővé tette azt, hogy élvezhessük az életet. Azokban a pillanatokban, amikor nem érezzük magunkat boldognak és

elégedettnek, eszünkbe kellene, hogy jusson mind ez a sok kín, amit fejlődésük során megtapasztaltak elődeink. A sok áldozat, amint meghoztak, meg fogja szépíteni életünket.

Időnként megtörténik, hogy a hibák végzetesek lesznek valamelyik faj számára, mert degradációhoz, illetve a faj kihalásához vezethetnek. Sajnos, az emberi faj esetében ez történik már több tízezer éve.

Minden embernél jelen van egy kis anatómiai hiba, melyet nagyon könnyű kitapogatni a fül alsó része és az állkapocs között.

Ez a hiba az első csigolya kimozdulása.

A felsimerések, melyekhez eljutottam, megváltoztatják a már meglévő tudást az emberi fajról.

NYOMÁS

A gravitáció természetesen létezett már Isaac Newton előtt is, de ő értette meg és fogalmazta meg legelőször. Háromszáz évvel később Albert Einstein a relativitás elméletével újrafogalmazta a gravitáció fogalmát – a kozmikus testek a saját anyagukkal ferdítik el a teret, ami emiatt besűrűsödik. A tér az egyik legalapvetőbb jelenség, mely jelen van mindenhol az univerzumban. A legtöbb tér ott van, ahol semmi sincs, a legkevesebb pedig a legsűrűbb kozmikus jelenségek, amiket fekete lyukaknak nevezünk.

Minél többet tudunk, annál világosabban értjük, hogy mennyire keveset tudunk, jelenleg pedig nem világos számunkra, hogy miből tevődik össze az univerzum nagyobb része. Ezt a korszerű mérőeszközök számára ismeretlent és láthatatlant sötét energiának nevezzük. A tudomány gyorsan fejlődik, ezért hamarosan meg fogjuk tudni, miből van ez az energia, és miután megtudjuk, el is fogjuk nevezni. Véleményem szerint a robbanás nyomásáról van szó, mely már tizehárommilliárd hétszázmillió éve tart.

Összekötve ezeket az elméleteket eljutottam a felfedezésig, miszerint az univerzum nyomása kihat az emberi test függőleges/egyenes tartására, és emiatt betegszünk meg.

A gravitáció fogalma magában foglalja, hogy a nagyobb objektum vonzza a kisebbet, de ez fordítva van. A test anyagától függően a tér sűrűsödik, és ez nyomást vált ki az univerzumban jelenlévő nyomáshoz viszonyítva. Nekünk úgy tűnik, hogy a Föld gravitációs ereje fentről húz minket, de nem így van, az univerzum nyom bennünket felülről. A sötét energia nem valahol messze van, jelen van mindenhol, az univerzumban és terjed rajtunk keresztül is, és kihat a létezésünkre és egészségünkre is.

Másfél millió évvel ezelőtt valaki úgy döntött, hogy felkel és szembeáll a legerősebb erővel az univerzumban.

Mi ezt a hőst HOMO EREKTUSZnak nevezzük.

FELEMELKEDÉS

A Homo erectusz nem emelkedett fel könnyen. A felelemelkedés az események előző sorrendjének köszönhetően történhetett meg. Természetesen nem voltam szemlélője ezeknek az eseményeknek, de új felismerésekhez jutottam, melyek megváltoztatják a meglévő tudást fajunk fejlődéséről.

Százmillió évvel ezelőtt a tektonikus aktivitások elkezdtek szétválasztani az első kontinentst több kontinensre. Az emlősök számára az a lényeges ami Afrikával történt, mert ott éltek. Valamikor Afrika délebbre helyezkedett el, az éghajlat mérsékelt volt, buja növényzettel és gazdag állatvilággal. Ezek a kedvező körülmények tették lehetővé az emlősök további fejlődését és az új fajok megjelenését.

A majmok a talajon éltek, négykézláb közlekedtek. A ragadozóktól a fák ágai között rejtőztek el, ott édes terméseket fogyasztottak, melyek még több energiát adtak nekik a fára mászáshoz és az egyik fáról a másikra való ugráláshoz. Mászás, ugrálás, lógás és természsedés közben nyújtották a testüket. A hátsó tagjaik így lassan átalakultak. Így egyenesedtek ki, vagyis két lábbra álltak, de az állás akkoriban fájdalmas volt.

A majmok abban az időben nem bírtak sokáig állni, csak ülni. A mondás szerint: „A munka teszi az embert“, de inkább valószínű, hogy a lustaság és a pihenés teremtték meg az embert. Ülés közben a gerincünk megszokta a függőleges helyzetet és a terhelést, de ez vezetett a belső szervek helyének megváltozásához is.

Senki sem tudja, hogy pontosan miért állt a homo erectusz két lábbra. Amikor a klímaváltozás miatt az őserdő nyugat felé húzódott, egyes majomfajták a bokrokban és magas fűvekben maradtak, amit lehet, hogy a jobb tájékozódás és a könnyebb átjárhatóság miatt tették.

Van rá lehetőség, hogy a mocsárban való közlekedés miatt álltak két lábbra, és ha ez így volt, akkor a víz még egyszer segítségükre volt a fejlődés során, mert csökkentette a testsúlyt, így az ízületek kevésbé voltak megterhelve. Számomra a következő elmélet a legkedvesebb: az anyák felső végtagjaikkal fogták kicsinyeiket szoptatás közben, és ugyanakkor a karjukkal védték a őket a ragadozóktól. Ez a közeli kapcsolat és az utódok iránt tanúsított szeretet tette lehetővé a felemelkedést.

A Homo erectus elsőként állt lábbra, és ellenállt az univerzum nyomásának. A vízszintesből a függőlegesbe való felállás gyorsan játszódott le, mert nehéz görnyedt tartásban járni. Idővel a Homoerectusból több humanoid faj keltkezett.

A természetes és éghajlati változások egyes fajok kihalásához vezettek, a Homo sapiens lassan fejlődött. Az egyenes testtartás lehetővé tette a bolygó uralását, de mivel „semmit sem adnak ingyen“, ezért ma is betegségekkel fizetjük az árát ennek a sikernek.

Abban az időben könnyebb volt megtartani az egyenes állást oldalra, mint előre, mert a kinyújtott mellkas elhúzta a testet. Idővel a mellkas elvékonyodott, ezért mi vagyunk az egyetlen faj az emlősök között, akinek a mellkasa lapos.

A két lábbra állás és az elvékonyodott mellkas megváltoztatták a belső szervek elhelyezkedését. Akkoriban a bal és jobb testrészben egyforma volt a súly, de amikor a homo sapiens mindenevő lett, elkezdődtek a mi egészségügyi problémáink. A változatos étrend hozzájárult a túléléshez, de ez miatt a májunk nagyobb és súlyosabb lett. Minden változás hoz pozitívumot és negatívumot egyaránt. A máj megnagyobbodása kibillentette a jobb oldal és bal oldal egyensúlyát.

A Homo sapiens tulajdonságai közé tartozik a kíváncsiság is, ezért kipróbálta a különböző élelemiszereket, de ez a máj megnagyobbodásához vezetett. Ez az állapot bizonyos formában le van írva az Öszövétségben is. A tiltott gyümölcs a tudás fájáról több energiát adott a fizikai aktivitáshoz, de a gondolkodáshoz is.

A Homo sapiens felszabadult kezeivel felderíti környezetét, és eszközöket kezd el használni, ami elvezet a gondolkodás folyamatáig és annak köszönhetően megnövekszik az agy és a fej. Az energia hatékony felhasználása által a gondolkodási folyamatok segítenek egyes munkák könnyebb elvégzésében, ezt viszont akár lustaságnak is nevezhetjük. A könnyebb élet utáni vágy a Homo sapiensszel egyidőben jelent meg. A lustaság akkoriban fejlődéshez vezetett, de most túlságosan lusták lettünk, ez pedig felgyorsította a leépülés folyamatát.

A szupervulkán robbanása, ami hetvenkétezer évvel ezelőtt történt, az emberiség kihalásához is vezethetett volna. Szerencsére, kb. 2000 ősrünk túlélte ezt a robbanást, és az összes ember tőlük származik.

Azóta terjedt el az emberi faj a Földön és dominál az összes kontinensen. A jégkorszakok lecsökkentették a tengerek és óceánok szintjét, és az ember átjutott Ausztráliába, az utolsó jégkorszak alkalmával pedig Amerikába. A jégkorszak után az emberek elszigetelve maradtak a kontinenseken, és ez vezetett a különböző fajok kialakulásához, de az elszigeteltség ellenére már magukkal vitték az emberiség legnagyobb problémáját. Minden emberi faj hasonló problémával küszködik, ki van mozdulva az első csigolyája.

ESÉS

Az esés, illetve a Homo sapiens degenerációja nem szabad, hogy megtörténjen.

Viszont, mégis ez történik már több tízezer éve. Az elmúlt évtizedekben ez a folyamat felgyorsult a máj gyorsabb megnagyobbodása miatt.

Elődeink rövidebb ideig éltek, mert életkoruk örökletes volt, de egészségesebben éltek tőlünk. Idővel az életkor növekedett a faj sikerességének köszönhetően, és lehetett volna még hosszabb is, ha a különböző környezeti hatások nem rövidítették volna le.

A mikroorganizmusok és nagyobb ragadozók gyilkoltak bennünket. A Homo sapiens törzsekbe szerveződése védelmet nyújtott a ragadozókkal szemben, de megmaradt a láthatatlan vírusoktól, parazitáktól és baktériumoktól való veszély. A külső fertőzések elleni harcot az immunrendszer vívta, és ezért idővel erősödött is.

A fajon belüli összetűzések is rövidítették az életet. Amikor megszabadultunk a ragadozóktól, elkezdődött az egymás közötti harc, és ez időnként halálos kimenetelű volt. Ez a harc először egyéni volt, de a lakóterület elfoglalása miatt kollektív összetűzésbe csapott át és ez sajnos napjainkban is így van. Más állatoknál is vannak egymás közötti harcok, de az ellenfél megsebesítésével szoktak végezni. A háború a Homo sapiens pusztító találmánya, ezért nem is vagyunk annyira civilizáltak, mint ahogy azt gondoljuk.

Remélem, hamarosan civilizáltabbak leszünk, de az érdekbeli összetűzések továbbra is fennállnak, és különböző csalások segítségével előnyt biztosítanak egy meghatározott csoportnak. Egy példát mondanék erre, amiről nem is tudunk. A XX. század folyamán fajunk átlagmagassága tíz centiméterrel növekedett, és ezt a megváltozott étkezési szokások idézték elő. Bizonyos csoportok a mezőgazdaságban és állattenyésztésben sok hormont használnak, ami az állatoknál és növényeknél gyorsabb növekedést idéz elő. Mi fogyasztjuk ezeket az állatokat és növényeket, és a hormonok a mi növekedésünkre is kihatnak. A magasság és az első csigolya kimozdulása miatt a gerinc és a test még gyorsabban ferdül, ez az egyik oka megbetegedésünknek.

Nem csak az élelmiszeripar a megbetegedésünk oka, a gyógyszerekben lévő vegyi anyagok gyengítik az immunrendszert, mely millió éven át fejlődött.

Az első csigolya helyreállítása kiváló lehetőséget nyújt ahhoz, hogy megállítsuk az emberi faj degradációját és hanyatlását.

CIVILIZÁCIÓK

A mostani civilizáció megörökölte a múltban létező több tíz civilizációt.

A szárazföldi és vízalatti építészeti struktúra a múlt civilizációk sikerességéről árulkodik, melyek léteztek a jégkorszak előtt és után is. A hatalmas kőtömbök szállítása és megmunkálása utolérhetetlen a mai technológiával. Furcsa, hogy ezek az épületek különböző kontinenseken épültek, mert akkoriban nem létezett kommunikáció közöttük. Ez utalhat arra is, hogy fajunk fejlődésére hatással voltak a földönkívüliek is. Ezt viszont nem tudhatjuk, míg esetleg egy napon ők maguk meg nem erősítik ezt.

A jégkorszak végével több civilizáció is létrejött, melyek hatással voltak egymásra. Voltak civilizációs központok és perifériák. A perifériákon a tudás átszivárgott, összemosódtak a különböző elméletek, így jöttek létre

új és jobb civilizációk, de a tudás néha el is veszett és egyes civilizációk eltűntek. Az Atlantida létezése Homérosz számára is távoli múlt volt, mégis ő ír róla először. Az írás felfedezése és fejlődése lehetővé tette a tudás gyorsabb átvitelét a meglévő civilizációk között.

Az akkori civilizációk periferiáján keletkezett a görög civilizáció, ahol megjelentek a gondolkodók. Szókratész, Plátón, Arisztotelész és a többi filozófus a jelen, a ma atyjai is. Előttük és utánuk léteztek bölcsek, de ők voltak a legnagyobb hatással a mai életvitelünkre. A kínai civilizáció a legrégebbi, de a modern Kína a görög civilizáció évszázados vívmányait használja.

Hipokratész az orvostudomány atyja. A római civilizáció megörökölte és fejlesztette a görög civilizáció vívmányait, és ez történt az orvostudománnyal is. A középkor lelassította az emberiség fejlődését, de a reneszánsz felgyorsította, és ez a mai napig tart.

Sajnos a gyorsaság néha pusztító az emberiségre nézve. A könnyebb élet reményében és a felgyorsult fejlődés miatt a XX. század folyamán túl sok hibát követtünk el. Elvakít bennünket a technikai fejlődés és azt az illúziót kelti, hogy az életünk egyre jobb, de valójában ennek az ellenkezője az igaz. Ez a helyzet a modern orvostudománnyal is, mely egyre inkább távolodik Hipokratész elképzeléseitől. A legnagyobb hiba az, hogy az ezer éves természetes gyógymódok elavultnak vannak nyilvánítva.

A kényelmesebb élet átváltoztat minket „ülő civilizációvá”, mert ülünk még akkor is, amikor szórakozunk és dolgozunk. Az emberi szervezet az elmúlt kétszázézer évben megszokta az egyenes vagy fekvő testtartást, ezért a jelenlegi túl sok ülés nagy hiba.

Millió éven keresztül történtek a véletlen hibák, de nekik köszönhetően megszülettek a jobb megoldások. A természetes, spontán hibákkal szemben, ma egyesek és egyes csoportok szándékos hibákat követnek el, ami hatalmas nyereséget hoz nekik, viszont a kisebbség nyeresége miatt a többség egészségügyi problémákkal küzd. A természetes immunrendszer gyengül, az emberi faj degradálódik, ezért generációról generációra betegbek vagyunk. A sok manipulációnak a mostani generáció fizeti az árat, de erről általában nem veszünk tudomást.

Az élővilág létezése óta már néhányszor a megsemmisülés határán volt, de minden alkalommal sikerült megjavulnia és újjászületnie. A **HumanUP** altas helyreállítás civilizációknak és a jövőbeli civilizációknak lehetőséget nyújt arra, hogy örökre megszabaduljanak a természetes és szándékos hibáktól.

A múltról szóló fejezetet valaki húsz perc alatt, valaki fél óra alatt olvasta el. Ebben a rövid időben emlékeztettem Önöket számos múltbéli történésre, melyek több milliárd éven át tartottak, és lehetővé tették, hogy létezzünk. Elődeink primitíven éltek, de velünk ellentétben tisztelték őseiket, és kifejezték hálájukat a természet iránt.

A múlt következményei mindanyunkban élnek, rajtunk múlik, hogy tiszteletben tartjuk e őket, vagy sem.



J E L E N

Az első csigolya kimozdulása miatt a múltban egészségügyi problémák keletkeztek. Ezt a hibát örököltük őseinktől, ezért ma is viseljük a következményeket.

Több ezer generáció próbálkozott a hiba kijavításával, de idáig erre a problémára nem volt megfelelő megoldás.

Végre megtaláltuk a módját annak, hogy a mostani és a jövődőbeli generációk egészségét jobbá tegyük.

ATLAS

Mi az atlas?

Erre a kérdésre nem könnyű válaszolni, mert ezt a szót több fogalomra is használjuk. Az atlasról tanultunk történelem, földrajz és biológia órán is. Tanultunk, de elfelejtettük, mert a neurális hálózat az agyunkban korlátolt kapacitású. Minden nap új információkhoz jutunk és az újak visszaszorítják a régieket, melyek már nem olyan fontosak, de amint elolvassák ezt a könyvet, meg fogják érteni, hogy a tudás az atlasról az egyik legértékesebb dolog az életünkben.

Az egyéni és professzionális hajlamtól függően, egyesek ismerik a különbségeket az atlas szó fogalmai között, de legtöbb esetben homályos elképzelésük van róla, ezért magyarázatra szorulnak.

Az ógörög mitológia egy óriást mutat be, akit Atlasnak hívtak. Ő egy volt a Titánok közül, akik az Olymposzi istenek ellen harcoltak. Amikor elvesztették a csatát, Atlast azzal büntették, hogy örökké a vállán kellett, hogy hordozza a Földet. Minden mitológiában van igazság is, de a téma fontossága miatt hozzátenném, hogy Atlas a Földet a tarkóján hordozta, ezért a feje előre van hajolva. Számomra a Homo erectus nagyobb hős Atlasnál, mert amikor kiegyenesedett, ő volt az első, aki ellenállt az univerzum nyomásának.

Atlasnak nevezzük a földrajzi térképek gyűjteményét, de így hívnak egy hegyláncot is Afrikában. Atlas az emberi test és állati test anatómiai mappáinak gyűjteménye.

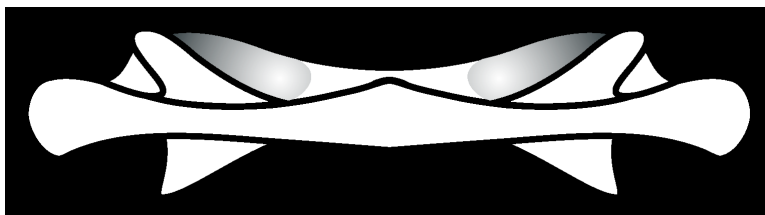
A könyv fő témája az ember első nyaki csigolyája, ami közvetlenül a fej alatt helyezkedik el. Az ógörög nyelvben az „atlas” szó „hordozót” jelent, a görögök pedig azért nevezték el így, mert a fejet hordozza.

A tudományos felismerések ellenére, egészen idáig nem létezett igazi felismerés az ember első csigolyájának fontosságáról, ezért megtisztelve érzem magam, amennyiben ez a könyv lesz az alapja annak a tudománynak, amit ATLASOLÓGIÁNAK nevezhetnénk. Amint elolvassák a könyvet, meg fogják érteni mekkora szükség van erre a tudományra.

Az emberi test anatómiai atlaszában kép vagy rajz található az első csigolyáról.

AZ ELSŐ CSIGOLYA – ATLAS

hátról



felülről



Az atlas nem csak a fejet hordozza, hanem az egész testet, ami olyan érzést kelt, mintha az egész test rá lenne akasztva. A XXI. század elején a tudomány bebizonyította, hogy az univerzum lefelé nyom bennünket. Ennek köszönhetően ejutottam a felismeréshez, hogyan keletkeznek a betegségek.

AZ UNIVERZUM KIMOZDÍTJA HELYÉRŐL AZ ATLAST, ÉS EZÉRT FELDÜL EL A GERINC ÉS A TEST, AZ IDEGEK LEADOTT IMPULZUSAI ÉS A ANYAG ÁRAMLÁSA PEDIG CSÖKKEN. EZÉRT A GYENGE REGENERÁCIÓ MIATT ÉS A SZERVEZET GYENGÉBB MŰKÖDÉSE MIATT KELETKEZNEK A BETEGSÉGEK.

Ezzel a felfedezéssel kijavítjuk a téves tudományos felfedezéseket és feltételezéseket arról, hogy miként keletkeznek a betegségek. Az Atlasnak van egy másik elnevezése is – Atlant. A múltban az emberek azt gondolták, hogy a víz, ami körülveszi a szárazföldet, az végtelen folyó, amit óceánnak neveznek. Pontosítva, ezt Atlanti-óceánnak hívjuk.

Az atlasz szót különböző közlekedési, szállító eszközök esetében is használjuk, teherautók, hajók elnevezésére. Valamint szállításra, daruk:

turisztikai cégek vagy bútorgyár szükségleteire. Az orosz nyelvben az első csigolyát atlantnak is nevezik azért, hogy ne keverjék össze valamelyik másik fogalommal. Oroszországban létezik egy tudomány, melyet Atlantiológianak neveznek, és az Atlanti-óceánnal foglalkozik, ezért Oroszországban is Altasológiának fogjuk nevezni az új tudományt.

Az elsődleges tévedést vagy hiányos orvostudományt évezredekken keresztül örököltük elődeinktől, vagy hibák csúsztak be az átírásuk és fordításuk alkalmával, esetleg téves adatokat adtak hozzá. A mikroszkóp feltalálása mérföldkő a modern orvostudományban. Lenyűgözve a felfedezéstől az orvosok elkezdtek keresni a betegségek kórokozóit a mikroorganizmusok között. Ez olyan helyzethez vezetett, hogy „a fától nem látták az erdőt.” A gyors technológiai fejlődés az orvostudományt téves útra vitte, mert a részletekre lett fektetve a hangsúly, és az beárnyékolta az egész reális meglátását.

Mikroszkóp alatt lehetetlen látni az egész első csigolyát, csak bizonyos mikronos része látható, de amikor megnézzük az egész atlaszt, akkor egészségesnek látszik. A lényeg az, hogy nem az atlasz a betegségek oka, hanem a kimozdulása az anatómiai helyéről.

A részletekre való túlzott összpontosítás miatt, mikron és molekuláris szinten kihagytak valamit, amit mindeki ki tud tapintani a koponya alsó része és az állkapocs között jobb és bal oldalon. Az, amit csak itt lehet kikapintani, az az első csigolya oldalsó része. Teljesen ki lehet tapintani az első csigolya két oldalát, és érezhető az atlasz jobb és bal oldalt, a koponya alatt és az alsó állkapocsnál.

Az atlasz kulcsfontosságú pozíciót foglal el a testünkben és ezért érthetelen, hogy a szakemberek nem figyeltek fel rá. Hogyan lehetséges, hogy nem vették észre az atlasz minimális kimozdulását az embereknél? Észrevették a nagyobb kimozdulást azoknál a személyeknél, akik fizikai sérüléseket éltek át, és „maradandó sérüléseknek” nevezték, de nem létezett megoldás arra, hogy az atlasz visszakerüljön az eredeti helyére.

Az emberi szervezetben minden egy picikét ki van mozdulva a helyéről, ezért nem figyeltek oda az atlaszra. Mindenki látja, hogy az emberi test aszimmetrikus, ezért az orvostudomány is észreveszi ezt. Hihetetlen, hogy a szakemberek nem vették észre, miért létezik az aszimmetria, de még furcsább, hogy normálisnak tekintették.

A többi emlősnél a bal és jobb oldal szimmetrikus a vízszintes testhelyzet miatt. Az emberi test el van fordulva az álló testtartás miatt, de senki sem jött rá, hol van a fordulás.

A mitológiai Atlasznak le van hajtva a feje, ezért az emberek nem látják a fájdalmas, fáradt arckifejezését, amit a Föld súlyának terhétől érez, amit a vállán hordoz. Ez a szimbolikus fejeltakarás és szenvedés magyarázza meg, hogyan lehetett az emberiség legnagyobb problémája olyan sokáig elrejtve az emberiség előtt.

Még valami elrejtette ezt a problémát, ez pedig a tarkó féltése volt. Mindnyájunknak veszélyes félélmünk van, ha a tarkóról van szó, de ez

a félelem az egészségügyi szakembereknél még nagyobb. Ez egy szerzett félelem, mert tudják mi van az atlas környékén és féltik a tarkójukat, és a pácienseik tarkóját is. Amikor valaki panaszkodik a tarkójára, akkor különböző szakorvosokhoz küldik, de azok sem mernek semmit tenni, és különböző felvételek segítségével próbálnak diagnózist adni, amely leggyakrabban pontatlan.

Az atlasról nehéz röntgen felvételt készíteni, mert eltakarja a koponya. Az atlaskimozdulásról nyitott szájon át és alulról, a koponyán keresztül lehet felvételt készíteni, de ezekből a pozíciókból nem látszik a kimozdulás. Az igazság az, hogy a radiológusokat nem tanítják meg arra, hogyan kell felvételt készíteni az atlasról, és arra sem, hogyan kell megnézni a megfelelő pozícióját.

A MRI felvételen kicsit jobban látszódnak a kimozdulások. A XXI. század elején a 3D szkennerek tette lehetővé, hogy láthajuk az atlas kimozdulását.

Az 5D szkennerek segítségével felvétel készíthető a magzat részeiről az anya méhében. A felvételen látható az, hogy az atlas minimálisan van kimozdulva a magzatnál is, de csak a terhesség vége felé.

Az atlas tájékán nem végeztek el egyetlen műtétet sem, mert túl érzékeny, és azért sem, mert az atlas műtéttel nem állítható helyre.

Több ezer éven keresztül a tehetséges emberek végeztek ízületi és gerinc helyreállítást. A "kiropraktika" (gyógyító hátgerincmasszázs - csontkovácsolás) ógörög nyelven kézzel való gyógyítást jelent. A XX. században az orvostudomány és a tömeges gyógyítás részévé válik, és több millió emberen segít, de nem tudja tartósan megoldani a problémájukat. A csontkovácsok ott tévednek, hogy megpróbálják helyreállítani a gerincet és a medencecsontot és úgy gondolják ezáltal a test többi része is szimmetrikus lesz, de nem ez történik, mert a medencecsont és a gerincsigolyák újra visszaállnak, mivel az atlas nincs helyreállítva.

Amikor szóba kerül az első csigolya, általában tévedésről van szó. Az emberek azt gondolják, hogy az első csigolya a gerinc alján helyezkedik el. Sőt, bizonyos esetekben még az egészségügyileg képzett emberek is megfélemedeznek róla, hogy hol is van az első csigolya. Nem nehéz a dolgokat elfelejteni, hisz az egészségügyisek rengeteg fogalmat tanulnak, az atlas pedig bizonyos szempontból el van hanyagolva, és róla nem sokat tanulnak. Az ortopéd sebészek és gyógytornászok tudják, hogy helyezkedik el, de nem tulajdonítanak neki megfelelő figyelmet. Egyik nagy tévhit szerint a Föld gravitációja miatt a test és a gerinc a talptól kezd felfelé görbülni, innen a tévedés, hogy az atlas a gerinc alján helyezkedik el.

Mi a fent és mi a lent? A választ erre Einstein adta meg, aki azt mondta: „Minden relatív, attól függ, honnan nézzük.”

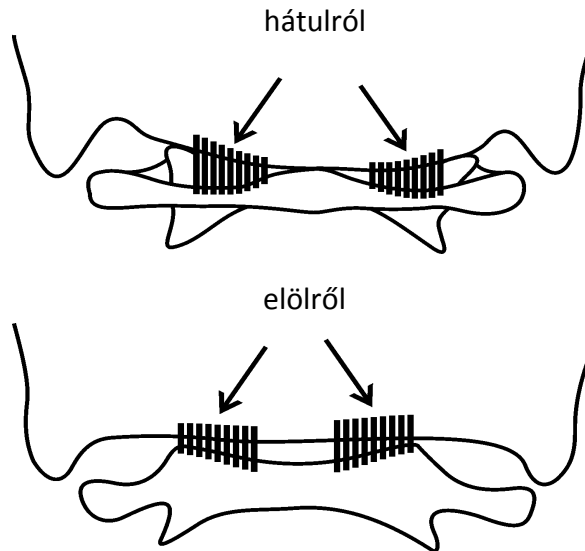
A XXI. század elején az orosz orvosok feledezték, hogy a betegségek nyaki tájékon keletkeznek, és utána ereszkednek le a test mentén, de ők nem fejtették meg, hogy pontosan a nyak melyik részén keletkezik a probléma. Ez a kutatás pontos, mert az atlas helyreállítás után a betegségek

gyorsan távoznak fentről lefelé a testünkön keresztül. Szerencsére a betegségek eltűnésének folyamata sokkal gyorsabb, mint a betegségek keletkezésének ideje.

Létezik még egy tévhit, miszerint az első csigolya a gerincoszlop része. Az atlas valóban csigolya, de nem része a gerincoszlopnak, mert erős, apró ínszalagokkal kötődik a koponyához, és azzal képez egy teljes egészet.

Négy ínszalag köti össze az atlaszt a koponyával. Két ínszalag van elől és kettő hátul.

ÍNSZALAGOK, AMELYEK ÖSSZEKÖTIK AZ ATLAST A KOPONYÁVAL



Az első csigolya alapvető feladata, hogy összeköti a fejet a testtel. A többi emlősnél az atlas a fejhez viszonyítva nagyobb, mint a miénk, és a vízszintes testtartás miatt az atlas tartja a fejüket, amely a testük előtt helyezkedik el, ezért az atlas és a koponya kapcsolata erősebb.

Az ember függőleges testtartása miatt az atlas kisebb, és a kapcsolat az atlas és a koponya között is gyengébb.

A többi emlőssel ellentétben, az ember feje nagyobb a testméretéhez viszonyítva. Jó, hogy a fejünk és agyunk növekedett, de a jó mellé jár egy kis rossz is. A fej növekedésének sebességéhez az atlas nem tudott elég gyorsan alkalmazkodni, és jobban pozicionálódni a saját helyén. Az atlas és a koponya kapcsolata nem elég erős, ezért ha a fej vagy a test megsérül, ütés éri, az atlas még jobban kimozdul a helyéről.

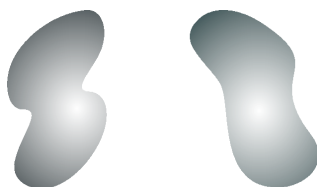
A legújabb kutatások azt mutatják, hogy az fejünk mérete az utóbbi húszezer évben csökkent. Néha a fejlődés során hiba lép fel, mely később korrigálódik, de számunkra és az előttünk lévő nemzedékek számára ezek a változások későn jöttek, ezért szenvedünk betegségektől.

Az atlas helyreállítás felfedezésével az emberiség tartósan megjavíthatja saját és az eljövendő generációk egészségét.

Most, hogy tudjuk mi indítja el a betegségeket, jobb megszüntetni az okot, mint gyógyítani a következményeket.

Az univerzum nyomásának útján először van a fej, mely a koponya alsó részével állandóan nyomást gyakorol az atlasra. A koponya alsó részén nyílás van, amelyen kersztül megy a gerincvelő, az mellett pedig két csont kinövés, mely be van vonva porcogóval. Ez a két kinövés ráhajol az atlason lévő bemélyedésre, mely szintén porcogóval van benőve. Az atlas és a koponya érintkezési pontjai egyformák kellene, hogy legyenek mindkét oldalon, de senkinek sem egyformák, ezért itt jelentkezik az emberiség legnagyobb problémája.

AZ ATLAS ÉS KOPONYA ÉRINTKEZÉSEI PONTJAINAK FELÜLETE KÖZÖTTI KÜLÖNBBSÉG



A XX. folyamán néhány tudományos kutatás bebizonyította, hogy minden embernél aszimmetrikus a jobb és bal oldali koponya és az atlas közötti érintkezési pont. A test ezen pontjain nagyon fontos a szimmetria, mert innen indul az egész test aszimmetriája. A kutatások szerint a legtöbb embernél a koponya és az atlas érintkezési pontja nagyobb jobb oldalt. Minden egyénnél a lábnyom – talp lenyomata arányos a koponya és atlasz érintkezési felületével. A legtöbb embernél a koponya alsó részének felülete kevésbé kerekített jobb oldal, mint bal oldalt, de idáig nem lehetett tudni, hogy miért van ez.

Az emberiség legnagyobb problémája több tízezer évvel ezelőtt keletkezett, amikor a máj megnagyobbodott, de erről a következő fejezetben lesz szó.

Most visszatérünk a csontok anatómiai sorrendjére, melyek az univerzum nyomásának irányában vannak. A koponya alatt az első csigolya helyezkedik el, az alatt pedig a második csigolya, amit AXISnak neveznek. Ez latin nyelvről lefordítva „tengelyt” jelent. Csak az atlas és az axis lettek megnevezve különleges tulajdonságaiknak, feladataiknak és alakjuknak köszönhetően. A többi csigolya betű és szám szerinti elnevezést kapott.

Az axis a tengelyszerű kinövésről kapta a nevét. A fej forgatása közben az első csigolya a koponyával együtt forog az axison levő kinövés körül. Ezen a helyen az atlas kapcsolatban van a második csigolyával. Ez a kapcsolati felület kicsi, de az atlas még két helyen kapcsolatban van a második csigolyával, ezek a felületek nagyobbak, mert ott az atlas felfekszik

az axisra. Ezek a felületek sima porcogóval vannak borítva és speciális kenőanyaggal kenődnek, hogy a fej könnyebben tudjon forogni.

A legtöbb embernél már a középkor tájékán a fej forgatásakor csikorgást – nyikorgást lehet hallani, az ok pedig a levékonyodott porcréteg az atlason és az axison. Az atlas helyreállítás után a nyikorgás lassan csökken, mert a porcok végre most először regenerálódnak rendesen.

Az atlas és axis kapcsolata az ínszalagok és rövid izmok által jön létre, melyek lehetővé teszik a fej forgatását.

Az atlas, koponya és axis között nincsenek porckorongok, ezért a kapcsolat a porcogókon keresztül jön létre. Az összes többi csigolya között vannak porckorongok, és a csigolyák összekötése a feladatuk.

A porckorongok rugalmassága miatt előfordulhatnak kisebb egymásközötti mozgások, elmozdulások úgy, hogy a gerinc akadály nélkül csavarodhat és tekeredhet a test mozgása közben. A függőleges testtartás miatt a porckorongoknak plusz feladatuk is van, hordaniuk kell a testet és enyhíteni a csigolyákra nehezedő nyomást.

Az orvostudományban nem fektetnek hangsúlyt a koponya és első csigolya összekapcsolódására, mert itt nem létezik porckorong. Az orvostudomány a csigolyák és porckorongsérv problémáját kezeli, viszont fejet és testet összekapcsoló ízületben nincs porckorong, ezért nincs mit kezelni. Igaz, hogy itt nincs mit kezelni, de innen indul ki majdnem minden betegség.

Nem terhelném Önöket anatómiai részletekkel, de valószínű, azért kíváncsiak arra, hogy miért betegek, ezért alapvető adatokkal fogok szolgálni, hogy könnyebben megérthessék ezt a helyet, ahol a betegségek keletkeznek.

A fejet és testet összekötő ízület összetétele alapján egyedi, mert három egységből áll: koponya, atlas, axis. Ez az ízület van a legjobban megterhelve, mert egy óra alatt átlagosan hatszázszor mozdul meg.

Az atlas ennek az ízületnek a közepén helyezkedik el, és az ő feladata a koponya szoros összekötése az axisszal, vagyis a fej szoros összekötése a testtel. A görögök a "hordár" elevenzést adták neki, de az újabb tudományos felfedezések megerősítették, hogy az atlas hordozza a testet és az univerzum pedig nyomást gyakorol ránk felülről, ezért a régi elnevezés már nem megfelelő.

Nem tudom és nem is szeretném megváltoztatni az első csigolya elnevezését, de rávilágíthatok a névváltoztatás szükségességére, hogy az emberek megtudják az igazi szerepét. Az igaz, hogy az univerzum nyomása miatt az atlas hordozza az eddig megismert univerzum legokosabb fejét, de alapvetően az lenne a feladata, hogy összekapcsolja a fejet a testtel, ezért azt javaslom, hogy az első csigolya elnevezése legyen **ÖSSZEKÖTŐ KAPOCS**. Jó lenne ha ez a javaslat nyomán vita alakulna ki tudományos körökben, mert a pontosabb elnevezés lehetővé tenné a tisztább képet, és világosabb lenne az emberi egészségre kifejtett jelentősége.

Van, aki rövid ideig tud fejjel lefelé lógni, (de csak rövid ideig), mert ez a testtartás nem természetes. Ebben az esetben az atlasra nehezedik az egész test nyomása, de ilyenkor alapvető feladata az, hogy összekapcsolja a fejet a testtel. Ez a példa alátámasztja, hogy az atlas elnevezése nem megfelelő.

Visszatérek az atlanto-occipitalis ízület elnevezéshez. Ez a szó két szóból tevődik össze. Az első (szó) görög eredetű, a második latin eredetű és ez egy szimbolikus kapcsolat a görög és római orvoslás között. Mindazonáltal, hogy ez a szó hosszú, mégsem tudja kellőképpen leírni ennek az ízületnek a jelentőségét.

Ez az ízület összeköt két csontot, a koponyát és az atlaszt, de az atlas csak egy része egy nagyobb ízületnek, mely összeköt három csontot: a koponyát az atlaszt és az axist, ezért nem szükséges különválasztani a koponya és atlas kapcsolatát.

Ez a legfontosabb ízület a testünkben, és jó lenne, ha megfelelő elnevezést kapna. Az univerzum nyomásának iránya miatt (fentről lefelé) meg kell változtatni a szavak sorrendjét. Ha változik az elnevezés, meg kellene változtatni az „atlant” szót „atlas” szóra és a végén hozzáadni az „axisz” szót. Ezért az a javaslatom, hogy az ízületet OKCIPITALATLASO-AKSZIALIS ÍZÜLET-nek nevezzük. Ez az elnevezés írja le a valódi helyzetet és az ízület igazi szerepét.

Az új és pontos elnevezés azért fontos, mert új elméletekről van szó, melyek kulcsfontosságúak az egészséges és az élet szempontjából.

Felgyorsult, digitális korszakban élünk, melyben minden lerövidül. Az orvosoknak sok a munkájuk és még adminisztrációt is vezetnek, ezért nincs idejük leírni a teljes elnevezéseket. A nyak latin elnevezése a cervix, ezért a nyaki csigolyákat C3, C4, C5, C6-nak és C7-nek jelölik. Néha az atlaszt C1-ként tüntetik fel, az axiszt C2-ként. A koponya több csontból tevődik össze, de amikor a koponya, atlas és axis kapcsolatáról van szó, akkor a koponyát C0-val (nullával) jelölik. Nekem is könnyebb lesz, amennyiben ennek az ízületnek a megjelölésére a C0-C1-C2-t használom.

A C0-C1-C2 ízület különleges, mert három egységből áll össze, a testben lévő többi ízület pedig két egységből. Az atlas be van illesztve ebbe az ízületbe, és úgy néz ki, mintha nem itt lenne a helye, vagy felesleges lenne.

Mégis a szervezetben minden az atlasra vezetődik vissza, és az atlas nem hogy felesleges, ellenkezőleg, igenis létfontosságú annak szempontjából, hogy egészségesen vagy betegen szeretnénk élni.

Magának az atlasnak nem aggodni, hogy ki van mozdulva a helyéről, még abban az esetben sem, ha nagyon ki van mozdulva, de egészségügyi szempontból már egy minimális kimozdulás is nagy egészségügyi problémákat okozhat, mert a test legkritikusabb helyén van.

Az atlas a C0-C1-C2 ízület közepén helyezkedik el. A koponya és atlas erős kapcsolata miatt úgy tűnik, hogy ez az ízület köti össze a két egységet úgy, ahogyan a többi ízület is a testben.

A koponya és atlas stabil egységét a rövid és erős ínszalagok teszik lehetővé. Ezek az ínszalagok állandó görcs állapotában vannak, már az anyaméhben való képződésüktől és továbbra egész életünkben. Alapvető feladatuk az atlas összekapcsolása a koponyával és ezt a feladatot el is látnák készségesen, ha az atlas anatómiailag a helyén lenne.

Normális esetben az atlas és koponya kapcsolata erős, de legkisebb ütések alkalmával is, ha a fej vagy a test ütődik, az ínszalagok már nem tudják megtartani, és kimozdul a helyéről. Az atlason és a koponya alsó részén lévő porcogók simák, ezért mozdul ki könnyen az atlas.

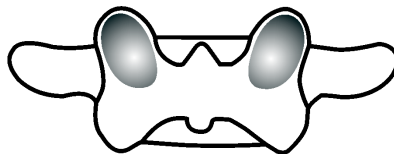
Az atlas súlya mindössze 20-25 gramm és hordja a fejet, ami 5-7 kg. Jelenetős a különbség súlyban és nagyságban, ezért az ínszalagok nem tudják az ütés pillanatában megtartani az atlas a helyén.

Az atlas a legkisebb csigolya, és teljesen más mint a többi, amelyek mind egyformák.

ELSŐ CSIGOLYA – C1

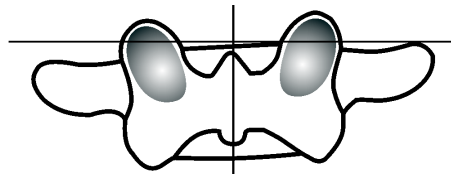
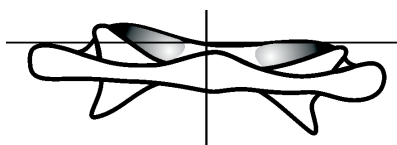


UTOLSÓ CSIGOLYA – L5



Az első és utolsó csigolya ellentétesen állnak egymással, de ugyanúgy vannak elfordulva. Az utolsó csigolya az atlas tükörképe. Az atlas rossz pozíciója az ok, az utolsó csigolya téves pozíciója pedig az okozat.

AZ ATLAS ÉS L5 CSIGOLYA ELLENTÉTES RÁFORDULÁSA



A kiopraktikában és az orvostudományban az utolsó csigolya a legfontosabb, mert az egész felső testet hordozza, és a legnagyobb terhelésnek van kitéve. Az utolsó csigolyát kezelik a legtöbbet, de ez téves, mert nem lehet tartósan helyreállítani az atlas kimozdulása miatt. Amikor az atlas helyreállítják, az utolsó csigolya magától a helyére kerül.

Az atlas mindenkinél ki van mozdulva, mert így képződik már az anyaméhben is. A születés előtt az atlas csak néhány tízed mm-rel van kimozdulva, az elfordulás pedig csak pár ívfokban mérhető. Ezek az kimozdu-

lások picinyek, de nem elhanyagolhatók és elegendőek ahhoz, hogy egész életünkben nagyobb kimozdulásokat és betegségek zömét előidézzék.

M É H

A méhben keletkezik a magzat testének szabálytalan alakja, de senki sem érti, hogy miért történik ez, és milyen következményekkel jár a gyermek születése után.

Nem csak az első csigolya alakul ki rossz helyen, de a legfontosabb az, hogy az atlas helyreállítás után a testben minden visszatér a természetes helyére, ez pedig egy csodás lehetőség és egyben nagy szerencse. A legtökéletesebb lenne ha a babáknak az atlas helyreállítást akkor végeznék el amikor még nem kezdenek el járni, vagy a pubertás előtt, hogy kellőképpen tudjanak fejlődni, de soha nem késő, mert mindenki jelentős egészségügyi javulásokat fog tapasztalni.

Több elmélet is létezik arról, hogy miért keletkeznek hibák a magzat formálódásakor, de nem bizonyíthatók be tuományos kísérletekkel, és ezért a spekuláció szintjén maradnak.

A magzat az anyaméhen jól védett, és nem kaphat ütést még abban az esetben sem, amikor az anya erős hasi ütést kap. Így értettem meg, hogy nem kimozdulásról van szó a magzat esetében, hanem az atlas rossz helyen való megformálódásáról.

Az emberiség egészségügyi problémái ott kezdődtek amikor a máj megnagyobbodott, és kibillentette a test jobb és bal oldalának egyensúlyát. A magzat a várandósság alatt általában alszik, méghozzá jobb oldalával a bolygó felé fordulva. Mindenki hallott már az magzotpózzról, de senkinek sem tűnt fel, hogy a magzat alvás közben is leggyakrabban jobb oldalával van a bolygó felé fordulva. A máj megnagyobbodása miatt a magzat jobb oldala súlyosabb, ezért alszik ebben a pózban. A magzatra hatással van a csökkentett gravitációs erő, de az elegendő ahhoz, hogy spontán jobb oldalra forduljon, függetlenül attól, hogy milyen pozícióban van az édesanya teste.

Az élet a vízben keletkezett és a víz az alapvető összetevője minden élőlénynek. A méhben van a magzatvíz és a magzat is több mint 90%-ban vízből tevődik össze. Ezért az univerzum nyomásának ereje csökken, de mégis jelen van és kihat a magzat pozíciójára alvás közben, valamint a fejlődésére is. Többéves kísérleteimet 2012-ben fejeztem be, amelyek AZ ATLAS TÉVES HELYEN VALÓ PRENATÁLIS FORMÁLÓDÁSÁRÓL szoltak.

AZ ATLAS AZÉRT FORMÁLÓDIK TÉVES HELYEN, MERT A MAGZAT LEGGYAKRABBAN JOBB OLDALÁVAL A BOLYGÓ FELÉ FORDULVA ALSZIK, EZÉRT A MÉH NYOMJA A FEJÉT LEHAJLÓ ÉS BAL OLDALT ELFORDULTÓ ÁLLAPOTBA, A JOBB VÁLLÁT PEDIG ELŐRE NYOMJA.

Ezt az elméletet könnyű tudományosan bebizonyítani, mert már milliónyi felvétel létezik a méhben lévő magzatról. Csak meg kell figyelni a magzat pozícióját a bolygóhoz képest.

A MÉH NYOMÁSA A MAGZATRA

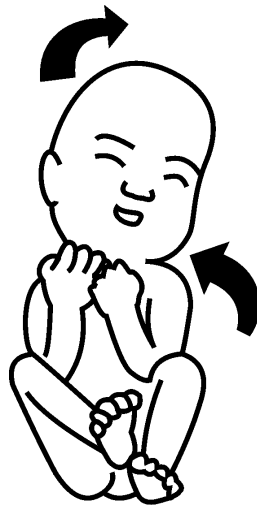


Az emlősöknél a méh nyújtja a létező legjobb feltételeket a magzat fejlődéséhez. Így van ez az embereknél is. Nem maga a méh az oka a magzat helytelen fejlődéséért, az ok az emberi test hosszúkás alakja, ami a két lábra állás miatt keletkezett. A többi emlősnek első és hátsó végtagjaik vannak, nekünk felső és alsó. Az emlősöknek a mellkasa hosszúkás, a miénk lapos, ezért a legszélesebbek vállban vagyunk. A többi emlősnél a fej előre van a testhez képest, az embernél a fej fenn van.

A terhesség első hónapjaiban a magzat feje nagyobb a testénél, a terhesség végén a fej nagysága a test egyharmadának felel meg. A terhesség alatt a méh a magzat fejét lehajtott állapotba nyomja és amikor a magzat a fejét jobb oldalra fordítja a bolygó felé, akkor a méh a fejét balra fordítja. A méhnek a két nyomása miatt a magzat fejére, az atlas kétszeresen kimozdulva formálódik – hátra és elferdülve (jobb oldalon lefelé, bal oldalt felefelé).

Mintha ez a két kimozdulás nem volna elegendő, történik még valami, ami előidézi a harmadik kimozdulást is. A méh nyomja előre a jobb vállat, a bal vállon nincs nyomás, ezért keletkezik a váll elfordulása (jobb – előre, bal – hátra), és ezért az atlas ellentétesen van elfordulva (jobb – hátra, bal – előre).

A vállak olyanok, mint egy emelőrúd, melyet a méh nyom egyik oldalról, és ezért a test kétszeres tekeredése történik a hossz tengelyen. Lenntől nézve a fej és a gerinc nyaki része az óra mutató járásának irányába csavarodik, a gerinc többi része pedig ellenkező irányba.



Amikor a méhben több magzat is van, atlasaik különböző pozíciókban formálódnak, mert nem bírnak azon a kis területen jobb oldalukkal a bolygó felé fordulni. Ezért még az egyetűjű ikreknél is születés előtt az atlasok különböző helyeken vannak.

El kell végezni egy speciális kutatást, mely be fogja bizonyítani az elméletemet. A tízezer magzataból egynél olyan rendellenesség lép fel, amikor a szervek ellenkezőleg helyezkednek el jobb és bal oldalon.

Ennek a jelenségnek a latin elnevezése „situs inversus”, Ilyenkor még a szív is ellenkezőleg orientált és a szívdobogás iránya is ellentétes. Az atlas szintén ellenkezőleg formálódik a többi magzat atlasához képest, viszont pont ez a kivétel fogja alátámasztani az elméletemet.

Sajnos az atlas formálódása még a magzat formálódása közben rossz helyen történik. Ezek a kezdetleges kimozdulások kicsik, de az emberek többségénél egész életen át tartanak és egészségügyi problémákhoz vezetnek.

A fej helyzete miatt a testhez viszonyítva, és a vállak elfordulása miatt az atlas rossz helyen formálódik. Ez a kezdetleges kimozdulás minimális, de maximális következményei vannak az emberiség egészségére nézve.

Atlas egy fejlődési időszaka alakult ki a rossz helyen, mert a helyzetben a fej a testhez viszonyítva a forgás és a nagy-VCA vállpánt.

A magzatok abszolút többségénél három kimozdulás kombinációja van jelen:

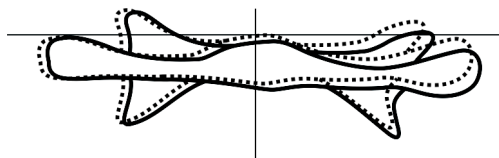
RÁFORDULÁS jobbra és lefelé, balra és felfelé

JOBBRA

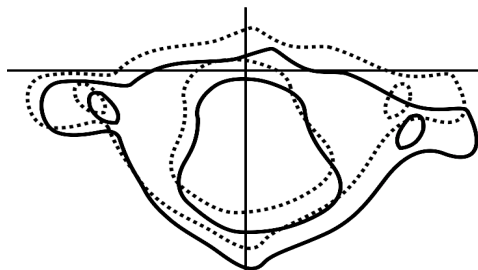
ELFORDULÁS jobbra és hátra, balra és előre

HÁTRA

RÁFORDULVA ÉS JOBBRA



ELFORDULÁS ÉS HÁTRA



Ezek a kezdetleges atlas kimozdulások a legtöbb embernél jelen vannak életük során, és ezért hasonló betegségektől szenvednek és a betegségek sorrendje is hasonló. Az emberek kisebb részénél az atlas ütés alkalmával (fej vagy test) egy másik helyre mozdul ki, és ezért ők más betegségektől, deformitásoktól szenvednek.

Mindez, amit az atlas rossz helyen való formálódásáról írtam, ezek az én felfedezéseim, amelyek az emberiség számára még ismeretlenek. Nem volt lehetőségem tudományos kutatásokat végezni, gondolkodással jutottam el idáig.

A jövőben a tudósok ezeket a felismeréseket le fogják ellenőrizni, és én boldogan várom az eredményeket, mert ez az emberiség javát fogja szolgálni.

Az alvás közbeni póz a leginkább felelős a magzat testének ferdüléséért és az atlas rossz helyen való formálódásáért. A folytatásban említeni fogok még néhány dolgot, ami a méhben történik, és amelyek ki tudnak hatni a magzat fejlődésére és az atlas rossz helyen való megformálódására.

Már kihangsúlyoztam, hogy az emlősök közül nekünk van a legnagyobb fejünk a testünkhöz viszonyítva. A méhen belüli fejlődés során a többi

emlősnél is a fej nagyobb a testhez viszonyítva, de az embereknél ez a különbség szembetűnőbb, így a fej nagysága és súlya kihatnak az atlas rossz helyen való formálódására.

Az állandó szívverések a magzat szívének fejlődésekor hatással lehetnek a magzat csontjainak az elmozdulására és magára az atlasra is. A szív az első hónap végén alakul ki, és az elkövetkező nyolc hónapban több mint 40 milliószor ver. A magzati időszakban a szív sokkal gyorsabban ver, mint a későbbiekben az élet során. Ezek a szívhangok gyengék, de a magzat teste is gyenge, és lehetséges, hogy a szívverés iránya kihatással van a magzat csontjainak a fejlődésére. A szívverések jobbról balra irányulnak, és a szív csúcsa kinetikus erővel hozzáütődik a mellkas bal oldalához. A magzat pozíciója miatt az alvás során létrejönnek a test ellenkező irányba való csavarodásai, a szívverés pedig a mellkas rotációjának irányában történik, ezért a legtöbb magzatnál a mellkas csont minimálisan bal oldalra van elmozdulva.

Az emlősöknél a szív egy élet során kb. 2 milliárdszor ver, így van ez az embernél is. Ahhoz, hogy megértsék mekkora erőről van itt szó, próbálják ezt egy kis kísérlettel megközelíteni. Üljenek le egy székre, de ne támaszkodjanak rá, maradjanak egyenes testtartásban. Kb. 10 másodperc után érezni fogják, hogy a szívverések a testüket jobbra – balra mozgatják. Ez történik a magzattal is, de ez a hatás sokkal erőteljesebb mert a magzat a magzatvízben van, ahol a relatív súlytalanság állapotában van. A magzatvíz mennyisége esetenként eltérő és ez kihatással van a magzat pozíciójára és fejlődésére is.

A magzat köldökzsinórral kapcsolódik a méhhez, az erő amivel a köldökzsinór a magzatra hat, gyenge, de a magzat pozíciójától függően kihat az alakulására. Szülés közben minden második babának a köldökzsinór a nyaka köré van tekeredve, de ez nem okoz gondot a szülésnél, ami átlagban rövid ideig tart, inkább az a gond, hogy a magzati korban egyik oldalra húzza a nyakat, ezért a test és a fej ellenkező irányba fordulnak. Lehetséges, hogy ez hat ki az atlas téves helyen való formálódására is, amiből később keletkeznek a szülés előtti és utáni egészségügyi problémák.

Az altas kimozdulása és a köldökzsinór szorítása miatt a nyak körül csökkennek az idegi impulzusok és a vérkeringés. A magzatra nem mondják azt, hogy beteg, de amennyiben a köldökzsinór a nyaka köré van tekeredve, lehetséges, hogy beteg. A terhesség alatt a köldökzsinór gyakran a magzat nyaka köré van tekeredve, de később elmozdul onnan, de ha a derék, láb vagy kéz köré van tekeredve, akkor kimozdul az első csigolya. Azok a gyerekek, akikre a köldökzsinór többszörösen rá van tekeredve, betegebbek.

A fiú magzatok nagyobbak, ezért a méh nagyobb nyomást gyakorol rájuk, ez az oka annak, hogy a fiú magzatoknál az atlas rosszabb helyen alakul ki.

Kb. 10 nappal a születés előtt a magzat fejével az anya medencéje felé fordul. A legtöbb kismamánál a medence nem a megfelelő pozícióban

van, (jobb felfelé, bal lefelé és csavart – jobbra hátra, balra előre). A medence minimálisan van kimozdulva, de az elegendő, hogy még jobban deformálja a magzat testét és kimozdítsa az atlaszt azokba az irányokba, amerre már ki van mozdítva.

Egyik elmélet szerint az atlasz genetikailag rossz helyen alakult ki. Igaz, hogy örökletes, de nem genetikailag, ezt a meggyőződésemet a következő bekezdésben magyarázom meg.

Az emberi genom már néhány évtizede kutatás alatt van, és 2000-ben végre feltalálták. Többek között felfedezték a hox géneket is, melyek a csontok kialakulásáért és a magzat testében a helyes irányért felelősek. A hox gének jól látják el feladatukat, és nincsenek hatással a magzat csontjainak kimozdulására. A csontok jó irányba formálódnak, a méh nyomásának mechanikai ereje változtatja őket, ezért a magzat csontvázának az alakja minimálisan deformálódik.

Van még egy feltételezésem, hogy miért jön létre a magzat testének kettős csavarodása, de ezt nehéz bebizonyítani a tudomány jelenlegi fejlettségi fokán. Az univerzumban minden a forgás állapotában van, így az atomok is. A magzat teste atomokból tevődik össze, és lehetséges, hogy ez is hatással van rá. A felnőtt ember és a magzat szervezete is tartalmazza az energia forgásirányokat – kerekeket, melyeket csakráknak nevezünk. A talptól felfelé a testen keresztül sodródik az energiaörvény, mely változtatja az irányt és amikor távozik a fejen keresztül ellenkező irányt vesz fel. Hihetetlennek tűnik, de pont ezekben az irányokban van elfordulva a magzat teste is.

Azok, akik majd az atlaszsal kapcsolatos kutatásokat végzik, figyelembe kell, hogy vegyék a korábbi észrevételeket is a lehetséges okokkal kapcsolatban, hogy miért alakul az atlasz rossz helyen.

Nem az a fontos, hogy az én elméletem bizonyuljon pontosnak, de az emberiség számára fontos, hogy megállapítsák miért alakul az atlasz rossz helyen. Amint ezt bebizonyítják, lehet, hogy valaki megtalálja a módját annak, hogy befolyásolja a fejlődő magzatot, mert mindig jobb megszüntetni az okot, mint kezelni a következményeket.

A technológiai fejlődés jelenlegi fokán valószínűleg nem lehet hatni a magzat fejlődésére, de a lányoknál lehetséges atlasz helyreállítást végezni. Pubertás korban a kismedencéjük visszatér az anatómiai helyzetébe, és amikor várandósak lesznek, a magzatok nem fognak kimozdult medencében fejlődni.

A várandósság alatt három kimozdulás keletkezik az atlasz pozíciójában (hátra, elfordulva és oldalra megdöntve). A kimozdulásnak ezek a kombinációi vannak jelen az emberek zöménél életük során. Idővel az atlasz még jobban kimozdul azokba az irányokba.

Az univerzum nyomása deformál minket már az anyaméhben, és ez folytatódik a további élet során, ezért évtizedről-évtizedre mindig betegek vagyunk.

TÉNYEK

A tények tagadhatatlan igazságok, és még írom ezt a könyvet, ügyelek arra, hogy csak az igazságot közöljem. Ezt tiszteletből teszem, tiszteletből elsősorban magam iránt, Önök iránt és a felfedezés iránt is, mely abszolút pontos. A tudomány gondok nélkül tudja ellenőrizni az új elméletet, amelyet itt bemutatok. Az a vágyam, hogy minél előbb megjelenjenek a kutatások eredményei, mert ebben az esetben felgyorsulna az atlas helyreállításnak az alkalmazása.

Tény, hogy az atlas rossz helyen képződik, és tény, hogy az élet során kimozdul. Az ínszalagok, amelyek összekapcsolják az atlaszt a koponyával, ki vannak tágulva, és nem tudják erősen tartani az atlaszt, amely szülés közben és az élet során még jobban kimozdul. Amikor az atlas jobban kimozdul, az ínszalagok is jobban ki vannak nyúlva és gyengébben tartják, ezért fokozatosan mindig jobban kimozdul, és így keletkeznek a nehézségek és a betegségek.

Sajnos, a vajúdó nő testhelyzete szülés közben nem természetes. A kismamák félig fekvő helyzetben szülnek, mert a szülésznőknek így könnyebb megfogni az érkező babát. A nők több ezer éven keresztül guggolva és térdelve szültek, mert ezekben a pozitúrákban a gravitáció segítette őket a könnyebb szülésben.

A szülés nehéz a kismamának, de még nehezebb a magzatnak. A méhösszehúzóerők nyomást gyakorolnak a magzatra és a magzat szenved a medence megnyílásának nyomásától is. Ezek a nyomások legjobban a magzat atlasát terhelik, ezért az szülés közben is kimozdul. Amikor kijön a fej, abban a pillanatban a nyak a medence legkeskenyebb részében van. Ilyenkor egy rövid szünet következik, míg a szülésznő megfordítja a baba fejét, hogy kiférjen a váll. A leggyakrabban pont abban az irányban fordítja a fejet, amerre már ki van mozdulva az első csigolya. A baba vállban a legszélesebb, tehát amikor már a vállak is kint vannak, a szülés tulajdonképpen be van fejezve. A fiú babák nagyobbak, ezért már a szülésnél kimozdul az atlasuk. Szülés közben a magzat feje tetején a koponya csontjai befedik egymást, a kismama medencecsontja pedig nyílik, tágul. Már több tízezer éve történik a babák elhalálása szülés közben a fej nagysága miatt, és a medencecsont kisebb nyílása miatt. Egy kutatás bebizonyította azt is, hogy az elmúlt tízezer évben a fejünk mérete csökken, de ki kellene még deríteni, hogy a medencénk vajon növekszik-e. A szülés miatt nagyon jó lenne, ha a medence mérete növekedne.

A terhesség hetedik hónapjában az atlas kevésbé mozdul ki, a császármetszéssel született babáknál pedig nem történik kimozdulás. A hetedik hónapban született gyermekeknek egészségügyi problémáik vannak az életük kezdetén, de később egészségesek, mert az atlasuk nincs kimozdulva a helyéről.

Az a legjobb, ha a szülés természetesen zajlik. Sajnos néha a gyermek farfekvéses, ilyen esetben az első csigolya még jobban kimozdul. A szülészeti fogó és vákuum általi szülés még rosszabbul hat az atlasra.

Köztudott, hogy az így született gyermekek egész életükben egészségügyi problémáktól szenvednek, de azt nem tudják, hogy ez az atlas szülés közbeni kimozdulása miatt van. Amikor a magzat normásisan fejlődik és vákuummal születik, a gyermek gyakran beteges lesz. Olyan eset is előfordul, hogy a gyermek cerebrális paralízist kap, mert az atlas túlságosan kimozdult a helyéről.

Egyes országokban a kismamák kiválaszthatják a szülés módját. Minden esetben meg kell próbálkozni a természetes szüléssel, a legmegfelelőbb, ha a kismama szülés közben guggoló pozícióban van.

A legtöbb emlősnél az újszülött állatok már rövid időn belül képesek lábba állni, mert sokkal könnyebb négy lábon állni, mint két lábon. Ez miatt a kisgyermekek csak fél éves koruk után kezdenek el mászni, és kezdik el használni mind a négy végtagjukat, két lábon járni viszont egy éves kor körül kezdenek. A legtöbb gyermek a szülő segítségével kezd el járni, csak kevesen egyedül.

A járóképes gyermekek boldoggá teszik szüleiket, és sokszor meg is tapsolják őket. Ez az öröm jelen van már ezer generáción keresztül, és ez valójában az első Homo erectusnak szól, aki két lábba állt.

A mi fajtánknál tart legtovább az új generáció felnevelése. Az emlősnél általában jelen van az ösztön és a szülők viselkedésének utánozása, az embernél pedig a tanulási folyamat egészen a felnőttkorig tart.

A szülők segítenek a gyerekeknek felnőni, a gyerekek pedig segítenek a szülőknek, amikor megöregszenek, és így visszonozzák a szeretetüket. Ez a bensőséges gyermek – szülő kapcsolat egész életen át tart, de a fiatalabb nemzedéknek kijutott az aggodalomból és a szomorúságból is, mert a szüleik idős korukban betegségektől szenvednek. Nem könnyű gyermekeket nevelni, de még nehezebb a beteg szülőkről gondoskodni.

A szülők gyermekeiknek a legjobb feltételeket nyújtják az élethez és a fejlődéshez. Nincs annál jobb, mint amikor a babákat hozzák el atlas helyreállításra. A gyermekek egészségesek lesznek és megfelelően fejlődnek, a szülők pedig örömeiket lelik gyermekeik egészségében. Amikor ezek a gyermekek felnőnek, az életük jobb és szebb lesz, mert egészségesek lesznek, és nem kell gondoskodniuk majd a beteg szüleikről, akik szintén egészségesek lesznek idős korukban is, mert az ő atlasuk is helyre lesz állítva.

Először többnyire a szülők jönnek altas helyreállításra, majd miután jobbulást éreznek, elhozzák gyermekeiket is. Van, aki először gyermekeit hozza el, mert szeretné, ha egészségben növekednének.

A korszerű gyógyászat korszakáig minden harmadik gyermek már az első életében meghalt. Az atlas kimozdulása szülés közben gyengítette a gyermekek immunrendszerét, és ezért a leggyakrabban valamilyen fertőzés következményében haltak meg. Az egészségügy a gyógyszerek segítségével ezeket a gyermekeket életben tartja, de ők betegebbek a többi gyermeknél. Amikor felnőnek, rossz lesz a genetikai kódjuk, ezért az utóbbi száz évben az emberiség generációról-generációra gyorsabban degradálódik.

Az elmúlt évezred során az átlagos emberi életkor kb. 40 év volt. Az életet lerövidítették a háborúk és fertőzések, de akkoriban is volt aki 80 évet élt.

Manapság az átlag élettartam 75 év. Az egészségügynek köszönhetően meghosszabították, mert feltalálták az antibiotikumot. Időskorban az élet mégis szenvedéssel van teli a betegségek miatt. Sajnos, a legtöbb ember nem a kora miatt, hanem a betegségek következményében hal meg.

A tudósok, akik az életkor tanulmányozásával foglalkoznak, azt mondják, hogy akár 120 évig is élhetnénk, még hozzá teljesen egészségesen, viszont nem tudják, hogy ez miért nem így van. Az atlas kimozdulása az okozója a legtöbb betegségnek, és a rövidebb élettartamnak is

Cáfolhatatlan tény, hogy amikor az altas jobban ki van mozdulva, több a betegség is, amikor kevésbé, kevesebb a betegség is. Az akinek helyre van állítva az altasa, 120 évig is élhet, de az élet vége felé elkerülhetetlen a biológiai óra egyre gyorsabb ketyegése.

Tény, hogy több ezer éve léteznek különböző gyógymódok, az emberek mégis betegek. Sőt, a statisztika szerint egyre betegebbek. A statisztika egy tudomány, mely a tényekkel foglalkozik. Időnként ezt a tudományt kihasználják bizonyos csoportok, de a felmérés, miszerint egyre betegebbek vagyunk, pontos. Ezt magunk is látjuk a saját környezetünkben statisztika nélkül is.

A modern orvostudomány mind fejlettebb, az emberek pedig egyre betegebbek. Itt valami nagyon nem stimmel és nincs rá logikus magyarázat. Az atlas kimozdulása betegségeket idéz elő, az egészségügy és a gyógyszeripar mesterségesen hosszabítja meg az életet, viszont ez egy beteg élet meghosszabítása. Nem csak egészségügy és a gyógyszeripar felelősek ezért, hanem a modern életvitel is.

Az élelmiszerek és a környezet egyre szennyezettebbek. A levegőből, vízből és élelmiszerekből egy év alatt átlagban 4 kg mérget viszünk be a szervezetünkbe.

Sokan reménykednek, hogy az első csigolyájuk nincs kimozdulva. Sajnos tény, hogy mindenkinek ki van mozdulva, mert már a méhben rossz helyen fejlődött. Van, akinek szerencséje van és kevésbé van kimozdulva az atlasa, van akinek jobban. Az atlas kimozdulása miatt úgy tűnik, hogy az élet olyan, mint a nyereményjáték.

Tény, hogy léteznek olyan emberek, akik 90 évig élnek, és sosem voltak betegek. Az ilyen esetek nagyon ritkák, és egészségügyi állapotuk csak azzal magyarázható, hogy az atlasuk jobb helyen van, mint a legtöbb embernek. Az ő atlasuk sincs az anatómiai helyén, és a jobb élet érdekében helyre kell állítani, hogy még egészségesebbek legyenek.

Tény, hogy egyesek betegebbek másoknál, de az is tény, hogy nem lehet tudni miért van ez. Ezeknek az embereknek az atlasuk jobban ki van mozdulva másokénál, ezért betegebbek. Lehet, hogy nem akar mindenki sokáig élni, de mindenki egészségesen akar élni, csak nem tudják ezt elérni.

ELIKSZÍR

Több ezer uralkodó, több ezer éven át küldte követeit ezer kilométer távolságra, hogy megtalálják az életelixírt. Mindenkinek az élete a legkedvesebb, de az uralkodók a hatalom miatt úgy gondolták, hogy az ő életük értékesebb az alattvalóik életénél.

A mostani uralkodók is az életelixírt keresik, több ezer tudóst fizetnek ezért, de eredménytelenül. A tudósok tisztában vannak vele, hogy élélhetnének akár 120 évig is, de nem tudják kideríteni hogyan. Az elixírt általában a testen kívül keresik, de azok sem járnak eredménnyel, akik a testben keresik, mert nem tudják hol helyezkedik el. A csodaképlet még nincs meg, mert nem létezik. Az életelixír viszon igen, de rossz helyen keresik. Nem több ezer kilométernyire van, hanem a tetsünkben. A hatalommal bírók, nem kiváltságosabbak a többiekénél, mert mindenkinek a testében már születés előtt megvan a természetes elixír, de meg van gátolva, ezért nem tud kellően hatni. Az kimozdult altas a fék, mely lassítja és megállítja az életet.

Minden egyszerű, ha már tudjuk. A tudósok sikertelen kutatása befejeződött, végre tovább tudunk élni egészségesebben. Megfejtettem mi az életelixír, és ezt a tudást továbbadom ajándékba az emberiségnek.

AZ ÉLETELIXÍR A HELYREÁLLÍTOTT ATLAS

Amikor az első csigolya a helyén van, az idegi impulzusok és anyagok áramlása normális, szabadon folyik, ez teszi lehetővé a jobb regenerációt és a hosszú, egészséges életet.

Azok a fiatalok, akiknek az atlasa helyre van állítva, hosszan és egészségesen tudnak élni, az idősök pedig szintén újjászületnek, de lehet, hogy nem fogják megérni az öregkort, mert a szervezetük már megsínylette a hosszantartó betegségeket.

Az egészséges élet lényege a szeretet adása és fogadása, vagyis áramoltatása a közvetlen környezetben. Fajtánk sikeressége az együttműködésen alapszik, mely még a törzsi közösségekben keletkezett. A népességnek és gyorsabb kommunikációnak köszönhetően az emberi faj egy nagy törzs lett, amely csak minimálisan különbözik az első törzsi közösségektől. Mindannyian annak az ezer párnak a leszármazottjai vagyunk, akik hetvenkétezer évvel ezelőtt túléltek a természetes katasztrófát, és a különbségek ellenére testvérek vagyunk, ezért több szeretetre lenne szükség és kevesebb gyűlöletre.

Mégis, ha valaki beteg, nem szereti önmagát és másokat sem, ezért térjünk vissza a testnek azon pontjára, ahol a betegségek elkezdődnek. Így fogjuk megérteni, miért vagyunk betegek.

A világon a legtöbb embernél az kimozdult atlas okozza az egészségügyi problémák túlnyomó részét.

Az atlas nyomja az idegpályákat és csökkenti a vér és anyagok keringését a testben. Elegendő csak egy hiányosság, és betegség keletkezik, de sajnos szinte minden esetben mind a három hiányosság kombinációja jelen van.

Hogyan lehetséges az, hogy egy kis csontocska legyen szinte minden betegség, szenvedés és a rövidebb élettartam okozója?

A válasz egyszerű. Az atlas a legfontosabb helyen van a testben, és ezért már a minimális kimozdulása az anatómiai helyéről is csökkenti az idegi impulzusok átvitelét és a vérkeringést, idővel pedig ferdül a gerinc és a test. Jó kérdés az, hogy az egészségügy miért nem fordított kellő figyelmet az atlasra, hiszen az atlas pozíciója létfontosságú. Erre a kérdésre egyszerűen nincs válasz.

A korszerű gyógyászat belülről tanulmányozza a DNS-t és megkísérli a nukleáris szintű génmanipulációt és a genetikai kód megváltoztatását. A műveleteket mikornikus pontossággal végzik, ellenben a tudósok nem látják az altas kimozdulását, ami kb. 9 cm széles.

Az egészségügy gyógyítja a betegségeket, de az atlas nem beteg, mert nem lehet beteg. Az összes csont közül a szervezetben csak az első és második csigolyánál nincs csonttömegvesztés, ezért megtarják alakjukat és szilárdságukat egész életen át. Ez egy nagyon fontos hely a testben és ezért az atlas és az axis helyesen tudnak regenerálódni egész életen át. Maga az atlas nem betegszik meg, de az kimozdulása okozza majdnem az összes betegséget.

A szervezet összetettsége különleges a mikroorganizmusok esetében is. Náluk is hasznó elv szerint működnek a dolgok, mint a legtöbb állatnál – a legkisebb részecske is az egész szervezetet szolgálja és az egész szervezet a legkisebb részecske szolgálatában áll. Amennyiben bármelyik rész nem működik, problémák keletkeznek az egész szervezetben. A mi fajtánknál a rendellenesség kulcsfontosságú helyen van – az atlas pozíciója az, ami okozza az egész szervezet gyengülését.

A mechanikus óráknál több tucat fogaskerék és több száz fog hajtja a mutatókat, melyek a pontos időt mutatják. Ha csak egyetlen egy fog nincs a helyén, az egész óramű meghibásodik, és a téves időt mutatja.

Hol van az emberi szervezetben ez a hibás fog? Sajnos a létező legrosszabb helyen van. A koponya alsó részénél a "fog" fékezi az atlas, és ezért kezd romlani az egész szervezet működése és lerövidül az élettartam. Az átlag életkor 75 év, mi egy harmaddal kevesebb a lehetséges élettartamtól.

Húsz éves korunkban megértjük, milyen gyorsan elszáll két évtized, közben látjuk nagyszüleinket milyen sokat szenvednek a betegségektől

már 50 éves koruk óta. Már fiatal korban belátjuk, hogy három évtized múlva elkezdődik az időskor és ezért igyekszünk gyorsan élni.

Abban reménykedünk, hogy idős korunkban egészségesek leszünk és élvezni fogjuk a javakat, amire életünk során, produktív korszakunkban szert tettünk. Ez általában nem így van a betegségek miatt, és azért mert a nyugdíjunk zömét a gyógykezelésekre költjük. Még azok is, akik száz éveig élnek, megrövidítve érzik magukat nényány évvel, mert nem kapták meg és nem valósították meg mindazt, amit szerettek volna.

Az atlas kimozdulása a test ferdülését okozza, az pedig az idegi impulzusok csökkenését és a véredények szűkülését.

A TEST FERDÜLÉSE

Az atlas kimozdulásának felfedezéséig téves felfogás élt arról, hogy a gerinc lábtól felfelé ferdül.

Miért ferdül a test, és hogyan lehetséges az, hogy a test fejtől lefelé ferdül?

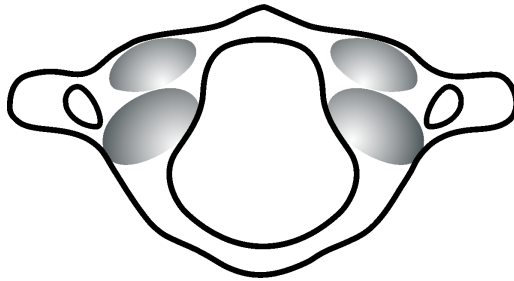
A babák atlasa már ki van mozdulva, ezért a fejük egy kicsit el van fordula, és kissé meg van tekeredve. Amikor a hatodik hónap környékén a babák elkezdenek ülni, a fejük minimálisan rá van fordulva a testhez viszonyítva, hogy az egyensúlyszensorok horizontálisak legyenek. Ez még nagyobb mértékben jelentkezik, amikor a babák jární kezdenek és a test ferdülni kezd, hogy a fej horizontális maradjon. Az egyensúlyközpont lehetővé teszi a függőleges tartást, esések nélkül, azonban ezért nagy árat fizetünk, különböző a betegségek formájában, amiket a ferde gerinc okoz.

A babák és gyermekek érzik, hogy a tarkójuk tájékán valami aggat nekik. Amikor a babáknak, gyermekeknek az atlasuk nagyon ki van mozdulva, akkor a fejüket lehajtják, vagy ferdén tartják. Azok a gyerekek, akiknek jobban ki van mozdulva furcsa pózokban alszanak, a fejük furcsán helyezkedik el alvás közben a testükhöz képest, mert így csökkentik a tarkó tájékán érzett fájdalmakat. Amikor a kisgyermekek idegesek, a fejüket a támlához, vagy falhoz nyomják, verik, vagy a hüvelykujjukat dugják a szájukba, amit tévesen értelmeznek, úgy gondolják, hogy szopni szeretnének. Valójában a gyerekek azt érzik, hogy a tarkójukkal valami nincs rendben, de nem tudják mi az. A szülők orvoshoz viszik őket, de az orvosok sem tudják mi a gond, téves diagnózisokat állítanak fel és téves gyógymódokkal gyengítik a gyerekek egészségét.

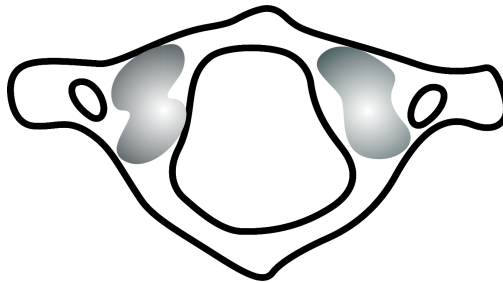
A koponya és atlas kapcsolata a koponya alsó részén és az atlas felső részén lévő porcogón keresztül történik. A koponyán és az atlason, jobb és bal oldalt két érintkezési felület létezik, melyek teljesen szimmetrikusak alakjuk és nagyságuk szerint is. Az atlas kimozdulása miatt nem így van. A koponya nyomása miatt a legtöbb embernél az érintkezési felületek jobb oldalt egyben vannak.

AZ ATLAS ÉS KOPONYAKAPCSOLAT FELÜLETEI

szimmetrikus felületek



aszimmetrikus felületek



Csak egy pár tudományos munka létezik, mely az koponya alsó részén és az atlason lévő porcokkal foglalkozik. Ezek a kutatások bebizonyították, hogy a legtöbb embernél a nyomás jobb oldalt erősebb. Ezt csak megállapították, de senki sem értette honnan jön ez az aszimmetria.

Kutatásokat végeztek, melyek összehasonlították a koponya-atlas érintkezési területét, amikor a jobb és bal talp terhelés alatt van. Megállapították, hogy arányosság van az atlas és koponya érintkezési felülete és a lábnyom között, és a legtöbb embernél a nyomás jobb oldalt nagyobb. A kutatások azt is bebizonyították, hogy rögtön az atlas helyreállítás után a jobb és bal lábnyomok kiegyenlítődnek, a gerinc és a test pedig egyenesedni kezd.

A LÁBNYOMOK KAPCSOLATI FELÜLETEI

atlas helyreállítás előtt



altlas helyreállítás után

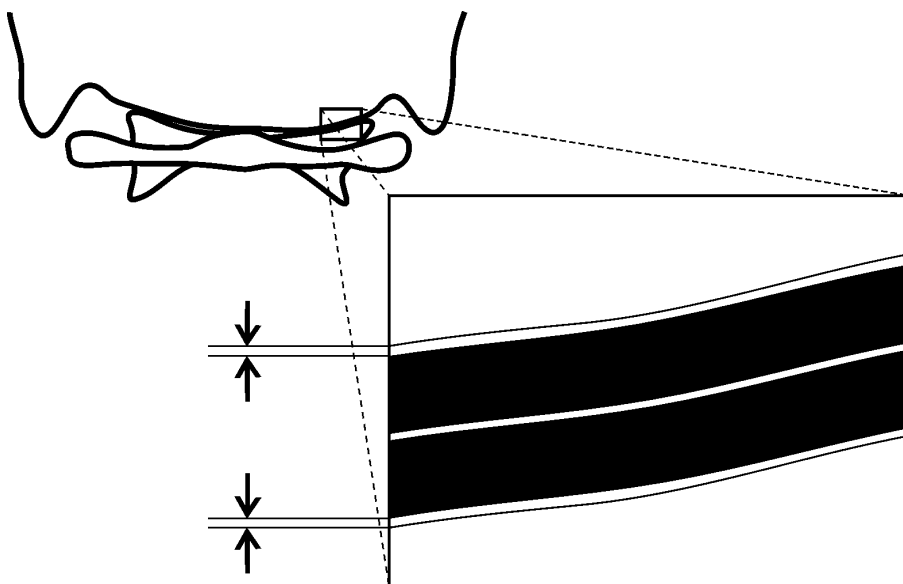


A porcgó vastagsága a koponya also részén és az atlason minden felületen egyforma kell, hogy legyen. Sajnos, a legtöbb embernél nem így van, hanem a porcgó el van vékonyodva a nagyobb nyomások helyén.

Az elvékonyodás csak a milliméter tized részét képezi, de ez az emberiség legnagyobb problémáját okozza. A tudomány előtt ez rejtve maradt és ez mérhetetlen veszteséget jelent. Csak néhány tudós foglalkozott ezzel, de ők sem értették meg, hogy miért van ez így.

AZ EMBERISÉG LEGNAGYOBB PROBLÉMÁJA A LEGREJTETTEBB HELYEN VAN – A FEJ ALATT

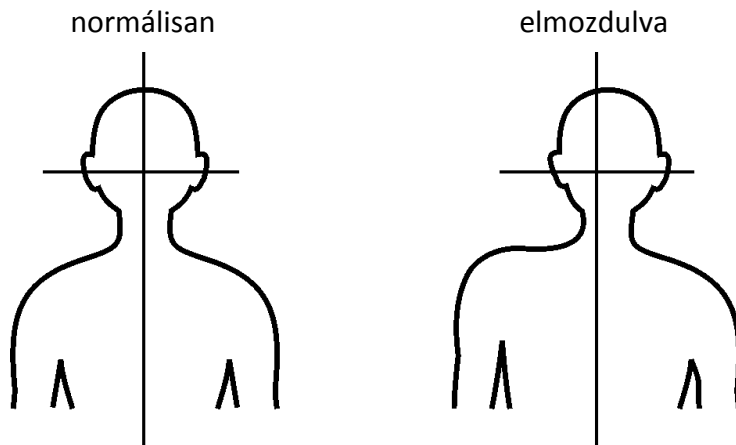
A PORCOGÓK ELVÉKONYODÁSA



A teljes igazság és az atlas fontosságának megértése végett, ki kell hangsúlyozni, hogy nem maga az atlas a felelős az emberiség szenvedéséért. Az atlas kimozdulása csak következmény, a hiányosságok oka és a problémák pedig a fej testhez viszonyított elfordulása miatt vannak majdnem minden embernél. Ez az állítás hihetetlennek tűnik, mert úgy néz ki, hogy a feje szinte mindenkinek jól áll.

Igaz, hogy a legtöbb embernek a feje egyenesen áll a bolygóhoz viszonyítva, de nem jól áll a testéhez viszonyítva. A magzat feje már a méhben minimálisan ki van mozdulva a testéhez viszonyítva, de a fej pozíciója rosszabodik amikor a babák ülni vagy járni kezdenek, és ez csak folytatódik az élet során.

A FEJ POZÍCIÓJA A TESTHEZ VISZONYÍTVA



Tudományosan bebizonyították, hogy legtovább Jean Louis Calment élt, 122 évig. Élete vége felé még énekelt és lemez felvételeket is készített. A fotóit meg lehet találni az interneten és megállapítható, hogy a feje teljesen egyenesen áll a testéhez képest. Ő az a kb. 10 ember közé tartozik a bolygón, akiknek az atlasuk egész életükben jó helyen állt.

A fej az atlas kimozdulása miatt kiegyenesedik, hogy az egyensúly szenzorok horizontális pozícióban legyenek és így elérjük azt, hogy nem esünk el, viszont elferdül a gerincünk és a testünk.

A test ferdülése hibásan terheli az ízületeket, és ezért vékonyodnak el a porcok. Az izmok megpróbálják kiegyenesíteni a testet és elfáradnak, ekkor jelentkeznek a fájdalmak. Az emberek többsége a fájdalmat gyógyszerekkel és masszázzsal próbálja enyhíteni. Saját magukat masszírozzák, vagy a családtagokkal masszíroztatják meg magukat, illetve hivatásos masszőrhez fordulnak. Pénzt és időt áldoznak, de a javulás csekély.

Az egyenes tartásnak köszönhetően vagyunk azok, akik vagyunk, de a kimozdult atlas nem engedi meg, hogy egészségesek legyünk. Nem tudunk négy lábra ereszkedni, de nem tudunk együtt élni a betegségekkel sem.

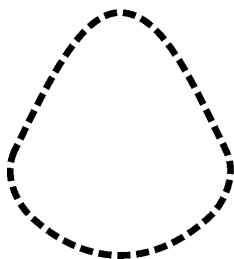
Az atlas helyreállítás előtt az univerzum nyomására ferdül a testünk, emiatt leszünk betegek, a helyreállítást követően ugyanaz a nyomás egyenesíti ki a testünket és meggyógyulunk.

AZ IDEGI IMPULZUSOK CSÖKKENTÉSE

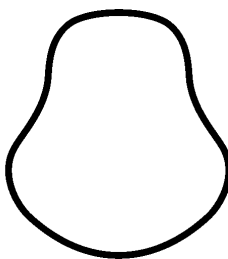
A koponya alsó részén nyílás van, amelyen keresztül halad a gerincvelő. Az atlas közepén szintén van nyílás. Az atlas kimozdulása miatt ez a két nyílás nem fedi egymást, így attól függően, hogy merre van a kimozdulás, az atlas ott gyakorol nyomást az idegekre.

HA AZ ATLAS ÉS KOPONYA NYÍLÁS NEM FEDIK EGYMÁST

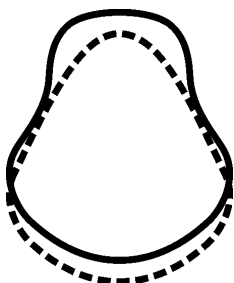
a koponya nyílása



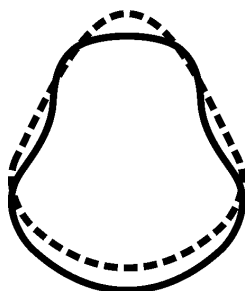
az atlas nyílása



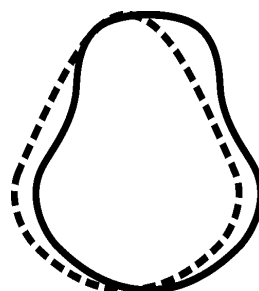
az atlas nyílása
előre



az atlas nyílása
hátra



az atlas nyílása
jobbra



Ezek az egyedi elcsúszás nem gyakoriak, de az emberek többségénél ez a három kimozdulás kombinációi vannak jelen.

Ha valami már kezdetben nem jól indul, idővel csak romlani fog. Sajnos nálunk ez az elv működik az atlas képződésétől az életünk végéig.

Az atlas a gerincvelőt nyomja a lehető legrosszabb helyen. Az atlas területén helyezkedik el a gerincvelő kezdete, és itt mennek végig majdnem az összes idegi impulzusok. A legrosszabb mégis az, hogy itt található az agy legrégebbi és legkisebb része, ahol az összes életfunkció központja van.

Általában úgy kell érteni, hogy az agy egy egység, viszont több részből tevődik össze és minden részének megvan a saját feladata.

A római orvosok észrevették a tágulást a gerincvelő kezdeténél, és tévesen „medulla oblongata”-nak nevezték el, mert nem tudták, hogy az agy része.

Íme, még egy példa mely arról tanúskodik, hogy az elsődleges, téves elnevezések megmaradtak a mai napig. Íratlan szabály szerint léteznek precíz elnevezések, melyek különböznek a tudományos elnevezésektől. Ez a helyzet a kisaggyal is. Különböző népek, különböző elnevezéseket adtak

neki, pl. „az élet középpontja”, „az élet csomópontja”, „életfa” és „az élet útkeresztvezője”.

Az orvostudományban is több elnevezés létezik – vegetatív, autonóm és primáris agy. Az agy egyetlen többi részének sincs ennyi elnevezése, ez is megerősíti a fontosságát. A jelentősége ellenére – mivel létfontosságú a szervezet működésében – mégsem kap kellő figyelmet, és azt sem tudják sokan, hogy az atlas kisebb-nagyobb nyomást gyakorol rá állandó jelleggel, majdnem minden embernél a világon.

Az agy ezen részére az „első agy” elnevezést fogom használni, mert ez tudja legjobban tükrözni a szerepét. Innen adja ki a parancsokat a szív működésére, légzésre, vérkeringésre, nyirokrendszer keringésre, vérnyomásra, emésztésre és az izmok aktivitására.

Ezek az alapvető feladatok mellett az „első agy” még más parancsokat is közvetít (testhőmérséklet, nyáltermelés, nyelés, tüsszentés, hányás), valamint azt is, hogy mikor fogunk elaludni és felébredni.

Az ébrenlét és alvás parancsai jelentéktelennek tűnnek, de ez nem így van, mert alvás közben a szervezet regenerálódik és gyógyul. Akkor alszunk el, amikor az agy kiegyenlíti a nagyagy jobb és bal oldal frekvenciáit, és akkor ébredünk, amikor szétválasztja őket. Nemrég még azt gondolták, hogy a szervezet alváskor 90%-ban gyógyul és regenerálódik, de a legújabb tudományos kutatások azt igazolták, hogy 99%-ban teszi ezt. Az lenne a legjobb, ha akkor ébrednénk amikor az „első agy” így dönt, és nem az óra ébresztene bennünket, mert így félbeszakítja a regeneráló agyi folyamatokat.

Az első agy 12 agyi ideg közvetítésével érzékszervi kommunikációt folytat a külvilággal, a testből pedig információkat fogad, és mindezekre a jelekre reagál.

Az első agyból nem csak a fizikai test regenerálódik, hanem a psziché is. Az első agyban vannak a hangulat, a motiváció, az érzések, a koncentráció és az orientáció központjai is. A pszichiáterek és pszichológusok elhanyagolták ezt, és általában a nagyagyban keresik a pszichés problémák okait.

A gerinc és test horizontális helyzete miatt a többi emlősnél az első agy, az első csigolya előtt helyezkedik el. Az egyenes tartás és a megnagyobbodott agy miatt, a mi fajtánknak az első agya leereszkedett az atlas környékére, így az akár minimálisan kimozdult atlas is állandó nyomást gyakorol az első agyra.

A koponyanyílás és az atlasnyílás eltérése miatt a gerincvelő oda van nyomva, és ott, ahol megnyomódik, legyengülnek az idegi impulzusok. A legrosszabb az, amikor az első agy van megnyomva, mert akkor nem tud teljes kapacitással dolgozni. Attól függően, hogy mi van megnyomva az első agyban, szív, illetve légzési problémák, rossz vér-és nyirokkeringés, alacsony, vagy magas vérnyomás, rossz emésztés, vagy pszichikai problémák keletkeznek. A nagyobb nyomás esetében többféle betegség jön létre.

Említettem már, hogy az első csigolya az axis körüli kinövés körül forog. A kinövés körül három oldalról is az atlas csontja helyezkedik el, a negyedik oldalon pedig egy erős ínszalag, amely az atlas része. Pontosan ez az ínszalag gyakorol állandó nyomást az első agyra, és amennyiben az atlas csak egy milliméter részecskét is ki van mozdulva, ez már problémákat okoz a szervezetben. Az a szerencse, hogy ez az ínszalag nem az atlaszcsontnak a része, mert ekkor a nyomás erősebb lenne, és még több betegség keletkezne.

A primitív szervezeteknek csak első agyuk volt. Idővel fejlődtek, és újabb agyi részek és új idegpályák keletkeztek, melyek valamilyen pótlékai az első idegpályának.

Az első csigolya jobb és bal oldalán helyezkedik el a bal és jobb nervus vagus. A legtöbb embernél az atlas rá van fordulva és el van fordulva, ezért nyomja a nervus vagust. Attól függően, hogy hol és mennyire van a nervus vagus megnyomva, attól függ, hol keletkeznek a problémák a szervezetben. A szív jobb és bal oldala különböző jeleket kap a nervus vagus jobb és bal oldalából, ezért keletkezik a szívritmuszavar és a különböző szívelégtelenségek. Hasonló a helyzet a többi páratlan és a páros szervvel is. Az egyik nervus vagus nyomása esetén az egyik vese egészséges, a másik beteg, vagy kő keletkezett benne.

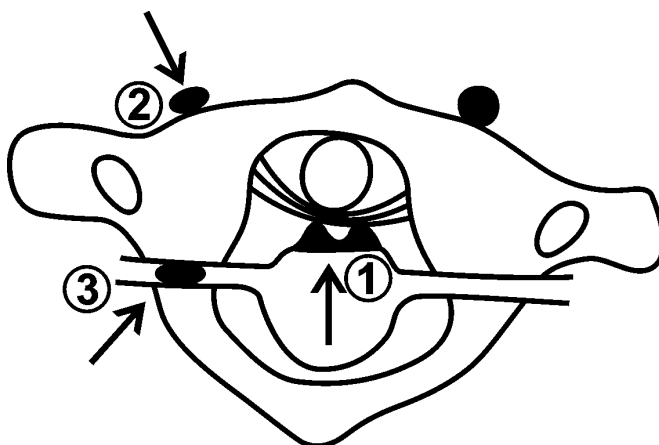
Az emberi faj az egyetlen, aki izzad. Vizelettel és széklettel távoznak a mérgeanyagok és az emésztés melléktermékei a szervezetből, az embereknek pedig még a bőrön keresztül is. A melegben az izzadás szabályozza a testhőmérsékletet. Vannak emberek, akik kevésbé izzadnak és vannak olyanok, akik nagyon izzadnak. Ezek a rendellenességek azért vannak, mert az atlas nyomja a nervus vagus-t, amely kiadja az izzadásra való parancsot. Az atlas helyreállítás után az emberek zöménél helyreáll az izzadás szabályozása is.

Az kimozdult atlas nyomást gyakorol az első agyra, a nervus vagusra és még egy idegpályára. A koponya és az atlas jobb és bal oldalán ideghálók helyezkednek el, melyek serkentik a fej funkcióit. Attól függően, hogy merre van kimozdulva az atlas, különböző nyomásokról beszélünk ezen a három idegpályán. Ezért is beszélünk különböző nehézségekről és betegségekről. Az embereknél különböző betegségek jelentkeznek, mert különböző kimozdulásokról van szó.

Az élet során az atlas mindig jobban nyomja az idegpályákat és ezért gyengül a teljes szervezet állapota és jelentkeznek az újabb betegségek.

AZ IDEGEKRE VÉGZETT NYOMÁSOK KOMBINÁCIÓJA

1. első agy 2. nervus vagus 3. idegszálfő



Az atlas állandó nyomást gyakorol az idegpályákra, és gyengíti az idegi impulzusokat, idővel emiatt újabb problémák jelentkeznek.

A gerinc a kimozdulta atlas miatt ferdül, ezért a csigolyák is elmozdulnak a helyükről. A gerincvelőből, a csigolyák mentén idegek futnak a különböző szervekig. Az idegi impulzusok az atlas mellett gyengébbek, a többi csigolya pedig még gyengíti őket. Idős korban a gerinc mindig jobban ferdül, ezáltal keletkeznek az egészségügyi problémák.

Amikor az idegek kijönnek a gerincből, végig mennek a bordák mentén, az idegi impulzusok még jobban gyengülnek a rossz testhelyzetben való alvás miatt. Ez nagy egészségügyi problémát okoz, mert a szervek legtöbbet éjszaka dolgoznak.

A VÉREREK SZŰKÜLETE

A többi emlősnél az első csigolya hasonló szélességű, mint a többi nyaki csigolya, de a mi fajtánknál szélesebb az egyenes tartás miatt, és a megnagyobbodott fej miatt. Az atlas belül és kívül véreerek hálózák be az agy irányából, de oda vannak nyomva az atlas kimozdulása és szélessége miatt.

Az atlaszon és a nyaki csigolyákon lyukacsák vannak, ahol keresztül mennek a csigolyaartériák. Minden véredény fontos, de a csigolyaartériák a legfontosabbak, mert rajtuk keresztül jut el a vér az agy alsó részeibe, melyek az egész szervezet működéséért felelősek.

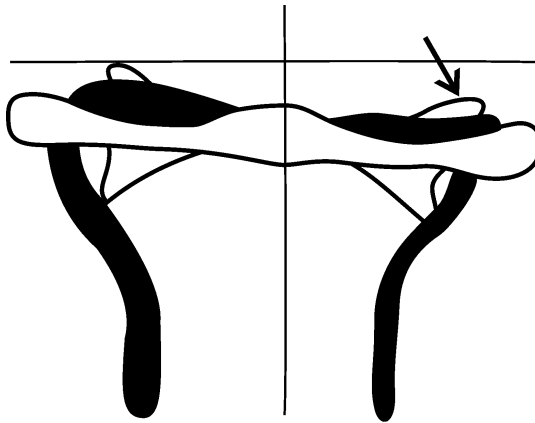
Amikor a bal és jobb csigolyaartéria bemegy a koponyába, összekapcsolódnak, és így keletkezik a Willis agyalapi artériás gyűrű, amely kiegyenlíti a vérnyomást, mielőtt az agyba kerül. A gyengébb vérellátás miatt az egyik oldalon a Willis gyűrű kezdetén vérörvény keletkezik, és így ni-

trogén szabadul fel atomi szinten. A nitrogén megsemmisíti az agy idegsejtjeit, és ez az egyik oka az Alzheimer-kór kialakulásának, ami megkecséri az idős emberek életét.

A kopaszodás fiatal korban esztéteikai hiányosság, és sok idősebb férfi szinte teljesen haj nélkül marad. Ez sokkal nagyobb arányban van jelen, mint a nőknél, de nem tudjuk miért van ez. Az atlas kimozdulása miatt a férfiak feje jobban előre van dőlve, mint a nőké, és nincs megfelelő vérellátás a fejbőrük alatt, pedig a vér hordozza a szükséges építőanyagokat a hajnövekedéshez. A utolsó hely, ami megkopaszodik, az a tarkó, mert ott megfelelő a vérellátás. Amikor a fiúknak, vagy legényeknek helyreállítják az atalszukat, jelentősen csökken a kopaszodás lehetősége.

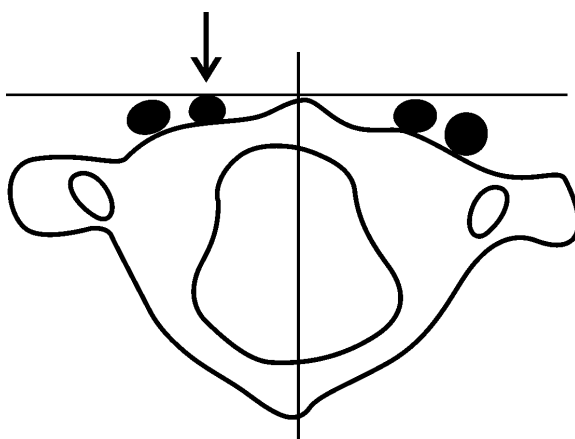
Hátúlról nézve az első csigolyán látható két csontkinövés, melyekre a koponya támaszkodik. A legtöbb embernél a csontkinövés jobboldalt jobban rá van támaszkodva, mert azon a helyen nyomja a koponya leginkább az atlaszt. Az említett kinövés mellett halad el a csigolyaartéria, és legtöbb esetben a jobb csigolyaartéria vékonyabb a baltól, így rajta keresztül kevesebb vér jut el az alsó agy jobb oldalába.

NYOMÁS A JOBB CSIGOLYA VERTEBRÁLIS ARTÉRIÁJÁRA



Az karotis artériák, más néven fejverőerek a nyakon keresztül, az első csigolya mellett haladnak el. Rajtuk keresztül érkezik a vér az agy felső részébe. A legtöbb embernél az atlas bal oldalt meg van emelve és előre van csavarodva, ezért állandó jelleggel nyomást gyakorol a bal oldali fejverőérre és nincs megfelelő vérellátás a baloldali felső agyban, mely a racionális gondolkodásért felelős. Az atlas már születés előtt ki van mozdulva, ezért a bal oldali fejverőéren keresztül az élet kezdetétől 15%-kal kevesebb vér érkezik, mint a jobboldalin.

NYOMÁS A BALOLDALI FEJVERŐÉREN



Az atlas pozíciójának hasonló kimozdúása miatt a legtöbb embernél csökken a vérellátás az alsó agytörzs jobboldalában, és egyidőben a nagyagy felső baloldalában.

Sajnos hasonló a helyzet a vér visszaáramlásával is. A vénákat szintén nyomja az atlas, ezért lelassul a vérkeringés az agyban, és így jönnek létre a szennyeződéslerakódások a véredényekben. Az agy a legvédelemben álló szervünk, de a véren keresztül érkeznek a káros anyagok.

Az idegi impulzusok vegyi – elektrokémiai reakciók által terjednek. Amikor az idegpályák meg vannak zavarva, lelassul az impulzusok áramlása, és csökken a szervek és rendszerek működése a szervezetben. Az agyban lerakodik a vas a vérből, és a vas molekulák egyfajta rövidzárlatot okoznak és csökkentik az idegi impulzusokat.

Az agyból csökkentett erősségű impulzusok indulnak és még jobban csökkennek az atlas melletti és a többi csigolya melletti idegpályák oda-nyomódása miatt.

KÖVETKEZMÉNYEK

A természetben általában egy ok és egy okozat, következmény létezik, azonban az első csigolya kimozdulása egy ok, ami túl sok következménnyel jár.

Számítógépes nyelven szólva, az agy alsó részében vannak a szervezet működési programjai, de az atlas kimozdulása miatt nem érkeznek meg az összes impulzus a szervezet minden pontjába. Ilyenkor keletkeznek a működési eltérések. Hasonló a helyzet az anyagok szervezetben végbe-
menő áramlásával is, mert a sejtek, szervek és minden szervrendszer megfelelő működéséhez elegendő anyag szükséges a megfelelő időben.

Az anyagcsere a különböző rendszerek összehangoltsága a szervezetben, ezért az anyagok megfelelő keringése létfontosságú. A sejtek az életbenmaradásért kémiai vegyületeket használnak fel a sejtközi térből, amennyiben nincs elegendő, vagy túl sok van belőlük, a sejtek nem tudnak megfelelően működni.

A likvor, vagyis az agyvízi folyadék az agy és a gerincvelő körül található, feladata megvédeni az agyat és a gerincvelőt. Az atlas kimozdulása nem aggat a likvornak az agy körül, de csökken az áramlása a gerincvelő körül, ezért az nincs kellőképpen megvédve.

Az atlas kimozdulása miatt még a nyálmirigyek sem működnek megfelelően. A kevés, vagy a nem megfelelő összetételű nyál kihatással vannak az emésztésre. A korszerű, gyors életvitelnek köszönhetően gyakran gyorsan eszünk, így a nyálat nem használjuk ki még annyira sem, amennyire lehetne.

A limfa és a nyirokrendszer a szervezet első védelmi vonalát képezi a vírusokkal, baktériumokkal és egyéb káros anyagokkal szemben. A nyirokrendszer behálózza az egész szervezetet, de legerősebb a szervezet felső harmadában, mert a külső kórokozók leggyakrabban légzéssel és élelmiszerek által kerülnek a szervezetbe. Az atlas kimozdulása zavarja a nyirokutakat és csökkenti a szervezet természetes védekezését a kórokozók ellen.

Okkal nevezzük a vért az „élet nedűjének”, mert a feladata a tápanyagok és oxigén szállítása minden egyes sejtig, és besegít a szervezet tisztításánál is. Amikor az atlas rossz pozíciója miatt meg van nyomva a vérkeringés szabályzásának központja, veszélyeztetve van a szervezetünk összes szervrendszere.

A szervezet működéséhez szükséges energia az élelmiszerben lévő részecskék elégetésével jön létre. A vegyületekből kiválasztódik a sejtek felépítéséhez szükséges anyag, mely lehetővé teszi a teljes regenerációt. Az kimozdult atlas miatt az anyagcsere lelassul emiatt az öngyógyítás folyamata is csökken.

Amennyiben az egészség a betegség alapvető oka miatt károsodott, a szervezet le van gyengülve, és ilyenkor a külső tényezők még gyengítik az egészséget. Ha a szervezetben nehézségek és betegségek vannak jelen, a szervezet az életenergiát használja fel a gyógyításuk megkísérlésére, de az atlas kimozdulása miatt a teljes gyógyulás nem lehetséges. A gyógyítással való kísérletezés kimeríti a szervezet energiatartalékait és gyengíti az immunrendszert, ezért a vírusok és a baktériumok még gyorsabban és könnyebben kimerítik a szervezetet.

A szervezet funkcióinak rendellenességei nehézségekhez vezetnek, egyes nehézségek pedig betegségekké válnak.

A nehézségek gócpontok, melyekből lassan betegségek lesznek. Egyes gócpontokról nem is tudunk, és nem is lehet őket kideríteni még egészségügyi vizsgálatokkal, analízisekkel sem, gyakran csak akkor derülnek ki, mikor már létrejött a betegség.

A nehézségek lehetnek esztétikai, pszichikai és egészségügyi jellegűek is. Az esztétikai nehézségek: púposodás, elhízás, sántítás, cellulitis, kancsalság stb. Pszichikai nehézségek: depresszió, csökkentett koncentrációs képesség, fáradtság, dadogás stb. Az esztétikai és pszichikai nehézségekkel együtt lehet élni, de az életminőség csökken. Az egészségügyi problémák a leggyakoribbak, ide tartoznak: gyengült hallás és látás, arcüreggyulladás, fülgyulladás, fogínyvérzés, orrvérzés, nehézlégzés (légszomj), rossz vérkeringés, sérv, allergia, tályogok, fájdalom vagy gyengeség az izmokban, porckorongsérv, kéz vagy a láb zsibbadása, túlzott vagy csökkent verejtékezés, az ízületek duzzadása, fejfájás, korlátozott mozgás, lúdtalp, pattanások, székrekedés stb.

A nehézségek általában nem veszélyeztetik az életet, de megnehezítik. Az atlas további kimozdulása miatt idővel újabb nehézségek jelentkeznek, melyek komolyabb egészségkárosodáshoz vezetnek, és ilyenkor az élet kerül veszélybe.

Az elhízás pl. olyan nehézség, ami porckorong kopást okoz, ez miatt csökkennek az áramlási impulzusok a gerincvelőből, és a szervek megbetegednek, a porckorongsérv és isiász állapota romlik. Az kimozdult atlas ferdíti a testet, emiatt az ízületek is elmozdulnak a pontos helyükről, az elhízottság még jobban vékonyítja a porcokat a csípőben, a térdben és a talpakban.

A horkolás régebben nehézségnek számított, de most már tudjuk, hogy betegség. Alvás közben a horkolás miatt néhányszor leáll a légzés is, és más életfunkciók is. A minőséges alvás nagyon fontos az egészség szempontjából, horkolással viszont megszakad az alvás és rendellenességek lépnek fel a szervezetben. Az évek során kimerített szervek és szervrendszerek a szervezet további gyengüléséhez vezetnek, ebből kifolyólag újabb betegségek jönnek létre.

Az impulzusok és anyagok csökkentett és nehezebb áramlása megakadályozza a szervezet megfelelő regenerációját, a degeneratív elváltozások súlyos, krónikus betegségekké alakulnak át, melyek veszélyeztetik az életünket. Daganatok, ciszták, ízületi gyulladás tovább gyengítik az immunrendszert, a test még fogékonyabbá válik a fertőzésekre és van, aki influenzában hal meg rák helyett.

A nehézségek és betegségek nem kellene, hogy létezzenek, és valójában csak azért léteznek, mert az első csigolya ki van mozdulva a helyéről.

POZÍCIÓ

A Homo erectus a két lábbra állással láthatóságot, előnyt és dominanciát nyert a magától alacsonyabbak fellett. A térben a pozíció létfontosságú a túlélésben.

A szervezet egy összetett mechanizmus, amelyben mindennek pontosan kell pozicionálódni, hogy harmonikusan működhessen, de az emberi fajnál nem így van. Már a méhben keletkeznek kimozdulások az anatómiai pozícióból, az élet során pedig a kimozdult atlas miatt a csontok és ízületek még jobban elmozdulnak eredeti helyükről.

Az izmok és belső szervek a csontvázhoz vannak rögzítve, és mivel a csontok nincsenek a pontos helyükön, így a lágyrész sincs a megfelelő helyén. A belső szervek kölcsönös nyomása megnehezíti a normális működésüket, ennek okán is betegségek jönnek létre.

Az ízületek összekötik a csontokat és lehetővé teszik a mozgékony-ságot, de az első csigolya kimozdulása miatt az ízületeknél is fokozatosan deformációk lépnek fel és csökken a mozgékony-ságuk.

A csigolyák össze vannak kötve a porckorongokkal, ez minimális kölcsönös kimozdulást engedélyez, de ezek nem ízületi kapcsolatok. Az egyetlen ízület a gerincben az atlas és a második csigolyát összekötő ízület, ezért tudjuk a fejünket jobbra-balra forgatni. Az atlas kimozdulása miatt az évek során csökken a fej mozgékony-sága, idős korban ez komoly problémát okoz.

Ha valamilyen fizikai sérülés során ízületi ficam keletkezik, az ízületet vissza kell rakni a helyére. A ficam alkalmával a csont teljesen kiesik az adott ízületből és fizikai manipuláció által van visszaállítva a helyére.

A „ficom” és „kimozdulás” szavak között különbség van. Az kimozdulás bizonyos fokú elmozdulást jelent az ízületek eredeti helyét viszonyítva. Időnként megtörténik egy apró kimozdulás az ízületből, ilyenkor a „csont saját magát” is visszarakhatja a helyére.

Az első csigolya mindenkinél többé-kevésbé ki van mozdulva, de sajnos nem tudja saját magát visszarakni az ínszalagok miatt, melyek rossz helyen tartják, valamint a porcok elvékonyodása miatt az atlason és a koponyán. Az ínszalagok erősen tartják az atlaszt a koponya irányában, és így mozdulatlan ebben a pozícióban. Amikor erős fizikai sérülés éri a szervezetet, az ínszalagok nem tudják megtartani az atlaszt, így még nagyobb kimozdulás keletkezik, azért mert az atlas már eleve valamennyire ki volt mozdulva.

Forgalmi baleseteknél, nagyobb esések vagy erősebb fejütések alkalmával az atlas még jobban kimozdul a helyéről, ez kómát okozhat. A kóma a véredények nagyobb odanyomása miatt történik, a tetraplegia pedig a gerincvelő odanyomása miatt. Ha van valami, ami rosszabb a haláltól, az a test bénulása.

Az első csigolya akkor van kificomodva, amikor teljesen kiesik az ízületből a koponyával együtt, ez nagyon erős ütések alkalmával történhet

meg. Élő embernél az atlas sohasem ficamodik ki, mert akkor bekövetkezne a halál a gericvelő és véredények tragikus szétlapítása miatt.

Ha az autónál egy kerék nincs a pontos helyén, akkor kezd szétrázódni az egész autó, és ezért keletkeznek a meghibásodások. Ebben az esetben a legjobb azonnal centrírozni a kereket. A kimozdult atlas nem rázza szét a testet, de idővel elferdíti és megrongálja. Ezért a legjobb az atlaszt már a csecsemőknél vagy kicsiny gyermekeknek visszaállítani az anatómiai helyére, hogy helyesen fejlődjenek és egész életükben egészségesek legyenek.

Az kimozdult atlas a legérzékenyebb pont a testünkben, innen indul ki szinte minden egészségügyi probléma. Ezt idáig már biztos Önök is megértették. Ahhoz, hogy meg is bizonyosodjanak róla, nézzék meg magukat a tükörben. Természetes, hogy minden nap megnézik magukat, de nem látják, hogy is néznek ki valójában, mert általában az arcukat szokták nézni és nem a test többi részét.

Minden nap megnézzük a tükörképünket és hozzászokunk ahhoz, amit látunk, ezért nem veszünk észre semmi furcsát a testünkön. Íme, hogyan fogják életükben először látni azt, hogyan is néznek ki valójában.

Álljanak egy nagyobb tükör elé, amelyben az egész testüket látják, és kezüket tegyék a test mellé. Lazítsanak, és nézzék meg melyik oldalra van kimozdulva a medencéjük. Az emberek 80%-nak a medence jobbra van kimozdulva. Ezután nézzék meg melyik válluk van lejjebb. Figyelmesen nézzék meg melyik válluk van előre kimozdulva. Az emberek többségénél a jobb váll van előrébb.

Amíg a testüket figyelik, tulajdonképpen azt látják merre és hogyan van az atlaszuk kimozdulva. Sokan kellemetlenül meglepődnek, amikor meglátják, hogyan is néznek ki valójában.

A következő pozíciót egyedül nem láthatják, ami a legfontosabb. Valaki nézze meg Önöket oldalról és nézze meg, hogy a fej előre áll-e. A legtöbb embernél a fej előre áll a testhez viszonyítva, mert az atlas a legtöbb embernél hátrafelé van kimozdulva. Amikor a testet oldalról nézzük, a fül és a csípő előre állnak, a váll és a sarok hátra. Míg az autóban ülve várnak, hogy a szemaforon kigyulladjon a zöld lámpa, figyeljék meg az embereket, akik áthaladnak a gyalogátjárón. Látni fogják, hogy a többségüknek a feje előre áll a testükhöz viszonyítva.

Nézzék meg családtagjaikat és észre fogják venni, hogy náluk is hasonló a helyzet. A kisgyermekeknél nem lehet észrevenni a különbséget, de az idősebbeknél ez könnyen észrevehető.

Az életben egyik legfontosabb dolog a mozgékonyság, ezért ritkák azok az esetek, amikor egy embercsoport nyugodtan áll felénk fordulva, hogy összehasonlíthassák a testüket. Mégis, míg pl. egy énekkart hallgatnak, könnyen észre fogják venni a hasonló testferdülést a többségükben. A test gyakori elferdülése és beferdülése még születés előtt keletkezik, de az emberek kisebb százalékánál észrevehető más pozíciók is, mert az életük során az atlasuk más irányba is kimozdult.

Álljanak ismét a tükör elé, és nézzék meg, hány centiméterrel van lejjebb az egyik válluk a másiknál. Általában a jobb váll kb. 2 cm-rel lejjebb van a bal válltól, ez azért van, mert a az atlas jobboldala két milliméterrel lejjebb van az atlas baloldalától.

Nézzék meg, melyik válluk van előrébb helyezve, és melyik hátrébb. Ha az atlas jobban el van fordulva, akkor a vállakra is ez jellemző. Leggyakrabban az atlas jobboldala hátrafelé van kimozdulva, ezért áll a jobb váll előre, a medence jobboldala pedig hátrafelé.

Az atlas lehet ráfordulva, elfordulva és hátrafelé kimozdulva. A negyedik kimozdulás oldalra van, ez sok embernél előfordul. Ez akkor keletkezik, ha a fej vagy test oldalú hatása érte. Nézzék meg jobban a nyakat, ha jobbra van ráfordulva, akkor az atlas balra csúszott, ha viszont a nyak balra van rámozdulva, akkor az atlas jobbra mozdult.

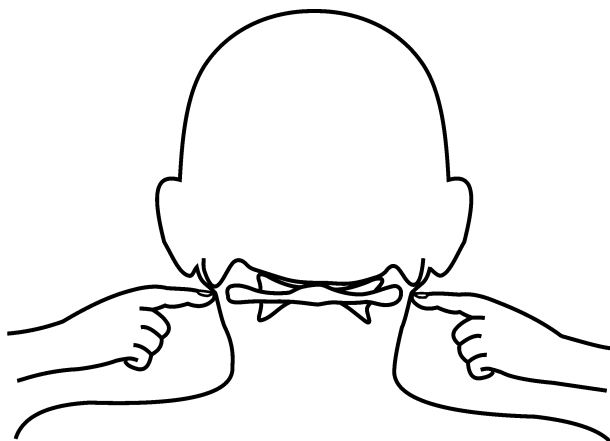
Létezik ötödik kimozdulás is, de ez nagyon ritkán fordul elő. Azoknál jelentkezik, akik farral születtek, vákuummal, vagy szülészeti fogóval, így a koponyájuk mag van nyúlva, és ezáltal a koponyájuk alsó része is. Idővel a koponya szabályosabb lesz, de ez nem elegendő, mert az atlas alacsonyra ereszkedik a koponyához viszonyítva. Emiatt az ínszalagok megnyúlnak, és nem tudják erősen tartani az atlaszt és ezért könnyebben kimozdul. Ezek az emberek betegebbek a többiekénél.

Sajnos csak kevés embernél van jelen csupán egy, vagy két fajta kimozdulás. Legtöbbször három kimozdulás van, ezek még magzati korban keletkeztek.

Az élet folyamán hozzászokunk ahhoz, hogy a fejünk kevésbé lesz mozgékony, így az emberek többsége nem érzi azt, hogy a fejét kevésbé bírja elfordítani egyik oldalra. Valaki ellenőrizze le, melyik oldalról van szó az Önök esetében. Fordítsák el a fejüket maximálisan egyik, majd a másik oldalra, így aki figyel, könnyen észre fogja venni, melyik elfordulás a kisebb. A többségnél a balra fordulás a korlátozottabb, az atlas hasonló kimozdulása miatt.

Majdnem mindneki ki tudja tapintatni az atlas rossz pozícióját, a leg súlyosabb emberi hibát magánál és másnál is.

Döntsék a fejüket hátra és pontosan fül alatt a mutató ujjukkal tapintsák ki a koponya alsó részét. Amit tapintáskor éreznek, olyan mint egy kemény dudor, húzzák lejjebb az ujjaikat, és érezni fogják az atlas oldalait, mert itt csakis azt tapitható ki. A koponya alsó része és az atlas oldalai között kis bemélyedések vannak. Hasonlítsák össze a bal és jobboldali bemélyedést, így könnyen észre fogják venni a különbséget. Jobboldalt általában nagyobb a távolság a koponya alsó része és az első csigolya oldala között. Amennyiben ezt érezték, ez azt jelenti, hogy jobb oldalt az atlas lefelé van elfordulva.



Az atlas elfordulását megérezhetik, ha összehasonlítják az atlas és az állkapocs közötti távolságot. Általában a jobb oldalon nagyobb a távolság. Az első csigolya elfordulása miatt leggyakrabban az állkapocs jobbra van kimozdulva. Baloldalt az atlas előre nyomja az ízület alsó részét, ezért aszimmetrikus az arc. A nőknél jobban el van fordulva az atlas és nagyobb az arc aszimmetriája.

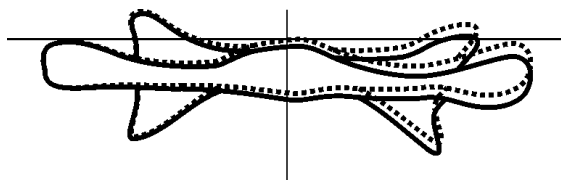
Ezzel az aszimmetriával foglalkoztak a festők, szobrászok és morfológusok, de nem értették mitől keletkezik. A festőművészek és szobrászok, jobb híján arról próbáltak meggyőzni bennünket, hogy ez az aszimmetria érdekessé teszi az arcot, de ez nem esztétikai kérdés, az egészség szempontjából fontos, mert helytelen rágáshoz vezet, és a fogak egyik oldalon jobban elkopnak. Az állkapocsban jelentkező fájdalom gátolja a rágást, a nem megfelelően megrágott étel pedig rossz emésztéshez vezet.

Az atlas általában jobboldalt lefelé van elfordulva, baloldalt pedig felfelé. Amikor balról fejütés éri az embert, vagy jobbról a testet éri ütés, akkor az atlas ellenkező irányban fordul el (jobbra fel, balra le). Ezért mozdul el a medence baloldalra, és a bal váll leereszkedik. Ritkán fordul elő, hogy az ilyen ütés nem túl erős, és az atlas horizontális pozícióba kerül. Ezeknél az embereknél nincs vállelfordulás, medence elmozdulás, szkoliózis.

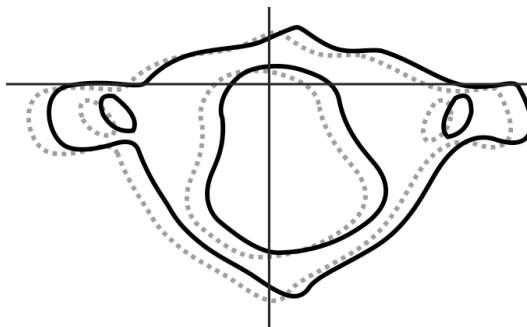
Az ötvenes évek tájékán az atlas átlagosan 2 mm-rel el van mozdulva az anatómiai helyéről.

AZ ATLAS LEGGYAKORIBB KIMOZDULÁSAI

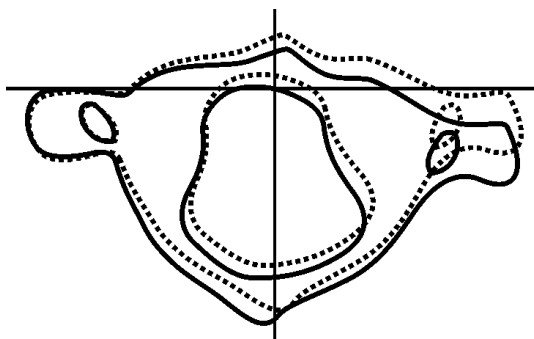
ráfordulva



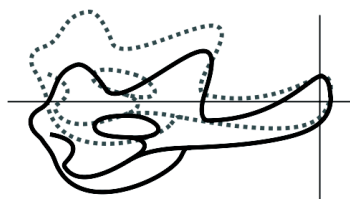
jobbra



megcsavarodva



rahajolva



Sajnos a legtöbb embernél jelen van az atlas mindnégy kimozdulásának kombinációja.

A babáknak és a gyerekeknek az atlaszát pár másodperc alatt helyre lehet állítani, a felnőtteknek egy perc alatt. Így korrigálódik a hiba, mely több tízezer évvel ezelőtt keletkezett. Amennyiben a babáknak helyreállítják az atlaszukat, a testük nem fog eldeformálódni, a felnőtteknél pedig a helyreállítás után a deformációk lassan eltűnnek.

DEFORMÁCIÓK

A deformáció olyan állapot, amikor valami eltér a szabályos formájától. Ha egy tárgy el van deformálódva, azt meg lehet javítani, de a szervezet deformációja komoly problémát jelent az egészség szempontjából. A test és részeinek alakja csakis attól függ mennyire van kimozdulva az atlas.

A tér alapvető fogalom az univerzumban, és nélküle semmi más sem létezhetne. A tér nyomása a legnagyobb erő az univerzumban, mely minden mást deformál, egyidejűleg még magát a teret is, a matéria mennyiségétől függően, amellyel az a bizonyos objektum rendelkezik és a gyorsaságtól amellyel forog.

A méter a hosszúság alapvető mértékegysége. A méter segítségével határozzuk meg a tér nagyságát, de maga a tér tágítható, így a méter nem egyforma hosszúságú mindenhol a térben. A tér állapotától függően, a méter hosszabb, illetve rövidebb lehet.

A Mars hasonló nagyságú, mint a Föld, de fele olyan könnyű. Ha az ember a Marson keletkezett volna kb. 4 méter magas lenne. A test megnagyított formája miatt nevetségesnek tűnne nekünk. Marslakók jelenleg nincsenek, de a jövőben létezni fognak, és a mi utódaink lesznek. Az ő utódaik pedig a kisebb gravitáció miatt generációról – generációra magasabbak lesznek.

Egyelőre itt vagyunk, és ilyenek vagyunk amilyenek. Az univerzumban létező erők rajtunk keresztül is terjednek. Ilyenek vagyunk amilyenek, de jobb lenne, ha nem létezne a hiba, amely deformál bennünket. Ez a kis hiba az atlas rossz pozíciója, amely miatt maga az atlas is eldeformálódik.

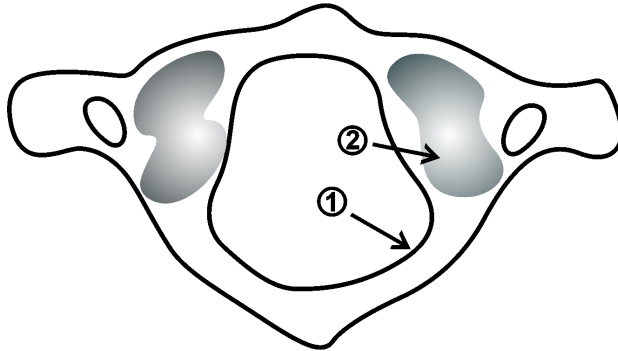
Ha valamelyik csontnak a szervezetben tökéletesnek kell lennie, akkor az az atlas, mert a deformációja miatt az összes többi csont is deformálódik.

Az atlas deformációja a magzati fejlődés időszakában történik, a magzat pozíciója miatt alvás közben. Míg a magzat alszik, a méh nyomja a magzat fejét előre és balra. A koponya alsó része nagyobb nyomást gyakorol az atlas jobboldalára, és deformálja már a fejlődés időszakában. A legtöbb embert ezek a deformációk egész életük során elkísérik. A maradék kisebb hányadnál a fej, illetve a test ütése során az atlas más irányokban deformálódik.

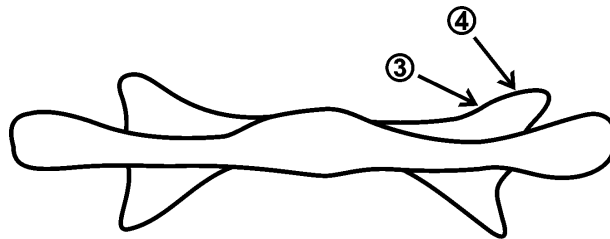
A bal- és jobboldalnak szimmetrikusnak kellene lennie, de sajnos nem az. Többféle deformáció létezik. A rajzokon négy hely van megjelölve az atlaszon, és ezek kihatnak az egész csontváz deformációjára.

AZ ATLASZON LÉVŐ DEFORMÁCIÓK (ELVÁLTOZÁSOK)

1. Az atlas hátsó íve, jobboldalra elhúzva
2. A jobb porc felülete nagyobb a bal porc felületétől



3. A porcogók a jobb oldalon jobban el vannak vékonyodva
4. Az atlason lévő jobb kinövés előre van hajolva



Ez a négy deformáció a leggyakoribb, de ha az atlas más pozícióban van, másmilyen deformációk jönnek létre.

A legtöbb embernél a test deformációja nem könnyen észrevehető, a kisebbség szembetűnő deformitástól szenved, és megfelelő öltözetet próbál magának találni, mert a konfekciós öltözet szabályos testfelépítésűeknek van készítve. A nagyobb deformációkkal rendelkezők varratják maguknak a ruhát, a varrónők megpróbálják eltakarni a kezek és lábak közötti méret különbségeket.

A medencecsont az egyik legnagyobb csont a testben, de minimálisan el van deformálódva az is, az első csigolya miatt, amely a kisebb csontok közé tartozik. Ülés közben a legtöbb ember keresztbe teszi a lábát, méghozzá úgy, hogy a jobb lábát teszi keresztbe a bal lábán, mert a medencecsontja jobbra van elmozdulva és jobboldalt van megemelve.

Amikor a lábat keresztbe tesszük, akkor a medence helyes pozícióba kerül, és kiegyenesíti a gerincet. Ilyenkor az impulzusok könnyebben áramlanak, és megkönnyebbülés érezhető a hátban és a jobb lábban.

A morfológia (alaktan) olyan tudomány, mely a szervezet alakjával és struktúrájával foglalkozik, de létezik egy jelenség, melyről még a morfológusok sem tudnak.

Amennyiben a medence jobbra van elmozdulva, idős korban balra kezd eldeformálódni, a folyamat kb. 10 évig tart, ezért sokan nem is veszik észre. Amikor a medence túlságosan elmozdul baloldalra, ekkor keletkeznek a fájdalmak, és az emberek bottal járnak, hogy rá bírjanak támaszkodni és csökkentsék a fájdalmaikat. Az elmozdulás folytatódik, és néhány év múlva a bot már nem elegendő, járókeret szükséges. A következő a jobb csípő műtétje, majd a bal csípője is szükséges. Amikor az atlaszt helyrállítják, a medence visszatér középre, és horizontális marad. A bot és a műtét elkerülhető.

A test deformációja alatt általában ferdülést értünk, de a lúdtalp is egyfajta elváltozást jelent. Kevés a lúdtalpas ember, náluk az atlas előre van kimozdulva. Az első csigolya helyreállítása után a lúdtalp megszűnik. A gyermekeknél és fiataloknál ez a folyamat pár hónap alatt lezajlik, a felnőtteknél pár év alatt.

Nagyon ritkán fordul elő az, hogy valakinek az alsó fogsora előrébb van, mint a felső. Ilyen esetben az egészségügyi szakemberek azt gondolják, hogy az alsó állkapocs elváltozásáról van szó, és állkapocs-lerövidítést tanácsolnak. Ez valójában nem az állkapocs megnyúlása, hanem az atlas előre kimozdulása, mely tartósan nyomja előre az állkapcsot.

Amikor az atlas helyre van állítva a meglévő deformációk csökkennek, vagy teljesen eltűnnek, újak viszont nem keletkeznek.

A morfológia úgy tartja számon, ha a legtöbb embernél a test hasonlóképpen van eldeformálódva, akkor az úgy a normális. A tudományhoz intézett kérdés így hangzik: Hogyan lehetséges az, hogy az atlas helyreállítása után a test lassan kiegyenesedik, és a deformáció csökken? Ebben az esetben mi a normális és hogyan lehetséges ez a különbség?

KÜLÖNBSÉG

A különbségek jelen vannak az egész univerzumban, és egyidejűleg jelen van a vágy is a különbségek csökkentésére. A vágy mozgatóerő, amely lehetővé teszi a jobb megoldást, ezért a különbségek hasznosak is lehetnek. A többi emlősnél az atlas a pontos helyén van, csak az embereknél van kimozdulva. Ez a különbség nekünk nem hasznos.

A differencia kíváncsi, már csak azért is, mert az egyhangúság unalmas. Még az egypetéjű ikrek is valami apróságban különböznek, de még abban az esetben is, ha fizikailag teljesen egyformák, az egészségügyi állapotuk különbözik. Ez azért van, mert az ikrek atlasza különböző helyen

van. Már a méhben létrejön a különbség, az élet során pedig a különböző sérülések alkalmával különbségek keletkeznek az atlas pozícióját illetően.

Ha már az ikrek esetében is különbségek vannak az egészségüket illetően, akkor nem is csoda, hogy léteznek olyan emberek, akik betegebbek másoknál.

Vajon valaha elgondolkodtak-e rajta, miért van az, hogy egyes emberek egészségesebbek, egyesek pedig betegebbek?

Jobban kimozdult atlas – több betegség.

Kevésbé kimozdult atlas – kevesebb betegség.

Ezek a viszonyok bebizonyíthatók statisztikai kutatások által.

Megtörténhet az is, hogy az ember egészséges, de leesik a kerékpárról, és egy éven belül betegeskedni kezd. Esésék alkalmával sérülések keletkeznek, melyek lassan meggyógyulnak, és idővel elfelejtünk őket, de attól kezdve egészségügyi problémák lépnek fel, mert az atlas még jobban kimozdul.

Senki, még az egészségügy sem köti össze az atlas kimozdulását a leépüléssel. Ez azért van, mert egyes szervek működési zavara lassan keletkezik az kimozdulás után. Attól függően, hogy az első agyban mi nyomódik meg, bizonyos szervekhez nem jutnak el a megfelelő működéshez szükséges impulzusok, és megszűnik a normális működésük, majd idővel már nem látják el a feladatukat. Az kimozdult atlas miatt a gerinc ferdülni kezd, és még jobban legyengíti a jelek áramlását, ez az egyik oka annak, hogy a betegségek később kezdődnek.

Fajtól függetlenül minden embernek hasonló a testfelépítése, de még sincs két egyforma ember. A különbség jelen van az állatoknál is, de sokkal kisebb mértékben, mint az embernél. Ha megfigyelünk egy nyájat, vagy egy madár- vagy halrajt, észrevehetők a testi hasonlóságok. Az emberi fajnál miért léteznek ekkora különbségek?

Az kimozdult atlas kimozdítja majdnem az összes csontot, így keletkeznek a különbségek a pozíciójukat, hosszúságukat és formájukat illetően. A legtöbb embernél az egyik láb rövidebbnek látszik.

A lábhossz, a csípő és talaj közötti távolság. A legtöbb embernél a bal láb a rövidebb, ha álló helyzetben mérik, viszont ha ugyanannak a személynek a lábát fekvő helyzetben mérik, akkor a jobb láb a rövidebb. Ez hogyan lehetséges? Miért van az, hogy a legtöbb embernél fekvő helyzetben a jobb láb rövidebb 1 cm-rel? A valódi helyzet az, hogy a lábak majdnem azonos hosszúságúak, de a ráfordult medence miatt úgy néz ki, hogy a jobb láb rövidebb. A ráfordult atlas miatt a medence is hasonló pozícióban van, és húzza a jobb lábat. A atlas leggyakrabban jobb oldalt lejjebb van, így a medence jobboldalt feljebb van.

Az emberek abszolút többségénél a páros csontok hossza és formája különbözik. Ez az aszimmetria még magzati korban kezd kialakulni, és folytatódik tovább az élet során.

A jobb kulcscsont rövidebb a bal kulcscsonttól és kerekített formájú. Hasonló a helyzet a mellkasi csontokkal is. A lábak csontjainál is létezik

minimális különbség. Az kimozdult atlas miatt a test jobb oldalán leginkább nagyobb a megterhelés, ezért a jobb láb csontjai minimálisan rövidebbek a bal láb csontjaitól, de ez a különbség nem 1 cm, hanem 1mm.

Csak a jobb és bal kéz csontjai hasonló nagyságúak, mert a kezek a test mellett vannak, és nem hat rájuk az erő, amely a testet deformálja.

A páratlan csontok szintén aszimmetrikusak.

A koponya a legtöbb embernél hasonlóan van eldeformálódva. A falcsont (fejtető csontja) baloldalt jobban ki van dudorodva, mint jobb oldalt, a homlokcsont viszont ellenkező irányban van kidudorodva. Az orr elhajlása, eltérése többé-kevésbé jelen van mindenkinél. Az orrot elválasztó rekesz általában jobb oldalra van elferdülve, és belőle nő ki a porcogós rész, ez miatt az emberek többsége nehezebben kap levegőt a jobb orrlyukán keresztül.

A koponya alsó részén lévő nyílás a többségnél minimálisan jobbra van elmozdulva. Az igaz, hogy az elmozdulás minimális, de maximális problémát okoz, mert itt keletkeznek az egészségügyi problémák. A koponya nyílása egy kicsit jobbra van elmozdulva, az atlaszon lévő nyílás pedig balra, ezért keletkezik a nyomás a gerincvelőre.

A szegycsont közepe nagyon picit balra van elmozdulva, de ez nem hat ki az egészségre, sem a tüdő, szív működésére. A szegycsont egy része csak nagyon ritkán van befelé, a plectus solaris felé hajolva. Ezek az embereknek idegesebbek és rosszabb a gyomorműködésük.

A csigolyák a páratlan csontok közé tartoznak. A különbség egyes jobb- és baloldali csigolyák között hatással van ez egészségre. A szervek nem kapnak elegendő impulzust az agyból, ezért idővel csökken a funkcionalitásuk a gerinc melletti idegek odanyomása miatt. Ez az oka annak, hogy a páros szerveknél különbség jelentkezik a működésben a jobb- és baloldalon.

Ez a helyzet a pajzsmirigynél, tüdőnél, veséknél, petefészkeknél, és a heréknél is. A genetikailag megnagyobbodott máj miatt a jobb vese le van ereszkedve, a bal pedig az anatómiai helyén van. Az atlas elfordulása miatt, a bal nervus vagus meg van nyomva, így a bal vese kevesebb impulzust kap és rosszabbul működik, mint a jobb. Ezért keletkezik gyakrabban vesekő a bal vesében.

Ha kisebb a működési különbség a páros szerveknél, kevesebb a probléma is, de az emberek esetében néha túl nagy különbségek jelentkeznek. Az esetek több mint 80%-ban a fájdalom először a jobb térdben kezdődik, és ilyenkor isiász jelentkezik a bal lábban.

40 éves kor után a legtöbb ember észreveszi a különbséget a teste bal- és jobboldala között. Több a probléma a jobboldallal, ez az atlas jobbra elmozdulása és a test jobboldalának nagyobb megterhelése miatt van.

A jobbkezesek világában élünk. Ez jelen van még az állatoknál és a madaraknál is, de az embereknél a legszembetűnőbb. Az emberek 90%-a jobbkezes. Senki sem tudja, hogy miért van ez így. Megértettem, hogy ez

még magzati korban keletkezik az atlas elmozdulásának következményeként.

Az atlas ráfordulása és elfordulása miatt a jobb váll lejjebb van, és előre van elmozdulva, ezért a jobb kéz minimálisan közelebb van ahhoz, amit megfogunk. A gyerekek kiskoruktól kezdve jobb kézzel markolják meg a tárgyakat, ezért lesznek jobbkezesek. Az agy határozza meg minden alkalommal, hogy melyik kézzel fog reagálni, és amellet dönt, amelyik közelebb van a tárgyhoz. Ez több száz alkalommal megismétlődik, és végül szokássá válik. A fiúk gyermekkorban nyugtalanabbak, és az atlas náluk kicsit másképp mozdul ki, mint a lányoknál, ezért van köztük több balkezes.

Nagy a különbség abban is, hogy ki mennyire tuja megérinteni a kezével a hátát. A többség a bal kezét jobban fel bírja húzni a hátára, mint a jobbat. Az évek múlásával a különbség mindig nagyobb lesz. Idővel mindkét kezünket kevésbé tudjuk felemelni, mert az atlas kimozdulása következtében a test mindig jobban ferdül.

Ha oldalról nézzük, nincs különbség a test alakjában a kislányok és kisfiúk között, de a pubertásban ez változik, amikor a lányoknak kifejlődik a mellük. A különbség a test alakjában nem is annyira a mellek kidudorodása miatt keletkezik, mint inkább a mell súlya miatt, mert ez megváltoztatja a nők testének statikáját és alakját.

Az emberi test olyan, mint a függőlegesen álló emelőrúd, amely az alsó részével a bolygóhoz van rögzítve. Az átlagos női mellnek kb. 1 kg a súlya, ez megváltoztatja a női test statikáját, és kibillentí a testet az egyensúlyból. Van olyan lány is, aki a nagyobb szexuális vonzalma érdekében a vállát hátra húzza, de ez leggyakrabban spontán cselekedet, hogy a test a mellek súlya miatt ne húzza előre. Eközben a fej a saját helyén marad, de a mellkas hátra húzódik, a medence pedig előre, és ezért a nőknél a gerinc nyaki részénél nagyobb az előreferdülés.

Azoknak a nőknek, akiknek az atlaszuk túlságosan hátra van kimozdulva, erős spondilózisuk van a gerinc nyaki részén. Legtöbbször egy kidudorodásuk van, a vállak tájékán, de ez a púpocska inkább esztétikai probléma, mint sem egészségügyi. Miután az atlas helyreállítás megtörténik, a púpocska kezd csökkenni, és egy-két év után el is tűnik. Az atlas helyreállításakor változik a fej súlypontja, és attól kezdve a gravitáció visszaadja a test normális statikusságát, a gerinc helyes formát ölt, és eltűnik a lordózis, spondilózis és a púpocska is.

A pajzsmirigy megbetegedése ötször gyakoribb a nőknél, mint a férfiaknál. A pajzsmirigyhez vezető jelek a nyaki csigolyák mellett haladnak el, a nyaki lordózis pedig a nőknél nagyobb és jobban odanyomja a nyaki idegeket. Általában először a pajzsmirigy jobboldala betegszik meg, mert a nőknél zömében hasonlóan van kimozdulva az atlas. A lányok és asszonyok nyugodtabbak a fiúknál és férfiaknál, ezért az atlaszuk gyakran marad a születés utáni pozícióban. A mellek súlya miatt és az atlas kezdet-

leges kimozdulása miatt a nők gerincének nyaki részén nagyobb lordózis, skoliózis és elfordulás keletkezik, mint a férfiaknál.

A férfiaknál a púp általában a gerinc közepén jelentkezik, ahol a legvitálisabb szervek helyezkednek el. A gerinccsigolyák melletti idegek oda-nyomása miatt ezek a szervek nem működnek megfelelően. Ez az egyik oka annak, hogy a férfiak rövidebb ideig élnek, mint a nők.

A férfiak és nők atlaszának pozíciója között különbség van, ezért van különbség az egészségügyi állapotuk között is. Életük során a férfiak több ütést kapnak a fejre is, és a test többi részére is, ezért az atlaszuk jobban ki van mozdulva és betegebbek a nőknél.

Különbség van az atlasz pozíciója között és az atlas szélessége között is. A nők atlasa keskenyebb, mint a férfiaké, ez is egyik oka annak, hogy a nők egészségesebbek és tovább élnek. A keskenyebb atlas kevésbé nyomja az idegeket és a véredényeket, melyek az atlas mellett és az atlaszon keresztül haladnak.

Feltette-e vajon Ön a kérdést, hogy egyes emberek miért élnek rövidebb, illetve hosszabb ideig?

Alapvetően azok az emberek, akiknek az atlaszuk jobban ki van mozdulva, rövidebb ideig élnek.

Jobban kimozdult atlas – rövidebb élet.

Kevésbé kimozdult atlas – hosszab élet.

Ezeket a viszonyokat statisztikailag is be lehet bizonyítani.

Az atlas kimozdulása miatt, úgy tűnik a egészség és a élettartam hossza szerencse kérdése. A legjobb bizonyíték erre azoknak az embereknek a példája, akik több mint 90 éves korukig élnek. Ezeknek az embereknek az életük túlnyomórészében az atlaszuk jobb pozícióban van, ezért élnek tovább. Az atlas helyreállításra nekik is szükségük van, hogy még egészségesebben és tovább éljenek.

Azoknak a gyerekeknek, akiknek az atlasuk a pubertás korig helyre van állítva, vissza fogja állítani a test szimmetriáját, és nem lesz különbség a test jobb- és baloldala között, de ami még fontosabb egészségesebben és tovább fognak élni.

Az elmúlt több ezer évben különböző atlas helyreállítási módszerek jöttek létre, az elmúlt száz évben, pedig még jobban fejlődtek és bővültek, most pedig versengenek egymással. Ez így nagyon jól van, mert ki lehet választani a legjobb módszert.

Ha már minden ember atlasa helyre lesz állítva, el fognak tűnni a testi különbségek az emberek között, és betegek és egészségesek aránya között.

A jövőben a múltat két korszakra fogják osztani: az emberiség beteg korszakára és az emberiség egészséges korszakára. Ez a korszakok közötti különbség már várva várt.

A különbség a kiegyensúlyozatlanság állapotát teremti meg.

KIEGYENSÚLYOZATLANSÁG

A kiegyensúlyozatlanság jelen van az egész univerzumban, de egyidejűleg jelen van az egyensúlyra való törekvés is. Ha nem létezne kiegyensúlyozatlanság, minden megállna, mert a kiegyensúlyozatlanság hajtóerő. A kiegyensúlyozatlanság szinte mindenhol hasznos, kivéve az emberi testet.

A megnagyobbodott máj az oka a test jobb- és baloldali kiegyensúlyozatlanságának. A következménye pedig az, hogy az atlaszunk már az anyaméhben rossz helyen formálódik. Emiatt vagyunk betegek, és ezért nem vagyunk egyensúlyban szinte egész életünkben.

Az emberi fajnál az egyensúlyra való törekvés állandóan jelen van, a test egyenes tartása miatt. Az izmaink állandóan dolgoznak, nehogy ele ssünk állás és járás közben, így teszik nekünk lehetővé az egyensúly állapotát.

Ha egy hosszúka tárgy ki van egyenesítve, akkor egy támaszpontja van, és bármelyik oldalra leeshet. Az a tárgy, amelynek két támaszpontja van, két oldalra eshet. Csak három támaszpont esetén áll be az tartós egyensúly állapota.

A Homo erectus korszakalkotó vívmánya, hogy két támaszponton támaszkodva állva maradt. A mozgás az élethez tartozik, ezért a Homo erectus érdeme még nagyobb, hogy járás közben az egyensúly állapotában tudott maradni egy lábon.

Könnyebb állni, mint menni, mert állás közben két lábra támaszkodunk, járás közben pedig csak egyre. Mozgás közben általában csak egy támaszpontra támaszkodunk, ez pedig közel jár a lehetetlenhez. A több millió létező faj közül, csak az emberi faj élvezi a két lábra állás előnyeit.

Az egyensúlyközpont az agytörzsben van, amely az agy alsó részében helyezkedik el. Ahhoz, hogy a test egyensúlyban maradhasson, az egyensúlyközpont információkat kap az egész szervezettől, és gyorsan reagál rájuk. Három alapvető információ létezik, amely állandóan érkezik az egyensúlyközpontba. A középsőfülben jobb- és baloldalt páros szerv helyezkedik el, melynek a szerepe, hogy érezze a gravitációs erő hatását. Látószervünk a látás mellett az egyensúlyközpontban is szerepet játszik, információkat küld a térbeli orientációról. A harmadik információ a talpból érkezik, a lábunk alatti talajról küld adatokat.

A középfülben lévő páros szervet a távoli őseinkből örököltük, azoktól, akik négy lábon jártak. A két láb elől és a kettő hátul nagyobb stabilitást adott az előre-hátramozgásban, mint az oldalra mozgás esetében, ezért álló helyzetben könnyebben meg tudták tartani az egyensúlyt, mint oldalra mozgásnál. Ez a két szenzor nekünk is lehetőséget nyújt, hogy könnyebben megtartsuk az egyensúlyt oldalra, mint előre-hátra, ezért nyúlt ki a talpunk. Az emberi fajnak könnyebb lenne a két lábra állás miatt, ha még két egyensúly szenzorunk lenne. Egyik az orrunk hegyén, a másik a tarkón.

A fejünk a testsúlyunk 10%-át hordozza. A test tetején lévő pozíció és testre ható erő miatt a helyzet a következő: a fejünk a testünk súlyának negyedét teszi ki. A különbség miatt az egyensúlyközpont az információk többségét a fejből kapja.

Ha az atlas a pontos helyén lenne, nem lennének problémáink az egyensúllyal, még annak ellenére sem, hogy a fejünk sokkal nagyobb súlyt gyakorol, mint a valódi súlya.

Az egyensúly szenzorok a középsőfülben helyezkednek el, a fejtetőn. Az egyensúly szenzorok és a látóközpont is a kisagy közelében helyezkednek el, aminek az alapfeladata, hogy az izmoknak kiadja a parancsot. Ez a közelség a hirtelen fellépő stabilitásvesztés miatt szükséges, amikor a testbe az információk gyorsan kell, hogy érkezzenek, hogy az egész egyensúlyrendszer gyorsan tudjon reagálni.

Az egészségügy gyorsan fejlődik, de továbbra sem tudja megtalálni a szédülés és instabilitás okát, így ezt a két jelenséget egybeveszi. Nem könnyű összekötni a szédülést és instabilitást, mert az egyensúlyszensorok, látóközpont, talpából érkező információk és az agyban áramló vérkeringés között összefüggés van.

A szédülés a csökkent vérellátás miatt keletkezik az agy valamelyik részében, az instabilitás viszont az egyik talpból hiányosan érkező impulzusok miatt van. Az atlas kimozdulása miatt csökken az alsó agytörzs vérellátása, és egyidejűleg hiányosak az impulzusok az egyik talpból. Az egészségügyi szakemberek nyilván ezért nem tudják megérteni e két jelenség összefüggését.

A Homo erectus nem az első, aki két lábra állt, és járni kezdett egy támponton egyensúlyozva, de az első, aki uralni tudta az egyenes testtartást.

Sok dinoszaurusz fajta 10 millió évvel a Homo erectus előtt két lábra állt, és járni kezdett, de nem volt egyenes a testtartásuk. A madarak is a dinoszauruszok egyik leszármazottjai, akik 65 millió évvel ezelőtt túléltek az aszteroidaesőt. A madaraknak nem nehéz két lábon állni, mert a testük könnyű, és a prioritásuk nem a járás, hanem a repülés. A legtöbb madár képes két lábon állni, egy támponton egyensúlyozva, és nem esik oldalra. Hosszú karmaik különböző irányokba néznek, és emiatt nagy a támaszpontjuk felülete.

Időnként megtörténik, hogy egyenes testtartásban nem érezzük az instabilitást, de fekvés közben kellemetlenül érezzük magunkat, mert sokan közülünk félig ülő testtartásban alszanak. Ez a kellemetlen érzés nyitott és csukott szemmel is jelen van. Erre az állapotra nincs hatással a talpból és a látóközpontból érkező impulzusok hiánya, hanem a vérellátás hiánya az agyban.

A véredényeket nyomja a kimozdult atlas, mely időnként a párnára fekvéskor még jobban eltolódik, és még kevesebb vér jut az agyba. Szédülni kezdünk akkor is, amikor fejünket hátrahajtjuk. A vér az agyon keresztül 3 másodpercig áramlik, de az kimozdult atlas miatt nincs belőle

elegendő. Ezért jelentkezik a szédülés fekvésközben, vagy amikor a fejünket hátrahajtjuk. Az elégtelen vérellátás miatt elkezdődik az ájulás, ami félelemmel és pánikkal jár.

Amikor az agy alsó részében nincs elegendő vér, csökken a funkcionális, és nem küldi a jeleket minden izomnak, ezért keletkezik még fekvés során is kiegyensúlyozatlanság, ami nagyon kellemetlen.

Bizonytalanság esetében kivizsgálják a fejet, az agyat, a fület, de maga az ok nem itt keresendő, hanem a koponya alatt, illetve a gerinc alján. Ha a talpból vagy a gerinc alsó részében lévő csigolyákból érkező impulzus le van blokkolva, vagy az atlas ki van mozdulva. Amikor az egyik talpból érkezik jel, a másiktól viszont nem, ekkor lép fel az instabilitás, vagyis a kiegyensúlyozatlanság állapota.

A legtöbb embernél a szédülés megszűnik azonnal az atlas helyreállítás után, mert az odanyomott véredények felszabadulnak. Az instabilitás szintén eltűnik a helyreállítás után, azokban az, amikor a talpból érkező impulzusok az atlaszal voltak blokkolva, de ha az ideg van odanyomva a gerinc alsó részében, akkor a lumbális részben lévő csigolyák jobb állapotba kerülnek és utána javul a helyzet.

Az atlas helyreállítása után enyhe instabilitás jelentkezhet, ami múlandó jellegű, és a test statikájának javulása miatt jelentkezik.

Ahhoz, hogy egy hosszúka tárgy egyenes pozíciót vehessen fel, a test súlypontjának a hossz tengelyen kell lennie, mely a bolygó irányába néz. A tárgy alján van a támpont, a tetején pedig a pont, amelynek pontosan a támpont felett kell hogy lennie, így lehet a tárgy kiegyenesedve. Egyenes tartásban nekünk is van támpontunk, mely a talpaink között van, és a fejtetőn van a felső pontunk. Sajnos a kimozdult atlas miatt a mi fejtetőnkön lévő pontunk nem a támpont felett helyezkedik el.

Attól a pillanattól kezdve, hogy elkezdünk járni és egész életünk során megpróbáljuk a felső pontot a támpont felett tartani, de az atlas kimozdulása miatt ez nem sikerül. Az egyensúly megtartásáért folytatott állandó kísérletek ferdítik a testünket és gerincünket, ennek következményei pedig az izom- és ízületi fájdalmak.

A testünk nem egy szilárd tárgy, de ugyanazok a természeti törvények vonatkoznak rá. A test rugalmassága miatt állhatunk egyenesen, de a testünk ferdül, hogy ne essünk el. A test súlypontja a hasunk közepén van, ezért tudunk egyenes tartásban maradni, mert a súlypontunk állandóan korrigálódik. Sajnos a legtöbb embernél az atlas hosszú időn keresztül ki van mozdulva egy olyan helyzetbe, ami miatt a súlypont jobbra tolódik a hossz tengelyhez viszonyítva, és ez az oka a hasonló gerinc- és testferdülésnek.

A XX. század során a tudomány rohamosan fejlődött és a század végén létrehoztak egy olyan robotot, ami két lábon tud járni. Hogy ne essen el, a robot úgy lett megalkotva, hogy utánozza az emberi járást. A tudománynak száz év kellett, hogy létrehozza azt, ami a Homo erectusnak 1,5 millió évvel ezelőtt sikerült.

A robotnak nincs atlasza, a benne lévő rudak szilárd anyagból készültek és nem ferdülnek el. A Homo erectusnak az atlasa a helyén volt, és nem ferdült el a teste, ezért nem volt belsőleg sem oka a betegségre.

A legtöbb harcművészetnél a versenyző megpróbálja fejütéssel kibillenteni az ellenfelét az egyensúlyából. Az agresszív harcművészetekkel ellentétben az aikido azon a bölcsességen alapszik, hogy az a győztes, aki talpon marad, és nem az, aki erősebb. Az aikido versenyzők a gravitációt használják, úgy, hogy a saját testüket egyensúlyban tartják, és egyidejűleg megpróbálják az ellenfelüket kibillenteni az egyensúlyából. Az aikidoban úgy tartják, hogy a test egyensúlypontja nem a hasban van, hanem az atlas tájékán. A versenyző a testét úgy tartja egyensúlyban, hogy a fejét a talpai között lévő egyensúlypont irányába tartja.

A fej súlypontja ki van mozdulva az atlas kimozdulása miatt, és ez elmozdítja a test súlypontját is arra az oldalra, ahol a fej súlypontja van, így állás közben a kiegyensúlyozatlanság állapotában vagyunk.

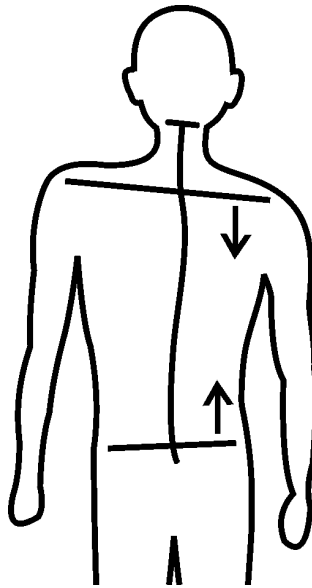
Az elmozdult első csigolya miatt minden embernek többé-kevésbé elferdül a teste, és majdnem semmi sincs a pontos anatómiai helyén. Az embereknél csak az első mellkasi csigolya van a pontos helyzetében, ehhez viszonyítva néhány centiméterrel feljebb van kimozdulva az atlas, ami idővel majdnem az összes hiányosságot okozza.

Az emberi faj sokkal egyenesebb és egészségesebb lenne, ha az atlasa nem lenne kimozdulva a helyéről.

A múltban a májunkt megnagyobbodott és kibillentette a testünket egyensúlyból. Felnőtt embernél a testének két oldala között lévő különbség nem nagy, és ez a kisebb probléma, mint magzati korban a test csavarodása, és az első csigolya kimozdulása.

Balra ráfordult fejjel születünk, és ahhoz, hogy amikor járni kezdünk, az egyensúlyszenzorjaink horizontális állapotba kerüljenek, elkezdődik a fej visszafordulása egyenes tartásba, a bolygó irányába. A legtöbb gyermek, amikor elkezd járni, visszafordítja a fejét jobboldalra, hogy az egyensúlyközpont lehetővé tegye az egyenes testtartást.

Ha egy rúd egyik oldalát egy másik rúd párhuzamos oldalához kell, hogy húzzuk, akkor léteznie kell egy erőnek, amely lehetővé teszi az egymás közötti vonzást. Ahhoz, hogy a fejet visszahúzzuk jobbra, a koponya alsó részén lévő izmoktól a medencéig terjedő izmok állandó jelleggel húzódnak, ezért van a medence jobboldala feljebb, a váll pedig lejjebb ereszkedve.



Az egyenes tartást a jobb váll és a medence jobb oldalának egymáshoz való közeledése teszi lehetővé. Ennek a jó következménye az, hogy egyenes marad a testtartásunk, a rossz következménye pedig, hogy a test ferdülni kezd, és létrejönnek a betegségek.

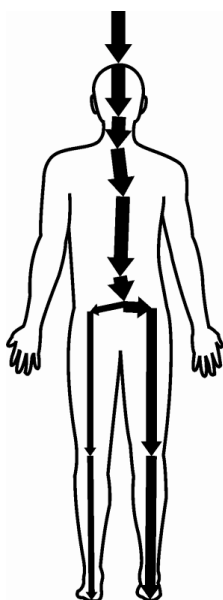
Az emberi szervezet nem gép, csontokból tevődik össze, amik úgy működnek, mint az emelőrudak egy mechanizmusban, és a mi szervezetünkben is életbe lép Arkhimédész törvénye az emelőrudak erejéről.

A súlyt mérő mechanizmus az emelőrúd, amely az egyensúly állapotában van. Ahhoz, hogy a mérés pontos legyen, a mérés előtt a támpont a saját helyén kell, hogy legyen, és az emelőrúdnak is egyensúlyban kell lennie. A tárgy súlyát a testsúly és a test összehasonlításával mérjük. A kereskedők, akik mérés közben csálnak, csak a milliméter résecskéjére mozdítják el a támpontot, és így károsítják meg a vevőket. Amikor az atlas egy, vagy több milliméternyire van kimozdulva, a szervezet károsodik, a gyógyítási kísérletek pedig kiürítik a pénztárcánkat.

Az atlas 1 mm-nyi kimozdulása kibillenti a test középrészét 2 cm-rel. Ily módon a fejtetőn és a talpak között lévő pont egymás fölött maradnak, de idős korban ez már nem lehetséges, és a test mindig jobban ferdül, és az emberek mindig betegebbek és betegebbek lesznek.

Az kimozdult atlas miatt nehéz az univerzumot a fejünkön hordozni. A helyreállítás után az ember könnyebben áll ellent a legnagyobb erőnek, és a teste egyensúlyban marad.

A következő rajzon vannak bemutatva a testen keresztül haladó terhelési erők, melyek jelen vannak a legtöbb embernél.



Az atlas kimozdulásának különböző kombinációi másként ferdítik a gerincet és a testet, de a legtöbb embernél az atlas megtartja az kimozdult pozícióját, amely még az anyaméhben keletkezik.

A hasonlóan kimozdult atlas miatt a legtöbb embernél hasonló ráfordulások és elfordulások keletkeznek. A fej előre van pozicionálva és átlósan jobb oldalra, ez kifejezőbb a férfiaknál, mint a nőknél.

Az emberi test alakja szerint az egyetlen "felhőkarcoló" az összes többi földhöz ragadt állat között. Csak néhány olyan állatfajta létezik, akik próbálkoznak a két lábra állással. A kenguruk azért egyenesednek ki, hogy a kicsinyeik ne essenek ki a tarisznájukból, a nyulak és a mongúzfélék azért, hogy időbe észre tudják venni a veszélyt. A kenguruk és a mongúzok a farkukat használják harmadik támpontként. A nyulak farka rövid, ezért az alsó lábszárukon támaszkodnak, hogy fel tudjanak egyenesedni. A két lábra állás miatt, ezeknek az állatoknak az atlasa különbözik a többi emlős atlasától.

A mi fajtánknál az atlas teljesen más, mint a többi emlősnél, de nekünk nem az atlas nagysága és alakja okoz problémát, hanem a kimozdulása.

Az atlasunk ugyanúgy ki van mozdulva, mint ötven évvel ezelőtt, de most betegebbek vagyunk. Az elmúlt ötven évben az emberiség átlagmagassága 10 cm-rel növekedett. A magasság miatt a testünk könnyebben ferde és betegszik meg. Minden adott centiméter még jobban hozzájárul a test egyensúlyának könnyebb kibillentéséhez, és újabb egészségügyi problémákat okoz.

Hogy történhetett ez meg, csak két generáció ideje alatt? A mezőgazdasági ágazat nyereséget termel azáltal, hogy a növényeket növekedési hormonokkal kezeli. Közvetett módon mi is magasabbak leszünk, azért, mert ilyen növényeket, tejtermékeket és az állatok húsát fogyasztjuk, melyekben túl sok növekedési hormon van.

CSONTVÁZ

Az első csigolya kimozdulása miatt szinte a csontvázunk minden csontja elmozdul a valódi pozíciójáról.

Az emberi test több egységből tevődik össze, de amint analizáljuk őket a statika szerint, úgy tűnik, hogy két egységből áll össze: fejből és törzsből. A fej a test kisebb része, de mozgatja a testet. A gondolat a test tudatos mozgatója, de jelen van a hajlás, amelynek nem vagyunk tudatában. Az atlas hátra mozdulása miatt a fej a testet előre húzza, mert a test tetején helyezkedik el.

A csontok pontos helyükről való kis elmozdulásai már magzati korban megtörténnek, az élet során pedig az atlas kimozdulása mind nagyobb eltérésekhez vezet. Az atlas a fej és a törzs között helyezkedik el, ezért a léterőhöz hasonlítható, amely eldönti egymás közötti viszonyukat.

Több ezer tudós foglalkozott az emberi test tartásával, alakjával, arányaival és különböző pozícióival, míg meg nem értették, hogy a testben melyik helyről indulnak a szabálytalanságok. Néhány évig előadásokat tartottam az atlas helyreállításáról, és megnéztem 5000 felnőtt és gyermek atlasát. Ahogy észrevettem az összefüggést az kimozdult atlas és a csontváz elmozdult pozíciói között, új felfedezésekhez jutottam, ezek egyike a vállak elfordulása.

A többségnél a jobb váll hátra van mozdulva, a bal előre. Könnyű volt megértenem, hogy a váll elfordulása azért keletkezik, mert az atlas el van fordulva. Viszont annál nehezebb volt megértenem a következő helyzetet: az emberek egy harmadánál, akiknél álló helyzetben a jobb váll előrefordul, ülés közben hátra mozdul. Hogyan lehetséges az, hogy ugyanannál az embernél különbség van a vállak elfordulásában álló- és ülőhelyzetben?

Mivel a padlózat és a szék ülése horizontálisak megállapította, hogy ez a különbség az elmozdult medence miatt van.

Az atlas a helyreállítás közben visszatér horizontális állapotába, és ezért a néhány hónap múlva a medencecsont is visszatér horizontális állapotába. Ez a folyamat teszi lehetővé, hogy a gerinc visszakapja kiegyensúlyozott tartását, és csökkenjenek a skoliózisok. Mégis, a váll elfordulása és ráfordulása csak több év után tűnik el. A vállak hosszantartó helyreállításának az oka, hogy a vállcsontok már előzőleg rosszul formálódtak a test helytelen testtartásához idomulva, és a csontok regenerálódnak leg-

lassabban. Ezért néhány év szükséges, hogy a vállak visszatérjenek a helyes pozícióba.

A legtöbb ember nem veszi észre sem magánál, sem másoknál a váll el és ráfordulását, mert ez nem esztétikai probléma. De a váll elmozdulás nem is egészségügyi probléma, mert a gerincnek ezen a részén mindenkinek jól áll az utolsó nyaki csigolyája és az első és második mellkasi csigolyája is, ezért nincsenek megnyomva a gerinc mellett elhaladó idegek sem.

A korszerű építészet lemásolja a természeti folyamatokat, így leelőször az oszlopok és keresztgerendák készülnek el, majd amikor azok elég stabilak, akkor kezdik el a külső falakat és a belső válaszfalakat építeni. Az izmok olyanok, mint a falak, a szervek pedig, mint a válaszfalak, de az izmoknak nem a hordozás a szerepe, ez a csontok és csontváz dolga. Tévhit az, hogy az izmok tartják a csontvázat, ezért sokan sporttal és gyakorlatokkal próbálják erősíteni izmaikat. Ezzel egy kicsit jobb testtartás érhető el, de amint abbamarad a sportolás, a test gyorsan elferdül.

A belső szervek a csontvázhoz vannak rögzítve, az izmok pedig a csontokhoz. Az kimozdult atlas miatt a csontok és a csontváz nincsenek a helyükön, ezért a szervek és az izmok sem a helyükön vannak. Amikor az atlant helyreállítják, a csontváz konfigurációja is jobb lesz, a szervek visszatérnek anatómiai helyükre és lassan megjavul a működésük. Felszabadulnak az idegpályák az atlas és a többi csigolya mellett, ezért javul a belső szervek működése is.

Az idősebb generációk dominót játszottak, a fiatal generáció tagjai video játékokat játszanak, ezért nem tudják, mit jelent a "dominó effektus", mivel a virtuális világban nincs jelen a gravitáció hatása. Amikor a dominók függőlegesen fel vannak állítva, és meglökjük az első, egymás után eldőlt az összes többi is. Testünkben a koponya olyan, mint az első dominó, mely a kimozdult atlas miatt előre hajol, és utána az egész csontváz lassan "esik, vagyis eldőlt".

Időskorban a test "zsugorodása" miatt nyomódnak az idegi impulzusok, és a belső szerveink lassan mennek tönkre, ez okozza a idő előtti elhalálózást. A halál után az elhunytat a hátára fektetik, horizontálisan helyezik el, és így marad több száz évig, míg a csontok szét nem esnek. Jobb lenne, ha az emberek életük során a hátukon fekvé aludnának, mert így sokkal tovább és egészségesebben élnének. Alvás közben a csontok regenerálódnak, a hátán alvás jobb regenerációt biztosít. Sajnos hátán fekvé csak nagyon kevesen bírnak aludni.

A csontváz a halál szimbóluma. Nem fogunk erről beszélni, mert ez a könyv az élet újjászületéséről szól.

Egy évvel az atlas helyreállítása után az emberek magassága átlagosan 1 cm-rel növekszik, ez még a 80 évnél idősebbeknél is így van. Természetesen ezek az emberek már 20 éves koruk óta nem nőnek, tehát nem nőttek meg most sem, csak a testük nyúlik, mert az első csigolyájuk a helyére került.

A csontváz sajátmagát és a lágyrészt is hordozza, de ez az alapvető funkciója mellett van még egy fontos szerepe. A csontvelőben termelődnek a vörösvérsejtek. Huszadik életévünkig vér képződik minden csontunkban, de a későbbiekben csak a törzs és a gerinc csontjaiban.

GERINC

A gerinc a fő idegpálya megvédése miatt keletkezett, de amint megjelentek a nagyobb szervezetek, a gerinc lett az egész szervezet összekötője.

Az állatoknál a gerinc egy hídhoz hasonlítható, amely összeköti az első és hátsó végtagokat, amelyek a szervezet felfüggesztett részei. A gerinc nálunk is ilyen szerepet tölt be, de a két lábra állás miatt plusz feladata is van, minden csigolya hordozza azt a testrészt, amely felette van.

Általában úgy értjük, hogy a gerinc a koponyától a medencéig terjed, de precízebb azt mondani, hogy a koponya, a gerinc és a gerinc farkcsonti része képeznek egy egészet.

Ebben a sorozatban a koponya olyan, mint a mozdony, a többi rész pedig, mint a kisebb-nagyobb kocsik különböző funkciókkal. Amikor a mozdony kicsúszik a sínekről, húzza magával a kocsikat is, és az emberi fajnál a mozdony van kimozdulva. A farkcsonti rész, az utolsó ebben a sorban, és nem szentelünk megfelelő figyelmet az alakjának, de ha az szabálytalan, aranyér jön létre.

Sajnos a mi fajunknak szinte minden tagja a fején kívül esik a test hossz tengelyén, ezért aszimmetrikus az egész test. A fej egyik irányban van, a nyak a másikban. Az atlas összeköti a fejet a testtel és úgy van beállítva, hogy helyzetével kielégítse a fej és a nyak irányait is.

Az élet során az atlas megpróbálja egyensúlyba hozni a fejet a testtel, de nem jár sikerrel, mert maga is ki van mozdulva a helyéről.

Az emberi fajnál a növekedés 20 éves korig tart, és a növekedés alvás közben történik, míg a test horizontálisan van. Valójában növekedés közben létezik benövés is. Erről még biztosan nem hallottak, de pubertás korban, azoknál a gyerekeknél, akiknek az atlasuk nagyon ki van mozdulva, ez történik. A gyermekek éjszaka növekednek, nappal pedig "benőnek" a gravitáció miatt. Közvetlen a pubertás után kezdődik a benövés, idős korban felgyorsul, mert az atlas mindig jobban kimozdítja önmagát.

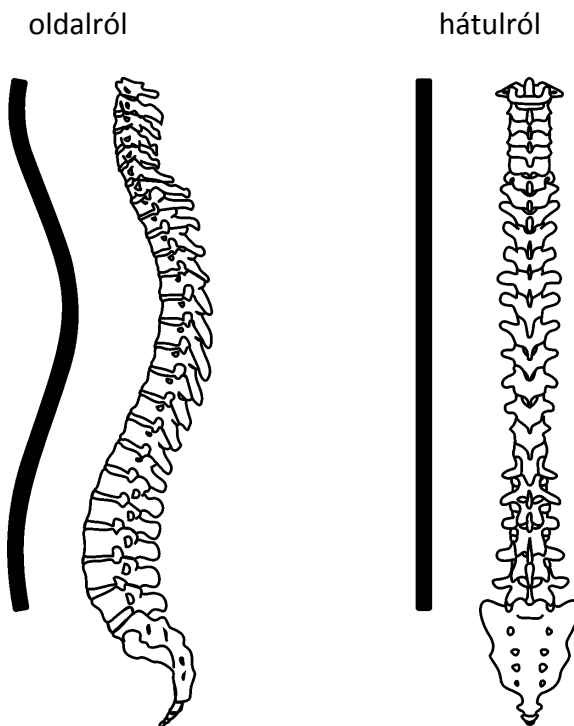
Az agy alsó részei adják ki a parancsot a szervezet normális működésére. Ahhoz, hogy az agy reagálni tudjon a szervezetben lévő helyzetre, szükséges, hogy a jelek akadálymentesen visszatérjenek. A kimozdult atlas miatt az agyban nincs elegendő vér, és nem tud teljes mértékben működni, ezért kevés impulzus indul el a szervezetben. A kimozdult atlas még jobban gyengíti a jeleket már a gerincvelő kezdetén, útközben pedig még csökkennek a gerinc szabálytalan alakja miatt.

A nyílások, melyeken keresztül terjednek a gerincvelő idegei, a csigolyák között vannak. A gerinc szabálytalan alakja csökkenti a nyílásokat, emiatt a csigolyák tartósan nyomják, odacsípják az idegszálakat. A szervezet küldi az impulzusokat az agynak, de a jelek ugyanazon az úton terjednek, és mivel az idegszálak több helyen is oda vannak csípvve, ezért az agy nem kapja meg az összes információt, és nem tud reagálni a szervezet szükségleteire.

A csigolyák között porckorongok vannak, amelyek szerepe a csigolyák összekapcsolása. Az egyenes tartás miatt a porckorongoknak pluszszerepe is van, csökkenti a nyomást a mellette lévő csigolyákon. Napközben a porckorongok egy kicsit veszítenek a kenőanyagukból, éjszaka pedig feltöltődnek. A porckorongok elvékonyodásával elvékonyodnak, kisebbek lesznek a nyílásbejáratok is, amelyekben terjednek az idegek, ez az egyik oka annak, hogy reggel egészségesebbek vagyunk, mint este. A fiatalság az életünk reggele, az időskor az estéje. Időskorban gyengül a porckorongok feltöltésének és kiürülésének folyamata is, vékonyodnak a porckorongok, gyengül az impulzusok áramlása, a szerveink pedig gyorsabban betegednek meg.

A gerinc szabályos alakja csak rajzokon található meg az anatómiai atlaszokban.

A GERINC SZABÁLYOS ALAKJA



Miért nem létezik olyan ember, akiknek van minden lehetséges betegsége? Azért, mert a gerincének legalább egy része szabályos, és ott a jelek akadálymentesen áramlanak. Pontos a japán közmondás, miszerint "ferde nyak a rövid élet jele", hozzáadnám még azt is, hogy a gerincferdülés a betegségek és a rövid élet okozója. Az emlősnél, ugyanannak a fajnak a tagjainál a gerinc hasonló alakú, csak az embernél léteznek különböző alakok. Ennek az oka a koponya kimozdulása és az egyenes tartás.

Mindenkinek ki van mozdulva az atlasa, ezért szinte lehetetlen olyan embert találni, akinek teljesen szabályos a gerince. Általában a gerinc nagyobb része szabályos, de idős korba a gerinc mindig jobban ferdül, ezért jelentkeznek az újabb betegségek.

A gerinc a koponyától a medencéig 24 csigolyából áll, de ezt át kell formálni, mert az atlas nem a gerinc része. Az atlas erősen a koponyához kötődik, a formálódásától egészen az életünk végéig. Sajnos, ez a kapcsolat nem elég erős ahhoz, hogy ütések alkalmával meggátolja a csúszást, mert az atlas már ki van mozdulva. A porcok az atlason és a koponyán símák, ezért nem tud az atlas csúszni. Fej, illetve a test ütésekor az atlas még jobban kimozdul, és ez így marad a következő kimozdulásig, a gerinc pedig időközben szabálytalan formát vesz fel.

Ahány ember van a világon, annyi féle alakú gerinc van, mert a felnövés közben és az élet során az atlas többször is kimozdul és más pozícióba kerül. A gerinc megtartja az előző deformításokat, és minden alkalommal, amikor az atlas újra kimozdul, újabb szabálytalanságok kerülnek a már meglévőkhöz. A gerinc alakjáról nehéz megállapítani, hogy melyik életszakaszban történtek a különböző kimozdulások.

Sajnos, amikor fiatal korban az atlas túlságosan ki van mozdulva, már akkor jelentkeznek a nagyobb gerincferdülések és a többféle egészségügyi probléma, ezért indokolt a szülők aggodalma, a gyermekeik gerincének alakja miatt.

Ha hátulról nézzük, a gerincnek teljesen egyenesnek kell lennie, de szinte nincs is olyan ember, akinek egyenes a gerince. A gerinc jobb- vagy baloldalra való ferdülését skoliózisnak nevezzük. Az atlas kimozdulásának felfedezéséig nem is lehetett tudni mitől keletkezik a skoliózis. Az ok az atlas ráfordulása, illetve oldalra kimozdulása, vagy mindkettő.

Ha az atlas jobboldalra van elfordulva, a legtöbb embernél két skoliózis keletkezik a gerinc mellkasi részén jobboldalt, az alsó részben pedig baloldalt.

Az emberek kisebb részénél az atlas baloldalra van kimozdulva. Ez a ráfordulás akkor jön létre, amikor a fej baloldali ütés éri, vagy a testet éri jobboldali ütés. Ilyenkor a bal váll alacsonyabban van, a medence pedig balra van kimozdulva. Ezekben az esetekben más irányú skoliózis keletkezik, illetve más megbetegedések, mert más szervek nem kapják meg az összes jelet az agyból.

LEGGYAKORIBB SKOLIÓZIS



A férfiak első csigolyája gyakrabban van kimozdulva oldalra, mint a nőké. A fiúk már gyerekkoruktól kezdve nyugtalanabbak a lányoktól, ezért oldalsó fejűtés esetén az atlas ellenkező irányban mozdul el. Ilyenkor a nyak az atlas elmozdulásától ellenekező irányba mozdul ki, és a gerinc középső részén keletkezik skolózis, és abba az irányba mozdul el, amerre az atlas is kimozdult.

SKOLIÓZIS A GERINC KÖZEPÉN



A skoliosis egészségügyi probléma, de sokkal nagyobb probléma a gerinc alakja, ha oldalról nézzük, ezért a fejezet végéig ezekkel a ferdülésekkel fogok foglalkozni.

A szabályos gerinc nyaki és alsó részében vannak előre görbületek, a mellkasi részben pedig hátragörbületek.

A normális előre görbületeket szabályos lordózisnak, a normális hátra görbületeket pedig kifózisnak nevezzük.



Sajnos, nagyon kevés embernek szabályos mind a három görbülete, azért mert az atlas vagy előre, vagy hátra van kimozdulva. Legtöbbször a gerinc valamelyik része szabálytalan, de időskorban mind a három görbület szabálytalan lesz.

A magzat fejlődése során, a gerincnek egészen a hatodik hónapig S betű alakja van. Amikor a babák elkezdnek mászni, legelőször a lordózis keletkezik a nyaki részben, amikor pedig elkezdnek járni, akkor létre jön a lumbális részben is. Már ebben a korban az atlas pozíciója kihat a gerinc formálódására.

Gyermekekben a csigolyák és a közöttük lévő porckorongok még nem elég szilárdak, az egyéni alakok formálódására pedig a gerincnek már meglévő alakjai hatnak ki. Amikor az atlas a meglévő helyről ellenkező irányba mozdul ki, akkor a csigolyák és porckorongok a gerinc másmilyen alakjához idomulnak. Ez az egész testben jelenlévő gravitáció miatt történik.

A kifoskoliózis és a lordoskoliózis korai gyermekkorban keletkezik, az atlas többszörös ellentétes kimozdulása következtében. Ezek a nagyon nagy görbületek csak kevés embernél jelentkeznek, mert gyerekkorban ritkán fordulnak elő az atlas ilyen nagy kimozdulásai.

A ortopédek speciális súlyok segítségével megkísérlik a gyermekeknek pubertás korban kiegyenesíteni a gerincüket, de nem járnak sikerrel, mert a ferdülés folyamatát csak lelassítani tudják, vagy egy kicsit kiegyenesíteni. Ilyen módon nem lehet tartósan megoldani a problémát, ezért a sebészek fém rudakat építenek be a gerinc mellé, melyekkel rögzítik a gerincet.

Az atlas helyreállítás felfedezése sokkal humánusabb, tartós megoldást kínál. A legjobb, ha már a babáknak helyreállítják az atlasukat, így módon elkerülhetők az ilyen helyzetek a későbbiekben. Ha már nagy a

deformitás, a gyermekek esetében a legjobb helyreállítani az atlást, és nyújtással tartósan megjavítani a gerinc alakját.

Ha valakinek testi fájdalmai, vagy egészségügyi problémái vannak, akkor általában azt szokták mondani, hogy az a gerinctől ered. Ez pontos meghatározás, de senki sem érti, hogy miért van a gerincnek szabálytalan alakja. Mindig a legjobb megtalálni, honnan ered az egészségügyi probléma, de az atlas kimozdulás felfedezéséig ez megoldatlan probléma volt.

A bokszolóknak az atlasuk gyakrabban mozdul ki, mint az átlagembernek. Atlas helyreállítást végeztem néhány egykori bokszolónál, akik akkor már több mint hetven évesek voltak. Az ő atlasuk jobb állapotban volt, mint a korban hozzájuk illő emberek többségénél, és egészségesebbek is voltak. Ezt furcsának találtam, de megértettem, hogy az volt a szerencsájük, hogy a fejütéseket előlről kapták. Ezek az ütések a koponya alsó részét mozdították hátra, ezért az atlas visszamozdult előre. Azoknál a bokszolóknál, akik erős fejütéseket kaptak oldalról, vagy hátulról, megbetegedtek és korán meg is haltak, mert az atlasuk még jobban ki volt mozdulva. A boksz egyesek számára végzetes lehet, de a legtöbbjüknek nemes küzdelem.

Az első csigolya még születés előtt hátra van mozdulva, de a második életévben egyes gyermekeknél előremozdul. Ezek a gyerekek kontrollátlanul esnek el, és sok előlről érkező fejütést kapnak. Van, akinek ilyenkor az atlasa előre mozdul ki, ezzel ellentétben a fej, valamint a fenék hátra mozdul ki. Ilyenkor a gerinc nagyon kiegyenesedik, a talpak pedig kinyúlnak és lúdtalpasak lesznek. Harmadik életévüktől a gyerekek esés közben a kezüket teszik előre, ilyenkor a fej előre rándul, és az atlas hátra csúszik.

Afrikában az anyák a babákat és kisgyermeküket a hátukon viszik. Ilyenkor a gyerekek a fejüket hátrafelé tartják, és az atlas előre mozdul ki, a gerinc túlságosan kiegyenesedik, a fej és a fenék hátramozdul. Ez az oka annak, hogy a négerek gyakran lúdtalpasak.

KIEGYENESÍTETT LORDÓZIS



Minden eltérés a gerinc szabályos alakjától helytelen, de ha választani lehetne, jobb lenne az egyenes gerinc. Köztudott, hogy az kiegyenesedett emberek egészségesebbek, de kevés azoknak a száma, akiknek az életük túlnyomó részében ilyen marad a gerince.

Az az igazság, hogy ezek az emberek egészségesebbek, de a túlzottan kiegyenesedett gerinc sem jó. A csigolyák ilyenkor sem fekszenek fel megfelelően és csökkentik a nyílásokat, amelyekben kiterjednek az idegek. Ezeknek az embereknek szintén van egészségügyi problémájuk, még hozzá azokkal a szervekkel, melyek nem kapnak elegendő jelet az agyból, viszont nem jelentkeznek náluk újabb betegségek, mert nem változik a gerincük alakja. Időskorban a porckorongok náluk is elvékonyodnak, a szervek kevesebb jelet kapnak, így a már meglévő betegségeik állapota rosszabbodik.

Amikor a gerinc túlságosan ki van egyenesedve, lordózis keletkezik a gerinc alsó részében, és problémák adódnak az alhasi részben fekvő szervekkel, és fájdalmak jelentkeznek a lábakban.

A gerinc legrosszabb ferdülései a kifoskoliózis és a lordoskoliózis, de léteznek olyan ferdülések is, amikor a kifózis olyan helyeken fordul elő, ahol lordózis kellene, hogy legyen, illetve amikor a kifózis helyett lordózis keletkezik.

HELYETCSERÉLT LORDÓZIS ÉS KIFÓZIS



A lordózis és a kifózis akkor cserélnek helyet, amikor korai gyermekkorban az atlas előre állt, és hirtelen mozdult el hátra. A helyreállítás után az atlas és az említett kimozdulás lassan újra szabályos alakú lesz.

Az első csigolya a gyermekek és felnőttek 90%-nál hátra van mozdulva, és ez okozza a nagyobb lordózisok és kifózisok kialakulását, melyek a nagyobb egészségügyi problémákat okozzák.

Sok oka van annak, hogy az atlas a legtöbb embernél hátra van kimozdulva. Már a magzat fejlődése során az atlas hátra mozdul ki. Ilyenkor a koponya alsó része és maga az atlas is ehhez a pozícióhoz igazodnak. Gyermek- és fiatakorban a fejünk előre van hajolva tanulás közben, amint munkába állunk, többé-kevésbé hasonló a helyzet. Életünk során nyúlunk a tárgyakért, amelyek a fejünktől lejjebb vannak, így le kell hajolnunk, amikor eszünk és alszunk a fejünk horizontális. A szemünk előtt van, ezért nem látjuk a tárgyakat, amelyek hátulról vágnak fejbe minket. Az említett szituációk miatt az atlasunk hátra mozdul ki, és attól függően, hogy mennyire van hátra kimozdulva, a gerincen kisebb-nagyobb lordózisok és kifózisok keletkeznek.

30 éves korunk után minden évtizeddel 1 cm-rel alacsonyabbak leszünk, így 80 éves korunkra kb. 5 cm-rel leszünk alacsonyabbak. Kiknek az atlasuk előre van kimozdulva, azoknak ki van egyenesedve a gerincük, és nem nőnek befelé, de a kiegyenesített porckorongok miatt idős korukban 1 cm-rel alacsonyabbak lesznek.

Az kimozdult atlas miatt túl sok gerincszabálytalanság, de amikor még hátra van mozdulva, és rá van fordulva, akkor keletkezik a gerinccsavarodás. Van, akinek az egész gerince egyenletesen van csavarodva, ilyenkor a csigolyák nem nyomják az idegeket, de a legtöbb embernél a gerinc alsó része túlságosan meg van csavarodva, ezért az alhasi részben levő szervek gyengébben működnek.

A hát alsó részében keletkezik a skoliózis és lordózis, de ha még csavarodott is, ekkor keletkeznek a gerincsérvek. Az atlas helyreállítása után ezek lassan eltűnnek, és a jelek elkezdenek szabadon áramlani, a szervek pedig jobban működnek, és megszűnnek a láb zsibbadásai és fájdalmai.

Az élőlények létének alapvető értelme a fajfenntartás. Minden ennek az alapvető biológiai feladatnak van alárendelve. Így van ez az embernél is, de az odanyomott idegek miatt, és az ebből kifolyólag meg nem érkező jelek miatt, a gerinc alsó részében, a szaporodási szervek gyengébben működnek. Egyre több az impotenciával küszködő fiatal emberek száma.

Az erekció során a nemi szerv megtelik vérrel, de ha meg van nyomva a vérkeringési központ, lecsökken a pénisz vérellátása. A spermatermeléssel kapcsolatos problémák a gerinc alsó részén keletkeznek, mert a herékbe vezető idegek meg vannak nyomva.

A nagyobb lordózis a gerinc alsó részében a nőknél a legfőbb oka a havi ciklussal járó problémáknak és az időnap előtti havi vérzés elmáradásának. Az atlas helyreállítása után a nőknél csökkennek a menstruációs fájdalmak és rendszereződik a ciklus. Az atlas helyreállítása csökkenti a nagy lordózist, és a jelek ismét érkeznek a petefészkekbe és méhbe. Egyes nőknél, akik nem tudtak teherbe esni, vagy nem tudták kihordani a terhességet, a csökkentett lordózis lehetővé teszi a szülést.

A nő legfontosabb szerepe a szülés, és a gyermeknevelés. Ezért a ciklus korai elmaradása a negyvenes évek elején hormonális zavarokhoz, és a szervezet egészségügyi állapotának gyengüléséhez vezet. Egyes nőknél az atlas helyreállítása után visszatér a ciklus.

A terhességet „másállapotnak” nevezzük, mert megváltoztatja az egészséget.

A legtöbb nő egészségesebb lesz, de van, akinek a terhesség után az egészsége legyengül, de erre nem tudnak hatni a hormonok, mert a terhesség egy természetes folyamat. Az egészségügyi állapot gyengülése azoknál következik be, akiknek a szülés folyamán kimozdult az atlasuk.

Köztudott, hogy azok a nők, akik többször szültek egészségesebb, de nem tudtuk, hogy ez miért van így. A terhesség utolsó hónapjaiban a magzat és a méh megnagyobbodnak, és belülről nyomják a gerincet, ezért a lordózis csökken, és az idegi jelek könnyebben közlekednek a csigolyák mellett. Minden terhesség alkalmával a gerinc jobban visszanyeri szabályosabb alakját, és ezért az egészség is egyre jobb lesz. Egyes kismamáknak a talpuk megnyúlik, de nem a megnagyobbodott testsúly miatt, hanem a test másmilyen statikája miatt.

Nem létezik jelentős különbség az atlas pozíciója között a nőknél és férfiaknál, viszont a gerinc alakja között létezik. A pubertáskor előtt az atlas hasonlóan van hátrafelé kimozdulva a fiúknál és a lányoknál is. A különbség a mellék súlya miatt keletkezik, mert megváltoztatják a női test statikáját. Pubertáskorban a lányoknál nagyobb lordózis jelentkezik a nyaki részben és a gerinc alsó részében.

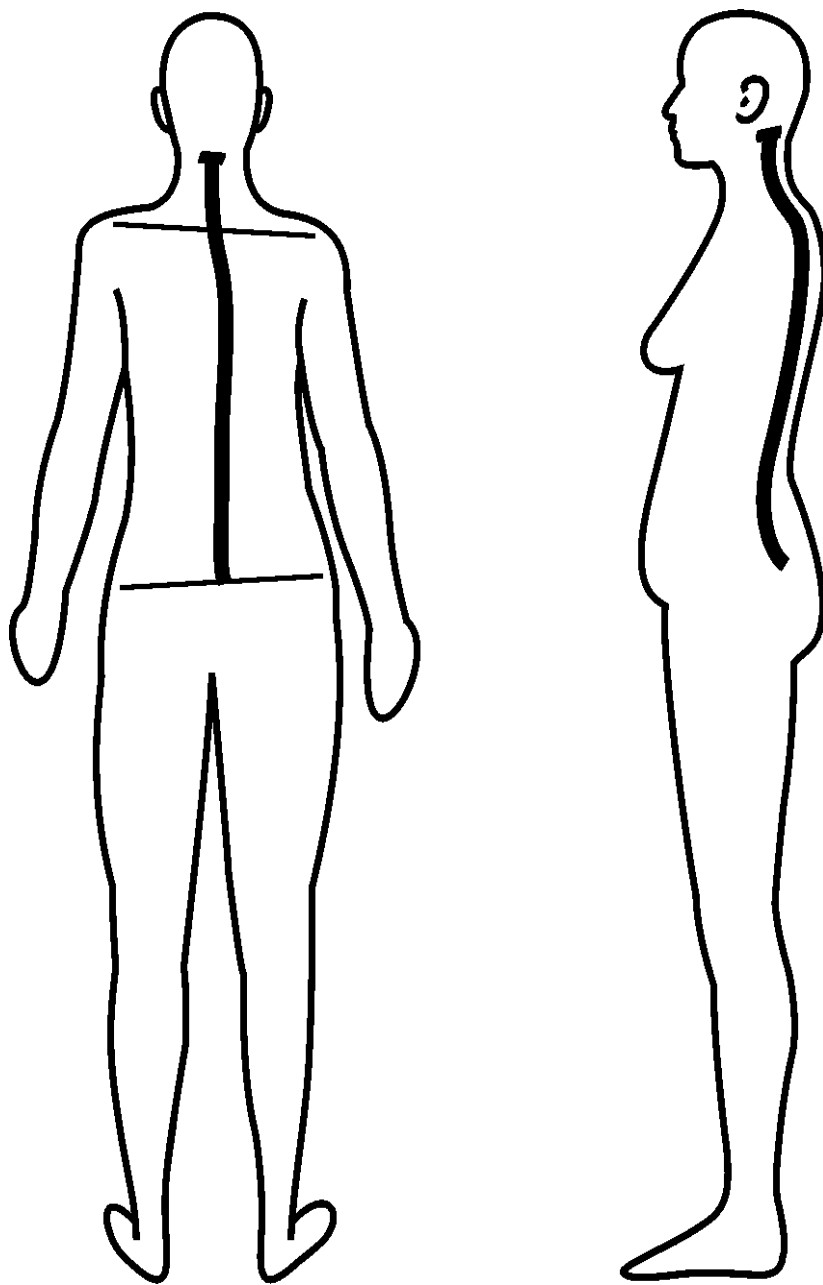
A XX. század során a lányok és az asszonyok tömegesen elkezdtek hordani a melltartókat, a megemelt mellék még jobban megváltoztatták a test statikáját, és ily módon az egészség is károsult. A melltartó szorítja a nyirokmirigyeket és nyirok utakat, így a nők sokkal betegesebbek lettek, mint régen. A jobb kinézetnek köszönhetően a tejmirigyek sem működnek kellőképpen, és a babák meg vannak fosztva az anyatejtől.

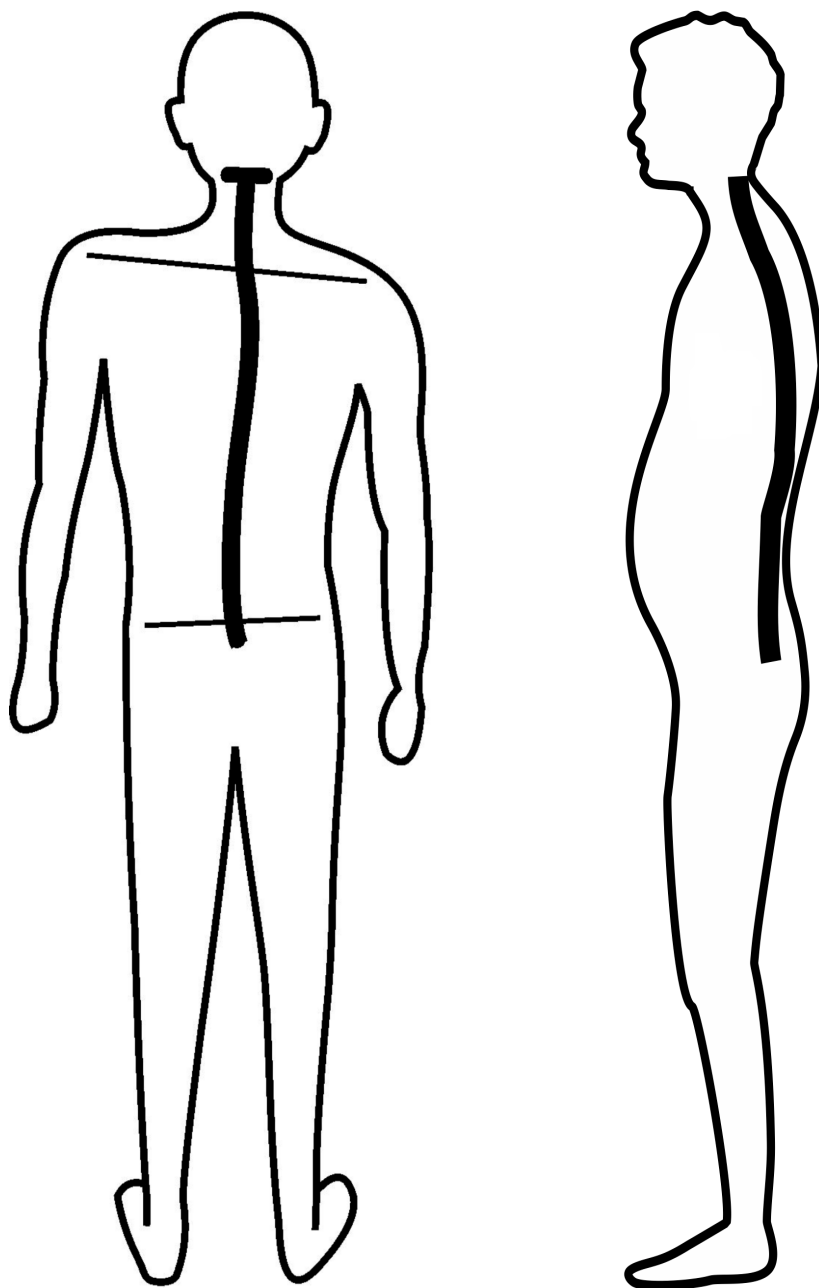
A férfiaknak a fejük előre van kimozdulva, a nőknél egyenesen áll a testhez viszonyítva, ezért a nőknél a fej súlya miatt megnagyobbodik a lordózis. Legjobban a nyaki lordózis növekszik, és azért a harmincas nők érezni kezdik a pajzsmirigyproblémákat. A legtöbb nőnél a pajzsmirigy problémák először jobb oldalt kezdődnek, mert az atlas jobb oldala a legtöbbjükönél leereszkedik és hátrafelé fordul el. Ennek a következménye a lordózis és a gerinc nyaki részének elfordulása, ez miatt csökken a jelek átvitele a pajzsmirigy jobboldalán.

A hangsúlyosabb nyaki lordózis miatt a nőknél gyakoribb a fejfájás, szédülés, pajzsmirigy elégtelenség és a fájdalom a kezekben. Mégis a nőknél a kifózis a gerinc mellkasi részében, és a lordózis a gerinc alsó részén szabályosabb alakúak, ezért a legtöbb szerv megkapja a kellő információt, és a nők egészségesebbek a férfiaknál.

A férfiaknak a kifóizisa a gerinc középső részén helyezkedik el, ez csökkenti a jelek átvitelét a legfontosabb szervekhez. Ez az egyik oka annak, hogy a férfiak rövidebb ideig élnek, mint a nők.

Az atlas helyreállítás után a ferdülés, csavarodás és a jobb- és baloldal aszimmetriája lassan eltűnik. Az, hogy mennyi időre van a gerincnek szüksége ahhoz, hogy visszanyerje szabályos alakját, az életkortól függ, és attól, kinek mennyire volt elferdülve.





A legtöbb férfinál az atlas hátra van kimozdulva, ezért a fül és a csipő előremozdul, a váll és a sarok pedig hátra.

Nem jó, hogy a férfiak feje előre van dőlve, a nőknek pedig előre, a test felé, mert mindkettő szabálytalan gerincet és tartást okoz. Az első csigolya helyreállítása után maga a fej tér vissza az eredeti helyére, ennek a két végletnek a közepére.

A koponya kimozdulása az egyedüli oka a gerinc és a test szabálytalan alakjának. Nem könnyű az univerzum legokosabb fejét hordozni.

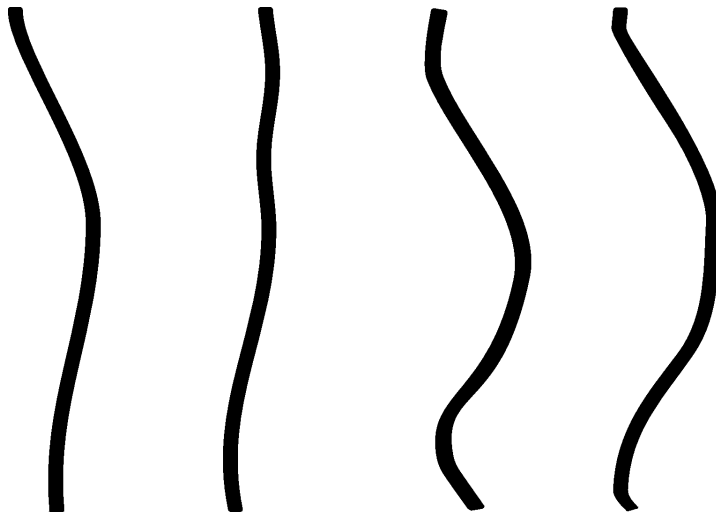
Az agy állandóan kapja és közvetíti az információkat. Az idegi jelek egyidejűleg terjednek az agytól a test felé, és a testtől az agy felé. A jelek csak akkor terjedhetnek szabadon, ha az idegek nincsenek megnyomva.

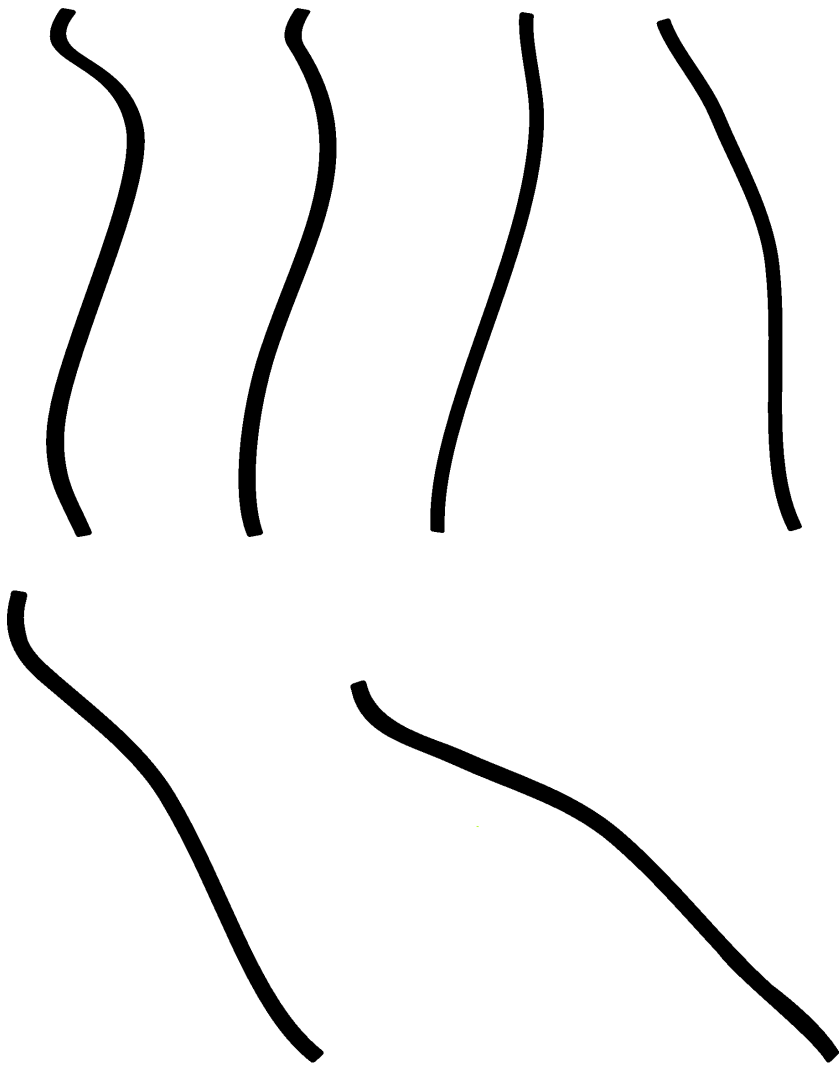
Az agy a gyenge vérellátás miatt kevesebb jelet hoz létre, és útban a szervek felé, ezek a jelek még gyengülnek az atlas nyomása miatt. Ezt még rontja, nehezíti a szabálytalan gerinc, mert előidézi a jelek harmadszori gyengülését.

Az agyat érintő jelátvitelében a gerinc szabálytalan alakja az első akadály, a kimozdult atlas pedig emellett még jobban csökkenti őket. Az agy nem kapja meg a kellő információkat és nem tud megfelelően reagálni, emiatt a szervek lassan elgyengülnek és megbetegszenek.

Amikor gyermekkorban az atlas változtatja pozícióját előre-hátra, akkor keletkeznek a furcsa elváltozások a gerinc alakjában. Ezt mutatjuk be a következő rajzokon.

A GERINC KIVÉTELESEN SZABÁLYTALAN ALAKJAI





Minden ember gerince többé-kevésbé szabálytalan alakú, az egyetlen megoldás erre az atlas helyreállítása.

A fiatal ágat lehet hajlítani, de minél idősebb, annál szilárdabb. A fával ellentétben, a gerinc időskorban mindig jobban ferdül az első csigolya elmozdulása miatt. Amikor az atlas babakorban állítják helyre, a gerinc nagyon gyorsan szabályos alakú lesz, és ilyen marad egész életükben.

A gerinc az élet tartóoszlopa. Amennyiben instabil, maga az élet omlik össze az egyre gyengülő egészség miatt.

Tökéletes egészség nincs, de jelen van az állandó vágy a jobb egészségért. Ez az elv működik minden élőlélynél, így az embernél is. Magunkat a legtökéletesebb élőlényeknek tartjuk, és ez így is van az élet számos területén, de az egészségünk rosszabb az állatok egészségénél.

A jó egészség a szervek összhangja és a szervezet harmonikus működése. Valakinek irányítania kell az egész folyamatot, hogy minden összhangban működhessen. A szervezetünket összehasonlíthatjuk egy zenekarral. Az összes hangszer fel kell, hogy legyen hangolva, és a zenészek egyszerre kell, hogy játszanak, pontosan a kotta szerint. Ha csak egy zenész is hibázik, vagy egy hangszer nem adja ki a megfelelő hangot, egy zenész nem pontos időben játszik, a zenekar nem tud jó zenét létrehozni. A zenészek nem látják egymást, de hallják a többiekét, és bekapcsolódnak a saját szólamukkal. Mégis, az ember vizuális lény, ezért ahhoz, hogy mindannyian összhangban legyenek, és a zene is harmóniában legyen, szükséges egy igazi karmester, aki vezényeli a zenekart.

Szervezetünkben a kisagy a karmester, aki egész életünk során adja ki az utasításokat, és követi a szervek és rendszerek működését. Alvás közben a kisagy adja ki az utasításokat, és követi a szervek és az egész rendszer munkáját. Ilyenkor a kisagy a legaktívabb, mert általában ilyenkor működnek a szervezet megújító és öngyógyító mechanizmusai.

A felső agy felelős a tudatosságért, és emiatt mi vagyunk az egyetlen faj, akinek lehetősége van gondolati folyamatok által fenntartani, vagy javítani az egészségét. A nagy agy akkor törődik az egészséggel, amikor már tudomást vesz a problémáról, az agy alsó részei tartják fenn folyamatosan az egészséget.

Ha a zenészek nincsenek összhangban, a karmester megállítja őket és újra kezdik, gyakorlás által hangolódik össze a zenekar. Az alsó agynak nincs ilyen lehetősége, mert nem bírja abbahagyni és újra kezdeni az életet. Amikor az egészség károsodik, a kisagy továbbra is fenntartja az életet, és ugyanakkor megpróbálja jobbra tenni az állapotot azokon a helyeken, ahol rendellenesség lépett fel.

Az alsó agy több részből tevődik össze, amelyek állandó jelleggel együttműködnek. Ez a természet tökéletessége, mely több százmillió éven át fejlődött, és még mindig fejleszti önmagát. A tudomány, mely az emberi agyat tanulmányozza, még mindig azt próbálja megérteni, hogyan is működik az agy. Azt tudjuk, hogy az agy 90%-a vízből tevődik össze.

A víz az élet alapja, a legújabb kutatások azt mutatják, hogy a víz emlékezőképességgel rendelkezik. Számunkra a víz egyszerű alkotóanyag, de minél jobban tanulmányozzuk, annál jobban kezdjük megérteni rendkívüli tulajdonságait. A jövő generációs számítógépek fejlesztése a szerves komponenseken alapszik, melyeknek alapvető alkotóeleme a víz.

Számítógépes nyelven mondva: az agy alsó részei tökéletes programokat tartalmaznak a jó egészség megőrzéséhez. Felső agyunk a legoko-

sabb a nekünk ismert univerzumban, és még a legtökéletesebb számítógépek segítségével sem értjük, hogyan működik. Az idegtudomány gyorsan fejlődik, és lehet, hogy meg fogja oldani ezt a legnagyobb misztériumot.

Az alsó agytörzs alapvető feladata mellett, hogy fenntartsa a szervek és szervezet funkcióit, felelős még a kórokozók elleni védelemben is. Amikor a külvilágból bejutnak a szervezetbe a vírusok, baktériumok és paraziták, az alsó agy aktiválja az immunrendszert, és annak általában sikerül leküzdenie a betegséget. Az elmúlt évezredekben a nagy agy segíteni próbál, de néha jobb lenne, ha nem azzal foglalkozna, amire nincs kiképezve. A korszerű egészségügyi tudomány kárt tett a természetes folyamatokban.

Amikor az egészség károsult, csak arra vágyunk, hogy meggyógyuljunk, de a gyógyszerek gyengítik az immunrendszerünket, mely több millió éven át tökéletesedett. A gyors gyógyulás ahhoz vezet, hogy az egészségünk hosszú távon egyre gyengébb lesz.

A nagyagy tudatossága feltalálta az orvostudományt, hogy a betegek meggyógyulhassanak, de közben egy sor olyan cselekedetet fejlesztett ki, amelyek feljavítják a szervezet állapotát, és ily módon kibiztosítják a jövőbeli jó egészséget. A tudat a logikára támaszkodik és tényleg logikus, hogy a test felerősítésével meg lehetne őrizni az egészségünket.

Több tízmillió ember sportol napi szinten: rekreációs sport, futás, úszás, aerobik, gyógyteákat fogyasztanak, egészségesen étkeznek és természetes vagy vegyi alkotóanyagokat fogyasztanak, amelyek gátolják az öregedés folyamatát. Az izomtömeg növelésére a testépítők szteroidokat fogyasztanak, ezek a vegyi anyagok károsak az egészségre. Mindezek az aktivitások az újkori divat vívmányai, és a kísérletek általában tévesnek bizonyulnak. Fontos, hogy ne vesztegessük az időt és pénzt a megelőzésre, mert nem ez az élet értelme.

A megelőzés rövidtávon segít, de hosszútávon rongálja a szervezetet. Az ember néha futkározhat, de nem kell, hogy fusson, mert a futással károsodnak a porckorongok, a csípő, a térdek és a talpak porcogói. A jóga nem sport, de a túlzott jógázás is deformálja a gerincet.

A profi sportolók időskorban betegebbek az átlagembertől, de a szülők mindezek ellenére sportolni küldik gyermekeiket. A ritmikus gimnasztikával foglalkozók tulajdonképpen eldeformálják a gerinc alakját, mert kora gyermekkoruk óta ezzel a sporttal foglalkoznak. Tény, hogy a gyerekek fizikailag nem aktívak, de nem minden sport hasznos. A túl sok egy helyben ülés otthon és az iskolában káros a gyerekek egészségére, de a sportnál jobb gyermekjátékokat játszani.

Mindenkiben ott rejlik a tökéletes orvos, aki hatalmasabb az összes egészségügyi tudománytól. Ez a tökéletes orvos az alsó agytörzs, aki tanulmányait több százmillió éven át fejlesztette.

Az alsó agytörzs karban tarthatná az egészséget, ha nem lenne meggátolva a normális működésben. Benne vannak a programok a szervezet akadálytalan működéséhez, de a kimozdult atlas akadály az agy és a szervek között. Az alsó agytörzs mindenre képes, kivéve, hogy helyreállítja az atlant.

Az atlas helyreállítás lehetővé teszi ennek a tökéletes orvosnak, hogy zökkenőmentesen végezze a dolgát. Az alsó agytörzs minden másodpercben milliárdnyi aktivitást végez, amelyek fenntartják életünket és egészségünket, ezért végtelenül hálásak lehetünk neki mindazért, amit nyújt nekünk az életben.

Az "egészség" szó csak egyes számban létezik, míg a "betegség" szónak többes száma is van. Az egészség egy, de a kimozdult első csigolya miatt számos betegség jelentkezik.

BETEGSÉGEK

Hogyan lehetséges az, hogy betegségeink vannak, amikor a kisagyunk ennyire hatalmas? A kisagy nem tud kihatni azokra a betegségekre, amiket az kimozdult első csigolya okoz, mert nem tudja kiegyenesíteni a gerincet, és megjavítani a jelek és az anyagok szabad áramlását a szervezetben.

A felső agy első ízben segíthet az alsó agynak és a testnek. Tudatosságával döntést hozhat, hogy helyreállítsa az atlant, de az emberek túlnyomó többsége nem tudja, hogy a kimozdult atlas a betegségek okozója. Most itt a megoldás, de az emberek továbbra is sürgősen szünek a betegségektől. A probléma az információ hiányába gyökerezik, de azok akik hallották, hogy élhetnek egészségesebben is, nem akarják elhinni, hogy a megoldás ennyire egyszerű.

Nehéz ezt elhinni, mert nagyon sokan kínálnak életmentő gyógyításokat, amelyek általában sikertelenek. Ilyen körülmények között mindent, ami új, összehasonlíthatnak a már létező módszerekkel. Meseszerűnek hangzik: "mi nem gyógyítunk, az emberek maguktól fognak meggyógyulnak". Egyszerűnek néz ki, de nehéz megérteni, hogy jobb megszüntetni az okot, mint gyógyítani a következményeket. Amikor helyreállítják az atlaszokat, az emberek rájönnek arra, hogy ez valami teljesen más, és hatalmasabb az összes gyógymódnál, ezért ők lesznek a legjobb reklámforrások, és ajánlják másoknak. Ez az informálás a leghatékonyabb, de a leglassúbb is egyben, közben pedig a betegek szenvednek.

Amikor a szervezetben létrejön valami rendellenesség, akkor úgy gondoljuk, hogy betegek vagyunk, de a betegségek, nehézségek és megbetegedések nem azonosak, ezért meg kell magyarázni ezeket a fogalmakat.

A betegségek múlandóak, a nehézségek és a megbetegedések pedig krónikusak, tartós állapotok, és idővel rosszabbodnak. A betegségek külső

kórokozók által keletkeznek – baktériumok, vírusok és paraziták, a megbetegedéseknek pedig belső okozója van – az első csigolya kimozdulása. Az öngyógyítás és gyógyítás folyamatai által a betegségek megszűnnek, de a megbetegedések nem bírnak megszűnni a kimozdult atlas miatt.

Az állatoknál a külső tényezők a betegség okozói, mert nem ők tudnak kihatni a környezetükre. Az állatok atlasza a helyén van, ezért a betegségüket nem okozza belső tényező. A mi fajtánknak az első csigolyája van kimozdulva, emiatt keletkezik szinte minden nehézség és megbetegedés és évről-évre mindig nehezebb lesz.

A Homo sapiens megoldásokat talált arra, hogyan védje meg a testét a külső környezetből érkező ingerek és betegségek ellen, így ezeket minimálisra csökkentette. A modern ember mikroszkóp alatt látta a parazitákat és a baktériumokat, és megijedt attól, amit látott, ez a félelem a másik végletbe vitt el bennünket. Felvettük a harcot ellenük a környezetünkben is, és a testünkben is. Tényleg félelmetesen néznek ki, de egy-egy közülük bennünk is élnek, és segítik az emésztésünket.

A végletek és a túlzott beavatkozás a természetes körülményekrenem igazán van jó hatással. A kémiai sterilizálók szennyeznek a környezetet, és az sem segít, hogy a házaink és lakásaink csillognak a tisztaságtól. A túlzott higiénia gviengíti az immunrendszerünket, amit millió éven keresztül felelesztettünk, ezért vagyunk egvire betegebbek mi is és a gvermmekünk is. A természetes folyamatokba való túlzott beavatkozással csak kárt okozunk.

Az élővilág 80%-át baktériumok képezik. Ezt három csoportba sorolhatjuk. Ez a három csoport kölcsönös egyensúlyban van egymással a mi szervezetünkben is. Attól függően, hogy hogyan étkezünk, illetve milyen gyógyszereket használunk, ennek köszönhetően időnként felborul az egyensúlyunk, ilyenkor megbetegszünk.

Elterjedt a vélemény, hogy a betegségeket genetikailag örököljük, de ez nem így van. Az atlas az emberek többségénél hasonlóan van kimozdulva, innen a tévhit, hogy a betegségek örökletesek. Az élet során az atlas mind jobban kimozdul, emiatt hasonló a betegségek keletkezésének sorrendje is.

Amikor az orvosok nem tudják a megbetegedés okát, azt feltételezik, hogy örökletes, de amikor Önök megmondják, hogy senkinek a családban nem voltak ilyen problémái, akkor úgy gondolják, hogy valami gyermekkori vírusos megbetegedés következménye. Amint kiderül, hogy ez nem így van, akkor megállapítják, hogy a probléma okozója a stressz, vagy autoimmunbetegségről van szó. A legjobb bizonyíték az orvosi vélemény megcáfolására az a tény, hogy azok az emberek, akiknek az atlaszuk jobb helyen van, mint a családtagjaiknak, sokkal egészségesebbek.

Léteznek örökletes megbetegedések is, és olyanok is, amelyek gyermekkori vírusos betegségek következményei, de ez sokkal ritkább, mint azok az egészségügyi problémák, amik a kimozdult atlas következményeként keletkeznek.

Az élet soha sem volt könnyű. A mi őseinket is érték megrázkódtatások, amikor menekültek a ragadozók elől, de a felgyorsult életmód, az egzisztenciális félelem sokkal nagyobb stresszt okoz, és ez már megbetegedéseket idéz elő. Őseink a ragadozóktól rettegtek, mi pedig idegeskedünk az autóktól gyalogként és sofőrként is. Az őseibert nem túl gyakran érte stressz a ragadozók miatt, minket viszont majdnem minden nap ér valamilyen kellemetlen hatás.

Köztudott, hogy a stressz kihatással van az egészségre, de nem lehet tudni, hogy milyen szinten befolyásolja azt. A veszély pillanatában gyorsan kell döntést hozni és reagálni, ahhoz pedig, hogy a nagyagy pár másodperc alatt reagálhasson, elegendő vérre van szüksége. A szervezet küldi a vért az agynak, és ekkor megnövekszik az adrenalin szint, amely felkészíti a testet a stresszes helyzetre. Az atlas nyomja a véredényeket, ezért nem érkezik elegendő vér az agyba, és pszichoszomatikus betegségek keletkeznek. Akik atlasa helyre van állítva, szintén megélik a stresszt, de a vér akadálytalanul áramlik az agyba.

Az atlas helyreállítás lehetővé tette számomra, hogy kövessem a betegségek megszűnését a kezelés után. Amikor megértettem ezeket a folyamatokat, azt is megértettem, hogyan tűnnek el a megbetegedések.

Az atlas lassan önmagától mozog, az emberek évtizedről-évtizedre egészségesebbek. A megbetegedések lassan keletkeznek, azért mert a szervek mindig kevesebb és kevesebb jelet kapnak, és elvesztik funkciójukat, emiatt új betegségek forrásai jönnek létre. Egyes betegségekben nem is vagyunk tudatában, míg nem érezzük az erős fájdalmakat, és vannak olyanok is, amiket még egészségügyi kivizsgálásokkal sem tudnak felderíteni. Amikor rendellenesség keletkezik, a tünetek a következők: fáradtság és álomosság, később pedig jelentkeznek a fájdalmak is.

A testünk fáradtsággal, álomossággal és fájdalmakkal figyelmeztet bennünket arra, hogy valami nincs rendben, de mi nem értjük ezeket a jeleket, így aztán a nehézségek lassan megbetegedésekhez vezetnek. Ez elveszi az energiánkat és gyengíti az immunrendszerünket. A külső okok akkor még csak gyengébben károsítják az egészségünket.

A férfiaknál így keletkezik a prosztatata megbetegedése. Az atlas ki-mozdulása miatt hátrafelé az ötvenes évek tájékán a test felső része fokozatosan előre hajlik, emiatt a gerinc alsó része túlságosan kiegyenesedik, és gyengíti a jelek áramlását a prosztatata irányába. A hatodik évtized során a kiegyenesedett lordózis, van, akinek átmegy kifózisba és mind ez prosztatata műtéthez vezet.

A nőknél ötször gyakoribb a pajzsmirigy probléma, mint a férfiaknál. Ez a nagyobb nyaki lordózis miatt van.

Az idegi impulzusok fokozatos gyengülése miatt a prosztatata és pajzsmirigy megbetegedések lassan fejlődnek ki, a gerincferdülés miatt ezek a megbetegedések egyre kifejezőbbé válnak.

A szervezetben lévő többi szerv és szervrendszer rendellenességei, szintén a jelek és az anyagok áramlásának gyengülése miatt keletkeznek.

A rossz anyagcsere miatt nincs egyensúlyban az anyagok oda-vissza áramlása, emiatt keletkezik a vesekő, epekő, nyálmirigykő. Amikor az atlas helyre van állítva, az anyagcsere megjavul, a kövek pedig néhány hónap alatt elolvadnak, felszívódnak, és nem is keletkeznek többé.

Amikor a szervezetben rendellenesség keletkezik, az "egész" továbbra is működik mind amellet, hogy egyes kisebb részek nem működnek, de emiatt gyengül az egész.

A 20. század során az orvostudomány gyorsan fejlődött. Az lenne a logikus, hogy emiatt egyre egészségesebbek legyünk, de a helyzet az, hogy inkább egyre inkább lebetegszik a szervezetünk. Ennek az ellentmondásnak a fő oka a környezet vegyi szennyezésében és az élelmiszerek technológiai előállításában keresendő.

A humánus hozzáállásnak néha rossz következményei is vannak. Afrikában a talaj kevésbé szennyezett, de az ottani lakosok lebetegedtek, amikor elkezdtek fogyasztani azt a lisztet, amit a fejlettebb országoktól kaptak. Emésztőrendszerük nem volt alkalmas a lisztből készült ételek fogyasztására, és olyan betegségek jöttek létre náluk, amilyenek ellőtte nem voltak. Hamarosan a liszt mellé segélyben kapták a "humanitárius gyógyszereket" is, amelyek legyengítették a lakosok egészségét. Ezekből a kísérleti gyógyszerektől haldoklani is kezdtek.

Mindez két évtized alatt történt, és valójában a rövidített változata annak, ami az elmúlt kétszáz évben történt az emberiséggel.

Néha jobb, ha nem vagyunk humánusak és nem hatunk ki a természetre.

A legtöbb megbetegedés nem is kellene, hogy létezzen, de mégis létezik, mert az atlas nem a helyén van. Ha a világ összes lakosa az elkövetkező két generációban helyre állítatná az atlasát, a legtöbb megbetegedés már nem is létezne, azért mert megszűnne a belső kiváltó ok, a természetes anyagok használatával megszűnnének azok a betegségek is, amelyek külső fertőzések által keletkeznek. Ily módon az emberiség a jövőben mentesülni fog az egészséggel kapcsolatos problémáktól.

Az atlas helyreállítás után a megbetegedések megszűnnek, újak pedig nem keletkeznek.

ÖNGYÓGYÍTÁS

Amióta élővilág létezik, létezik az öngyógyítás is.

Idővel mind összetettebb szervezetek keletkeztek, így az öngyógyítás folyamatai is fejlődtek. A növényeknek és állatoknak is van öngyógyító képessége, de az emberi szervezet esetében ez különleges folyamat, azonban a kimozdult atlas csökkenti ezt.

Az életfunkciók fenntartása mellett, minden szervezet vívja állandó harcát az egészség megőrzéséért. Ha megjelenik a betegség, a szervezet aktiválja az öngyógyítás folyamatait.

A „egészség” szó az „egész” szóból született, az pedig arra utal, hogy ki kell dobni az egészségből azt, ami nem a testhez tartozik, és károsítja az egészséget. Az állatoknál ez általában vizelettel és széklettel távozik, ezért az ő emésztőrendszerük a teljes hosszában sokkal erősebb „fertőtlenítőként” funkcionál, mint az emberi szervezetnél.

Az emberi szervezet több öngyógyítási módszerrel is rendelkezik, de az állatokkal ellentétben, nálunk a gyógyítás általában a test felső harmadában történik. Ez az emberi faj egyik előnye, mert sokkal jobb megfékezni a fertőzést, mint a szervezetnek beindítani az öngyógyító folyamatait. A kórokozók szervezetből való eltávolításával meggátoljuk, hogy a belső szervekbe kerüljenek. A legfontosabb, hogy ne kerüljenek a vékonybélbe, mert akkor a vér szétviszi őket a sejtekbe, az egész szervezetbe. Ezért az emberiség emésztőrendszerének a legtisztátalanabb része a száj. A vizelet és a széklet gyógyhatásúak lehetnek.

A kórokozók megpróbálnak a bőrön keresztül behatolni a szervezetbe, de erre nem képesek, ezért többnyire az élelmiszerrel, vízzel és levegővel jutnak be. Levegőt muszáj vennünk, vizet iszunk és eszünk is, ezért a szervezet első védelmi vonala a test felső részében van. A nyál, amellet, hogy előkészíti az ételt az emésztésre, fertőtlenítő hatása is, megsemmisíti a vírusok és baktériumok egy részét. Ezért kell tovább rágni az ételt, hogy a gyomorban lévő sósav minél könnyebben megsemmisítse a megmaradt vírusokat és baktériumokat. Valamikor az emberek az első reggeli nyállal kenték be a sebeiket és ekcémáikat, és azok könnyebben gyógyultak, mert nyirokfolyadékot tartalmaznak.

Az orrmelléküregek az emésztőrendszer részei. Amikor az orrmelléküregekben több a váladék, az annak a jele, hogy az elfogyasztott ételben több volt a kórokozó, ezért a szervezet visszaküldte, hogy az orron keresztül távozzanak. Van, aki ezt a váladékot beszippantja és lenyeli, de ez hiba. A tüdőben és az orrmelléküregekben lévő váladékot mindig ki kell köpni.

Az összes emlős közül is csak mi tudunk izzadni. Ez nekünk jelentéktelennek tűnik, sőt néha kellemetlen is. Úgy gondoljuk, az izzadás csak a szervezet hűtésére szolgál, de ennél sokkal nagyobb szerepe van.

A nyári időszakban a környezetünkben több a vírus, baktérium és a parazita, de mi nyáron egészségesebbek vagyunk. Ez csak azért lehetséges, mert nyáron jobban izzadunk. Ezáltal a testünk hűti magát, de az izzadás által távoznak a szennyeződések és a kórokozók. Ez a módszer jobb, mintha a kórokozók keresztül mennének a testen, és a vizelet vagy széklet által távoznának.

Az ember egyre inkább dolgozik önmaga ellen. Az izzadás gátló dezodorok kárt okoznak a szervezetnek.

Amikor a szervezetet vírusok támadják meg, le kell csökkenteni az evést, több vizet inni, hogy éjszaka egy párszor leizzadjunk. Amikor betegek vagyunk, csökken az étvágy azért, hogy a vér ne az emésztőszervekhez áramoljon, hanem az öngyógyításra tudja felhasználni a szervezet.

Betegség közben a lerakódott zsírból nyerjük az öngyógyításhoz és a élet-funkciókhoz szükséges energiát. Ezért jobb, ha néhány kg többletünk van.

Az izzadás az egész bőrfelületen keresztül történik, de legjobban a fej, tenyér és talp izzad. A Homo sapiens mezítláb járt, később pedig állatbőrből készült lábbeliben. A föld és a bőr magukba szívták a szennyeződéseket, melyek az izzadsággal együtt távoztak a szervezetből. Újabban a bőr lábbelit műanyag váltotta fel, ez viszont nem egészséges.

Divatba jött a hónaljszőrzet borotválása is. Azon a helyen nem bevenni kell a szervezetbe a vegyi anyagokat, hanem ott kell, hogy eltávolítsa a szervezet a szennyeződéseket. A vegyileg előállított illatok, melyek a dezodorokban vannak, mérgezők, és ez is hozzájárul a mellrák kialakulásához. A csecsemők rövidebb ideig szopnak, pedig az anyatej nélkülözhetetlen az immunrendszer kialakulásához.

A test kilenc nyílásából hét a fejen helyezkedik el, ezért a kórokozók általában a szájon, az orrlyukakon és a szemén át hatolnak be a szervezetbe. Minden alkalommal, amikor pislantunk, a szemünk tisztul. Naponta általában 10 000-t pislantunk, de nem is vagyunk tudatában, mennyi energiánk megy el a pislantásra, hogy a szemünk állandóan tiszta legyen. A könnyfolyadék a könnymirigyben keletkezik, és tisztulás után a lerakódás a szemünk sarkában kerül. A könnyek fertőtlenítő anyagokat tartalmaznak, ezért mondják azt, hogy a könnyek gyógyhatásúak.

A nyakszirtcsont alján bal- és jobboldalt helyezkednek el a mastoid végződés, melyek porózusak. Bennük keletkezik a fülzsír, mely antiszeptikus. Fülgyulladás alkalmával jobban termelődik a fülzsír, és folyik ki a fülből.

A bőr a legnagyobb szervünk. Testünk a bőrön keresztül érintkezik a külvilággal, és meggátolja, hogy a kórokozók bejussanak a szervezetbe, de ugyanakkor rajta keresztül távoznak a szervezetből a káros anyagok is. Időnként a bőrön kis gennyes sebek keletkeznek, melyeket erőszakosan távolítunk el. Ezzel károsítjuk a bőrt, pedig jobb lenne, ha odafigyelnénk a hibákra, melyeket a nem megfelelő étkezéssel követünk el.

A fertőzések meggátolása rendkívül fontos, mert az a jobb, ha nem kerül sor kezelésre, de amint létrejön a betegség, beindul az öngyógyítás is. Az orvostudomány megkísérli segíteni ezt a folyamatot, de sokszor inkább ront a helyzeten.

Amennyiben a kórokozók áttörnek a védelmi rendszert, a fehér vérszettek megsemmisítik őket. A fertőzés elleni harcban részt vesz a nyirokrendszer is, összegyűjti a kórokozókat, és elviszi őket oda, ahol az antitestek megsemmisítik őket.

Ez a stratégia, amikor bizonyos helyekre gyűjtik össze a kórokozókat, segít abban, hogy körbevegyék és sikeresen megsemmisítsék őket, ami sokkal hatékonyabb, mint az, hogy több száz szétszóródott folyamat menjen végbe a szervezetben. A testben több ilyen hely van. A legfontosabbak a mandulák, ezért nem kell őket eltávolítani. Egyes európai országokban kötelező volt a csecsemők mandula- és vakbélműtétje. Ennek kö-

vetkezményeként a gyerekek többet betegeskedtek, amelyek következtében hagyták abba a műtéték végzését.

Amikor a baktériumok áttörnek a védelmi rendszert, a sejt közötti állományba kerülnek, de nem tudnak bejutni a sejtekbe, mert nagyobbak tőlük. A baktériumok kárt okoznak a szervezetben, mert elhasználják a sejtközi állományból azokat az anyagokat, amelyek szükségesek a sejtek a fennmaradáshoz. A vírusok kisebbek a sejtektől, ezért be tudnak jutni, és ha ez megtörténik, aktivizálódik az öngyógyítás utolsó védelmi vonala, ilyenkor a sejtek saját maguk igyekeznek legyőzni a vírusokat.

A vírusok és baktériumok nem működnek együtt, de amikor egyidejűleg támadnak meg bennünket, az öngyógyító folyamatoknak akkor van a legnehezebb dolguk.

Bőrünk puha és könnyen sérül. A vágások olyan helyek, ahol a szervezetünkbe be tudnak hatolni a kórokozók és ezért aktiválódik a begyógyulási folyamat. A begyógyulás nem más, mint az egészséges testhez való visszatérés, és gyorsan kell történnie, hogy meggátolja a kórokozók szervezetbejutását. Amikor sérülünk, aktiválódik a nagyagyban lévő tudatosságunk, és segíti a begyógyulás folyamatát. Ilyen esetekben a korszerű orvostudomány nagy segítséget nyújt.

Az atlas kimozdulása miatt a testünk elveszíti harmonikus egységét. Mindenki, aki hallott az atlas kimozdulás okozta problémákról, előbb vagy utóbb eljön helyreállításra. A nagyagy tudatosságának a feladata, hogy aktiválja az akaratunkat a helyreállításra. Ezzel a döntéssel segít a nagyagy legjobban az kisagynak.

Azok az emberek, akiknél atlas helyreállítást végeztek, észreveszik, hogy ha megvágják magukat, az hamarabb begyógyul. A sebészek könnyebben végeznek műtétet rajtuk, az altatást is jobban viselik, és gyorsabban épülnek fel műtét után. A regeneráció folyamata sokkal gyorsabb, amikor a jelek az kisagyból akadálytalanul tudnak áramlani a testben és jobb a vérkeringés.

A vér 20 másodperc alatt megy keresztül a testen, és összeszedi a szennyeződések, így segíti az öngyógyítás folyamatát. A nagyobb véredényekben a vér gyorsan kering, a kapillárisokban lassan, hogy a sejtek feltölthessenek oxigénnel és tápanyagokkal. Ez a lelassult mozgás szükséges, hogy a vér összeszedje a szennyeződések, amelyeket a vese és a máj meg fog tisztítani, majd amelyek kiürülnek a szervezetből.

A hajszálerek rendszerén keresztül a vért a mikron szövetek összehúzóda indítja el, és ezek az összehúzódaok olyanok, mintha milliárdnyi kis szívünk lenne. A hangsúly általában a szíven és a nagyobb véredényeken van. A hajszálerek vérkeringése kevésbé van fókuszban, pedig rendkívül fontos az egészség szempontjából. Ők felelősek a vérnyomásért is.

A vér gyógyhatású, ezért jó lenne, ha akadálytalanul áramlana az egész szervezetünkben. Az artritisz (ízületi gyulladás) akkor keletkezik, amikor a kezek, vagy lábak nem kapnak elegendő vért. A szervezetünkben pontosan annyi vér van, amennyire szükségünk van. Ha megbetegszünk, a

vér a gócpont felé igyekszik, és nem jut elegendő a perifériás vérkeringésre. Az egészséges embereknel a perifériás vérkeringés az atlas helyreállítás után megjavul, a betegeknel pedig pár hónap múlva, amikor a szervezetben végbemennek az öngyógyítás folyamatai.

A nagyagy a legnagyobb energia felhasználó, ezért "luxusszervnek" is nevezik. A vér szállítja az agyba a különleges cukrot és oxigént, melyeknek a reakciójával keletkezik az agy aktivitásaihoz szükséges energia.

Az öngyógyítás folyamatosan történik, de leginkább alvás közben. Életünk egyharmadát alvással töltjük, és ekkor történik az öngyógyítás és regenerálódás. Ahhoz, hogy ezek a folyamatok könnyebben lebonyolódjanak, szükséges, hogy a test nyugalmi állapotban legyen. Az első agy ilyenkor "kikapcsolja" a nagyagyat, hogy ne használjon energiát, és aktivitásait a minimumra csökkenti.

Alvás közben nem vagyunk tudatosak, de veszély esetére a hallás és tapintás érzékszervei készenléti állapotban vannak. Míg alszunk, az agyi tevékenység sokkal nagyobb, mint éber állapotban. Ez az agy alsó részének aktivitása, mert a nagyagy alszik. Ez idő alatt az alsó agy szolgálja a hatbillió sejtünket, és regenerálja és öngyógyítja szervezetünket.

Az ájulás hasonló, mint az alvás, mert akkor is öngyógyítás történik. Ájuláskor az első agytörzs gyorsan elaltatja a nagyagyat, hogy több vér áramoljon oda, ahol szükség van rá, de azért is, hogy ne pánikoljunk, és ne okozzunk kárt önmagunknak téves cselekedetekkel.

Az első agytörzs a legidősebb és a legkisebb is, de ő parancsol a nagyagnak is, aki a legfiatalabb, és a legtöbb vért és energiát használja. Miután az első agy visszaadja az életfunkciókat, ezt követve ébreszti fel a felső agyat.

Ez, amiről írok, nem valahol a testünkön kívül történik, hanem mindnyájunkban, és minden pillanatban, függetlenül attól, hogy tudatában vagyunk e, vagy sem. A hatmilliárd nagy szám, de hatbillió három nullával több. Minden ember testében kb. hatbillió sejt van. Ezek a sejtek teljes összhangban működnek az egész szervezet javára.

Az öngyógyítás folyamatával visszatér a normális közeg, amelyben a sejtek élnek. Mindezek a folyamatok önmaguktól történnek, a tudat beavatkozása nélkül. Ahelyett, hogy hálások lennénk ezekért a folyamatokért, melyek fenntartják az egészségünket, mi mintha próbálgatnánk a tűréshatárunkat, és úgy viselkedünk a szervezetünkkel, mintha nem is a miénk lenne. Kémiai anyagokkal károsítjuk élőhelyünket, és önmagunknak ártunk a szennyezet ételek és víz fogyasztásával, valamint a szennyezett levegő belélegzésével. A tűréshatárainkat feszegetjük túlzott fizikai aktivitásokkal, amelyek szintén kárt okoznak a szervezetünknek.

Az élelmiszeripar és gyógyszeripar a nagyobb nyereség érdekében megpróbál "lekenyerezni" minket, kielégíteni szükségleteinket, de ezek a szükségletek nem reálisak, hanem a reklámok kampányok által ránk kényszerített véleménye. Szükségét érezzük a sportolásnak is, azért, mert a sportfelszerelés forgalmazói is kell, hogy keressenek.

Mi, akik helyreállítjuk az első csigolyájukat, lehetővé tesszük Önöknek, hogy egészségesebben éljenek, de ezért Önöknek is tenniük kell. Tartsák karban a szervezetüket. Az atlas helyreállítása után elegendő lesz, ha nem hibáznak, és egészségesek lesznek. A leggyakoribb hibák: a helytelen táplálkozás, a kevés vízfogyasztás és a nem kellőképpen alkalmazott fizikai aktivitás.

Az életelixír keresése több ezer éve tart, és intenzíven folytatódik, pedig az elixír megvan mindenkiben. Az életelixír a különleges öngyógyítási lehetőség. Amikor az atlas helyre van állítva, az elixír még jobban működik.

A szervezet normális működésének feltétele az, hogy minden a saját helyén legyen, és amikor az atlas helyre van állítva, minden lassan a helyére kerül. Attól kezdve működik az öngyógyítás először úgy, ahogy kell, és visszatér a jó egészségünk.

A felső agynak végeznie kellene a saját dolgát, nem pedig az öngyógyítással foglalkozni. Az ideális az, ha nem kell gyógyítani, csak fenntartani a jó egészséget, innen ered a könyv címe is:” Egészség kezelés nélkül?

GYÓGYMÓDOK

Több ezer éve léteznek gyógymódok, és azóta létezik a szokás is, hogy valaki gyógyít bennünket. A múltban az anyák természetes módon gyógyították gyermekeiket. Néhányan közülük sikeresebbek voltak, és másokat is gyógyítottak, családtagjaikat és a környezetükben élő embereket. Régen a gyógyítást nem fizetették meg, manapság viszont az orvosi hivatás az egyik legjobban fizetett munka. A gyógyítás azért a legdrágább, mert kétszeres veszteség. Először is elköltjük a pénzünket a gyógyításra, és amíg betegek vagyunk, nem tudunk keresni.

A harmadik költség a betegségekre vesztegetett idő, azt pedig nem tudjuk anyagiakban kimutatni, mert az élet a legnagyobb érték.

Már túl sokféle gyógymód létezik, és nagy gyorsasággal keletkeznek az újabbak. Ennyi gyógymód mellett egészségesek kellene, hogy legyünk, de mi egyre betegebbek vagyunk. Az atlas hasonlóan ki van mozdulva most is, mint régen, ezért nem ez az oka annak, hogy betegebbek vagyunk. A helytelen életmód, a helytelen táplálkozás és a nem megfelelő gyógyítás okozza az egyre több betegséget.

Hippokratész felállította az orvostudomány alapelvét – a beteg állapota nem romolhat. A korszerű orvostudomány a legjobb szándék mellett is rövidtávon a páciens állapotát jobbá teszi, de hosszútávon rontja. Amikor egy egészséges ember néhány napig a kórházban fekszik, valóban beteg lesz.

A diagnosztika fejlődött, de lesújtóan pontatlan. A statisztikai adatok igazolják, hogy a diagnózisok mindössze 5%-a pontos, de ez az adat nincs nyilvánosságra hozva. Ez konkrétan azt jelenti, hogy minden husz-

adik páciensnél állapítják meg a pontos diagnózist. A többi tizenkilenc ember a téves kezelés miatt lassan még betegebb lesz. A szakorvosok keresik azokat a betegségeket, amelyekre specializálódtak, és néha meg is találják akkor is, ha a páciens nem szenved attól a betegségtől.

Leggyakrabban a következő betegségeket diagnosztizálják tévesen: Parkinson-kór, angina pectoris, sklerosis-multiplex és agyvérzés. Ezek a betegségeknek hasonló tüneteket produkálnak, mint amikor az idegek oda vannak csípve a kimozdult atlas miatt. A mellkasi fájdalmak tévesen szívpanaszoknak vannak elkönnyelve. Ezek a fájdalmak azért keletkeznek, mert a test mindig jobban ferdül, és nyomást gyakorol a mellkasra.

A téves diagnózis miatt félrekezelnek minket, és ezáltal csak gyengítik az egészségünket. A gyógyszerekkel még tévesebb képet kapunk a szervezet állapotáról. A beteg emberek túl sok gyógyszert szednek, és mintha ez nem lenne elég, az egészséges embereknek is felírják őket megelőzőként. Ezáltal csökken a szervek funkciója a beteg és egészséges embereknél egyaránt, és így lesz mindenki egyre betegebb.

Időnként nehézségek lépnek fel, de a leletek azt mutatják, hogy minden rendben van. Ezért nem lehet felállítani a diagnózist. Ilyen esetekben a kimozdult atlas okozza a tüneteket, de az orvostudomány nem tud ezekről és a sokkal nagyobb problémákról sem, amiket okoz.

Amennyiben ki is derül, mitől betegedtünk meg, gyakran nem tudnak kigyógyítani minket, és gyógyszerekkel tartják kontroll alatt a betegséget. A gyógyítás ellenére újabb betegségek keletkeznek, mert az atlas idővel mindig jobban kimozdul.

A kezelés a tünetek elhárításának kísérlete, de nem elég gyógyítani a következményeket, mert a kimozdult atlas tartós ok.

Sokkal jobb elhárítani az okot, mint gyógyítani a tüneteket.

A nagyobb nyereség érdekében a modern orvostudomány egyes tüneteket betegséggé nyilvánított, hogy gyógyszereket gyárthasson.

Legtöbbször azt a helyet gyógyítják a szervezetben, ahol probléma van, de ez téves hozzáállás, mert a probléma ott mutatkozik, de általában máshol keletkezett, és ez általában az atlas mellett van.

Minden szakma manipulál a jobb nyereség érdekében. Senki sem lehet minden hivatásban szakember és az is normális, hogy a laikusok nem értik az összes fogalmat. Az orvostudomány a latin nyelvet használja, így az orvosok világszerte megértik egymást, de úgy tűnik, ezáltal eltitkolnak valamit a pácienseiktől.

Minden szakmában a felhasználónak meg kell magyarázni, hogyan fog az adott dolog hatni az életére, és ez nagyon fontos a kezelés közben is. Pontosan kell tudnunk, mit viszünk be a szervezetünkbe. A gyógyszer kétélű kard, mert gyengíti a szervezet természetes önvédelmi képességét.

A páciensek megkapják a felírt diagnózisokat, elbocsátó leveleket és recepteket, olvassák őket, de nem értik, ezért megijednek. A vizsgálatok és a vérvétel félelemmel és stresszel töltik el őket, ezek pedig újabb megbetegedésekhez vezethetnek.

Minden szervnek megvan a saját fontos szerepe a szervezetben, de az agy a legfontosabb. Ez az oka annak, hogy többszintű védelme van. A kémiai tudománynak sikerült áttörni az agy védelmi szintjeit, ezért van az, hogy a gyógyszerekben lévő vegyi anyagokkal kárt okozunk az agyunknak. A tudomány a legjobb szándékkal próbált segíteni, de a legjobb szándékból gyakran születnek végzetes tévedések. Gyógyszerekkel azt a hatást érjük el, hogy nincsenek fájdalmaink, de a fájdalom hasznos visszajelzés az öngyógyítás folyamatában. A korszerű gyógyászat a meggyógyulást halasztja el.

Az orvostudomány nem vont párhuzamot az atlas kimozdulása és a betegségek kezdete között, mert a betegségek nem azonnal az atlas kimozdulása után kezdődnek. A betegségek lassan keletkeznek, néha hónapok, vagy évek múlva, mert a szervezet működési zavara fokozatosan következik be.

Amikor rendellenesség lép fel, az orvosok különböző szakorvosokhoz küldik a betegeket. Ha a kivizsgálások nem mutatnak ki megbetegedést, néha azt feltételezik, hogy képzelt betegekről van szó, és pszichiáterhez küldik a betegeket, aki nyugtatókat ír fel nekik.

A kimozdult első csigolya már legyengítette az idegi jeleket, a gyógyszerek használata által pedig még jobban legyengülnek, és a szervezet még gyorsabban omlik össze. A páciensek nem érzik a tüneteket és az agy nem tudja beindítani az öngyógyítást.

Az egészségügyi segítség ellenére sok ember a betegségek következményében hal meg. A jövőben az emberek tovább fognak élni, és az öregségtől fognak meghalni, nem a betegségektől. A cél, hogy az emberek tovább éljenek és egészségesen haljanak meg, nem pedig az, hogy betegségek kínozzák őket életükben és korán halálozzanak el.

Az orvostudomány az antibiotikumok segítségével lecsökkentette a fertőzéseket, de felbomlott a három baktériumcsoport egyensúlya a szervezetben, és ennek köszönhetően legyengült a természetes immunrendszerünk. Az antibiotikumok túlzott és felelőtlen használata miatt felborul a normál flóra a szervezetben. Amikor a baktériumok zöme megsemmisül, a gombák elszaporodnak, és lehetővé teszik a rákos megbetegedések kialakulását.

Baktériumok és gombák jelen vannak mindenhol a természetben, így a szervezetünkben is. Amikor megfelelő arányban vannak jelen, akkor hasznosak az emésztésnél, de amint felborul az egyensúly, az élet veszélybe kerül.

Senki sem tudja pontosan, hogy mitől keletkeznek a daganatok. Idáig annyit tudunk, hogy a daganatok a túlzott sejt burjánzástól keletkeznek. A sejtek osztódással szaporodnak, de ezt a folyamatot az agy ellenőrzi, hogy ne lépjen fel túlzott osztódás. Amikor megszűnik a kommunikáció az aggyal, ez a szövet úgy kezd el viselkedni, mintha nem a szervezet része lenne.

Még nem tudjuk, hogy ilyenkor mi blokkolja az agyból a sejtekhez áramló jeleket. Véleményem szerint, amikor a szervezetben túl sok a gomba, az blokkolja az agy kommunikációját, és a sejtek túlburjánzanak. A szervezet úgy próbál védekezni, hogy burkot képez az ilyen szövet körül, de ez a védelem néha nem elegendő. A gombák felbomlasztják a daganat, és rothadás keletkezik. A daganat továbbra is növekszik, áttöri a védőburkot, és megfertőzi az egészséges szöveteket is. Ha ez a folyamat folytatódik, veszélyeztetni kezdi a testet, és magát az életet is.

Ahhoz, hogy az atlas helyreállítás után a szervezetben akadálytalanul tudjon végbemenni a felépülés, szükség van az agy kommunikációjára a testtel. Az atlas helyreállítás nem tud eredményt előidézni a rákos megbetegedéseknél, mert az idegi jelek nem tudnak eljutni a beteg szövetig. A hosszantartó és komoly betegségeknel szintén megtörténhet, hogy nem lesz javulás az atlas állítás után sem, mert a szövetek már nagyon degeneráltak.

Mi, akik atlas helyreállítással foglalkozunk, nem vagyunk mindenhatók, ezért a súlyos betegeket orvoshoz küldjük. Amikor az atlas helyre van állítva, az említett betegségek gyógyítása is sikeresebb.

Az is ellentmondásos, hogy mi nem gyógyítunk, viszont a betegségek megszűnnek. Lehetséges, mert megszüntetjük a betegségek okát, és megteremtjük a megfelelő feltételeket, hogy a szervezet visszatérjen eredeti állapotába, és javuljon az egészség. Az atlas helyreállítás tökéletesen természetes megelőzés, ezért az a legjobb, ha már a csecsemőknek és gyermekeknek helyre van állítva az atlasa, de nincsenek elkésve a legidősebbek sem.

A megelőzésnek kellene a legfontosabbnak lennie az orvostudományban, de az orvosok a betegségekkel foglalkoznak, mert nincs idejük a megelőzésről, és az egészség megőrzéséről tájékoztatni a lakosságot.

Az orosz orvostudomány a legsikeresebb, mert a modern felfedezések mellett megtartotta és alkalmazza a természetgyógyászati tapasztalatait is, valamit felvilágosítja a lakosságot a megelőzésről is.

Az orvosok is csak emberek, és ők is lebetegsznek, mert nekik is ki van mozdulva az atlasuk. Az orvosok informáltabbak, ezért jobban karban tudják tartani az egészségüket, de az orvosok általában betegebbek a pácienseknél, mert több gyógyszert szednek, hiszen könnyebben jutnak hozzá. Amikor orvosok atlaszát állítjuk helyre, le vannak nyugózva a fellépő javulásokkal. Végre megértik, hogy egy ilyen egyszerű masszázsnak köszönhetően egészségesebben tudnak élni, és elhozzák gyermekeiket és barátaikat is.

A jobb egészség utáni vágy hatalmas, ezért az orvostudomány igen gyümölcsöző üzletté lett. Hasonló a helyzet az gyógyszeriparral és a tejiparral is. Nagyobb haszon érdekében károsítják az ember egészségét. Az orvosok és gyógyszerészek tudják azt, ha használnak egy gyógyszert, az ugyan hozhat javulást, de ha már kettő, vagy annál több gyógyszert is használnak, csökkentik a hatásukat, vagy károsítják a szervezetet.

Az orvosok mégis kitartóan írják fel a gyógyszereket, mint a kereskedők, akik kínálják a szükségtelen portékájukat. Az orvostudományba vett korlátlan hitet felváltja az elkeseredés. Egy angol folyóiratban még 1973-ban leközöltek egy cikket a következő címmel: "Sokkal több beteg hal meg a gyógyszerek következményeként, mint a betegségektől".

Ma az orvostudomány a betegség iparává lett, de a jövőben az egészség iparává kell, hogy váljon. A jó és rossz változásokat egyaránt feljegyezi a történelem.

TÖRTÉNELEM

A történelem során követni lehet az emberiség bizonyos aktivitásait. Ennek a könyvnek a témája az atlas, ezért ebben a fejezetben az atlas helyreállítás felfedezéséről fogok írni. Az ok-okozat természeti törvénye teremti a történelmet. Ha a múltban nem mozdult volna ki az atlas, nem keresnénk annak az okát, hogyan is állítjuk helyre.

Semmi új nincs az ég alatt, így az atlas helyreállítás sem az. Úgy néz ki, mintha újszerű dolog lenne, de valójában egyike a legrégebb emberi aktivitásoknak. Több tízezer éve már, hogy az emberek maguknak és másoknak is megpróbálják helyreállítani az atlasukat. Minden úgy van, ahogyan az őskorban volt. Több milliárd gyermek és felnőtt megpróbálta és a mai napig próbálja helyreállítani az altast, de nem is tudják, hogy ezt csinálják.

Az emberek többsége érzi azt, hogy a tarkója körül valami nincs rendben, ezért spontánul nyomogatják az ujjukkal, vagy forgatják a nyakukat, hogy elhárítsák azt, ami aggat nekik, de nem tudják mi az.

Több ezer évvel ezelőtt a spontán nyomkodás, lökdösés, atlas állítási kísérletekbe váltott át. A tudás az emberi testről fejlődött. Kínában és Indiában kutatni kezdték, hogyan lehet az atlást helyreállítani. Ekkor keletkeztek bizonyos manuális módszerek, melyek kisebb korrigálásokkal még ma is léteznek és használják is őket, de az atlást kézzel nem lehet helyreállítani, ezért ezeket a helyreállításokat állandóan ismétlik.

A saolin szerzetesek és jógik több figyelmet szenteltek a testnek, mint mások. Megértették, hogy a tarkó tájékán létezik valami zavar, és keresték a lehetőségeket arra, hogyan tudnák megszüntetni. Kézzel és ujjakkal próbálták elhárítani ezt az akadályt, a hüvelykujjukkal nyomták a koponya alsó részét, és kézzel fordították a fejet.

Idővel újabb módszerek is létrejöttek. A nyak nyújtásával átrendezték a nyaki csigolyákat, és hirtelen mozdulattal elfordították a fejet, de ily módon sok esetben még rosszabb helyre került az első csigolya. Létezik olyan módszer is, amikor valaki a saját fejével nyomja a tarkóját annak, akinek az atlasát állítja helyre, valaki más pedig ököllel veri az arcát. Ily módon a koponya alsó része kicsit hátra csúszna, az atlas pedig egy kicsit

előrecsúszna. Voltak más módszerek is, de erőszakosnak és veszélyesnek bizonyultak, mert ilyenkor az atlas kontrolálatlanul mozgott.

A gerincnyújtást, amit több ezer évvel ezelőtt kezdtek el gyakorolni, ma is alkalmazzák. A jógik pántokat használnak, a tarkó és az alsó állkapocs alá helyezik, és egy ideig így lógnak. Így javítják a gerinc alakját, és ezáltal az első csigolyát jobb helyen tartják meg. Az atlaszt így nem lehet helyreállítani, de meg lehet tartani jobb helyen, ezért a jógik egészségesebbek, és tovább élnek más embereknel.

A jobb és hosszú élet titkát már rég felfedezték, de a titkot több okból kifolyólag is őrizték. A saolin szerzetesek és a jógik a társadalom elitjét képezték, mert a legjobb oktatásban részesültek. A tudást maguknak őrizték, így volt ez az atlással is. Ha akarták volna is, ezt a tudást nem tudták átadni a tudatlanoknak. A csontkovácsoláshoz és atlasz-helyreállításhoz különleges ügyességre volt szükség. Azért is őrizték a tudást, mert az atlással való manipulációk nagyon veszélyesek.

A középkor után a tudományok gyorsan fejlődött, így volt ez az emberi szervezettel foglalkozó tudománnyal is. Ezen szakterületek egy része az orvostudomány alapja lett. A XIX. század vége felé az embereknek nem volt orvosi képzettségük, de hozzájárultak az orvostudomány fejlődéséhez. Egy volt közülük Daniel Palmer is.

Palmer sikeres csontkovács volt, és rájött arra, hogy a csontok azért mozdulnak el, mert az atlas ki van mozdulva a helyéről. Ez egy nagyon fontos felfedezés, de az még fontosabb, hogy rájött arra is, hogy a nehézségek és betegségek zöme a kimozdult atlas miatt keletkezik. Élete végéig kereste annak a módját, hogyan lehet az atlaszt helyreállítani, de nem járt sikerrel.

A kiopraktika az ógörög korból ered, Palmer pedig a modern kiopraktika atyja. Rendkívüli eredményei ellenére elítélték, mert rátermettsége és tudása ellenére sem fogadta el az akkori orvostudomány.

Daniel fia, Barrett Palmer orvos volt, és tovább kísérletezett az atlasz helyreállítás módszereivel és a kiopraktika fejlesztésével. Ezt "MINDEN AZ EGYBEN"-nek nevezte el, mert csak egy kezeléssel meggátolhatta volna a betegségek keletkezését, vagy jobb egészséget tudott volna biztosítani gyógyítás nélkül, de ő sem tudta megtalálni a megfelelő helyreállítási módszert. Az ő hozzájárulásával a kiopraktika a XX. század közepén a hivatalos orvostudomány része lett.

A kiopraktika az orvostudomány része lett annak ellenére, hogy a gyógyszerek és műtétek nélküli gyógyítást szorgalmazza.

Sajnos, a történelem is követ el hibákat, a tények nem megfelelő ismerete vagy a történelmi adatok manipulálása miatt.

Időbeli távolság szükséges ahhoz, hogy a történelem felmérje, hogy csak hasznos-e a kiopraktika. Mint a többi gyógy mód, a kiopraktika is rövidtávon több százmillió emberen segített, de hosszútávon általában kárt okozott nekik. A kiopraktikusok a kezelés végén gyors mozgulattal megrántják oldalra a fejet. Így állítják be a nyaki csigolyákat, de gyakran elmoz-

dítják az első csigolyát. A kiropaktikát (csontkovácsolást) Amerikában alkalmazzák a leggyakrabban, ezért az amerikaiak a legbetegebb nemzetek közé tartoznak annak ellenére, hogy a legjobb az egészségügyi ellátásuk.

Köztudott, hogy ahány csontkovács, annyi féle csontkovácsolás, ezért a kiropaktika nem egy precíz tudomány. Mégis neki köszönhető, hogy több száz autodidakta kiropaktikus, vagy egészségügyi iskolát végzett kiropaktikus megpróbálta a múlt század végén megtalálni a módját az atlas helyreállításnak. Csak azokat említem meg, akik a legtöbbet járultak hozzá ehhez.

Dr. Albert Arpen felfedezte azt a technikát, amikor az atlas középső ujjal állítja helyre. Ezt a technikát "atlaszterápiának" nevezte.

Dr. Peter Huggler fedezte fel az "vitalógia" elnevezésű atlas helyreállítási módszert. Ez egy tenyérrel végzett ütés a tarkóra.

Dr. Roy Sweat az "ortogonal" módszert fejlesztette ki. Ezt egy géppel végzik, amiben rugó van, és egy ütest mérnek vele az atlasra, ami az egy kicsit kimozdul. A kezelés előtt és után röntgenfelvételeket készítenek. Több kezelés szükséges, és minden alkalommal készítenek felvételeket, hogy meglássák, mennyire van kimozdulva az atlas.

Dr. Richard Bartlett feltalált egy atlas helyreállítási módszert, melyet "Matrix-energetix"-nek nevezett el. Ez a módszer kapcsolt nélküli, energetikai helyreállításon alapszik.

Dr. Aslam Khan egy összetettebb módszert fejlesztett ki, mellyel az első csigolyát enyhe gépi ütésekkel állítsák helyre. A kezelést 6-9 hónapig tartó időszakon át végzik, és sokszor kell röntgenfelvételeket készíteni.

Dr. William Blair feltalált egy módszert, melyet "Blair technikának" nevezett el. Ez egy variációja a "vitalógia" módszernek.

A különböző atlas helyreállítási módszerek feltalálói tanítványokat képeztek ki, egyesek tucatnyi, míg mások akár ezer embert is. A tanítványok közül is egyesek saját módszereket fejlesztettek ki, de ezek csak az eredeti módszerek maradtak, kevés változtatással. Sokkal többen vannak azok, akik nem nevezték el módszerüket, mert azok az alpmódszerek másolatai voltak.

Mintha nem lenne elég az, hogy esésekkel, ütésekkel, vagy sportolás által a gyermekek és a felnőttek kimozdítják az atlasukat, de több tízezer ember manipulál az első csigolyával, és általában kimozdítja. Hogy nagyobb legyen az irónia, az emberek fizetnek is azért, hogy még betegebbek legyenek.

Az elmúlt száz évben a csontkovácsok több százmillió ember atlasát mozdították el, és a legtöbbjüknek nem is szóltak, hogy atlas helyreállítást fognak végezni rajtuk. Még a manuálisan dolgozó terapeuták sincsenek tudatában annak, hogy a fej gyors mozdulattal való elfordításával ellenőrizetlenül elmozdítják az első csigolyát.

Azok a terapeuták, akik különböző módszerekkel elmozdítják az atlas, és előtte röntgenfelvételt készítettek, azt mondják, hogy ezek tudományos módszerek. A kezelés előtt és után szükségük van három rönt-

genfelvételt, hogy meg tudják határozni, mennyire van elmozdulva az atlas. A probléma az, hogy a fejet nem jó túl sokszor röntgenezni. A hátulról készült röntgenfelvételeken az atlas általában nem látható, mert a koponya egy része eltakarja, az oldalfelvételen pedig nem lehet meghatározni melyik az atlas jobb- és baloldala. Három hónap után új felvételeket kell készíteni, mert az atlas már nem azon a helyen van, amelyre helyreállították, ezért ezek a módszerek nem megbízhatóak. Az emberek is kerülnek őket, mert sokszor kell sugaraztatniuk magukat rövid időn belül.

A fizikai traumák alkalmával az első csigolya időnként jobb helyre kerül. Ez történik a különböző helyreállítások alkalmával is. Az atlas elmozdításával felszabadulnak bizonyos idegpályák, ezért szűnnek meg egyes fájdalmak. Attól függetlenül, hogy hol keletkezett az új becsípődés, újabb egészségügyi problémák keletkeznek.

A legtöbb módszernél az atlas a második csigolyához viszonyítva jobb helyzetbe kerül, de az a probléma, hogy akkor még jobban kimozdul a koponyához viszonyítva, és itt van az emberiség legnagyobb problémája. A kezelés után egyeseknél javulás jelentkezik, míg másoknál romlik a helyzet. Néhány hónappal a kezelés után a többségnél rosszabbodik a helyzet, de az emberek ismét mennek atlas helyreállításra, mert előzőleg javulást tapasztaltak. Így az atlas még jobban kimozdul a helyéről és ez egészség mindik jobban romlik.

Minden új atlas helyreállítási módszerről azt állítják, hogy jobb, mint az előző. Természetes, hogy mindenki a saját módszerét dicséri, de a hatások hasonlóak. Ahogyan a múltban őrizték az atlas helyreállítás titkát, úgy most is a modern módszerek megteremtői titkolják, hogyan is működik a módszerük. Ez az oka annak, hogy a modern orvostudomány nem fogadta el egyik módszert sem.

A csontkovácsok nyomják a csigolyákat és nyújtják a gerincet, ezért megpróbálkoztak ezzel a módszerrel az atlas helyreállításánál is.

Palmer 1895-ben közzétette saját módszerét az első csigolya kimozdulásáról, de a svájci származású Rene Schümperli csak száz évvel később jött rá, hogy az atlaszt nem lehet lökdöséssel helyreállítani, hanem az ínszalagok masszírozásával, melyek rossz helyen tartják az atlaszt.

Rene Schümperli a "vitalógia" módszert alkalmazta, és neki is több tucatszor lett az atlasa helyreállítva ezzel a módszerrel. Próbált más módszereket is, de egyik sem segített neki. Néhány évig azon gondolkodott, vajon hol tévedhet mindenki, mire rájött, hogy az első csigolyát nem lehet fizikai manipulációkkal helyreállítani, csak ínszalag masszázzsal, egy készülék segítségével, mely gyorsan végez apró ütésekkel.

Schümperli rá volt kényszerülve, hogy feltaláljon egy jobb módszert, mert nagyon beteg volt. Szabadalmaztatta az "Atlasprofilax" módszert, és kiképezett 400 embert világszerte ennek a módszernek az alkalmazására. Az a megtiszteltetés ért, hogy egy lehettem közülük.

Ezt a módszert három hónapig használtam, és rájöttem, hogy nem ez a végleges megoldás. Schümperli a módszerét arra alapozta, hogy az

atlas mindig balra van kimozdulva, de én észrevettem, hogy ez csak ritkán fordul elő, ugyanis az atlas legtöbbször jobbra van mozdul. Ő nem tudta azt sem, hogy az atlas előre vagy hátra van kimozdulva. Elkezdtem fejleszteni a módszert, és egyre jobb eredményeket értem el.

Az elkövetkező három évben előadásokat tartottam az atlas helyreállításáról, és 5000 ember atlasát vizsgáltam meg. A felfedezésem tehát az, hogy a legtöbb embernél az atlas hátra van kimozdulva, és ez a legfőbb okozója a megbetegedéseknek.

Három évig fejlesztettem a saját atlas helyreállítási módszeremet, és végre rájöttem, hogyan kell csinálni. Schümperli módszeréből csak a készülék apró ütései maradtak meg, amelynek segítségével a helyreállítás történik. Ezzel befejeződött a helyes módszer keresése, amely több ezer évig tartott. Úgy gondolom, hogy ez az emberiség legnagyobb felfedezése, mert az egészséget eredményezi. Hiszem azt, hogy a történelem is meg fogja erősíteni ezt.

Az emberiség problémája több tízezer évvel ezelőtt kezdődött az atlas kimozdulásával. Az emberek önmaguknak és másoknak próbálták enyhíteni a fájdalmat azzal, hogy a tarkójukat dörzsölgették. A későbbiekben ezek a dörzsölgetések a "masszázs" elnevezést kapták.

Az atlaszt csak készülékkel való tarkó masszázssal lehet helyreállítani. A gyógyítások masszázssal kezdődtek, ez később az orvostudománnyá nőtte ki magát. A modern orvostudomány több ezer évig fejlődött, és ma jobb, mint valaha, de az emberek egyre betegebbek, és ismét visszatérünk a masszázshoz. A kör bezárul.

Minden, ami új, nevet kell, hogy kapjon. Rájöttem, hogy a **HumanUP** megfelelő elnevezés, mert az emberek kiegyenesednek, és az egészségük javul. A módszer teljes elnevezése **HumanUP atlas helyreállítás**.

Természetesen, az atlas helyreállítás felfedezése kulcsfontosságú, de az alkalmazási módszer is rendkívül fontos. Amikor valamit felfedeznek, fontos, hogy az emberek tudjanak róla és elfogadják.

Ez a felfedezés az orvostudomány része kell, hogy legyen, mert az egészségügynek kell a leghumánusabbnak lennie, de az atlas helyreállítás után az emberek összehasonlíthatatlanul egészségesebbek lesznek, és az orvostudománynak nem áll érdekében használni ezt a felfedezést, mert csökkentené a nyereségüket. Ezért az a legjobb, ha az atlas helyreállítást polgári egyesületek keretében végezzük, mert ezek non-profit szervezetek.

A közgazdászok és politikusok győzködnek minket arról, hogy az élet egyre jobb, de az emberek többsége azt érzékeli, hogy egyre rosszabb. Egy tudományos munka, mely a jövővel foglalkozik, azt látja elő, hogy a problémákat nem fogják tudni megoldani azok, akik létrehozták őket, ezért a polgári egyesületek, vagy a nem kormányzati szervezetek fogják rendbe hozni azt, amire a profik nem képesek.

Létrehoztam a **HumanUP** polgári egyesületet, és elkezdtem másokat képezni. Ennek a módszernek az az egyik legnagyobb előnye, hogy könnyű megtanítani másoknak.

Azt szeretném, hogy minél több ember részesüljön atlas helyreállításban, ezért ingyenes képzéseket tartok, hogy mások is segíthessenek a betegeken.

Nem volt szándékomban a találmányomat jogilag levédeni, de ezt egyesek kihasználták, így mégis levédettem a Szellemi Tulajdon Nemzeti Hivatalában 2014.03.26-án, az 5665. sorszám alatt. Ezzel a munkával azoknak kell foglalkozniuk, akik humán beállítottságúak, nem pedig azoknak, akik profitálni akarnak, ezért szerződést fogok kötni mindenkiel, aki nálam tanulja a módszert.

Az atlaszt kizárólag **HumanUP** módszerrel lehet helyreállítani. Várom, hogy az idő bebizonyítsa, hogy ez a legjobb megoldás. Hiszem azt, hogy a jövőben ezzel a módszerrel lesz minden embernek az atlasa helyreállítva.

Mint ahogy a meglévő civilizációk perifériáján keletkezett a görög civilizáció is, így keletkezett az atlas helyreállítás is a hivatalos tudomány perifériáján.

Palmernek és Schümperlinek nem volt egészségügyi képesítése, de a felfedezésükért járó elismerés az orvostudomány csúcsáról érkezett.

Dr. Reiner Seibel 2006-2010 között morfológiai tanulmányt készített a következő címmel: "A fejünk meg van csavarodva "és ezzel a munkájával bebizonyította, hogy minden embernek a világon az atlasa többékevésbé ki van mozdulva, de masszázssal helyreállítható.

A masszázs nem egészségügyi folyamat, ezért nem szükséges egészségügyi igazolás arról, hogy valaki ilyen kezelést végezhesen.

Az emberiség legnagyobb felfedezése spontán keletkezett, három századon keresztül. Palmer és Schümperli felfedezése nélkül én sem fedeztem volna fel a módszert a teljes atlas helyreállításhoz, ezért mélyszégyenem és a legnagyobb hálám fejezem ki irántuk.

A **HumanUP** módszer után valószínű nem fog létrejönni jobb módszer, de hagyjuk ezt meg a jövőnek, hogy eldöntse.

A Homo sapiens degradálása akkor kezdődött, amikor mindenevő lett, és amikor elkezdett túl sokat enni. A megnagyobbodott máj miatt rendellenesség lépett fel a szervezetben, és kimozdult az atlas. A felgyorsult degradáció pedig 150 évvel ezelőtt kezdődött a vegyileg szennyezett élőhelyek és a vegyileg szennyezett élelmiszerek miatt. Ezért romlott az emberek egészségügyi állapota, és vegyi anyagokkal kezdtek el bennünket gyógyítani is. A kimozdult első csigolya és a vegyi anyagok képezik azt a két rosszat, amit még az emberiség sem tudna túlélni.

Ha meg akarunk maradni, minél előbb helyre kell állítatni az atlasunkat. Egészségesebbek leszünk és könnyebben túléljük azt az időszakot, míg meg nem tisztítjuk a bolygónkat.

Az atlas helyreállítás felfedezése jobbá teszi az emberiség jövőjét. Több vérrel az agyunkban okosabbak leszünk, és felébred bennünk a tudat, hogy visszatérjünk a természettel való összhanghoz. A nárcisznak van egy másik elnevezése is. Ezt az elnevezést azért kapta, mert úgy néz ki, mintha el lenne törve a nyaka, és csak a saját szárát nézi, mert nem látja a többi növényt. Az emberi narciszoid viselkedés miatt, és az önmagunkba való nézés miatt, problémát teremtünk magunknak, és a bolygó többi lakójának is, akik a vegyi szennyezettség áldozatai lettek.

A felfedezés nélkül nem lennének jövőbeli történészek, hogy leírják az emberiség zuhanását, amely felé napról-napra tartunk.

KIMOZDULÁSOK

Az kimozdulások akkor kezdődtek, amikor a máj megnagyobbodott. Minden testrésznek a saját helyén kellene lennie, hogy a szervezet is megfelelően működhessen, de a májmegnagyobbodás miatt ez nem így van.

Az élelmiszer mennyiségétől függően a belső szervek alakja és nagysága változhat, mert a test középső része nincs behatárolva a csontvázal. A többi emlősnél a has lóg a horizontális testtartás miatt, és ezért minden szervnek van elegendő helye. Az embernél a két lábra állást miatt a szervek elrendezése más, a megnagyobbodott máj miatt rendellenesség lépett fel a szervek nagyságában, alakjában és elhelyezkedésében. Minden változásban van valami jó is, és valami rossz is. A megnagyobbodott máj nem hozott nekünk semmi jót, de a szerveink mégis valahogy működnek, mert a hasunk nincs behatárolva a csontvázal.

Az agy a legfontosabb szervünk, amit a koponya véd. A többi szervünkkel ellentétben, az agy be van határolva a koponyacsontokkal. Amikor az agyunk megnagyobbodott, a koponya is megnagyobbodott, de akkoriban még minden rendesen működött. A probléma akkor keletkezett, amikor az atlas kezdett kimozdulni a helyéről, és nyomni kezdte a véredényeket.

Az elmozdult atlas nyomja a vénát és csökkenti a vér áramlását, ezért az artériában növekszik a nyomás, és ezért pattannak el az erek az agyban. A kevés hely miatt az agy nem tágulhat, a duzzanat pedig nyomást gyakorol az agy azon részeire, amelyek az oxigén hiány miatt kezdenek elhalni. A sejtek elhalásának a másik oka akkor keletkezik, amikor az első csigolya odanyomja az artériát, és az agy nem kap elegendő vért.

A méhben, a fejlődés során a csontok minimálisan rossz helyen formálódnak, és ez az élet során csak rosszabb lesz, az atlas mind nagyobb kimozdulása miatt.

A megnagyobbodott máj miatt a csontok tévesen helyezkednek el, és ez azért probléma, mert rossz helyre pozicionálódnak a csontvázhoz viszonyítva. A csontok kimozdulása elmozdítja a belső szerveket, a cson-

tok rossz irányba való pozícionálódása pedig terheli az ízületeket, és ezért keletkeznek fizikai sérülések esetén ficamodások.

A "kificamodott" fogalom az jelenti, hogy fizikai sérülés által a csont teljes mértékben kicsúszott az ízületből. Amikor ez bekövetkezik az élet-funkciók nincsenek veszélyben, de amikor az atlas ficamodik ki, az ember meghal, mert megszűnnek az agyból közvetített jelek, és megszűnik a vér-áram.

A "kimozdult" fogalom a csont kis elmozdulására vonatkozik az ízületben, és ha ez megtörténik, a csont önmagától is visszatérhet a helyére. Az alsó csigolya mindenkinél többé-kevésbé ki van mozdulva, és nem tud önmagától visszatérni, mert az atlason és a koponya alsó részén el vannak vékonyodva a porcok.

A többi emlősnél is lehetséges atlas kimozdulás, de ez nagyon ritkán történik meg, erősebb fejütések alkalmával. Ilyenkor a megnyomott gerincvelő miatt az állat megbetegszik, attól függően, hogy mi van megnyomva, de nem keletkeznek új betegségek, mert nem nyomódik meg a többi jel a gerincnél. A legerősebb fejütések alkalmával az atlas túlságosan kimozdul, és az állat gyorsan elpusztul, mert nincs elegendő vér az agyában.

A két lábra állás és az atlas kimozdulása miatt, a mi fajtánknál az élet során mindenünk egyre jobban elmozdul, ezért leszünk egyre betegberek. Idős korban ez mindig nagyobb probléma. A probléma pedig még a méhben kezdődött.

Az első csigolya már részben kimozdulva formálódik, és ezért kell bevezetni a "ráadás kimozdulás" kifejezést, amely a szüléskor kezdődik el. A "ráadás kimozdulás" akkor is bekövetkezik, ha a szülés könnyű.

Szülés közben a baba és az anya atlasa is kimozdul. A kismamának gyakran nyomják és lehajtják a fejét, vagy az erőlködéstől kimozdul az atlasa, emiatt kezdődnek a szülés utána az egészségügyi problémák. A legtöbb szülés a szülészeten történik, de atlas kimozdulás létrejöhet más egészségügyi intézményekben is. Ráadásul a kimozdulás megtörténhet a fogorvosnál is, ha a felső fogsorból húznak ki fogat, vagy a nyelőcső, légcső endoszkópikus vizsgálatainál.

Világszerte állandóan történnek ráadás atlas kimozdulások. A gyermekek, amikor járni tanulnak, nem tudják még tompítani az ütéseket eséskor, és ebben a korban még könnyen kimozdul az atlas. Növés közben a gyerekek játszanak és kezdenek gondot viselni a testükről, de ekkor az ütések már erősebbek. Az atlas kimozdulhat, amikor a gyermek leesik a hintáról, vagy a hinta fejbe vágja. Ahhoz, hogy kellőképpen fejlődjünk, fiatal korban sportolnunk kell. Ilyenkor is kimozdulhat az atlas, ezért keletkeznek fejlődési rendellenességek. Ha a labda fejbe találja az embert, szintén kimozdulhat az atlas.

Az első csigolya kimozdul, ha kemény felületre esünk, de a vízbeugrások is kimozdíthatják. Az ember úszhat, mégsem hal. Úszás közben a fejünket elvetjük oldalra. Ilyenkor is kimozdul az atlas. Úszással a test

egy kicsit kiegyenesedik, de ez nem elegendő, mert járás közben ferdül a kimozdult atlas miatt.

Az emberi faj két lábon való járásra van elrendelve, és ezzel nem is lenne probléma, ha az atlas a helyén maradna. Nem úgy születünk, hogy a lábunkon sílécek, korcsolyák, rollerek, görkorcsolyák és más játékok vannak, amiket a szülők megvesznek a gyerekeknek, hogy élvezzék a gyermekkorukat. Ez az öröm később örömmé változik. A szülők aggódnak a beteg gyermekeik miatt, de nem tudják, hogy ez a kimozdult atlas miatt van.

Az ember nem madár, és nem tud repülni, de hajthat kerékpárt. Míg a gyerekek ezt tanulják, többször is leesnek. Fiatalkorban a motorbicikli nagy öröm, de az esések nagy gondot okozhatnak.

Tusolás közben csúszós alattunk a talaj, és valószínű nincs olyan ember, aki nem esett volna el ilyenkor. Egy ember kimozdította az atlasát, míg a törölközővel törölte a nyakát. Ha ez vele megtörtént, megtörténhetett mással is. Amikor első alkalommal halottam, hogy valakinek kimozdult az atlasa tüsszentés közben, azt gondoltam, hogy ez lehetetlen.

Az atlas ráadás kimozdulása a test bármilyen ütésekor megtörténhet, de a leginkább fejütésnél fordulhat elő. Volt már olyan is, aki elfelejtette, hogy ütközés alkalmával a fejével betörte az első üveget. Mindenki el szeretné felejtetni az ilyen eseteket, de a betegségek, amik a kimozdulás után következnek, emlékeztetnek minket ezekre a kellemetlenségekre.

Az egyensúlyérzékelőink a középső fülben helyezkednek el, és jól meg vannak védve a koponya csontjaival. Fejütés alkalmával a koponyacsontok minimálisan más pozícióba mozdulnak el, és megzavarhatják a szenzorok pozícióját. Ebben az esetben a mikronos nagyságú elmozdulás is túl nagy. Amikor többször kimozdul az atlas, akkor az egyensúlyközpont rosszabbul működik, és az emberek gyakrabban esnek el, ami még nagyobb kimozdulásokhoz vezet, és még több a betegség kialakulásáért lesz felelős. Az egyenes testtartás már egymillió ötszázezer éve tart, de az emberek még mindig elesnek.

Az emberi faj egyik különlegessége a nevetés. Hajlamosak vagyunk kinevetni valakit, aki elesett, vagy ha a TV-ben látunk eséseket. Ez valóban nevetséges, de egyben szomorú is, mert az a személy meg fog betegedni a kimozdult atlas miatt.

A fejmosás a fodrász szalonokban veszélytelennek tűnik, de a hátra-dőlt fejtartás szintén atlas kimozdulást okozhat. Jobb ritkán menni fodrászszalonba, és a megspórolt pénzen elmenni atlas helyreállításra, és ezáltal elnyerni az egészséget.

Az atlas a napi aktivitások alkalmával is kimozdul, de kimozdulhat alvás közben is, amikor azt gondoljuk, hogy biztonságban vagyunk. A puha párnák szintén kimozdíthatják az atlasukat. A legtöbb ember a jobb oldalával a bolygó felé fordulva alszik, mert ily módon csökkenti a tarkójában keletkező fájdalmat és könnyebb elaludni. Alvás közben a párna nyomja a

fejet baloldalra és még jobban kimozdítja az atlást abba az irányba, amerre már ki van mozdulva.

A halál leggyakoribb okai manapság az infarktus és agyvérzés, melyek a ráadás atlas kimozdulás miatt alvás közben történnek. A első agyra vagy a nervus vagusra gyakorolt nyomáserősségétől függően, lecsökkennek a szív irányában közlekedő idegi jelek, és rendellenesség lép fel a vérkeringés- és vérnyomásközpontokban, vagy mindkettőben. Ezek a helyzetek még jobban romlanak, amikor az atlas megnyomja a véredényeket az agy irányába.

Az atlas helyreállítás után csökken a szívroham és agyvérzés veszélye, mert az idegek és a véredények felszabadulnak a nyomás alól.

Számtalan olyan helyzet van, amikor bekövetkezhet a kimozdulás, és mintha ez még nem lenne elég, az atlas még ráadásként is kimozdulhat különböző más helyreállítások alkalmával.

A **HumanUP** módszer előtt a Atlasprofi-lax volt a legjobb módszer, de ezzel a módszerrel az első csigolyát jobb oldalra mozdítják ki, pedig a legtöbb ember atlasa már eleve jobboldalra van kimozdulva.

Esések és ütések alkalmával az is megtörténhet, hogy az atlas jobb helyre kerül. Abban az esetben megmagyarázhatatlan módon eltűnnek az addigi egészségügyi problémák. Léteznek olyan emberek, akiknek az első csigolyája csak egy kicsit van kimozdulva, de ők is helyre kell, hogy állítsák, hogy ne mozduljon ki még jobban, véletlen megrántások vagy ütések alkalmával. Az atlást legkésőbb az ötvenes éveink elején helyre kell állítani, mert akkor kezdődik az atlas ún. fokozatos csúszása.

Számtalan kimozdulás létezik és csak tíz fajta helyreállítás van, ezek általában nem elég precízek, ezért csak egy igazi módszernek kell léteznie. Az atlas önmagától nem tud helyreállni, ezért a jövőben minden ember a világon el fog fog menni atlas helyreállításra.

HELYREÁLLÍTÁS

Ahogy a régmúltban is volt, így van ez most is. A legtöbb embernél fiatal korban fájdalmak jelentkeznek a tarkó jobb oldalán, és sokan masszírozással, vagy a fej elfordításával igyekeznek csökkenteni a fájdalmakat, valójában pedig az atlasukat próbálják helyreállítani.

Az atlást mindössze egy perc alatt helyre lehet állítani. Ily módon javítható ki a hiba, mely több tízezer évvel ezelőtt keletkezett.

Az orvostudományban az az elv működik, hogy gyógyítással ne rontjuk el az egészségügyi állapotunkat. Az atlas helyreállítás nem gyógyítási folyamat, és nem ronthatjuk el vele az egészségünket. A beteg embereknél a helyreállítás után jelentkezhetnek nehézségek, de ez nem rosszabbodás, hanem azt jelenti, hogy folyamatban van a gyógyulás és a betegség befejező fázisban van.

Amikor egy ízület kificamodik, helyre kell rakni, függetlenül attól, hogy egy éves gyermekről, vagy száz éves emberről van szó. Amikor az atlas túlságosan ki van mozdulva, minél előbb helyre kell állítani, függetlenül attól, hogy egy hónapos csecsemőről, vagy a legidősebb emberről van szó a világon. A többségnek az atlasa egy kicsit van ki mozdulva, és a helyreállítás nem sürgős. Mégis, amikor az emberek helyreállítatják az atlasukat, sajnálják, hogy nem előbb tették meg ezt.

Az atlas helyreállítás után megkezdődik mindennek a helyreállítása a szervezetben. A csontváznak idővel szabályosabb alakja lesz, a szervek pedig visszatérnek anatómiai helyükre. Amikor minden a helyére kerül, a szervezet jobban működik. Emiatt az atlaszt joggal nevezhetjük VARÁZS-CSONT-nak is.

Az atlas helyreállítása röviden tartó varázslat, mely lehetővé teszi a jobb egészséget. Azt viszont nem lehet, hogy csak kapunk, de nem adunk. Ebben az esetben minimumot adunk és maximumot kapunk, mert a jó egészség a legfontosabb az életben. Az, amit masszázs közben adunk, az csak egy kis türelem, míg el nem múlnak a rövid ideig tartó fájdalmak, melyek után napról-napra jobban vagyunk.

Azok, akik tejtermékeket fogyasztanak, nagyobb fájdalmakat éreznek az izmaikban, így a tarkó izmaiban is. Masszázs közben a fájdalmak nem erősek, de mindenkinek más a fájdalomküszöbe. Van, akinek a masszázs jól esik, és azt mondják, hogy sokkal erősebben masszírozták magukat és jobban fájt nekik, mint a helyreállító masszázs. Ezeket a kis fájdalmakat mindjárt el is felejtik és emiatt el fognak múlni az erősebb fájdalmak, amiket hónapokon, vagy éveken át éreztek.

A szédülés és az szívritmuszavar megszűnik rögtön az atlas helyreállítás után, és nem is jelentkeznek többé. Az étintett emberek számára a készülék, amellyel masszírozunk, olyan mint a varázspálca, mert megszünteti azokat a problémákat, amelyek miatt éveig szenvedtek, és sehogy sem tudtak kigyógyulni belőle. Azoknak, akik más fajta nehézségekkel küzdenek, szükségük lesz egy pár hónapra, mire javulást éreznek.

Azok az emberek, akiknek az első csigolyájuk nagyon ki van mozdulva, általában nem engedik meg a helyreállítást. Ők erős tarkófájdalmaktól szenvednek, és nem akarják, hogy inger érje azt a pontjukat. Ez óriási hiba, mert éppen számukra a legfontosabb az atlas helyreállítás.

Az atlas helyreállítása, izommasszázzsal és a tarkóban lévő ínszalagok lazításával történik, melyek az atlaszt kapcsolatban tartják a koponyával. Nem tudjuk egyedül helyreállítani az atlaszt, mert a masszázst hátulról kell véghezvinni, és fájdalmat is okozhatunk magunknak. Ha az ember helyre is tudná saját atlasát állítani, mégsem tehetné, mert a fájdalom nem engedné a további tevékenységet. Akinek a masszázs fáj, abban a pillanatban nem szerethet bennünket, de évről-évre egyre jobban megbékül velünk, mert megszabadítottuk a hosszú éveig tartó fájdalomtól.

A hivatásos sportolók rendkívül egészségesek, mert a gyógytornászok és orvosok karban tartják az egészségüket. Az első agyban helyez-

kednek el az orientációs, koordinációs, koncentrációs és motivációs központok, ezért amikor egy sportolónak helyreállítjuk az atlasát, még jobban fog teljesíteni.

A munka, amit végzünk, humánus, mert segítünk az embereknek abban, ami a legfontosabb nekik. Az atlas helyreállítás után legjobban a test fizikai állapota javul, de a pszichikai is, mert az első agyban helyezkedik el a hangulatközpont. Az ember karakterét nem lehet megváltoztatni, de az emberek jobban érzik magukat pszichikailag és fizikailag egyaránt.

Az ember jellemét nehéz megváltoztatni, de amikor megszűnnek a betegségek, előtérbe kerül az igazi jellem, amit a betegségek elnyomtak. Hihetetlennek tűnik, de a jobb pszichikai állapot mellett, mi jobbá tesszük az emberek lelkét is, mert az első agyban helyezkedik el az érzélem és az érzékenység központjai. Az atlas helyreállítás által a lelkünk megkönnyebbül és humánusabbá válik.

Egyedül csak az egészség nem vásárolható meg. Életünk során sok pénzt elköltünk különböző gyógymódokra, de pénzzel nem tudunk megvenni 1 kg vagy 1 m egészséget.

Mennyit ér az, hogy megszűnnek a fájdalmak, a fejfájás, migrén, a magas vérnyomás, a szívpanaszok és más betegségek, és az, hogy életünk során nem lesz több betegségünk? Az atlas állítás után megszűnnek az egészségügyi problémák, amely után azt mondják, hogy ez többet ér mindennél a világon.

Mi, akik atlas helyreállítással foglalkozunk, humán munkát végzünk, de az is teljesen normális, hogy ezt megfizettetjük, mert nekünk is vannak költségeink és befektetéseink is. Azon dolgozunk, hogy minél több ember tudjon az atlas helyreállításról. Azzal, hogy fizetnek érte, Önök is lehetővé teszik, hogy minél több ember informálódjon. Az atlas helyreállítást csak a első kezelés alkalmával kell fizetni, az atlas helyen tartása viszont ingyenes az élet végéig.

Amikor egy festőt megkérdeztek arról, hogy miért olyan drága a festmény, amit egy perc alatt megfestett, azt felelte: "Ez Önöknek egy perc, de én már tíz éve festek." Mi az atlas egy perc alatt helyreállítjuk, de előtte vizsgálatot végzünk, a helyreállítás után pedig tanácsokkal látjuk el Önöket, hogy milyen módon nyerjék vissza egészségüket minél hamarabb. Az elkövetkező egy évben még háromszor végzünk masszázst, követjük a változásokat és tanácsokat adunk, hogy hogyan maradjanak tartósan egészségesek. A továbbiakban minden évben egyszer kell rövid masszázst végezni, hogy az atlas egész életen át jó helyen maradjon, de ez költségmentes.

Sokak számára érthetetlen, hogyan lehet az atlas egy perc alatt helyreállítani. Amikor az atlas kimozdul a helyéről, az egy másodpercig tart, ezért lehet egy perc alatt helyreállítani.

A jobb anyagcsere miatt a pattanások csökkennek, vagy eltűnnek. A bőr regenerálódik, szebb és feszebb lesz a jobb testtartás miatt. A hát

felső részén elhelyezkedő púpocská idővel eltűnik, ezért a fej hátrahúzódik, a mellkas pedig előre. A mellék előtérbe kerülnek, ezért a nők vonzóbbak lesznek. Néhány hónappal a kezelés után a nők megszépülnek, és ez észrevehető lesz mindenki számára.

A szépséget nem lehet túlzásba vinni. A nők az atlas helyreállítás után is ápolják a kinézetüket, de kevesebbet kell a szépségápolásra áldozniuk, kevesebb kozmetika, bőr, körömápolás, cellulitis masszázs stb. szükséges ezt követve.

Pénzt költünk az esztétikára, de a gyógykezelésre és a gyógyszerekre is. Ezért az atlas helyreállításra úgy is lehet tekinteni, mint a jövőbeli spórolásra.

Az atlas helyreállítás a legtöbb ember számára nem annyira sürgős, de nagyon fontos. Ez a legfontosabb dolog az életben, ezért nem kell sajnálni rá a pénzt, hanem helyre kell állíttatni.

Atlas helyreállításra jöhet mindenki. Nők, férfiak, egészségesek, betegek, sportolók, tanult vagy kevésbé tanult emberek, egészségügyben dolgozók, papok, ferencesek stb.

Van, aki érti, hogy miért kell az atlas helyreállítani, de nem akar semmin változtatni, mert úgy gondolja, hogy ez a természetes. Azonban ha megbetegszik, vagy fájdalmai lesznek, akkor el fog jönni a helyreállításra.

Atlas helyreállításra mindenki jöhet, nincsenek ellenjavallatok. Ha valakinek meg van sérülve a bőre azon a részen ahol masszírozni kell, akkor vissza kell jönnie, amint begyógyult. Minden lehet ok az atlas helyreállításra. Az embereknek azért van egészségügyi problémájuk, mert ki van mozdulva az atlasuk, ezért nem is kell azon gondolkodni, indokolt-e a helyreállítás vagy sem.

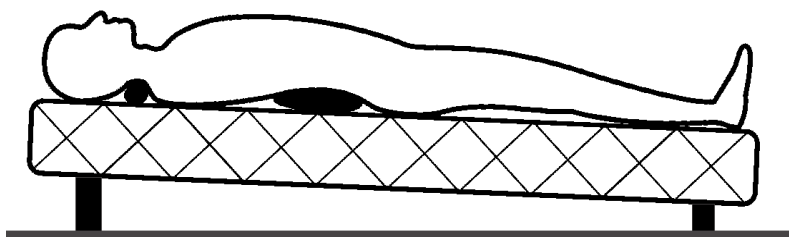
Mindenki, akinek agyvérzése, infarktusa vagy valamilyen műtétje volt, el kell, hogy jöjjön a helyreállításra, hogy hamarabb felépüljön. Azok, akiknek agyi aneurizmájuk, beépített stentjeik, műforgójuk, bypasszuk, pacemakerjük vagy akármi más gondjuk van, el kell, hogy jöjjenek atlas helyreállításra. Olyan esetben, ha valaki gyógyszereket szed, vagy alacsony a vérnyomása, a helyreállítást lassabban kell végezni.

Még a terhesség sem akadály az atlas helyreállításnál. Ha a kismama már szült, és atlas helyreállítást végeznek el rajta, könnyebben fogja kihordani a terhességet, mint az előzőeket. A kismama gyorsabb anyagcsereje lehetővé teszi a táplálék jobb felszívódását a magzatnál, ezért jobban is fejlődik. Annak ellenére, hogy a terhesség során bármikor bekövetkezhet a vetélés, ha ilyesmi meg is történne, az biztos nem az atlas helyreállítás miatt lenne. Még mindig nincs tudományosan és hivatalosan bebizonyítva, de az atlas helyreállítás után csökken az esélye a vetélésnek.

Amennyiben a nyaki, vagy lumbális részben létezik kifózis, KÖTELEZŐ az atlas helyreállítás után néhány hónapig naponta 10 percet elalvás előtt feküdni összetekert törölközővel, amit a nyaki rész alatt, illetve a lumbális rész alatt helyeznek el. Ennek köszönhetően a gerinc ezeken a részek

szabályos alakú lesz. Ha ez nem így történik, még jobban eldeformálódhat hátrafelé, és komolyabb problémák keletkeznek, mert az idetartozó szervek kevesebb idegi kapnának impulzust.

A NYAKI ÉS LUMBÁLIS KIFÓZIS CSÖKKENTÉSE



Csak egy olyan eset van, amikor különleges precizitással és figyelemmel kell nekilátni az atlas helyreállításnak. Ez az, amikor a porckorongsér a gerincvelő irányában van. Idáig ezen csak a műtét segített. Amennyiben helyreállítják az atlaszt, van lehetőség a javulásra, de rosszabbodásra is. Ilyen esetben az orvos közreműködésével kísérni kell az állapotot. Ha szükséges a műtét, a páciens könnyebben fogja elviselni az altatást és a műtétet, a későbbiekben pedig a jobb regeneráció miatt, hamarabb fel fog épülni.

Mindnyájunkra hatással van a gravitáció és az emelőrúd erői. Aki nem hisz az atlas helyreállításban, valójában nem hisz a gravitációban és Archimédesz emelőrúd törvényében. Normális, hogy vannak olyanok, akik nem hisznek, mert több ezer évig tartott a keresés, és most, hogy végre meg van az atlas helyreállításának módja, idő kell ahhoz, hogy ezt az emberiség elfogadja.

A jövőben az atlas helyreállítás és az atlas pontos pozícióban való megtartása, az élet és az egészségügyi kultúra része lesz.

Nehéz volt megtalálni az atlas helyreállítás módját, mert erre három felfedezés is szükséges volt. Az első kettőt Rene Schümperli fedezte fel: az atlaszt nem nyomják, hanem masszírozzák az ínszalagokat, a masszázst készülékkel végzik. A harmadik pedig én fedeztem fel: a pontos fokokat, amelyekből helyre kell állítani az atlaszt, a nyomások számát és erősségét, attól függetlenül, hogy milyen kimozdulásról van szó.

Az atlaszt nem lehet helyreállítani ujjakkal, mert lehetetlen elegendő ütést végezni másodpercenként, hiszen az ujjakban nincs elegendő erő. A készülék tetején ujj formájú gumi helyezkedik el, a tarkó kontaktus ezen a gumin keresztül történik. A készülék nélkül nem lehet helyreállítani az atlaszt, de a mi kezünk a fontosabb, mert tudni kell milyen erővel és merre kell irányítani a készüléket.

Százféle masszázskészülék létezik, és millió készüléket használnak a masszázsszalonokban, vagy házhoz járnak velük. Naponta tízmillió ember masszírozza a saját testét és tarkóját. Egyes készülékek olcsók, némelyek nagyon drágák, de egyikkel sem lehet helyreállítani az atlaszt.

A rezgést kibocsátó készülékek kb. akkor lettek felfedezve, amikor Palmer felfedezte az atlas kimozdulást. Schümperli csak száz évvel később fedezte fel, hogy az atlas rezgéssel lehet helyreállítani.

Az atlas négy ínszalag segítségével van rögzítve a koponya alsó részéhez. Két ínszalag a tarkóban van, kettő pedig elől a torok mellett. Mind a négy ínszalag egyforma erővel tartja az első csigolyát, és a koponyához tapad. Amikor a tarkó egyik oldalát masszírozzuk, fellazítjuk az ínszalagot, ezzel egy időben a többi három ínszalag mozdítja jobb helyre az atlaszt, ezután a tarkó másik oldalát masszírozzuk és lazítjuk. Az ínszalag fellazítása lehetővé teszi, hogy az atlas visszatérjen az anatómiai helyére, oda, ahol még akkor sem volt, amikor az anyaméhben formálódott.

Az embereknél a koponya nincs a pontos helyén, ezért jön létre az összes többi kimozdulás. A tudomány gyors fejlődése a XX. század során olyan illúziót keltett, hogy nagyon sokat tudunk, de mi nem tudtuk, hogy a fejünk nem áll jól. Dr. Reiner Siebel a XXI. század elején bebizonyította, hogy a koponyánk ki van mozdulva.

Ahhoz, hogy meg tudják érteni, hogy lehet megigazítani a koponyát, képzeljenek el egy kődarabot, amelynek a tetején egy fej nagyságú kő van. Amikor rezgéssel hatni kezdenek a nagyobb kőre, semmi nem mozdul, de amikor a kődarabra kezd hatni, az mozogni kezd annak ellenére, hogy a nagyobb kő rajta van és nyomja. Az atlas olyan, mint a kődarab, a fej, mint a nagyobb kő, ezért lehet ezzel a masszázzsal helyrerakni a koponyát anatómiai helyére.

Hihetetlen, hogy nem kell nyomni a koponyát és az atlaszt sem, mégis minden a saját helyére kerül. Ez azért történik így, mert masszázzsal fel vannak lazítva az ínszalagok és izmok, és az atlas természetes módon az anatómiai helyére kerül.

Az atlaszt közvetett módon az ínszalagok masszírozásával állítjuk helyre, a koponya pedig indirekt módon helyreállított első csigolya által kerül a helyére. Amikor valami már fel van találva, nagyon egyszerűnek tűnik, de több ezer ember, több ezer éven keresztül hiába kutatott az atlas helyreállítás módja után. Rene Schöperli értette meg, hogy az atlaszt az ínszalagok masszírozása által lehet helyreállítani. Az ő zsenialitása tette lehetővé az emberiségnek, hogy a jövőben nehézségek és betegségek nélkül éljen.

A helyreállítás közben nem az atlaszt toljuk, hanem az ínszalagokat, ezért ok nélküli azoknak az elégedetlensége, akik nem szeretnék, hogy a gerincüket bántsák. Helyreállításkor nem bántjuk sem az atlaszt, sem a gerincet. És az atlas nem is a gerinc része. Mi a koponyát is helyreállítjuk, de azt sem toljuk. Az ínszalagok masszírozásával mindent visszaállítunk az eredeti pozíciójába.

A végén csak egy helyreállítási módszer lesz elfogadva, ami kiszorítja a többi. Állítom, hogy a **HumanUP** módszer az egyetlen igazi atlas helyreállítási módszer. Állításomat arra a tényen alapozom, hogy más módszerek után az emberek eljönnek hozzánk, hogy állítsuk helyre az atlasukat.

HumanUP

Születéstől számoljuk a napokat, hónapokat, éveket és évtizedeket, de az élet valójában a fogantatás pillanatában kezdődik. Életünk első kilenc hónapjában jól meg vagyunk védve az anyaméhben, de ebben az időszakban történik egy aprócska, szinte észrevehetetlen rendellenesség, mely életünk során veszélyezteti az egészségünket.

Ma már bizonyos eljárásokat alkalmaznak a szülésnél, de százezer évre visszamenőleg nem léteztek. Abban az időben olyan természeti törvények uralkodtak, amelyek ma kegyetlennek tűnnek számunkra. Az élet a természetben keletkezett és ott is maradt fenn, de a kényelem és „mű” életmód miatt egészségünk egyre érzékenyebb lesz. Most úgy gondoljuk, lehetetlen, hogy a fajunk eltűnjön, de a modern életvitelünk miatt ez már folyamatban van. Az emberi aktivitás és a vegyi szennyeződés miatt eltűnnek a különböző növényi és állatfajok. Ha így folytatjuk, az ember is eltűnhet.

Minden nehézség ellenére az élet több milliárd éven át fejlődött, ennek az eredménye a Homo sapiens, mely jobb kellene, hogy legyen mindenkinél, de pont mi jelentjük a legnagyobb veszélyt önmagunk és mások számára.

A **HumanUP** módszer fennmaradást jelent mindenki számára, de ami még ennél is fontosabb, egyben visszatérést is jelent a természet törvényeihez, hogy a jövőbeli generációk jobbak legyenek az előzőeknél. Ez a törvény lehetővé teszi a fajunk fejlődését, de az emberi fajnál már több generáción keresztül jelen van a degradáció. A fordulat végre lehetséges, és elérkezett a végső idő a **HumanUP** alkalmazására.

Minden vajúdas lefolyása emlékeztetőként szolgál elődeink viselkedésére, akik elhagyták a vízi közeget, és új életet kezdtek a szárazföldön. Szülés előtt a méh összehúzódadásokkal nyomja a magzatot a szülőcsatorna felé, és ily módon gyengéden masszírozza, hogy ki tudja lökni a vizet a (ezt folytatni akartad?)

Több ezer éve tudják az emberek, hogy a születés pillanata életbevágóan fontos a további élet szempontjából, és a „sors pecsétjének” nevezték el, de nem tudták, hogy miért van ez így. Az első csigolya szülés közben „ráadásként” kimozdul, és ez határozza meg, hogy milyen lesz az egészség.

A fiúmagzatok nagyobbak, ezért az ő atlasuk szülés közben jobban kimozdul, mint a lányoké. Ez az egyik oka annak, hogy a férfiak gyengébb egészségűek, így már az első naptól kezdve rövidül az életük. A statisztika szerint 2%-kal több fiú születik, mégis 2%-kal kevesebb a férfi, mint a nő. Ennek az az oka, hogy a férfiaknak az atlasa az élet során jobban kimozdul.

Az emberek generációi keresték annak a módját, hogyan is lehet az atlant helyreállítani. A sors így akarta, hogy most szerezzünk tudomást az atlas helyreállításának eredményes módjáról.

Az én felfedezésem az első csigolya helyreállításról, az Palmer és Schömperli felfedezéseinek utolsó szakasza. A megoldások, amelyekhez így eljutottam, eredetiek, és most vannak először alkalmazva.

A többi atlas helyreállítási módszernél általában titkolják a nyilvánosságtól, hogyan is néznek ki a kezelések. Ezzel ellentétben én szívesen ismertetem a **HumanUP** módszert. Nem tudom leírni helyreállítás folyamatát, de ez nem is fontos annak, aki kezelést igényel, mert még az egészségügyi végzettséggel rendelkezők sem tanulhatják meg az atlas helyreállítást úgy, hogy csak olvasnak a módszerről. Ezt a módszert különös figyelemmel kell átadni másoknak, mert korszakalkotó felfedezésről van szó, ami az emberiség egészségét szolgálja.

Az a legjobb, ha az emberiség újjászületése a születés pillanatával kezdődik. A **HumanUP** fogalom az új kezdetre vonatkozik, de fontos megtartani minden jót a múltból. A korszerű szülési módszerek fejlesztéseket hoztak, de nem tartották meg az ezeréves tapasztalatokat.

Valamikor a babáknak rögtön születés után megfogták a lábukat, és lógni hagyták őket fejjel lefelé, ilyenkor egy gyors lefelé rántó mozdulattal kijött a tüdejükből a magzatvíz. Ez erőszakosnak tűnik, de az emberek észrevették, hogy a gyerekek ennek köszönhetően egészségesebbek lettek, de nem értették miért van ez. Amikor gyors, rántó mozdulattal kiegyenesedik a baba teste, az atlas is jobb helyre kerül. Ma a szülések, ha a baba nem kezd el lélegezni, megfogják a lábánál fogva, és elkezdik paszkolni a hátát, hogy kidobja a felesleges magzatvizet, de így az atlas nem kerül jobb helyre.

Az újszülött rángatása kegyetlennek tűnik, és ha a baba hátát paszkoljuk, az csak még jobban kimozdíthatja az atlasát a helyéről, ezért lesz beteg a gyermek. A baba teste gyengéd, a mostani életmód pedig már születésétől kezdve óvja a babát és mindent megkönnyít neki, ezért leszünk egyre betegebbek. A szülés folyamatába beiktatott újdonságok mellett, be kell iktatni a baba testének megrántását is. Az atlasz így módon nem lehet teljes precizitással helyretenni, ezért mielőtt elkezdi járni, létfontosságú helyreállítani az atlasát.

A szülést könnyebb levezetni, ha a kismama félig fekvő pozícióban van, de így kimozdulhat a baba atlasa, és ezért vissza kell térni a természetes guggolós testtartáshoz, amit már százezer évvel ezelőtt is alkalmaztak.

A kismamák fejét szülés közben előrenyomják, hogy megvédjék a pajzsmirigyüket a nyomástól, de ez téves. Szülés után a nőknek problémájuk van a pajzsmirigyükkel, mert szülés közben a fejük előre van nyomva, és az atlasuk hátrafelé mozdul ki, ezért alakul ki náluk lordózis, a gerinc nyaki részében. A fej előrenyomását meg kell tiltani, mert a baba felneveléséhez egészséges anyára van szükség.

A babák atlasát kb. tíz hónapos korukban a legjobb helyreállítani, mert amikor járni kezdenek, még jobban kimozdulna az atlasuk. Ha a baba tíz hónapos kora előtt beteg, az azért van, mert nagyon ki van mozdulva

az atlasa. Ahhoz, hogy meggyógyulhasson, helyre kell állítani az atlasát. Az atlas helyre lehet állítani már a szülés utáni első órákban. A babák és a kicsi gyermekek az atlasát csak egy gyengéd jobb- és baloldali nyomással helyre is lehet állítani.

A szülőknek a helyreállítás előtt részletesen megmagyarázzuk a masszázst, és tanácsoljuk nekik, hogy először a saját atlasukat állíttassák helyre, és utána a gyermekeikét. Miután a kezelés követve javulást észlelnek, és meggyőződnek arról, hogy ez milyen egyszerű, elhozzák a gyermekeiket is. A masszázst kellemes légkörben végezzük, ez különösen fontos, amikor gyerekek atlasát állítjuk helyre.

A szülők először gyengéden masszírozzák a gyermekeiket, hogy a helyreállításkor lazábbak legyenek. Vannak olyan gyerekek, akik nevetnek, mert a készülék csiklandozza őket, de van, aki feszültebb, és ezért egy kicsit fájdalmasabb is ugyanakkor a helyreállítás, de ezt követve, szinte azonnal elfelejtik a kellemetlenséget. A gyerekeknek sokkal nagyobb fájdalmaik voltak esések alkalmával, mert megütötték magukat, és ilyenkor még jobban kimozdult az atlasuk. A szülőknek nem kell gondolkodniuk, hogy elhozzák a gyermekeiket vagy sem, mert a helyreállítás után egészségesebbek lesznek.

A növekedés során a gyerekek elevenek és megtörténhet, hogy az atlas egy kicsit kimozdulhat, még akkor is, ha helyre van állítva. A gyerekeket évente kétszer kell ellenőrzésre hozni, hogy az atlasuk mindig helyen legyen. Ha időközben a gyermeket erős ütés éri, az atlaszt újra helyre kell állítani.

Ahhoz, hogy megértsék, hogyan lehet egészségesebben élni gyógyítás nélkül, előzetes tudás szükséges az első csigolya helyreállításáról. Míg egészségesegek vagyunk, nem foglalkozunk a gyógyítással, pedig az a legjobb időszak az atlas helyreállításra, és akkor nem is leszünk betegek. Ebben az esetben az egészséges életmódhoz való másmilyen hozzáállásról van szó, és megfelelő információk szükségesek.

Az atlas helyreállításról kevés ember hallott, és azok is hiányosan vannak informálva. Sok téves információ és előítélet létezik, ezért az a legjobb, ha nálunk informálódnak.

Telefonon keresztül nem láthatjuk az Önök testének alakját, gerincük ferdülését, Önök pedig nem láthatják a készüléket, amellyel dolgozunk, ezért az a legjobb, ha eljönnek hozzánk. Meg fogjuk állapítani, hogy mennyire van az atlasuk kimozdulva, beszélgetni fogunk Önökkel az egészségügyi problémáikról, és megmutatjuk, hogyan végezzük a masszázst.

A kezelések nyilvánosak, és a helyszínen hallhatják azoknak a történetét, akik megtapasztalták a javulást, mert már régebb óta helyre van állítva az atlasuk. A mostani könyv mellett hozzájuthatnak más nyomtatott kiadásokhoz is, melyek a következők "Az atlas prenatális formálódása téves helyen", "Újjászületés" és "Az újjászületettek tapasztalatai".

Az atlas helyreállításáról többet megtudhat a www.humanup.pro weboldalunkon, melyen részletesen megismerheti munkásságunkat. Itt azo-

knak az országoknak a lakosai is részletesen megismerkedhetnek a munkánkkal, ahol még nem vagyunk aktívak és kapcsolatba léphetnek velünk.

Mindezek mellett, az emberek legtöbbször mások (barátok, rokonok) ajánlásával érkeznek hozzánk, akik beszámolnak nekik a saját tapasztalataikról, javulásokról.

Közülük sokan többféle kezelést kipróbáltak már, és a végén hozzánk jöttek. Ha először atlas helyreállításra jöttek volna, már régen megszűntek volna az egészségügyi panaszaik.

A kezelésre önszántunkból kell eljönni, olyan tudattal, hogy ez a legfontosabb esemény az életünkben. Amint Ön megérkezik atlas helyreállításra, kapni fog egy űrlapot, amit ki fog tölteni, be fogja írni a személyes adatait, és az egészségére vonatkozó kérdésekre válaszol. Van, akinek nem jut eszébe minden egészségügyi problémája vagy nehézsége, és csak a legégetőbbeket írja be, mert nem gondolja azt, hogy az atlas helyreállítás után csökkeni fog a hajhullása, öregégi foltjai, lúdtalpa, bűtyke, fájdalmai és egyéb nehézségek.

A kérdőív végén kötelezik magukat, hogy az elkövetkező egy évben még háromszor el fognak jönni, mert a helyreállítás akkor lesz befejezve, az atlas és koponya alsó részén levő porcogó természetes regenerálódási folyamata miatt. A szöveg tartalmazza az Önök kívánságát is, hogy helyreállítjuk az atlasukat. Megjegyzésben oda van írva az is, hogy a masszázsnem gyógyítási folyamat, hanem a szervezetet hozza jobb állapotba, azonban ez a folyamat az életkortól, a megbetegedés időtartamától és fajtájától függ.

Nekünk nem muszáj tudnunk, hogy Önnek milyen az egészségügyi állapota, mert az atlas helyreállítás után javulás lép fel, illetve megszűnik a betegsége. Mégis az lenne a legjobb, ha beírnának mindent, ami eszükbe jut, hogy közölhessük Önökkel, célzhatunk rá, hogy milyen reakciókra és folyamatokra számíthatnak az atlas helyreállítása után. Tapasztalatból tudjuk, hogy minden nehézség eltűnik, és tanácsokat adunk arra vonatkozólag, hogyan gyógyuljanak meg előbb.

Beszélgetés után megfigyeljük az Ön testtartását függőleges helyzetben, mert a ferdülés évekig vagy évtizedekig tartott állás és menés közben, az atlas kimozdulása miatt. Amikor megnézzük Önöket előlről és oldalról, és kitapogatjuk a gerincük alakját, általában tudjuk, mennyire van kimozdulva az atlasuk. Ezután megnézzük, mennyire bírják a hátukra tenni a kezüket, majd amikor leülnek, fejüket jobb- és baloldalra fogják elfordítani, hogy lássuk, mennyire korlátozott a fejfördítés mozgulata. A legtöbb embernél kisebb a baloldalra fordulás íve, mert az atlasuk úgy van kimozdulva, hogy korlátozza a baloldalra fordulást.

Míg tapogatjuk, hogy mennyire van az atlas kimozdulva, Önök is érezhetik a különbséget a jobb- és baloldal között, ha a koponyához és állkapocshoz viszonyítunk. Amikor kitapogatjuk, csak akkor vagyunk teljesen biztosak abban, hogy a ráadás kimozdulás az előző hónapokban ke-

letkezett e, mert a test és a gerinc másképpen vannak eldeformálva, ha már régen megtörtént a kimozdulás.

Mielőtt elkezdenénk a masszázst, meg fogjuk mutatni a saját tenyerünkön és az Önökén is, hogyan működik a készülék, és meg fogjuk mondani, mennyi nyomást gyakorolunk a jobb- és a baloldalon. Önök ülnek, míg a masszázst végezzük, és a kezelés alatt lazítani kell, mint bármilyen más masszázs alkalmával. A masszázs jól fog esni, amennyiben nem feszítik meg a nyaki izmaikat.

Miután megtörténik a helyreállítás, újból ki fogjuk tapogatni a távolságot az atlas és a koponya alsó része között, valamint az állkapocs között. Önök meg fogják érezni, hogy az első csigolya végre a helyén van. Ezek után el fogják fordítani a fejüket jobbra és balra, és érezni fogják, hogy most sokkal jobban bírják fordítani a fejüket. A fej idővel vissza fog menni eredeti helyzetébe, a mellkas pedig előre, a csigolyák át fognak rendeződni, és a fej még jobban tud majd mozogni.

A masszázs közben több jótékony hatás is kezdődhet, és azonnal folytatódik a helyreállítás után. Van, aki rövid áramlást érez bizonyos testrészében, az azt jelenti, hogy az idegi jelek újra elkezdtek teljes mértékben áramlani, és jobb a vérkeringés.

Van, akinek elkezd izzadni a tenyere, mert felszabadult az izzadásért felelős ideg. A masszázs után általában a nők érzik azt, hogy jobban látnak, mert jobb lesz a vérellátás a látóközpontban. Az első csigolya helyreállítása után a látás tartósan megjavul, és vannak olyanok, akiknek a dioptriája is javul.

A legtöbb embernél azonnal javulás jelentkezik. Sokan érzik azt, mintha levettek volna valamilyen terhet a vállukról. A vállukban, hátukban, kezükben, lábukban enyhülnek a fájdalmak és a feszültség. A felkelés és leülés könnyebb, aki nem tudott leguggolni és felkelni, a masszázs után ismét tud.

Van olyan is, aki először tud levegőt venni az orrán. Közvetlenül a masszázs után a legtöbb embernél javul az alvás, és észrevehető a test ellazulása és a jobb közérzet is.

Ezek a javulások a legtöbb embernél bekövetkeznek, mert az atlasuk hasonlóképpen volt kimozdulva, a többiekénél pedig ez attól függ, hogy hogyan volt kimozdulva az atlasuk és elferdülve a testük.

A húsz évtől idősebbek a következő egy évben jönnek még újabb három kezelésre. A legjobb egy és négy hónap, majd egy év múlva jönni. Az első pár hónapban történik a legtöbb változás a szervezetben. A masszázs folytatásában beszélni fogunk a reakciókról, és meg fogjuk magyarázni a különböző jelenségeket a szervezetben. Később kevésbé érezhetőek ezek a reakciók, de az öngyógyítás folyamata továbbra is tart, és ez hozzájárul a jobb egészséghoz.

Az atlas egy év alatt áll teljesen a helyére. Ennyi idő szükséges ahhoz, hogy az atlason, és a koponya alsó részén lévő porcogó természetes módon regenerálódjon. Ezek után lehetetlen, hogy az atlas újra kimozdu-

ljon. Nagyon kicsi az esély rá, hogy a legerősebb fejütések alkalmával minimálisan kimozdul, de ha történne is ilyen, eljöhethetnek további masszázssra. Ahhoz, hogy az atlas egész életünkben jó helyen maradjon, az a legjobb, ha évente egyszer eljönnek egy rövid masszázssra.

A beteg embereknek az atlas helyreállítás után szükségük van támogatásra, és mi tanácsokkal fogjuk őket ellátni, hogy eltűnjenek az egészségügyi problémáik. Ezek után nem keletkeznek újabb megbetegedések, és Önökön múlik, hogy mérsékelt étkezéssel, aktivitással és megfelelő pihenéssel fenntartják-e az egészségüket. Amennyiben betartják a tanácsokat, mi élethosszig tartó garanciát adhatunk Önöknek.

Ahogy múlnak az évek és évtizedek, az Önök egészsége egyre jobb lesz, és mindig jobban megbizonyosodnak arról, hogy az atlas helyreállítás volt életük legfontosabb eseménye.

A **HumanUP** atlas helyreállítás különleges, és fontossága abban rejlik, hogy csak ezzel a módszerrel állítható helyre az atlas az anatómiai helyére. A tarkómasszázs segítségével az atlas helyreállítás teljesen veszélytelen, mert az ínszalagok nyomják az atlaszt, és ez egy teljesen természetes folyamat.

Amikor az első csigolya helyreállítását végzik, a fejet le kell hajtani, és ezért a **HumanUP** módszer a leggyengédebb és a legrövidebb ideig tartó módszer. Ebben a testtartásban az ínszalagokhoz jobban hozzá lehet férni, és elegendő csak egy kis nyomás, hogy az atlaszt precízen helyre lehessen állítani.

A kezelés előtt nem szükséges az egészségügyi diagnosztika. A folyamatnak ez az egyszerűsége még egy előny a többi helyreállítással szemben.

A mi aktivitásunk nyilvános, mert az a célunk, hogy minél több emberhez eljusson a hír, hogy létezik megoldás az egészségügyi problémáikra.

Akármennyit is informálódunk, a **HumanUP** módszer hatékonyságról igazán csak akkor fognak meggyőződni, ha helyreállítatják az első csigolyájukat, és megtapasztalják ezt a kezelést.

Az anyjuk életet adott Önöket, a **HumanUP** módszer által pedig újjászületnek.

REAKCIÓK

Tudjuk azt, hogy bizonyos akciók után olyan folyamatok keletkeznek, amelyeket reakcióknak nevezünk. Amikor az első csigolya helyre van állítva, a szervezetben minden visszatér az eredeti helyére, és ezért reakciók lépnek fel. A folyamat a fordítottja a megbetegedés folyamatának.

A nehézségek és megbetegedések éveken és évtizedeken át keletkeztek. A betegségek elmúlásának folyamata sokkal rövidebb. A reakciók mindenkinél mások, időtartamuk pedig egyéni. Néhány hónap múlva a tü-

neteket már nem lehet érezni, még ha nem is múltak el, de a szervezet önmagát mindig jobb és jobb állapotba hozza.

Az egészséges emberek, az atlas helyreállítás után, megkönnyebbülést éreznek, és sokkal kellemesebben érzik magukat. A betegek az első napokban szintén megkönnyebbülést éreznek, de később keletkeznek a kellemetlenségek, melyek jelzik, hogy a szervezetben változások mentek végbe. Az alsó agy első ízben kapja meg teljes mértékben a jeleket a testtől, és megindulnak a javulás folyamatai, annak ellenére, hogy ezek a folyamatok kellemetlenek is lehetnek. A felső agytörzs számára ezek a változások nem kellemesek, de amint megértjük a folyamatot, könnyebb lesz elviselni a reakciókat is.

A helyreállítás után a legtöbb ember jobban alszik, és kevesebb alvásra lesz szüksége, és több energiája is lesz napközben. A betegek a masszázst követő első napokban többet alszanak, de a későbbiekben ez náluk is megváltozik. A szervezet legjobban alvás közben regenerálódik, ezért kezdetben figyeljenek jobban oda az életmódjukra. Ha nagyobb az igényük az evésre, ivásra, akkor ezt tegyék meg, de a legfontosabb az alvás. Az lenne a legjobb, ha azok, akik nagyon betegek voltak az első napokban, nem mennének dolgozni, hogy több időt tudjanak maguknak szentelni, és támogassák a szervezetet az öngyógyítás folyamatában.

A betegeknél az első hónapban a legerősebbek a reakciók. A betegség megszűnésének folyamatai összetettek, és sokszor még az egészségügyi dolgozók sem értik őket, ezért nyugodtan hívjanak minket telefonon, vagy jöjjenek el, hogy megmagyarázzuk a reakciókat, melyek mindenkinél másmilyenek, és nem tudjuk előrelátni, hogy kinek mi fog történni a szervezetében. Egy hónap elteltével sor kerül a kezelés folytatására, vagyis a második masszázusra, és beszélni fogunk a reakciókról és tanácsokat adunk, hogyan könnyíthetik meg ezeket a folyamatokat. Attól függően, hogy Önöknél milyen reakciók léptek fel, tanácsokat adunk arra vonatkozólag, hogy mire számíthatnak még.

Nagyon ritkán lépnek fel igazán heves reakciók, amikor az emberek azt gondolhatják, hogy az atlas helyreállítás miatt betegedtek le. Azért keletkeznek ilyen benyomások, mert a betegségekre vonatkozó jelek idáig nem érkeztek meg az agyig, és úgy tűnt, hogy nem is léteznek. Az atlas helyreállítással nem lehet elrontani az egészségügyi állapotunkat, csak javítani tudjuk, de ehhez időre van szükség.

A betegeknél az atlas helyreállítás után felszabadul a felesleges energia, mely az öngyógyításra szolgál és nem a fizikai megterhelésre, ezért meg kell várni, hogy befejeződjön a gyógyulás folyamata. Van, akinél olyan helyeken jelentkeznek fájdalmak ahol idáig nem voltak, ez a test kiegyenesedése miatt van. Ahhoz, hogy a testünk kiegyenesedjen, az ellenkező izomcsoportok kezdenek feszülni és fájdalom keletkezik, mert ezek az izmok idáig kevésbé voltak aktívak. Ezek a fájdalmak gyengébbek és rövidebb ideig tartanak, mint az előzőek. A fájdalmak miatt néha olyan érzése van az embernek, hogy az atlas helyreállítás nem segített, és csak

kidobták a pénzüket. A többi gyógyítás és terápia enyhíti a fájdalmakat, de ezek rövidtávú hatást eredményeznek, amelyek megkönnyítik, de nem szüntetik meg a fájdalmakat tartósan. A többi kezeléstől eltérően az atlas helyreállítás után a fájdalmak hónapról-hónapra csökkennek, és lassan megszűnnek.

Közvetlenül az atlas helyreállítás után a test jobb statikája miatt felszabadulnak az idegpályák, és van, akinek a fájdalmai azonnal megszűnnek. Általában a test kiegyenesedésének a folyamata néhány hónapig tart, és így a fájdalom is lassabban szűnik meg. A test az élet folyamán lassan ferdült, és a fájdalom a nyakból a hát alsó része felé helyeződött az idő folyamán. A helyreállítás után először a gerinc alsó részében szűnnek meg a fájdalmak, utána a gerinc közepén, majd a nyaki részben.

A fejfájások abbamaradnak a harmadik hónap tájékán, de csökkenteni kell a fájdalomcsillapítók használatát, hogy a folyamat nem tolódjon.

Van, amikor fájdalmat érzünk a belső szerveinkben, ez azért van, mert a szerveink helyezkednek vissza a helyükre. A fájdalmak időtartama és intenzitása attól függ, hogy mennyire volt elferdülve a test, de általában nem tartanak tovább egy hónapnál.

Van, akinél fájdalom jelentkezik a mellkasi csontban, és megijedhet, mert azt gondolja, hogy a szíve szabálytalanul ver, de a fájdalom azért jelentkezik, mert a mellkas visszamozdul a helyére.

Az első hónapban javul az emésztés, ennek következményeként jelentkezhet böfögés, több gáz keletkezhet, és hígabb lehet a széklet. A gyomor- és patkóbélfekély elmúlnak az első két hónapban, a helyreállítás után. Akkor nem lehet érezni a reakciókat, de van, akinek véres lesz a széklete.

Ritkán fordul elő, az első egy-két hónapban ne történjen változás. Amikor javulni kezd a gerinc állapota, a csigolyák egyre jobb pozícióba kerülnek egymással, és felszabadítják az idegi jeleket, és elkezdődnek a reakciók. Az agy alsó része először kap meg bizonyos információkat, és gyógyítani kezdi a szervezetet annak ellenére, hogy a reakciók olykor kellemetlenek.

Az első hónapokban a masszázs után a nők és férfiak is tapasztalják, hogy jobb minőségű a bőr és a haj, de ezt inkább a nők veszik észre, mert ők jobban odafigyelnek magukra. A haj zsírosodása és korpásodása megszűnik.

Az orrmelléküreg gyulladás megszűnik, reakció pedig a fokozott váladékozás. Ez a folyamat felgyorsul, ha felfüggesztik az összes tejtermék fogyasztását.

A kéz és láb ízületein jelentkező ödéma néha megerősödik. Ez annak a jele, hogy a nyirokrendszer jobban működik, és megkezdődött a szervezet tisztulása. Amint ez a folyamat befejeződik, nem lesz többé ödéma. Ahhoz, hogy a szervezet gyorsabban kitisztuljon, ki kell zárni az étrendből a tejtermékeket, ez a leghatékonyabb módja annak, hogy csökkentse az allergiát és az ekcémát.

A már rég begyógyult műtét utáni hegek bepirosodhatnak és bzsereghetnek, de ez csak reakció arra, hogy a szövet jobban regenerálódik. Ha az élet során valamikor erős ütés érte valamelyik testrészüket, ott enyhe viszketés jelentkezhethet, ez is azt jelzi, hogy regenerálódik.

Az első évben az egész testben jelentkezhetnek reakciók, még a bűtykök is megduzzadhatnak és bepirosodhatnak, de fokozatosan a test statikája miatt mindez csökkenni fog.

A lúdtalpasok időnként érezhetnek rövidebb ideig tartó fájdalokat, ez annak a jele, hogy a talp lassan újra görbületeket kap. A gyerekeknél a lúdtalp eltűnik az atlas helyreállítás után fél éven belül, az idősebbeknél ez a folyamat eltarthat két évig is.

Lehetetlen csak kapni és semmit sem adni. Ebben az esetben a reakciók elviselése az, amit Önök adnak, de ez sokkal kevesebb attól, amit kapnak. Egészséget fognak kapni, és ez idővel csak jobb lesz. A reakciók egy ideig eltartanak, mert folyamatban van az egész szervezet finom hangolása.

Felsoroltam a leggyakoribb reakciókat, persze azok különbözőek lehetnek attól függően, hogy kinél milyen kimozdulás volt jelen, és milyen károkat okozott.

Az a legjobb, ha a szervezet önmagát hozza egy jobb állapotba, de van, amikor segítségre van szüksége ebben a folyamatban. A többségnél minden önmagától történik, a betegebb emberek pedig meg kell, hogy fogadják azokat a tanácsokat, melyeket az első kezeléskor és a későbbiekben adunk.

TANÁCSOK

Az atlas helyreállítás után olyan tanácsokkal fogjuk ellátni Önöket, amik arra világítanak rá, hogy miként gyógyuljanak meg minél előbb, és hogyan őrizhetik meg egészségüket. Ez a támogatás nagyon fontos, különösen a krónikus betegek esetében. Nem nehéz betartani a tanácsokat, mert egyszerűek, és tapasztalatból tudjuk, hogy hatékonyak is.

Az egészségügyi problémák évekig, vagy évtizedekig tartottak, és az egészséget gyógyszerekkel tartották fenn. A gyógyulás nem történhetett meg a gyógyszerek és az atlas kimozdulása miatt. Az első pár hónapban, a helyreállítás után, a szervezet visszatér a saját tevékenységeihez, és bekövetkezik a tartós gyógyulás. Ebben az időszakban a krónikus betegek még egy ideig folytatják a gyógyszereszedést, de a javulástól függően az orvossal konzultálva le kell csökkenteni a gyógyszereket. Néhány hónap múlva, amikor az egészség megjavul, legjobb abbahagyni a gyógyszereszedést, mert már nincs rá szükség, viszont a használata megzavarhatja a szervezet természetes funkcióit.

Létezik egy egyszerű módszer, amivel az atlas helyreállítás után mindenki segíthet magán, hogy minél előbb megszüntesse a cukorbetegsé-

get, magas vérnyomást, pajzsmirigyproblémákat, fejfájást, fájdalokat vagy pszichikai problémákat.

Amikor a szervezetben valami rendellenesség jelentkezik, a fájdalom figyelmeztet minket arra, hogy valami nincs rendben. A folyamat a következő: fájdalom, betegség, kórház. Amint az atlas a helyére kerül, nincs tovább betegség és kórház, a fájdalom fokozatosan el fog múlni. Hogy ez a folyamat felgyorsuljon, ki kell iktatni az étrendből a tejtermékeket. Az izomfájdalmak erősebbek a lágy szövetekben felgyülemlett kalcium miatt, ez lassítja a vérkeringést, ezért erős és hosszantartóbb a fájdalom.

Miután abbamarad a tejtermékek fogyasztása, néhány hónapra lesz szükség, hogy a lágy szövetekből eltávozzanak a káros anyagok a bőrön keresztül. Ahhoz, hogy a porcogókból, porckorongokból és az ízületi gyulladásal érintett területekből is távozzanak, még néhány hónap szükséges.

Az a legjobb, ha a fájós helyeket el tudják érni, és erősen megnyomják, hogy felgyorsítsák a káros anyagok kiürülését a szervezetből. Kérjenek meg valakit, hogy erősen nyomja meg azokat a pontokat, amelyek fájnak, és amiket önállóan nem érnek el. A fájdalokat enyhíthetik nyugtató teával vagy egy vászon anyaggal, amit ráhelyeznek a fájó helyre.

A magas vérnyomás az egyik legnagyobb egészségügyi probléma. Az első agyban lévő vérnyomásközpont megnyomása miatt keletkezik. Az utóbbi évtizedekben az emberek egyre kevesebb vizet isznak, és sok sót fogyasztanak, innen erednek a vérnyomás- és a veseproblémák. Két szelet kenyérben már elegendő só van a szervezet napi szükségleteihez. Az atlas helyreállítás után felszabadul a vérnyomásközpont, a jobb vérkeringésnek köszönhetően pedig kitisztulnak a véredények. A helyreállítás utáni hónapban továbbra is inni kell a vérnyomáscsökkentő gyógyszereket, de utána fokozatosan csökkenteni kell őket, hogy ne legyen túl alacsony a vérnyomás. Néhány hónap múlva a vérnyomás normalizálódik, és abba lehet hagyni a gyógyszeresedést.

A vérnyomás a napi aktivitásoktól függően természetesen ingadozik, amikor emelkedik a vérnyomás, elegendő a könyökünket hideg víz alá helyezni. A vérnyomás csökken már két alma elfogyasztásától is, de a legjobb 15 perccel reggeli előtt meginni két korty természetes almaecetet. Az almaecetet inni kell az egészséges embereknek is, mivel kitisztítja az ereket, és rendbe hozza az anyagcserét.

Néhány hónappal az atlas helyreállítás után megszűnik a cukorbetegség. Akkor már be lehet fejezni a gyógyszeresedést, akik viszont inzulint használnak, azok pedig csökkenthetik a dózist attól függően, mennyivel csökkent a cukorszintjük. Ahhoz, hogy a vércukorszint tartósan csökkenjen, nyers zöldséget kell fogyasztani. A hő kezelt zöldség emeli a cukorszintet, a nyers zöldség pedig csökkenti. A legjobb minden nap megegni egy nyers sárgarépat egy kis fahéjjal, ez csökkenti a cukorszintet.

Az atlas helyreállítás után a pajzsmirigy funkciója helyreáll, le kell ellenőriztetni a működését. Idővel a leletek egyre jobbak lesznek, és az or-

vos csökkenteni tudja az gyógyszeradagot, majd egy idő után nem is lesz rá szükség.

Együtműködve az orvossal a pszichikai betegségben szenvedők is lassan csökkenthetik a gyógyszeradagjukat. Hogy a szervezet minél előbb detoxikálódjon, vízben feloldott néhány kortynyi egészségügyi agyagot kell inni naponta többször.

Az emberiség egyik legnagyobb találmánya a fejrésznél megemelt ágy. Azon az olodalon ahol a fej helyezkedik el, az ágy 15 cm magasabb. Az egyiptomiak ezt már több ezer évvel ezelőtt tudták, és már a bizánci kórházakban is a betegek megemelt ágyakon aludtak. Még nem olyan régen a kisbabák is olyan bölcsőkben aludtak aminek meg volt emelve a fejrésze.

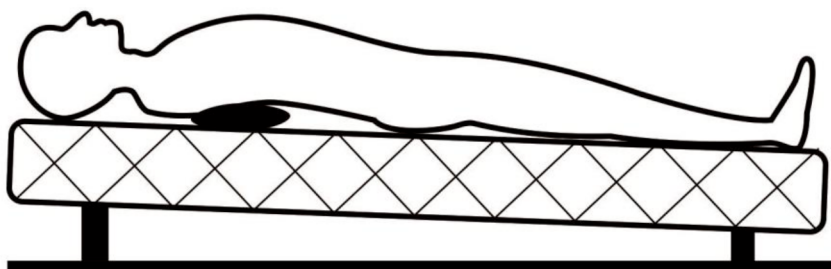
Sajnos, ezek a tudások mára már elvesztek, vagy valakinek megfelelt az, hogy ma vízszintes ágyakon alszunk. A kórházakban a súlyosabb betegeknek az ágyuk félig, vagy teljesen meg van döntve. Az egészségügyben ismert a fejrésznél megemelt ágyon való alvás jótékony hatása, de erről nem értesítik az embereket, hogy minél betegbbek legyenek, mert a gyógyászati iparnak ez hasznot jelent.

A fejrésznél megemelt ágyon való alvás normalizálja a vérnyomást, és segít lefogyni a túlsúlyban lévőeknek. Csökken: a cukorbetegség, a vénák, lábdagadás, szem alatti sötét karikák, cellulit... A szervek, csontok és izmok gyorsabban regenerálódnak. A máj, vese, nyirok – és az emésztőrendszer működése javul. Az ilyen ágy jótékony hatása nagyobb, mint az edzéseknél és a sporttevékenységeknél.

Mindenkinek más a szervezete, és más a gyógyulási folyamata is, ezért tanácsot adunk Önöknek akár személyesen, akár telefonon is, amikor igénylik.

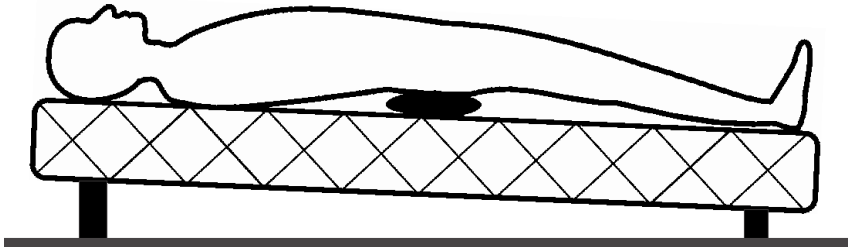
Akinek a gerince a mellkasi részben nagyon hátra van elferdülve, párnát kell, hogy helyezzen e gerincrész alá, naponta 10 percig, elalvás előtt. Ekkor a fej alatt ne legyen párna, és ilyen módon abban a gerincrészben fokozatosan csökkenni fog a kifózis, a lordózis pedig a nyaki részben.

A KIFÓZIS ÉS A LORDÓZIS CSÖKKNETÉSE



Abban az esetben, amikor a gerinc alsó részében túl nagy a lordózis, minden este elalvás előtt 10 percre a fenekünk alá kell tenni egy pokrócot, így módon a medence gyorsabban kiegyenesedik, és csökken a lordózis.

A LUMBÁLIS LORDÓZIS CSÖKKENTÉSE

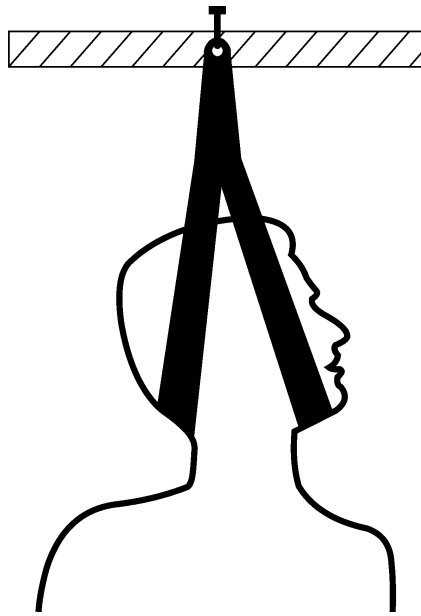


A test és gerinc nyújtását egészségügyi intézményekben is végzik, de a javulás ideiglenes, mert az kimozdult atlas eredményeként a gerinc visszatér eredeti állapotába. Amikor az atlas helyre van állítva, végre a gerinc szabályos formát ölthet. Állás vagy járás közben a gravitáció javítani fogja a gerinc alakját, de akinél nagy a ferdülés, annak minden nap nyújtani kell a gerincét, hogy felgyorsítja ezt a folyamatot.

Azok az emberek, akiknek nagyobb skoliózisuk, lordózisuk, vagy kifózisuk van, elalvás előtt három percig szükségük lenne arra, hogy nyújtsák a gerincüket, így felgyorsítanak a gerinc normális alakjának visszanyerését. Fontos, hogy ez elalvás előtt történjen, mert a gerinc napközben a gravitáció hatására összehúzódik. Így módon felgyorsul a folyamat, a csigolyák és porckorongok gyorsabban regenerálódnak.

Gerincnyújtót mindenki készíthet. Két erősebb anyagból varrt pánt kell hozzá. A pántokat szögre kell akasztani, a szöget pedig a szobaajtó félfájára kell odaszögelni. A fejet hátra kell hajtani, az egyik pántot az állkapocs alá kell helyezni, a másikat a tarkó alá, és meg kell feszíteni a pántokat. Minden este behajtott térdel kell rajta 3 percig lazán lógni. Mindig talpon kell állni, így nem fogja az egész testsúlyuk nyújtani a gerincet. Ezáltal csökkenni fognak a tarkó és nyaki részben a fájdalmak és a fejfájás is.

GERINCNYÚJTÓ



Míg javul a gerinc alakja, kezdetben kellemetlen lesz, de később jól fog esni. Ez a folyamat több hónapig, vagy akár egy évig is eltarthat, ami függ az életkortól és ferdülés mértékétől. A legfontosabb a kitartás, a jutalom pedig a szabályosabb alakú gerinc.

Az atlas helyreállítás hozzájárul a jobb egészséghez, Önökön múlik, hogy ne hibázzanak a test karbantartásával, mert ez hozza el a tartósan jó egészséget.

KARBANTARTÁS

Mindenkinek gondot kell viselnie saját szervezetéről, ha ezt nem teszik meg, előbb-utóbb megbetegszik a szervezetük, és más dolga lesz a szervezet meggyógyítása. A legjobb helyesen gondozni a testet, mert senki, még az orvosok sem tudják precízen felmérni más szervezetének az igényeit.

Kevés az az ember, aki érzi a teste szükségleteit, azok pedig, akik érzik, nem tudják, hogyan foglalkozzanak a testükkel. Több időt szentelünk a különböző készülékeknek, mint a testünknek. Ennek ellenére csodálkozunk azon, ha megbetegszik. Az összes tudás és nagy információáradat ellenére, ami körülvesz minket, ma mégis sokkal kevesebbet tudunk, mint amit valaha tudtunk. A felgyorsult életvitel miatt nem tudunk annyi időt szentelni az egészségünknek, amennyi szükséges lenne. A kötelezettségeink, többek között az autónk is fontosabb lett önmagunknál. Több pénzt és időt költünk a kocsinkra, mint saját magunkra.

Amikor egy készülék elromlik, akkor megjavíttatjuk, vagy alkatrészt cserélünk benne. Önöknek nincs másik pótalkatrészük, ezért vigyázzanak magukra, szervezetük egészségére. Senki sem felelős a mi egészségügyi állapotunkért, mert saját egészségünk leépüléséért csakis önmagunkat tehetjük felelőssé. A mi feladatunk gondoskodni saját testükről, a test pedig meg fogja hálálni a törődést. Fordítsanak időt önmagukra, mert ezt senki más nem teheti meg Önök helyett.

A szervezetet megfelelő módon karban kell tartani, attól eltekintve, hogy az atlas helyre van-e állítva vagy nincs, de ha az atlas a pontos helyén van, könnyebben tartható karban a szervezet, és őrizhető meg az egészség.

A testnek a megfelelő működéshez szüksége van minőséges alvásra, elegendő vízre, megfelelő étrendre és mérsékelt fizikai aktivitásra. Ez egyszerűnek tűnik, és önök most azt gondolják, hogy betartanak minden feltételt, de a későbbiekben meglátják, hol tévedtek.

ALVÁS

A legnagyobb hiba a helytelen alvás. A szervezet alvás közben regenerálódik a legjobban.

Életünk egy harmadát alvással töltjük. Ez az idő veszteségnek tűnik, de ez még sincs így. Azt gondoljuk, hogy a napunk akkor kezdődik, amikor felkelünk, de ez nem így van, a napunk alvás közben kezdődik, amikor a szervezet készül a napi aktivitásokra. Éjszaka a szervezet regenerálódik és gyűjti az energiát a következő napra. Ezek a folyamatok csak akkor mehetnek végbe, amikor a test pihen.

Az emberi test a természet tökéletes alkotása, de a testünknek arra nincs elegendő energiája, hogy egyszerre regenerálódjon, és közben fizikai aktivitást is végezzen. Az embernél a mentális aktivitások is sok energiát használnak fel. Úgy tűnik, hogy alvás közben semmi sem történik, de valójában a belső aktivitások ilyenkor sokkal intenzívebbek, mint napközben.

Csak a vér férhet hozzá a sejtekhez, mert hordozza a szükséges tápanyagokat, és elviszi a sejt anyagcseréjének termékeit. Vérből van elegendő a szervezetben a napi és az éjszakai aktivitásokhoz is, de ezek az aktivitások nem történhetnek egyszerre. A nagyagy és az izmok az oxigén legnagyobb felhasználói, ezért az első agy elaltat minket, hogy a vér el tudja látni a sejteket és elvigye, amit szükséges. Így a vér szerepe állandóan változó, külön szerepe van az éjszakai anyagcserében és az aznapi aktivitásokban.

Az alvás gyógyhatású, ezért alszunk többet betegség közben. Ilyenkor csökken az étvágy is, azért, hogy ne az emésztésre használjuk fel a vért, hanem a gyógyításra. Az életenergia és a gyógyításra szükséges energia

a tartalék zsír, ami a szövetekből kerül elő. A betegek alvással csökkentik az energia felhasználásának lehetőségét mentális és fizikai aktivitásokra.

Nagyon sokan vannak olyanok, akik nem alszanak eleget, pedig ez a betegségek keletkezésének egyik oka. A nem elegendő alvás miatt a szervezet nincs eléggé felkészülve a napi aktivitásokra. Ha ez hónapokig, évekig tart, a szervezet kimerül. Az elektromos áram egy nagyon nagy felfedezés az emberiség számára, de nem létezik semmi sem, ami kizárólag hasznos lenne. A mesterséges fény megzavarja a nappal és éjszaka természetes ritmusát, ezért vagyunk álmosak, fáradtak és egyre betegebbek.

Azoknak, akik éjszaka dolgoznak, sokkal rosszabb az egészségük, de az a legrosszabb az, amikor valaki váltásokban dolgozik.

Mi vagyunk azok, akik a Homo sapiens leszármazottjai vagyunk, és ez a rokonság mintegy kétszázézer éves múltra tekint vissza. Amikor csak néhány generáció ideje alatt változások történnek, akkor az semmiképp nem minősíthető jónak. Valamikor az emberek éjszaka aludtak, de szundikáltak délben is, így gyűjtötték az erőt a délutáni aktivitásokhoz.

Az ipari forradalom ideje alatt 12 órás volt a munkaidő. Amint a munkások hazaértek, a fáradtságtól azonnal el is aludtak. Éjfél után felébredtek, és akkor végezték el a házimunkát, hajnal előtt ismét aludtak egy kicsit, hogy másnap tudjanak dolgozni a munkahelyen. Ez a természetellenes életforma miatt megbetegedtek, és rövidebb ideig éltek.

A XX. század elején a munkaidő rövidebb lett, de ekkor sem tudták kielégíteni a szükségletüket, és délutáni nem tudtak aludni. A XIX. század végén Nagy-Britannia nagy változásokat hozott e téren, azonban megtartotta a hagyományos életmódot. Egyik oka annak, hogy a japánok gazdaságilag sikeresek és a legegészségesebbek, annak köszönhető, hogy munkaidő alatt le tudnak egy kicsit pihenni ebéd után.

Étkezés után csökken a koncentráció, mert az emésztés következtében több vér megy a gyomorba. A délutáni pihenőknek köszönhetően Japánban kevesebb a munkahelyi baleset és nagyobb a produktivitás.

A babák sokat alszanak a gyors növekedés miatt. A gyermekek kevesebbet alszanak, de fizikailag aktívak, és naponta egyszer ők is szundítanak egy kicsit, hogy erőt gyűjtsenek a délutáni aktivitáshoz. Jó lenne, ha délben mindenki le tudna pihenni egy kicsit, hiszen ez nagyon jót tenne az egészségnek, és több lenne az energiánk a délutáni és esti aktivitásokhoz. Sajnos, a mai életmód ezt nem teszi lehetővé.

Ha nincs lehetőségük délben aludni egy kicsit, akkor legalább fekdjenek a hátukra, emeljék fel a lábukat és csukják be a szemüket, mert a szemünk és az agyunk nagy energiafogyasztók. Ha a munkahelyen tartózkodik, és nincs ágya, akkor a szünetben üljön lazán, és csukja be a szemét tíz percre. Így a test egy kis erőre kap, majd amint hazaért, fekdjön le legalább tíz percre, és utána folytassa az aktivitásait.

Legjobb délben szundítani egy kicsit, de akármikor jelentkezik az álomosság, aludni kell, mert ez a szervezetnek létfontosságú.

Mire a gyerekek és szüleik elvégzik kötelezettségeiket, mindenki elfárad. Mivel nincs itt az ideje az éjszakai alvásnak, a fáradtságtól általában rosszkedvűek lesznek, és ezért romlanak meg a viszonyok a családban. A rosszkedvüket szórakoztatató műsorok nézésével próbálják elűzni, és a TV segítségével maradnak ébren, mert végig nézik a megkezdett műsorokat. Nem hallgatnak az első agyból érkező jelzésekre, hogy a szervezet elfáradt és aludni szeretne. Később, amikor lefekszenek, nem tudnak mindjárt elaludni, mert nem álmosak. Az lenne a legjobb, ha este 10 órakor már alvásra készek lennének és kihasználnák az alkalmat, hogy akkor aludjanak, amikor azt a szervezet jelzi.

Az lenne a legjobb, ha az emberek kidobnák a TV-készüléküket, de az már manapság lehetetlennek tűnik. Az embereknek barátkozniuk kell egymással, nem pedig a kétdimenziós TV hősökkel.

Az egysejtűek egyesülése hozta létre a többsejtűeket, és így keletkezett az élővilág, a növények és állatok pedig közösségekben élnek.

A japánok fontosnak tartják kapcsolataik ápolását barátaikkal, szomszédjaikkal, munkatársaikkal, és emiatt elégedettebbek más népeknél. Az ember társas lény, de a modern életvitel miatt egyre több a magányos, depressziós ember. Az emberi kommunikáció hiánya betegségeket okoz. Több millió ember él a Földön, mégis magányosabbak vagyunk, mint valaha.

Ahhoz, hogy kipihenjük a napi aktivitást, este leülünk és nézzük a TV-műsort. Ez csak pihenésnek tűnik, de ülés közben a vénás vérkeringés elég jól meg van terhelve, és alvás közben szintúgy. Televíziózás közben a látóközpontunk sok energiát használ fel. Az ember vizuális lény, de néha jobb becsukni a szemünket.

Próbáljanak ki egy kis kísérletet a jobb élet érdekében. A TV elé tegyen egy tüköröt, és nézze saját magát és a családtagjait. Meg fogja látni, hogy létezik, és Ön lehet a saját életében a forgatókönyvíró, rendező és főszereplő. Ennek örülni fognak az Ön gyermekei is. Ha egyszer jó így, akkor mindig jó lesz.

Az ember horizontális alvási pozícióra van kialakítva, és egyenes tartásra a napi aktivitások során. Nekünk, úgy tűnik, hogy ülés közben pihenünk, de ebben a pozícióban a vénás rendszerünk meg van terhelve.

Azok, akik néhány órán keresztül fekvé nézik a televíziót, hamarabb ferdül el a nyakuk, további egészségügyi problémáik lesznek. Jobb, ha a TV fenn van a falon, és a hátunk mögé párnát helyezünk. Így módon nem fog ferdülni a gerincünk, ha pedig már ferde ebben a pozícióban, könnyebben fog kiegyenesedni.

A múltban az emberek néha leültek, hogy egy kicsit pihenjenek, de ma túl sokat ülünk – az óvodában, az iskolában, az egyetemen, az autóban, a munkahelyen és a TV előtt. A mai TV-készülékek laposak, ezért ajánlom, hogy a mennyezetre függesszék őket, és háton fekvé nézzék, mert ez a testhelyzet jobb az ülőpozíciótól.

A Római és az Oszmán Birodalom idejében az emberek fekvétek, de ha lett volna TV-készülékük, ők is ülve nézték volna. Úgy tűnik, hogy a készülékek és a kényelmes fotelok megkönnyítik az életünket, de valójában nekik köszönhetően az élet minősége rosszabb lett.

Mintha a TV nem lett volna elég, megjelentek a számítógépek. Ma-napság a tanulás, a szórakozás, a munka a monitor előtt történik. A kényelmes székekben való üldögélésünk azt eredményezi, hogy még jobban ferdül a testünk. Ha ezen nem tudnak változtatni, akkor emeljék a moni-tort szemmagasság fölé, így kevésbé fog ferdülni a gerincük. Minden 15 percben csukják be a szemüket 1 percre, hogy az agy pihenjen, és a mun-ka könnyebben menjen.

Korlátozzák az időt, amit a különböző monitorok előtt töltenek, ez az önkontroll visszahozza önöket a virtuális világból a reálisba.

Alvás közben nagyon fontos a testhelyzet a szervezet regenerációja szempontjából. Ahhoz, hogy a szervezet alvás közben normálisan működhessen, legjobb háton aludni. Nagyon ritkán alszunk így, mert ilyenkor leesik a nyelvünk, és horkolni kezdünk, attól felébredünk, ezért zavarjuk a regenerálódás folyamatát. A háton fekvés azért szükséges, mert a csont-váz, a gerinc és az ízületek így vannak abban az anatómia pozícióban, amelyben jobban regenerálódnak. A tarkó alá megfelelő párnát kell helyezni, hogy a nyelv ne essen le, így a horkolás megszűnik.

Alvás közben öntudatlanul forgolódunk, hogy a szerveink jobban működhessenek, de leginkább a jobboldalunkon alszunk, a fejünk alatt pedig vastagabb a párna, mint kellene. Azért alszunk ebben a pozícióban, hogy csökkentsük a fájásokat a tarkónk jobboldalán, de ez a létező leg-rosszabb pozíció, mert így az atlas még jobban kimozdul. A statisztika be-bizonyította, hogy az infarktuszok és agyvérzések gyakrabban történnek alvás közben. Ennek az az oka, hogy ilyenkor az atlas még jobban nyomja az idegi pályákat és a véredényeket. A jobboldalon való fekvés rossz, mert akkor a szervek nyomják a májunkat, és az nem tud megfelelően műkö-dni.

A gyerekek gyakran alszanak hason, de ahhoz, hogy lélegezni tudja-nak, a fejüket leggyakrabban jobboldalra fordítják. A koponya alsó részén jobb- és baloldalt csontkinövések vannak, és ezek nyomják az atlaszt, hogy a fej megfordulhasson. Van, akinek baloldalt deformálódik a csontkinövés iránya, és ezért a fejét inkább jobboldalra fordítja.

Az emlősök többnyire hason alszanak. Az ember ritkán alszik ebben a pozícióban, mert oldalra kell, hogy fordítsa a fejét, hogy tudjon lélege-zni, de akkor elkezdődnek a tarkó fájdalmak, és az atlas még jobban kimo-zdul a helyéről.

A hason fekvés is jó, de nem tudnánk egész éjszaka így aludni, ezért ezt a testhelyzetet a délutáni alvásra kell kihasználni. Azt ajánlanám, hogy gyártsanak olyan matracot, amiben van egy lyuk, ahová az arc befekszik, azon pedig legyen egy nyílás, ahol áramlik a levegő. A test alvás közben forgolódik az anyagcsere miatt, a lyukat pedig akkor használhatjuk, ha a

jobb- vagy baloldalunkon alszunk. Mivel legszélesebbek vállban vagyunk, ezért a vállunkat is be kellene helyeznünk ebbe a lyukba, a fejünk ekkor egy vonalban lenne a testtel, és nem lenne szükségünk párnára.

A szervezetünkben alvás közben végbemenő folyamatok fontossága miatt megfelelő feltételekre van szükségünk. A tudomány bebizonyította, hogy alvásra 26°C szükséges.

Ezeket a feltételeket a legtöbb ember nem engedheti meg magának, ezért a legjobb egy gyapjúmatracon aludni, és gyapjútakaróval takarózni.

A gyapjú a legjobb természetes hőszigetelő. A műszálas anyagok olcsóbbak és kellemesebbek a testnek, de károsabbak az alvás közben végbemenő folyamatokra. A reumatikus fájdalmak erősödtek a XX. század során, ennek az okozói pedig a műszálas, nem természetes anyagok. A hideg és nedves éghajlat miatt Nagy-Britanniában a reumatikus fájdalmak erősebbek is lehetnének, de a britek gyapjúmatracot és ágyneműt használnak, ezért nem reumásak.

Az atlas helyreállítás után az alvás jelentősen javul szinte mindenkinek, a fájdalmak csökkenése miatt, és az első agyra ható enyhébb nyomás miatt, ahonnan jön a határozat, hogy mikor fogunk elaludni és felébredni.

VÍZ

Reggel, amikor felébrednek, azonnal igyanak meg egy pohár vizet. Az oxigént a levegőből kapjuk, de a szervek és a sejtek a molekuláris oxigént a vízből nyerik. A vizet reggel kell inni, hogy felkészítsük a szerveket a táplálékfelvételre.

A szervezetben lejátszódó bizonyos folyamatokat csak a víz teszi lehetővé, és belülről tisztítja a szervezetet. Mi a szárazföldön élünk, azonban vízi lények vagyunk, mert a testünk túlnyomórészt vízből tevődik össze. Nem tudunk a vízben élni, de víz nélkül a testünkben, számunkra nincs élet. A sejteinkben és a sejtek körül folyadék van, ami hasonló összetételű, mint az óceán, ahol az élet keletkezett.

Az egészségről szóló könyvek mindig hangsúlyozzák a víz szervezetre gyakorolt jótékony hatását. Amikor megfázunk, vagy influenzásak leszünk, sok vizet kell innunk, hogy a szervezetünk könnyebben el tudja távolítani a vírusokat a szervezetből. Amikor valaki elájul, azonnal vízzel szotkák locsolni, és megnedvesítik a tarkóját, amint észhez tér, azonnal vizet iszik. Vannak olyanok is, akik csak akkor isznak vizet, amikor gyógyszer vesznek be, ilyen esetben a víz az igazán gyógyhatású.

Az elhízás esztétikai probléma, de egészségügyi is. Egyik leghatékonyabb fogyási módszer a vízdiéta. Ezzel a diétával csökken a testsúly és javul az egészség. Az emberek nem csak a többlet tápláléktól, hanem a kevés vízfogyasztástól is híznak. A háj általában vízből tevődik össze, ezért

azok, akik keveset isznak, általában hájfeleslegük van, mert a test tartaleköt gyűjt. A túlsúly miatt különböző diétákat tartanak, de a test egyre csak súlyosabb lesz, és fogékonyabb a betegségekre.

A legtöbb ember azt gondolja, hogy elegendő vizet iszik, de a kutatások bebizonyították, hogy az emberek 99%-a nem iszik elegendő vizet. A következmények pedig a következők: magas vérnyomás, artritisz (ízületi gyulladás), rossz vérkeringés, lassú anyagcsere, szédülés, fejfájás és más egészségügyi problémák. Az Állami egészségügyi alap nagyon gyenge lábakon áll, így az emberek fizetik a drága gyógykezelést. Sokkal jobb és olcsóbb lenne, ha az emberek több vizet innának, mert kevesebb lenne a betegség.

A tudomány továbbra is tanulmányozza a víz természetét, és minden újabb kutatás látszólag egyszerű, de valójában a pótolhatatlan nedű különleges lehetőségeit tárja fel.

Elszomorító, hogy a XXI. században nem megfelelő a vízhez való hozzáállásunk, és nem tudjuk megfelelően hasznosítani. Valamikor a víz szinte szentségnek számított, vigyáztunk rá, és nem szennyeztük, azonban ez a hozzáállás mára teljesen megváltozott, és fennáll annak a veszélye is, hogy nem lesz majd belőle elegendő. Kimerítjük a víztartalékokat, azért hogy elegendő mennyiségű növényt és állatot neveljünk. Ellentmondásos, hogy a bolygónkon sok a víz, de a különböző aktivitásaink miatt csökkentjük a felhasználható víz mennyiségét, és ezzel veszélyeztetjük a saját fennmaradásunkat is.

Csakis a vízzel tudunk kívül-belül tisztálkodni. Túl sok vizet használunk tusolás közben, és túl keveset iszunk. Nem segít a mindennapi tusolás sem, ha a szervezet belülről „piszkos”. A bőr immunológiai védelme százezer éven át fejlődött, mi pedig tusolással néhány perc alatt eltávolítjuk. A japánok rövidebb ideig tusolnak, de tovább ülnek a tiszta vízben, és ily módon távolítják el a vegyi anyagokat a tisztítószerkekből és a klórt a vízből. A bőr pórusai arra szolgálnak, hogy rajtuk keresztül tisztuljon a szervezet, és nem arra valók, hogy rajtuk keresztül kerüljenek a vegyi anyagok a szervezetbe.

Ahhoz, hogy a szervezet belülről tisztuljon, a legjobb elegendő vizet fogyasztani, a külső tisztálkodáshoz elég, ha hetente egyszer meleg, nedves törölközővel átdörzsöljük a bőrt és utána letusoljuk. Hideg-meleg víz váltakozva, többször, hogy meginduljon a vérkeringés, a bőrön keresztül pedig távoznak a szennyeződések. A tusolást hideg vízzel kell befejezni. Ha ez kellemetlen, akkor lehet csak a kezét meleg-hideg víz alá tartani. A fejfájás és a nyaki fájdalom csökken, ha a tarkóra hideg vizet locsolunk.

Isszuk a vizet, de nem vagyunk tisztában annak mennyiségével, se minőségével. Vannak olyanok, akik nem is isznak vizet, és csodálkoznak, hogy miért betegek, vagy miért fáj a fejük. A zöldségfélékben és gyümölcsökben lévő víz nem elegendő, és nem tudja pótolni a tiszta vizet. A legtöbb ember sok üdítőt, teát, kávé és alkoholos italt fogyaszt, de mind-

ennek nincs olyan hatása, mint a víznek. Ezekben a folyadékokban a víz struktúrája meg van változtatva.

A víznek nincs íze, a különböző szörpök és üdítők gyártói kémiai, mesterséges ízesítőket használnak, és ezért isszák a gyerekek az édes üdítőket. A gyermekeknek sokkal jobb lenne, ha a szüleik vízivásra szoktatnák őket, és akkor nem kellene orvoshoz járniuk.

Ma már minden szennyezett, ami alól a víz sem jelent kivételt. Nagyon fontos az, hogy milyen vizet iszunk, mert a táplálékkal juttatjuk be a szervezetbe a káros anyagokat. A szervezetünk egyetlen tisztítója a víz.

A vízvezetékben klórozzák a vizet, hogy eltávolítsák a baktériumokat, a palackozott vizet pedig antibiotikumokkal kezelik. A klór és antibiotikum mennyisége kevés, de elegendő ahhoz, hogy megsemmisítse a baktériumokat. A klór és antibiotikum mérge, de a vízben fel vannak hígítva. Nem lesz végzetes, ha ilyen vizet iszunk, de a szervezetünk fokozatosan károsodik a klórtól, az antibiotikumok pedig gyengítik az immunrendszert. A klór hatása károsabb, ha a vizet melegítjük, ezért nagy hiba, hogy az anyák a babáknak forralt vizet adnak.

Saját magunknak kell jobbat tennünk az ivóvizünk minőségét, mert abból ételt is készítünk. Nincs tökéletes vízforrásunk, de hatással lehetünk annak a víznek a minőségére, amit fogyasztunk. Elegendő, ha beszerzünk egy víztisztító készüléket vagy szűrőt. A pénz, amit szűrőre, desztillátorra, vagy ozonizátorra költünk, az egészségünket szolgálja, és olcsóbb lesz, mint a palackozott víz.

A tudósok a desztillált vizet ajánlják a legjobban, mert a zöldségfélék és gyümölcsök már magukban tartalmazzák az összes szükséges ásványi anyagot. Ha nincs elegendő pénzük, vagy nincs idejük, a víz előkészítésére, akkor üvegbe (de nem pet palackba, hanem hagyományos üvegbe) öntsék a vizet, amit másnap fogyasztani fognak.

A mikroszkopikus véredényekben túl sok a kalcium, ami gátolja a vérkeringést, és ez az egyik oka a betegségeinknek. A desztillált víz dupla haszon. Így módon nem vesszük be a szervezetbe a kalciumot, hanem még ki is mossuk a felesleget az ételmiszerből.

Vizet innunk kell, még mielőtt megszomjaznánk. Minden nap minimum 2 liter, de lehetőleg 3 l tiszta vizet meg kell inni. Három liter víztől nem kellene többet fogyasztani, mert az árt a veséknek, mert túlműködés léphet fel. Ha meleg van, többet is lehet inni, mert ilyenkor a felesleg a bőrön keresztül távozik.

A vizet evés előtt fél órával kell inni, hogy a belső szervek felkészülhessenek az emésztésre. Tévedés étkezés közben, és egy órával evés után vizet inni, mert így módon felhígítjuk az emésztőnedveket, de azért egy korty vízzel ki kell öblíteni a szánkat.

19 órakor abba kell hagyni a folyadék és víz fogyasztását, hogy lefekvés előtt kiürüljön a vizelet a szervezetből, de közvetlen lefekvés előtt meg kell inni egy pohár vizet, mert azzal az anyagcserénk éjszaka inten-

zívebb, és a víz segíti ezeket a folyamatokat. Alvás közben kilégzéssel távozik a víz, ezért is jó lefekvés előtt meginni egy pohár vizet.

Hajnalban felébredünk, mert olyan érzésünk van, hogy vizelnünk kell, de ez tulajdonképpen a szomjúság érzése, ezért jó, ha az ágy mellett ott van egy pohár víz. Igya meg a vizet, és folytatassa az alvást, mert nem jó megszakítani a szervezetben zajló folyamatokat.

Az agyunk nem tudja megkülönböztetni az éhséget és a szomjúságot, ez az oka annak, hogy túl sokat eszünk. Mielőtt elkezdenének enni, igyanak meg egy pohár vizet, mert valószínű nem éhesek, csak szomjasak.

Aki elegendő vizet iszik, kevesebbet eszik.

TÁPLÁLÉK

A túlzott evés miatt már az őskorban létrejött az emberiség legnagyobb problémája. A megnagyobbodott máj miatt a magzatnak az atlasa nem megfelelő helyen formálódik. Elődeinknek nem volt minden nap táplálékuk, ezért sokszor túl sokat ettek, amikor találtak ennivalót. Most van elegendő táplálékunk, és nem muszáj túl sokat ennünk, azonban mi is abba a hibába estünk, mert élvezzük az ételt, hogy többet eszünk a kelleténél. Az egyensúly törvénye nem kegyelmez, és az étel élvezéséből fakadó öröm elvezet minket a betegség miatti üdőmbe.

A XX. század közepén a globális élelmiszertartalékok 6 napra voltak elegendőek, ma már csak 1 napra. Több táplálékot termelnek, mint bármikor, de több is fogy, és ez az egyik oka annak, hogy csak egy napra való van.

Valamikor azért ettünk, hogy életben maradjunk, manapság azért élünk, hogy ehessünk. Valamikor az egészség a szájon át került be a szervezetbe, viszont manapság szájon keresztül kerülnek szervezetünkbe a betegségek forrásai. A modern betegségek általában a vegyileg szennyezett élelmiszerek túlzott fogyasztása miatt keletkeznek. Egy kutatás kimutatta, hogy 40 %-kal többet eszünk TV nézés közben. Evés közben a gyomornak sok vérre van szüksége, ezért nyugodt körülmények között kell enni. Az agynak sok vérre van szüksége, hogy lássa és feldolgozza az információkat, ezért evés közben ki kell kapcsolni a TV-készüléket.

Sok időt töltünk ülve, ezért jobb lenne, ha állva ennénk. Ez nehéz, de a gyomornak így könnyebb dolga lenne.

Ülő civilizációvá váltunk, és ezért vagyunk betegebbek az előző generációknál. A XXI. század elején el vagyunk árasztva információkkal, ezért azt gondoljuk, hogy sokat tudunk, de kiderült, hogy vizet sem tudunk inni, enni meg még kevésbé tudunk. Az újságok, a TV és az internet étkezési tanácsokkal bombáznak minket, de a túlzott információáradat csak zavart okoz bennünk. Ezért olvasunk könyveket az egészséges étkezésről, nutritionisták és orvosok tanácsait hallgatjuk, de ettől még jobban zavarba jövünk, és nem tudjuk azt, hogy mikor és mennyit együnk. A táplálkozási "divat" gyakran változik, úgy mint az öltözködés. Az, ami jó volt, hamarosan

san tévesnek számít, a ruha pedig szűk lesz. Ilyenkor kezdjük a fogyókúrát, melyek rövidtávon segítenek, de hosszú távon egyre súlyosabbak leszünk.

A barlanglakó ősembernek nem volt étkezési tanácsadója, azt ette, amit a környezetében talált, a szervezete igényeivel összhangban válogatott, az ízlelésre és szaglásra hagyatkozva. Először növényevők voltunk, ezt az állkapocsformánk és a fogaink elárulják, de idővel mindenevők lettünk. A bolygó benépesítésekor az emberi faj alkalmazkodott a különböző égtájak eledeleihez, és megváltozott az emésztőrendszerünk.

Mindenevők vagyunk, de a gyomrunk nem tudja egy időben emésztetni a különböző élelmiszereket. Valamikor nem volt ekkora választék, az étkezés alkalmával egyfajta élelmiszert fogyasztottak. Azonban a ma emberének többféle élelmiszer áll a rendelkezésére, de úgy kellene étkeznie, mint az ősembernek. A gyomrunk nem tudja egy étkezésben megemésztetni a fehérjéket és a szénhidrátokat, a gyümölcsöt szintén külön kell enni, nem kell egyik gyümölcsöt a másikkal keverni. Ha ez önöknek komplikált, akkor egyszerűsíték le az étkezéseket, és egyenek egyszerre csak egyfajta élelmiszert. Lehet, hogy ez önöknek nem fog jól esni, azonban a gyomruk ezt meghálálja.

A mai ember különbözik a barlanglakótól, de az emésztési rendszere ugyanolyan maradt. Ha egészségesek és karcsúak szeretnének lenni, alkalmazkodjanak étkezésben a vércsoportjukhoz. Ez az étkezés lehet, hogy komplikáltnak tűnik, de egyszerű.

Az ember alapvető tápláléka a friss gyümölcs és zöldség, a többi az étrend kiegészítő. A hús a 0 vércsoport kiegészítője, a gabonafélék pedig az A vércsoport kiegészítőjét képezik. Az B és AB vércsoportúak mindent fogyaszthatnak, de javasolt, hogy húst és gabonaféléket ne fogyasszanak egy étkezésen belül. A vörsejtek kötik le a tápláló részecskéket, és szállítják a sejtekig. Amennyiben olyan élelmiszert eszünk, ami nem felel meg a vércsoportunknak, akkor a tápláló részecskék gyengén kötődnek a vörsejthez, és a vékony- és vastagbélben maradnak, ahol erjedésnek indulnak, majd táplálják a parazitákat és a baktériumokat. Ezért betegebbek és boldogtalanabbak a túlsúlyos emberek. A legtöbb ember úgy étkezik, ahogy vércsoport szerint megfelel neki, ezért karcsúbbak. Az emberek kisebb része gyermekkorban vagy később olyan élethez szokott, ami nem felel meg nekik, ezért híznak el.

Az atlas helyreállítás után megjavul az anyagcsere a felszabadult jelek miatt, de nagyon fontos a táplálkozást a vércsoportunkhoz igazítani, és az élelmiszereket megfelelően kombinálni egymással. Alapvető szabály, hogy a húst és a kenyeret nem esszük egyszerre, egy étkezés alkalmával. Amint az atlas helyre van állítva, végre lehet többet enni, és a kilók nem szaporodnak, hanem csökkennek.

Van, akinek a teltebb emberek tetszenek, de az elhízás nem esztétikum, hanem egészség kérdése. Az utolsó csigolya hordozza a súlyunk kétharmadát, és hordozza még azt a terhet is, amit a kezünkben viszünk.

Nem csak az utolsó csigolya van megterhelve, hanem a fölötte lévő csigolyák is, ezért még mielőtt létrejönne a porckorongsérv, már előtte is le van csökkenve az idegi jelek áramlása a szervek és a lábak felé.

A túlzott evéssel mi a baktériumokat és a parazitákat tápláljuk, melyekből az egészséges ember szervezetében kb. 0,5 kg szükséges. Ma az átlagos ember több mint 1 kg baktériumot és élősködőt hordoz magában, és még hordja az elfogyasztott táplálékot is. A kérdés az, hogy ki a házigazda, és ki a vendég az Önök testében.

A vegetáriánus és vegán táplálkozás most jött divatba, és a mi távoli őseink is így táplálkoztak több tízezer éven keresztül. Volt, aki csak növényt evett, volt, aki növényeket és húst, de volt olyan is, aki csak húst fogyasztott. Ők nem ismerték a változatos étrendet, hanem azt ették, ami a lakóhelyükön megtermett. A vércsoportok a különböző étrend miatt alakultak ki. Attól függően, hogy melyik táplálék érvényesült jobban, másmilyen lett a vérsajt és a tápanyag ötvözete.

A vegetáriánusok nem szeretik azokat az embereket, akik húst esznek, a húsevők pedig azt mondják, hogy a vegetáriánusok gyengék. Ez a vita még jobban komplikálódik a vegán étrenddel. A vegánok mindent esznek, csak nyers állapotban. Ezek a viták értelmetlenek, mert mindenkinek igaza van. A mi emésztőrendszerünk nagyon alkalmazkodó, ezért tudtuk benépesíteni a bolygó minden részét.

A vegánok szerint őseink csak nyers ételt fogyasztottak, de ez nem így volt. Ahhoz, hogy ezt megértsük, térjünk vissza a dinoszauruszok idejébe, abba az időbe, amikor az emlősök kicsik voltak, a dinoszauruszok pedig nagyok. Akkoriban a dinoszauruszok uralkodtak és emlősökkel táplálkoztak. A Földön több különböző dinoszaurusz faj létezett. A hatalmas dinoszauruszok nem jelentettek veszélyt az emlősök számára, mert növényevők voltak, de a kisebb dinoszauruszok vadásztak és húst fogyasztottak, és a kis emlősöket is megették. Az emlősök a fákra menekültek előlük és gyümölcsöt ettek, amitől elegendő energiát nyertek ahhoz, hogy fára tudjanak mászni.

A dinoszauruszok eltűnésével az emlősök egyre nagyobbak lettek, és elkezdtek enni más élelmiszereket is, de a gyümölcs továbbra is a fő táplálékuk volt. Amikor megszűnt a dinoszaurusz veszély, egyes emlősfajták visszatértek a földre, egyesek pedig a fák koronáinak takarásában maradtak.

Elmúlt több tízmillió év, és az emlősökből, akik a fákon maradtak, keletkeztek a majmok, akiknek a legfőbb eledelük a gyümölcs volt. Idővel a majmok is nagyobbak lettek, és lejöttek a fákról, mert a nagyságuk lehetővé tette, hogy a kisebb ragadozók féljenek tőlük.

A tüzet még a Homo sapiens előtt is használták, de ő tökéletesítette az alkalmazását. Többek között a tüzet a Homo sapiens az élelmiszerek sütésére és főzésére használta. Nem csak a húst sütötték és főzték, hanem a növények gyökereit is ilyen módon puhították. A hő kezelt táplálékot könnyebben meg lehet rágni, és kevesebb energiát kell felhasználni

a rágásra, és az így elkészített ételt könnyebb megemészteni is. Nincs igazuk a vegánoknak, amikor azt állítják, hogy az őskorban csak nyers ételt fogyasztottak. Amióta az ember létezik, az edelt hő segítségével készítette el.

A táplálék megtalálása és elkészítése az ősrégi időkben alapvető emberi aktivitás volt, amely fejlesztette a gondolkodási folyamatokat és az agyat, ezért azt lehet mondani, hogy a táplálékhoz való viszony emelte fel a tudatunkat olyan szintre, hogy kifejlődjön a mai ember.

A táplálék beszerzése és elkészítése elvezet a munkamegosztásáig, így alakult ki a férfi és a női munka, de egyben a férfi-női kapcsolat is. A nő gyűjtötte a gyümölcsöket és a gumókat, a férfi vadászott és mézet gyűjtött. Így lett többféle ételkészítésük önmaguk és gyermekeik számára, a közösen eltöltött étkezés pedig elvezet a családi kapcsolatokig.

Az egyének szövetkezni kezdtek az ételkészítés és a vadászat miatt, így jött létre a gyűjtögető-vadászó közösség. Ők tartalékokat gyűjtöttek azokra az évszakokra, amikor nem lehet a természetben edelt találni.

A lyukas fatörzs ütögetése és a rajzok a barlangok falain, nem a túlélést jelentették, de mi manapság el sem tudjuk képzelni, hogy zene, festészet és más művészetek nélkül éljünk. Jelenleg az ételek élvezése mellett szükség van a tánc közbeni testmozgás élvezésére is. A felesleges táplálék így energiává alakulna, és nem zsírrá. Valamikor régen minden este táncoltak, ma pedig a TV előtt töltik az idejük nagyobb részét, rágcálunk valamit és nézzük a hajlékony táncosokat.

A XX. sz. elején a bolygónkon 2 milliárd ember élt, a XXI. sz. elején a szám a többszörösére nőtt, és ma kb. mintegy 7 milliárd emberről beszélhetünk. Ezt a gyors népességnövekedést a gázolajból nyert növényvédőszeresek tették lehetővé.

Ahhoz, hogy kielégítsük a mindig nagyobb éhségünket, majdnem termőföldek száma is folyton nő. A természetes erőforrások éppen csak, hogy elegendők, és az emberek száma állandóan növekszik. Ezért a technológusok mesterséges ételkészítést találnak fel. Egyelőre még nem tudjuk, hogyan fog ez hatni a jövő nemzedék emésztőrendszerére.

Valamikor egyszerűen éltünk, de a legjobb szándék mellett is az élet komplikálódott. A gondolkodás fejlesztése lehetővé tette az ételkészítését és tárolását. Ily módon óvták meg a kártevőktől és baktériumoktól. Ma az ételkészítést tárolják és vegyileg kezelik, annak ellenére, hogy az ilyen táplálék számunkra káros.

Probléma a hő kezelt ételkészítés, a melegítés és hűtés. A fagyasztás lassítja a rothadás folyamatát, de az alacsony hőfok miatt elveszik a tápérték egy része. A sütéssel és főzéssel még jobban csökkentjük a tápértéket, és ahhoz, hogy elérjük a megfelelő tápértéket, nagyobb mennyiségű ételkészítésre van szükségünk.

A japánoknál a jó egészség egyik fő oka az, hogy sok friss halat fogyasztanak. Szerencsések, mert a legnagyobb óceán veszi körbe őket,

ami még nem szennyezett. A japánok nem főznek otthon, a közelükben lévő éttermekben étkeznek és ilyenkor barátkoznak a szomszédaikkal.

A gazdasági fejlődésnek köszönhetően a nyugati országokban élők nem érnek rá barátkozni egymással. Egyre több a magányos és depressziós ember, hiszen az ember társas lény. A felgyorsult életvitel miatt a családok már csak vasárnaponként ebédelnek együtt, pedig régen a családok mindig együtt étkeztek, napjában többször is. Japánban is felgyorsult az élet, de ők naponta egyszer együtt esznek a családtagjaikkal és a szomszédokkal. Ily módon ápolják a családi szellemet és emberi kapcsolataikat. A depressziós emberek túl sokat esznek, míg a TV előtt ülve barátkoznak a humoristákkal.

Az evésre való készítés a legerősebb ösztön. Van olyan is, aki unalomból eszik, vagy azért, hogy jobb hangulata legyen, de leginkább azért eszünk, hogy kielégítsük az ízlelés érzékünket. Jobb lenne, ha kisebb lenne az evési ösztönünk, és megnövekedne a nemi vágyunk. Az emberek boldogabbak lennének, és tudjuk azt is, hogy a szexuális együttlét során sok kalóriát égetünk el.

A szakácsművészet manapság már több mint tudomány. Az ételek elkészítése művészetté vált. A konyhákban rengeteg a mutatós élelmiszer, de a tápértékük nagyon alacsony, ezért többet kell ennünk, hogy elegendő tápértéket vigyünk be a szervezetbe. Az étel egyre ízletesebb, de egyre veszélyesebb is. Az élelmiszeripar a vegyi anyagok segítségével másolja a természetes és a mesterséges ízeket gyárt, amik jobb ízűek, mint a természetesek.

Szervezetünk tökéletesen természetes motor, mely sok energiát termel, kevés üzemanyag segítségével. A tudomány még nem tudja, hogy keletkezik a sejtekben az energia, de tudni lehet, hogy az energia nagy része, amit az élelmiszerből nyerünk, ugyanannak az élelmiszernek az emésztésére használódik el.

Az energia legnagyobb forrása a Nap. A növények csak a napfény energiájából és a vízből táplálkoznak. Az az energia, amit a növények magukba szívnak a tápláléklánc eleje. Mi vagyunk a végén, de mi is kapunk elegendő Nap és vízenergiát. Ennek ellenére ennünk is kell ahhoz, hogy regenerálódjunk. Az új sejtek felépítéséhez olyan anyagokra van szükségünk, melyeket a táplálékból nyerünk.

A 7 milliárd ember közül csak néhány olyan létezik, aki élelmiszer és víz nélkül tud élni. A tudósok tanulmányozzák, hogyan lehetséges ez. Ezeket a kutatásokat a jövődöbéli űrutazások miatt végzik, és nem azért, hogy bebizonyítsák, hogy sokat eszünk.

A fizikai és agyi tevékenységekhez szükséges energia legnagyobb részét a gyümölcsökből nyerjük, ezért az a legjobb, ha a gyümölcsöt reggel fogyasztjuk. A madarak azért fogyasztanak sok gyümölcsöt, mert a repüléshez sok energiára van szükségük. A túlsúlyos embereknek nem kell gyümölcsöt enniük, hogy a zsírrétegben lévő energiát használják fel, de este ehetnek gyümölcsöt, hogy jobb legyen az anyagcseréjük.

Az első és második világháború szenvedést hozott az emberiségnek, de az egyik legnagyobb változást az jelenti, hogy a nők természetes életmódja megváltozott. Míg a férfiak a harctéren voltak, a nők gyártották a fegyvert. A háború befejezése után továbbra is dolgoztak. Azóta a nők két műszakban dolgoznak, a munkahelyen és otthon. Jogosultak lettek a munkára, de ez a jog önmaguk és a család rovására ment. Míg ők dolgoznak, valaki más neveli és táplálja a gyermekeiket, ezért a nők elveszítették létüknek alapvető értelmét, ami az utódokról való gondoskodást jelenti. Így veszik el a szülő-gyermek kapcsolat, és ez nagyon káros a gyermeknevelés szempontjából.

A háború ideje alatt a hadifoglyokat éhezettették. Amikor felszabadultak, volt, aki meghalt, mert hirtelen túl sokat evett. Ez is azt mutatja, hogy a túl sok eves veszélyt jelent az ember számára.

A nők a férjeiket szexszel és finom ételekkel igyekeznek megtartani. A házasság elején a szexuális aktivitás nagyobb, de idővel ez csökken, mert a nők szexuális vágya csökken, a férfiaknak pedig az evés utáni vágyuk növekszik. A nők kedvezni szeretnének a férjeiknek, és változatos ételeket készítenek, de ezzel csak ártanak önmaguknak és a családjuknak is. A többféle ételkészítésből készült ételek készítése időpocséklás. A statisztika szerint a hivatásos szakácsnők házastársai rövidebb ideig élnek.

Mindenkinek jobb lenne, ha egyszerű ételeket fogyasztana, de a feleségek tévesen hiszik azt, hogy ez a férjeiknek unalmas. Tulajdonképpen a nőknek monoton, ha mindig egyforma ételeket főznek, de ezzel mindenkinek komplikálják az életét.

A gyümölcsök és zöldségfélék a legfontosabb ételkészítések. A hagyományos kínai konyhában a zöldségfélék a legfontosabb hozzávalók. Rövid ideig főzik, csak hogy eltávolítsák a baktériumokat és parazitákat, de az ételkészítések megtartják a tápértéküket. Kínában gyors a gazdasági fejlődés, és a nyugati technológiák is nagy hatással vannak a kínai étkezési szokásokra. Azok, akik ilyen ételeket fogyasztanak, gyakran lebetegednek. A kínaiak nem esznek búzalisztból készült termékeket és tejtermékeket sem, ezért egészségesek.

A statisztikai adatok szerint ma az emberek sokkal betegebbek, mint fél évszázaddal ezelőtt, de ennek nem kimozdult atlas az oka, mert az atlas úgy van kimozdulva most is, mint fél évszázaddal ezelőtt. Az emberek évről-évre egyre betegebbek a túlzott tej- és tejtermékfogyasztás miatt, amik állati eredetűek. A megbetegedések növekedése arányos a tejfogyasztás növekedésével.

Az ételkészítések és az étkezési szokások ellenére senkinek sem lenne szabad állati eredetű tejet és tejterméket fogyasztani. Igaz, hogy mi az emlősök családjához tartozunk, de mi vagyunk az egyetlenek, akik tejet fogyasztunk a szoptatási időszak után is. Csak mi fogyasztjuk más állatok tejét. Nem minden macska iszik tejet, csak azok, amiket az emberek rászoktattak, amelyek sok esetben le is betegednek.

A babák emésztőrendszere nem tudja megemésztetni az állati eredetű tejet, a harmadik életév után pedig az anyatejet sem. Csak az anyatej védheti meg az immunrendszert, és megindítja az agy, a csontok és az izmok fejlődését. Amikor az anya tejet iszik, a baba has fájós lesz, és egyes kisbabák ezért hagyják abba a szopást. Ezért apad el az anyák teje, és a babáknak tápot kell inniuk, pedig semmi sem pótolhatja az anyatejet. A tej tápértéke alacsony, de elegendő a babának. Az első életévtől már nem elég csak a tej, és ilyenkor kezdik el etetni a kisbabákat.

Az állati eredetű tej tápértéke szintén alacsony, ezért ha a tápértéket nézzük, a felnőtteknek több liter tejet, vagy több kilogrammnyi tejterméket kellene fogyasztaniuk, pár száz grammnyi más étellel szemben. A tejtermékekben szinte nincs tej, mert a baktériumok már felhasználták a saját anyagcseréjük során.

A tejtermékekben általában az elhalt baktériumok maradványai vannak. Kisebb részben vannak csak baktériumok, a többi az élő és elhalt baktériumok ürüléke. A bűdös sajtok ínyencségnek számítanak, és nagyon drágák. A gyomornak a sajt megemésztése pár órával tovább tart, mint a húsé. Az emberek a tejtermékeket szándékukon kívül azért fizetik, hogy betegek legyenek. A joghurt, az aludttej, a tejföl, a sajtok és a többi tejtermék káros a szervezet számára.

Az orvosi egyetemen a diákok azt tanulják, hogy a tej milyen káros hatást gyakorol a szervezetre, de a tejipar marketingje hatalmasabb a tudományánál.

A tej és tejtermékek veszélyes élelmiszerek. A tejben lévő sok baktérium nincs jó hatással immunrendszerünk, ami egyre csak fokozódik. A mi szervezetünk a tejben lévő fehérjét vírusoknak és baktériumoknak érzékeli, és úgy reagál, hogy egyre több antitestet termel. Ezáltal gyengül a természetes immunrendszer, és egyre betegebbek leszünk. Az antitestek az egészséges szervek felé is irányulnak. A hasnyálmirigy tartósan károsodhat öt év alatt, és ezért kell az élet hátralevő részében inzulint használni.

A tej és tejtermékek cukorbetegséget, csonttritkulást, csontosodást, ízületi gyulladást, a fogak romlását, pajzsmirigy megnagyobbodást, elhízást, szívpanaszokat, mellrákot, méhrákot, vastagbélrákot és prosztatarákot okoznak. A tej hasmenést, a tejtermékek szorulást okoznak. A mikroszkopikus kalciumrészecskék csökkentik a vér áramlását a kapillárisokban, ezért magas a vérnyomás. A lerakódások miatt jönnek létre az artériák szövetének kiszélesedései. Amikor az artéria szövete rugalmatlanná válik, el is pattanhat, ilyenkor következik be az szívroham okozta halál, vagy az agyvérzés. A máj és a vesék jobban le vannak terhelve, de nem tudják kitisztítani a tejtermékek salakanyagát, és lassan megbetegszenek. A tejben lévő fehérjék veszélyes mennyiségben lerakodnak a szervezetben, és ez szürke hályogot is okozhat. Ma már a gyerekeknek is lehet szürke hályogjuk. Ez régebben nem volt jellemző.

A trigliceridek, a koleszterin és a zsírok megnövekedése a vérben a tejtermékeknek köszönhető. A termékek allergiát, orrmelléküreg gyulladást, asztmát, bronchitist és sterilitást okoznak mindkét nemnél.

A tej ideális baktérium, parazita és vírushordozó. A tejtermék fogyasztása növeli a fájdalmakat, fejfájást és fáradtságot okoz, és savasítja a szervezetet.

A tehének fejése közben a fejőgépek a tőgyekből a vért is kifejik, és felsértik a tőgyek bőrrétegét, ezért a tej vöröses színű lesz. Az ilyen tejbe klórt tesznek, hogy kifehéredjen, de ez csak egy a mérgező anyagok közül, melyeket a tejtermelés technológiai feldolgozásában használnak.

Az egészségügyi problémák többségére a megoldást az jelenti, hogy a tejet és a tejtermékeket kiiktatjuk az étendünkből. Csak a vajat lehet fogyasztani, mert abban nincs kalcium, és a benne lévő tejzsír is hasznos.

A kimozdult atlas megcsavarja és ferdíti a testet, és ez csökkenti a tápanyagok keringését, a tejtermékek okozta szennyeződések lerakódása pedig ehhez még jobban hozzájárul, ezért vagyunk betegebbek az őseinknél. Akadályozva van a táplálékkeringés a szervek között, a szervekben pedig nincs megfelelő anyagcsere. Az atlas különböző módon nyomja az emberek vérkeringési központját és az idegi pályákat, ezért van különbség az egyes táplálékok emésztésében. Különböző módon vannak megnyomva az anyagcsere szövetek is, és ezért reagál mindenki másként a tejtermékekre. Attól függően, hogy kinél hogy van megnyomva a vérkeringés központ, van, akinél csontosodás, van akinél csontritkulás jelentkezik.

Amikor bizonyos rendellenesség jelentkezik, a szervezet megpróbál "összehangolódni" vele, ezért egyes szerveknek a működése csökken vagy megnövekszik. A tej fogyasztásával ezek a folyamatok csak felgyorsulnak. A rendellenességtől függően, van, akinél csontritkulás, van, akinél osteopátia jelentkezik, a pajzsmirigy működése pedig csökken vagy túlműködik, attól függően, hogy a kimozdult atlas miatt milyen módon károsodott a szervezet.

A tejtermékek fogyasztásáról szóló információk zavarosak. Egyszer ajánlják a tejtermékek fogyasztását, máskor nem ajánlják. A nők sokszor zavarban vannak, és félelemből követnek el hibákat. A gyermekeknek tejet adnak, mert betegek, de a tejtermékek miatt csökken a mentális képességük, és ezért csökken a tanulmányi sikerük. A nőknek törekenyebbek a csontjaik, mint a férfiaknak, mert több tejterméket fogyasztanak a férfiaknál.

Téves felfogás az, miszerint a tejben lévő kalcium kizárólag hasznos. Csak a kalcium negyed részét használja fel a szervezet, a nagyobb része csak energiát használ fel, hogy kiürülhessen a szervezetből. Az izomfájdalmak erősebbek és tovább tartanak, mert a kalcium lassítja a vérkeringést.

Nekünk felesleges a tejtermékekben lévő kalciumot fogyasztanunk, mert a táplálékkal és vízzel elegendő mennyiséget viszünk be a szervezetbe. A gyermekeknek és az időseknek sok friss zöldséget kell fogyasztani.

niuk, de aszalt, fűgét és szeszámagot is, mert sok kalciumot tartalmaznak, amely nagyon fontos a csonttömeg gyarapítására.

Az emésztőrendszer nem tudja kiüríteni a szervezetből a tejtermékek emésztési salakanyagát, ezért ezek általában a bőrön keresztül távoznak. Pubertáskorban a pattanások esztétikai problémát okoznak, és néha egészségügyit is. A kozmetikusok megpróbálják megoldani a problémát, de nem sok sikerrel járnak. Amikor abbamarad a tejtermékek fogyasztása, néhány hónapra van szükség, hogy eltávozzanak a tejtermékek produktumai. Ennyi idő szükséges az izomfájdalmak megszüntetéséhez is, de még több idő szükséges, hogy az ízületi gyulladással érintett porcogókból és lágy szövetekből is távozzon a kalcium.

A gyomorhurut és puffadás olyan nehézségek, melyek általában a tejtermékek miatt keletkeznek. Ezek kellemetlen betegségek, de kisebb problémák a leukémiától vagy a szklerózis-multiplexitől, a beteg szervezet állapota pedig csak romlik a tejtermékek fogyasztásával.

Úgy tűnik, a tejipar azért létezik, hogy az egészségügynek legyen munkája, így az emberek fizetnek a tejiparnak és az egészségügynek is. A tudomány bebizonyította a tej nagyfokú káros hatását, de senki sem tesz semmit annak érdekében, hogy felszámolják a tejipart. A reklámszakemberek fantáziájában a "tej egészséges", de a valóságban a tej a betegségek forrása.

Az egészségügyi források túlságosan meg vannak terhelve, a szegény és gazdag országokban egyaránt. Egy a megoldás: be kell szüntetni a tejipart. A pénzügyi szakemberek be tudják bizonyítani, hogy az ilyen ország többet nyerne, mint veszítene, a lakosság egészségét pedig nem lehet pénzben kifejezni. A tejipar beszüntetése nem fogja megkárosítani az állattenyésztőket, mert az állatokat a hús miatt mindenképpen tartani kell. Az állattenyésztőket szigorúan kell ellenőrizni, hiszen sok esetben adagolják az állapotnak a különböző hatású hormonokat, azonban az így tartott állat húsa káros hatással van a gyermekekre és a felnőttekre nézve egyaránt.

A tehének természetes úton naponta 3-5 liter tejet adnak, ennyi elegendő a borjúnak. Manapság a tehéneknek szintetikusán előállított hormont adnak, emiatt több mint 40 liter tejet adnak. A hormonok kimerítik a szervezetüket, ami betegségeket eredményez, ezért antibiotikumokkal kezelik őket. Mi ezt a tejet isszuk, így kerülnek be a szervezetünkbe a baktériumok és hormonok, amelyek károsítják az egészségünket.

A szennyezett atmoszféra miatt nincsen tiszta legelő, ezért a tej nem olyan, mint régen. A pasztőrözött tejben több a baktérium és az élősködő, mint a frissen kifejt tejben. Az a borjú, amelyiknek pasztőrözött tejet adnak, néhány hónap alatt elpusztul. Mi azért nem halunk meg, mert más ételt is fogyasztunk, de az ilyen tej fogyasztása miatt lebetegszünk. A tejtermelők nem fogyasztanak tejet, mert tudják, mivel etetik a teheneiket.

Ha az emberek tudnák, hogyan gyártják az ipari élelmiszert, inkább éheznének. Az élelmiszeriparban foglalkoztatott dolgozók nem eszik meg ezeket a termékeket, és nem adnak a gyermekeiknek sem.

Az állati tej fogyasztását le lehet cserélni a különböző növényi tejek fogyasztására. Ilyen tejet már lehet vásárolni, de az a biztonságosabb, ha magunk készítünk el. Az interneten meg lehet találni a recepteket, gyorsan és könnyen elkészíthetők.

A növényi tejek javítják az egészségügyi állapotot, ráadásul olcsóbbak is. A következő növényekből készíthetők el: zab, hajdina, köles, szesámmag, mandula, dió, mogyoró, árpa, rozs, kender, rizs, kókusz, napraforgó és tökmag. Ezek az élelmiszerek hasznosak, mert olyan tápanyagokat tartalmaznak, melyek szükségesek ahhoz, hogy a szervezetünk jól működjön, ha még nem szennyezettek vegyileg. A növényi tejet hideg sajtolással nyerjük, így őrizzük meg a tápértéküket. Ezek az élelmiszerek B17 vitamint tartalmaznak.

A növényi tejek ízletesebbek az állati tejtől. Hogy még jobb ízük legyen, mézzel, fahéjjal és gyümölccsel is ízesíthetjük őket, és turmixot is készíthetünk belőle. A gyermekek szeretni fogják a különböző természetes ízeket, és kerülni fogják a tejipar termékeinek mesterséges ízeit.

A növényi tejek közül ne fogyasszanak búza- és szójatejet. A búza-mag vegyileg kezelt, és a talaj is vegyileg van előkészítve. A búzát a tárolókban növényvédő szerekkel kezelik a baktériumok ellen. Ezért nem kell búzatejet és búzából készült kenyeret fogyasztani. Manapság nem lehet vegyszermentes szóját sem találni, ezért ezeket a termékeket nem kell fogyasztani.

Minden konyhában szükség lenne egy turmixgépre, a növényi tejek elkészítése és a zöldség aprítása miatt. Ahhoz, hogy ebéd és vacsora közben bevigyünk a szervezetbe elegendő zöldségfélét, 20 perc rágásra lenne szükség, de manapság erre nincs elegendő idő. Egy falat zöldséget tartanak a szájukban, ettől megindul a nyáleválasztás és az emésztés.

A vegyszerek használatával fajirtást követünk el sok növény és állatfaj ellen. A bioszféra egy egyedi rendszer, a növényvédő szerek ily módon a mi szervezetünkbe is bejutnak. Így fajirtást követünk el a saját fajunkkal szemben is.

Ezer éves szelekcióval magunkhoz idomítottuk a növényeket és az állatokat, de néhány évtizeddel később géntechnológiával módosítottuk. A rovarok nem esznek ilyen növényeket, ezért a hozam ugyan megnövekedett, de az ilyen táplálékok károsak az emberi fogyasztásra. A módosított növényeknek alacsony a tápértékük, és sokkal többet kell ennünk, hogy a szervezet igényét kielégítsük.

Génmódosítással változik a növények molekuláris struktúrája, alkalmassá teszik a technológiai feldolgozásra. Ez megfelel a feldolgozó gépeknek, de nem felel meg a mi emésztőrendszerünknek. A kiegyenesített sárgarépaikat könnyebb megtisztítani, de nehezebben emészthetők.

A margarint növényi zsírokból készítik, és úgy tűnik, hogy a tejtermékektől kevésbé károsabb, de a margarin még károsabb, mert eldugítja a szöveteket.

A táplálék sok betegség oka, azonban gyógyhatású is lehet, ha megfelelő módon használjuk. A szervezet lúgossága vagy savassága az élelmiszerek fajtájától és elkészítési módjától függ. A mi szervezetünk enyhén lúgos kell, hogy legyen, mert ha nagyon savas, akkor keletkeznek a betegségek. A szervezet savassága megfelel a baktériumoknak, mert savas környezetben jól élnek, szaporodnak és károsítják a szervezetünket.

A sejtközi tér nem is savas és nem is lúgos. Bennünk hasznos baktériumok élnek, melyeknek ez a környezet felel meg. A szervezet sikeresen fenntartja a baktériumok mennyiségét, de a probléma akkor keletkezik, amikor a sejtközi tér lesz nagyon savas, mert akkor vagyunk kitéve a káros baktériumok hatásának. A szervezetünkre káros baktériumok savas környezetben élnek, és akkor betegszünk meg, ha a szervezet ettől nem tud védekezni, és ilyenkor következik be a halál.

A baktériumok életciklusa rövid és gyorsan mutálnak, ezért az antibiotikumok, amik pár évvel ezelőtt még hatékonyak voltak, ma már hatástalanok. A gyógyszerészek mindig erősebb antibiotikumokat gyártanak, de ezért mindig jobban gyengül a természetes immunrendszerük. Az ilyen fajta baktériumok elleni harc, a gödör szélére tudja sodorni az embert, ahonnan nincs menekvés. Az emberi faj a szakadék szélén ál, és ha így folytatja, bele is eshet.

A modern ipari termelés és az élelmiszerek feldolgozása savasítja az ételt, az ilyen étel a tejtermékekkel kombinálva halálos. Senki sem hal meg gyorsan, de évekig, évtizedekig szenvedhet a betegségektől, míg az élelmiszeripar, a tejipar és a gyógyszeripar ez idő alatt jól keres, és úgy tűnik, mintha jól együttműködnének.

Az ilyen táplálékkal a baktériumokat etetjük, az antibiotikumok pedig gyengítik a immunrendszerünket. A táplálék, a tej és a gyógyszerek tönkre tesznek bennünket, de ha élni akarunk, minél előbb ki kell lépünk ebből az ördögi körből.

Az emberiség a saját sírját ássa. Valamikor a halálraítélteknek ki kellett ásniuk a saját sírjukat, de nekünk nem muszáj. Elegendő lesz, ha az étrendünkből eltávolítjuk a tejtermékeket, és garantáltan egészségesebbek leszünk. A csokoládékban és édességekben van tej, ezért csak feketecsokoládét szabad enni. A tejtermékeket könnyű elhagyni, de nehéz jó étrendet kialakítani, mert szinte minden szennyezett.

Az a legbiztosabb, ha saját magunk termeljük meg, amit megeszünk, de nem tudjuk, hogyan kell, és van ahol meg is van tiltva, hogy saját udvarunkban zöldségféléket és gyümölcsöt termeljünk. Kínában nem érvényesek a nyugati törvények, és a kínaiak tudnak növényeket termesztetni, ezért is egészségesebbek a nyugati emberektől. Kína a legnépesebb ország, de nincs neki elegendő termőföldje, ezért a kínaiak évszázadokig tökéletesítették az olyan kerteket, ahol évente akár három különböző termést is be tudnak takarítani.

A növénytermesztés többszörösen hasznos az egészségre és az életre nézve is. A földdel, vízzel, levegővel és napfénnel való kapcsolat nyugtató, az ételminőség minősége jobb, az ilyen táplálék jól esik a szervezetnek.

Ahhoz, hogy megértsük, miből és mennyit kell enni, nincs szükségünk időgépre, hogy több ezer évvel repítsen vissza minket az időben. Elég, ha csak elutazunk pár ezer kilométert valamelyik törzshöz, akik még mindig helyesen táplálkoznak. Az ő veteményeiket is szennyezi a mi piszkos ipari levegőnk, de ők nem esznek szépen becsomagolt, vegyileg szennyezett ételminszert, ezért egészségesebbek, mint mi.

Azok vagyunk, amit megeszünk, szokták mondani. Manapság túl savas ételminszereket fogyasztunk, de ezt nem tudjuk elkerülni, ezért le kell csökkentenünk az adagokat, a savas ételeket pedig lúgos ételekkel semlegesíteni. Ha ez Önöknek komplikált, akkor minden nap igyanak citromlevet. A citrom savas, de a gyomorban lúgossá válik, és semlegesíti a savasságot.

Az emésztés által az étel a gyomorban savassá válik, ha citromlevet, almaecetet, vagy vízben feloldott szóda-bikarbónát iszunk, azzal lúgosítjuk az ételt.

A sejtközi tér miatt össze kell hangolni a sós, édes, savanyú és keserű ízek közötti arányokat. Sok édeset és sót fogyasztunk, de kevés savanyút és keserűt, ezért felborul a vegyi egyensúly a sejt közötti térben. Az emberek sok esetben nem szeretik a savanyú és a keserű táplálékot, de fontos azt is bevinni a szervezetbe. Minden nap reggeli előtt meg kell inni két korty természetes almaecetet, vízzel hígítva.

A szervezetnek szüksége van magnéziumra, de a táplálékban nincs belőle elegendő. A magnéziumtablettákban és a vízben lévő magnézium nem kötődik a szövetekhez, és ezért 18 óra tájáán meg kell innunk két korty vízben feloldott magnézium-kloridot. Szükség van rá, mivel serkenti a regenerációt.

Sok édességet eszünk, de a sós termékekben is van cukor, amit nem érzünk, a gyártók azért tesznek bele cukrot, mert az függőséget okoz. A gyermekek aktívabbak a felnőtteknél, akik szeretik az édességet és a szörpöket, amelyek felpörgetik a fiatal szervezetet. Ők ezt az energiát gyorsan elhasználják, és utána feszültek lesznek és cukorfüggők. Mindenkinek javasolt a méz fogyasztása, víz nélkül. A mézben lévő cukor lassan szabadul fel napközben, és energiát ad az agynak és izmoknak, hogy működhessenek. A gyerekeknek így lesz elegendő energiájuk az aktivitásokra, nem lesznek idegesek, és nem fognak édességet kérni. A régészek találtak több ezer éves mézes csuprokat, és a bennünk lévő méz ehető volt.

A fahéj tökéletes természetes antibiotikum, mely nem gyengíti az immunrendszert, de megsemmisíti a kórokozókat. Indiában az éghajlat kedvez a baktériumok, vírusok és paraziták szaporodásának, de az indiaiak egészségesek, mert sok fahéjat fogyasztanak.

Ha nem szeretnének gyógyszerárba menni, készítsenek szirupot 1 l almaecetből, 1 kg mézből, 6 kanál fahéjból és két kanál lereszelt gyöm-

bérből. A hozzávalókat keverjük össze, és minden reggel reggeli előtt egyenek meg belőle két kortyot. Ezzel a sziruppal és a helyreállított atlasszal tartósan egészségesek lesznek, mert ez a kombináció tökéletesen természetes elixír.

Csökkentsék az élelmiszer bevitelt, és alkalmazzák a vércsoportjuknak megfelelő étrendet, és egészségesebbek és karcsúbbak lesznek. Az almaecet lebontja a zsírt, így a túlsúlyos egyéneknek segít megszabadulni a zsírrégektől. Reggeli előtt ne felejtsek el meginni a szirupot, ebéd előtt pedig jusson eszükbe, hogy a túlsúly depressziót okozhat.

Az ebéd legyen a legbőségesebb étkezés, de a jóllakottság érzése az agyból kb. 20 perc múlva érkezik, ezért egyenek lassabban. Régen a család étkezésekkor volt együtt, manapság, sajnos mindenki siet, ezért nem tudnak együtt enni a családok. Használják ki az ebédidőt arra, hogy jobbá tegyék a családi viszonyokat.

Egyeztesse étkezéseit a napfelkeltével és naplementével. Emésztőrendszerünk több ezer évig ehhez volt szoktatva, és nem tud megváltozni néhány generáció alatt. Délelőtt és délután keveset egyenek, délből a legtöbbet. Három étkezés elegendő, a közte lévő időben vizet igyanak. Ez szükséges ahhoz, hogy a szervek megpihenjenek és összegyűjtsék a szükséges összetevőket a következő étkezés megemésztéséhez. A túlsúlyosak egyszer egy egyenek egy nap, vacsorára csak egy kis gyümölcsöt fogyasztanak egészen addig, míg le nem fogynak.

A mi anyagcserénk össze van hangolva a nap és éjszaka ciklusaival. A szervezet nem egy készülék, de neki is van töltési, használati és ürítési ideje. A készülékek nem a napszakasztól függnak, azonban a szervezet igen. A modern életvitellel tolódott a napi anyagcsere ciklusa, ezért a szervezet tévesen működik, viszont az atlas kimozdulása miatt már régóta helytelenül működik.

Amikor az atlas visszakerül a helyére, az anyagcsere miatt szükséges állandósítani a nappal és éjszaka ciklusait, tekintettel az őseinkre. Napközben dolgozunk és eszünk, éjszaka pedig alszunk. Ez egyszerű, de a modern életvitel miatt egyre nehezebb ezt betartani. Egyre több a gyermek és felnőtt, akik éjszaka vannak fent és délelőtt alszanak. Ez is az egyik oka annak, hogy egyre betegebbek vagyunk.

Délben kell enni a legnagyobb adagot, és legkalóriadúsabb ételeket, azért hogy a táplálék időben odaérjen a vékonybélbe, ami kb. eset 22 óra környékére tehető. Akkor kell lefeküdni, mert abban az időszakban használja fel a szervezet a vékonybélből a tápanyagokat, és akkor regenerálódik a szervezet.

Mindenki arról beszél, hogyan kellene étkeznünk, de a szabályos széklet- és a vizeletürítés fontosságáról keveset beszélnek. Lehet, hogy kellemetlen a téma, de ez is egy része az anyagcserének. Ha több ételmezt viszunk be, mint amennyit kiürítünk, ez problémát okoz az anyagcserének. Vizeléssel kevesebb víz távozik, mint amennyit bevittünk a szervez-

etbe, mert vizet izzadással és kilégzéssel is veszítünk, de a szilárdanyag felesleg nem tud eltávozni bőrön és orron keresztül.

A vastagbélben elég sok salakanyag elfér, de sokkal jobb, ha ki van ürülve. A legjobb időpont az ürítésre a délelőtt. Aki naponta többször is ürít, sokkal egészségesebben és tovább is él. A madarak gyakran ürítenek, hogy ne cipeljenek sok felesleges terhet. Ha mi is így tudnánk élni, egészségesebbek lennénk. Fogyasszanak több gyümölcsöt, ami lehetővé teszi a mindennapos székletet.

A székrekedés a mai ember problémája. Mivel sietünk, nincs elég időnk üríteni, amire sok esetben nem vagyunk hajlandóak az iskolában vagy a munkahelyen, ezért elmúlik a megfelelő idő. Másnap ugyanaz, utána pedig várjuk a szombatot, de már késő. Így múlnak az évek, évtizedek. Ez az egyik oka a vastagbélrának.

Az székletürítés fiziológiai helyzete guggoló, de mi ülő civilizáció vagyunk, ezért ilyenkor is ülünk. Ülés közben a vastagbél vége hajlik, és megállítja a székletet. Japánban guggolós mellékhelyiségek vannak, ezért a japánok ritkábban szenvednek vastagbélránakban, és ritkábban van aranyérproblémájuk. Guggolás közben a combok szorítják a has alsó részét, így könnyebb kiüríteni a székletet.

Nem elég az, ha az emésztőrendszerünk egyes részei jól működnek. Szükséges, hogy az első agyból irányítottan összhangban legyen minden. Az atlas helyreállítás után javul az emésztés, mert felszabadul az emésztési központ, és áramlanak a jelek a nervus vaguson keresztül. Az atlant a jó egészség érdekében kell helyreállítani, és azért is, hogy könnyebb legyen elviselni a szennyezett táplálékot.

Őseink kétszázézer évig életek kevés és egyszerű eledellel. Ha nekik ez sikerült gyakran zord körülmények között, akkor nekünk is sikerülhet sokkal kedvezőbb korban. Mégis manapság sokkal többen halnak meg a nagy mennyiségű táplálék következtében, mint annak hiányában.

A táplálék teremtett minket, de a túl sok táplálék meg is semmisíthet. Ha ezt az életminőséget folytatjuk, az étel fog megenni minket. Kínában létezik egy közmondás: "A betegség oka a tányér alján lapul."

A Nyugatrómai Birodalom összeomlása után, a Kelet Római Birodalom még ezer évig fennmaradt. Egyik oka a Nyugat Római Birodalom bukásának a túlzott evés és élvezetek hajszolása volt. Bizánc nagyhatalmú birodalom volt, és ott éltek a kor leggazdagabb emberei, vagyonuk ellenére mégis szerényen éltek, akár az alattvalóik, és nem vitték túlzásba az evést.

A jövő analitikusai úgy látják, hogy a harmadik világháború az élelem- és vízhiány miatt törhet ki, de ez a háború nem az országok között fog dúlni. Egymás közötti megsemmisítést jósolnak, emiatt egyesek már búvóhelyeket készítenek és fegyvereket vásárolnak, amivel meg akarják őrizni a tartalék élelmet.

A levegő és víz egyelőre még mindenki számára elérhető, és aki az élelem feletti ellenőrzés jogát kapja, az fogja uralni a világot. Genetikailag

módosítják a növényeket, így magról nem tudunk új növényt termelni. Ma már az állatokkal is kísérleteznek, és ha ez sikerülni fog, lehet, hogy az embereket is módosítani fogják.

Több ezer étkezésről szóló könyv van, de e mellett is tévednek az emberek állandóan. A nők tudják, hogy az étkezést az aktivitásokkal kell összehangolni, a férfiak pedig tisztában vannak azzal, hogy a motoroknál az üzemanyag fogyasztást össze kell hangolni az üzemanyag bevitellel. A férfiak karban tudják tartani a gépeket, de sem a nők, sem a férfiak nem tudják, hogyan hangolják össze a táplálékbevitelt az aktivitásokkal.

AKTIVITÁS

Az "aktivitás" szó általában fizikai aktivitásra vonatkozik, de az emberi fajnál az agyi aktivitás is nagy energiafogyasztó.

Az egyenes testtartás járás közben lehetővé teszi a kisebb energiafogyasztást, mint a négy lábon járás. Járás közben tudattalanul előre hajolunk, és ez ösztönzi a mozdulatot. Az egyenes testtartás spórolja az energiát, a felesleges energiát pedig az ember az agyi aktivitásra használja fel.

Az egyenes testtartás és az agyunk különböztet meg minket az állatoktól. Az agyműködés sok glükózt igényel. Őseink olyan éghajlati viszonyokban éltek, hogy egész évben fogyaszthattak friss gyümölcsöt. Ez adott nekik energiát a fizikai aktivitásokhoz, de a gondolkodó folyamatokhoz is. Ahogy a múltban volt, úgy van ma is, mert a gyümölcs- és zöldségfélék közül először gyümölcsöt kell fogyasztanunk, mert az édes, és ha elteltünk vele, akkor a szervezet kéri a zöldségféléket is ahhoz, hogy regenerálódni tudjon.

Azt mondják, a munka teremtette meg az embert, de ellenkezőleg, a lustaság teremtette meg az embert. Egyesek lusták voltak, és azon gondolkodtak, hogyan lehetne valamit egyszerűen elvégezni. Ezek a gondolkodói folyamatok fejlesztették ki az agyunkat. A modern ember túlságosan lusta, és ezért találják fel a tudósok és a felfedezők a különböző készülékeket, új technológiákat, hogy könnyebb legyen a dolgunk, de manapság túlzásba vitték a lustaságot és ez is az egyik oka annak, hogy felgyorsult az emberi faj degradációja.

Nem a lustaság az egyetlen oka annak, hogy a munkahelyeken a robotok váltanak fel minket. Az emberi munkaerő drága, a nagyobb nyereség utáni vágy pedig hatalmas. Régebben hetente hat napot dolgoztak, ma már ötöt. Az iparosok ezt nem azért vezették be, mert humánusak, hanem azért, hogy szombatunként elkölthessék a keresetüket különböző termékek vásárlása alkalmával.

A munkaidő rövidül, és létezik egy olyan javaslat is, hogy hetente három napot dolgozzunk. A gépek megkönnyítik az életünket, de ki is iktatnak minket bizonyos szinten. A gépek felváltják az emberi munkaerőt, és így kevesebbet vagyunk fizikailag aktívak. Az aktivitás hiánya komoly

rizikófaktort jelent az egészségünkre nézve. A kutatások azt mutatják, hogy a fizikai aktivitás a múlt századhoz viszonyítva 99%-kal csökkent.

A gépek és robotok miatt egyre kevésbé vagyunk aktívak, ezért az izmaink elsorvadnak, a túlzott evés miatt pedig zsírrétegek képződnek rajtunk. A lábizmok nem tudják hordani a súlyos testet, így sokat ülünk, és az állapotunk egyre csak rosszabbodik. Ez egy csapda, amelybe már rengeteg gyermek és felnőtt beleesett.

A lustaság teremtett meg minket, de a túlzott lustaság le is pusztít. A múltban a fajok a természeti katasztrófák következményében tűntek el, mi pedig a túlzott lustaság miatt juthatunk erre a sorsra. Ez ebben a pillanatban lehetetlennek tűnik, de sohasem lehet tudni, mit hoz a jövő. Ha az ember eltűnik, egy másik faj kap majd lehetőséget.

A technológiai fejlődés túl gyors, emiatt hibák keletkeznek, melyek veszélyeztethetik az emberi faj fennmaradását. A jövőkutatás olyan tudomány, mellyel felelősségteljes tudósok foglalkoznak. Ők azt látják elő, hogy a jövőben az emberi életkor 100 év fölé is kitolható, azzal a feltétellel, ha az emberi faj fenn tud maradni az elkövetkező száz évben.

Munka nélkül nem lehet élni. A munka nem csak azért létezik, hogy pénzt keressünk vele, hanem azért is, hogy a testünk aktivizálva legyen. A jó egészség érdekében dolgoznunk kell életünk végéig, különösen olyan munkát kell végeznünk, amiben örömmünket is leljük. Egyes emberek betegségei azért szűntek meg, mert a fájdalmak ellenére nehéz fizikai munkát végeztek.

A helyreállított atlással a jövőben az emberek egész életükben dolgozni tudnak majd. A fizikai munka jótékony, ezért jobb, ha olyan hobbink van, ami megmozgatja a testet, mint olyan, ami csak agyi aktivitást igényel.

Amikor a férfiak nyugdíjasok lesznek, általában nem aktívak. Ez is egy oka annak, hogy rövidebb életet élnek, mint a nők. Az emberek többsége ülve nézi a TV-t, és az aktivitás hiánya miatt megbetegednek meg, majd kerülnek ágyba, ettől a helyzettől pedig még betegbek lesznek. Különböző gyógymódokkal meghosszabbítják az életüket néhány évvel, de utána meghalnak. Tőlük eltérően, a nők aktívak nyugdíjas korban is.

A gyermekek agyának sok energiára van szüksége, míg virtuális játékokat játszanak, de a fizikai aktivitáshoz kevés energia kell. A gyermekek nem esznek gyümölcsöt, nehogy bepiszkolják a billentyűzetet, ezért édeséget fogyasztanak. A finomított cukor nehezebben változik glükózzá, de könnyen tárolódik a zsírszövetekben, így a gyermekek egyre kövérebbek lesznek. A billentyűzeten sokkal több baktérium van, mint a WC-ülőkén, ezért a gyermekek gyakrabban betegednek meg.

A mai gyermekek nem tudnak játszani, nem ismerik azokat a játékokat, amiket szüleik a szabadban játszottak. A virtuális játékokban minden lehetséges, csak a megfelelő fizikai fejlődés nem, mert ülés közben csak az ujjak mozognak a billentyűzeten, és csak az alkar izmai aktívak. A lábizmok a járást teszik lehetővé, ebben a helyzetben pedig a gyermekek

lábizmai sorvadnak el. Amikor felnőtté válnak, dolgozni kezdenek, és ülő munkát végeznek. Ezért van az, hogy egyre több ember megy el betegnyugdíjba.

A fizikai aktivitás manapság fontosabb, mint bármikor, azért, mert túl sokat eszünk és ülünk. A szülők különböző sportokra küldik gyermekeiket, de ezzel hibát követnek el.

Az izmoknak és ízületeknek fizikai aktivitásra van szükségük, de a túlzott aktivitás káros. Fiatalkorban a legtöbb sport gyengíti a szervezetet, időskorban pedig a hivatásos sportolók gyakran betegebbek másoknál. A kosarazóknak, röplabdázóknak és a többi sportolónak az ugrások miatt levékonyodnak a gerinc alsó részében lévő porckorongjaik, és a forgóban, térdben és lábfejen lévő porcokóik.

Valamikor a legerősebb fiatal férfiakat harcosoknak nevelték, ma ők lesznek az élsportolók. A sportolókat kihasználják a klubtulajdonosok. A díj és a pénz nem tudja pótolni azt a kárt, amelyet a szervezetüknek okoznak. Esések és ütések alkalmával az első csigolya a sportolóknál még jobban kimozdul, mint másoknál, a túlzott fizikai aktivitás pedig kimeríti a testet.

Sokan rekreatív sporttal foglalkoznak, azzal a céllal, hogy kiegyenlítsék a testüket, de nem sikerül nekik, mert az atlasuk ki van mozdulva. Jobb egy perc alatt az atlaszt helyreállítani, mint évekig edzeni.

Futás és gyakorlás közben az izmokban savas kristályok gyülemlenek fel, a tej és tejtermékekben lévő kalcium lerakódások miatt nehezebben távolíthatók el, emiatt a fájdalmak intenzívebbek és tovább tartanak. Az ember nekifutamodhat, de nincs elég ereje a futáshoz. A sok futás nem kedvez az egészségnek. Őseink időnként elszöktek a veszély elől, vagy rohantak vadászat közben, de nem futottak minden nap kilométereket.

Időskorban nem lehet futni, ezért egyesek hosszú sétákat tesznek, de ez idővesztéssel jár, és porcogó veszteséget okoznak az ízületekben. Az ideális sport fiatalok és idősebbek számára egyaránt az élénk séta. Eleget tempós sétával megtenni naponta egy kilométert. Az izmoknak ez használni fog, izzadás által pedig eltávoznak a káros anyagok.

Az tempós sétának nem szükséges külön időt szentelni, ki lehet használni azt az időt, amikor pl. boltba mennek. A szomszédok lehet, hogy furcsa szemmel nézik majd a történeteket, de Önök ezáltal lesznek egészségesebbek. Van, aki kutyát sétáltat, és így aktiválja az izmait, de ez nem elegendő. A kutya futni szeretne, de nem bír, mert az ember lassan halad. Az embereknek és a kutyáknak is jobb lenne, ha a tulajdonosaik megérténék az élénk járás fontosságát.

Az emberi agy állandóan működésben van, ráadásul a nőknél ez még intenzívebb folyamat, mint a férfiaknál. A nőket ez frusztrálja, így állandóan aktívak, amivel a céljuk a kevesebb gondolkodás. A fizikai és mentális aktivitás kimeríti a nőket, ezért gyakrabban szédülnek és fáj a fejük, mint a férfiaknak. A nők munka közben általában állnak, de nem pihennek. A férfiak nehezebb munkát végeznek, ezért pihennek. A nőknek

a jobb egészség érdekében naponta többször is le kéne pihenniük. Ülés közben a test ellazul, de jobb háton feküdni, hogy a vér és nyirokrendszer keringése harmonizálódjon.

Az ember egy nagy gyermek, csak amikor felnő, abbahagyja a játszást. Játzás közben természetes módon aktiválódik a test és a lélek, ez teszi lehetővé a gyermekeknek a megfelelő pszichofizikai fejlődést. Amikor felnövünk, a testnek továbbra is szüksége van a mozgékonyagra, de a munkahelyen végzett fizikai aktivitás nem elegendő a szervezet harmonikus működéséhez.

A múltban nem létezett televízió, és az emberek táncmulatságokon szórakoztak. Így aktiválták a testüket és ápták a társadalmi kapcsolataikat. Az emberek több ezer éven keresztül tánccal és néptánccal ünnepték az életet. Erre most nagyobb szükség lenne, mint bármikor, a statikus életmód miatt.

Egyre kevesebb idő jut a szexre, és kisebb a vágy is, pedig a szex fizikailag és pszichikailag is jótékony hatású. A csökkentett fizikai aktivitás miatt létezik egy fajta diéta, amit "szex diétának" neveznek. Sok időt és pénzt költenek különböző diétákra, kondi gépekre és pszichológusokra, pedig a legjobb fogyókúra a szeretett személlyel való játszadozás lenne. A férfiaknak a reggeli szex felel meg, a nők pedig éjszakára hagynák ezt a tevékenységet. A legjobb megoldás reggel és este végezni, hogy utána egész nap jókedvűek legyünk. Ilyenkor boldogsághormon termelődik, aktiválódnak az izmok, és olvad a felesleges zsír.

A nők inkább a józan eszükre hallgatnak, míg a férfiak az ösztöneikre. A női princípium a fajfenntartó, a férfiak a támaszt jelentik. A tudomány bebizonyította, hogy a férfiaknak van igazuk, mert mindkét nemnél reggel magasabb a szexuális vágyat okozó hormon szintje. Azok a párok, akik a napot szexszel kezdik, boldogabbak és tovább élnek. Az ember egy faj, két nemre osztva, és akkor vagyunk egységben, amikor össze vagyunk kapcsolva. Természetesen nagyon fontos a lelki kötelék, de a testi összekapcsolódás is az. Azok a párok, akik reggel szeretkeznek, közelebb állnak egymáshoz, és boldogabb párkapcsolatban élnek.

Az atlas helyreállítás után mindenkinél megnövekszik a szex utáni vágy, a férfiaknak pedig javul a potenciájuk a jobb vérkeringés miatt, és azért, mert nyitottak a hímvessző felé vezető idegpályák, és nem akadályozza semmi a jelek áramlását.

Csak a delfineknek és az embereknek van lehetőségük az örömteli és élvezetes szexuális kapcsolatra. A delfinek ösztöneik szerint élnek, és nem sietnek munkába hozzánk hasonlóan, ezért gyakran párosodnak, és ebből adódóan olyan vidámak. Mi egyre inkább éljük „mesterséges életünket”, és megpróbálunk boldogok lenni, annak ellenére egyre boldogtalanabbak vagyunk.

A fejünk a tarkóban lévő feszültségtől és az alsó állkapocsban lévő görcsös izmoktól olyan, mintha satuban lenne. Az aktivitások során az állkapocs izmai feszültek, mert egyenes tartásban csak az alsó állkapcsunk

lóg. Ez idegesítő érzést kelt bennünk, aminek nem is vagyunk tudatában. Amint az atlas helyre van állítva, a feszültség csökken, és ahhoz pedig, hogy még jobban csökkenjen, erősen meg kell nyomni a koponya alsó részét a hüvelykujjainkkal.

A legismertebb festmény a világon Mona Lisa portréja. Leonardo da Vinci lefestette Mona Lisa lány mosolyát, és ezzel magasztosabb üzenetet hagyott a világnak. Napközben néhányszor mosolyodjanak el, és visszatér a jókedvük. A tarkómasszázs és a mosoly csak kis fizikai aktivitás, melyek szebbé teszik a napot.

A készülékek és gépek megkönnyítik az életünket, de lehetetlen létrehozni egy olyan robotot, aki helyre tudja állítani az atlasunkat. A kezelések hasonlóak, de minden atlas helyreállítás egyedi, mert minden szervezet különböző. A robot nem tud kapcsolatot létesíteni, és nem tud tanácsokat adni, hogy hogyan szabaduljunk meg a betegségektől.

A robotok nem humánusak, és csak az emberek képesek készülék segítségével másoknak helyreállítani az első csigolyájukat. A mechanikai és emberi tevékenység ötvözete fogja lehetővé tenni azt, hogy az egyén és az egész emberiség egészségebb és boldogabb életet éljen.

M É R T É K L E T E S S É G

Mindenben meg kell találni a megfelelő mértéket, hogy az élet és az egészség minőséges legyen. Mindannyian egy fajból eredünk, de különbözőek vagyunk, ezért mindenkinek fel kell fedeznie a saját mértékletességének határait.

A hibákat mértékletességgel korrigáljuk: alvással, vízzel és aktivitásokkal. Ezzel javítjuk az egészségünket.

A kevés vagy túl sok alvás rosszul hat a szervezetre. Ha reggel fáradtan ébredünk, ez azt jelenti, hogy nem fejeződtek be azok a folyamatok, amik minden éjszaka végbemennek a szervezetben, ezért szükségünk lenne további alvásra. Amikor valaki három napig nem alszik, a szervezete nagy veszélybe kerül.

Még a vizet is mértékkel kell fogyasztani. A túl kevés, vagy túl sok víz szintén olyan probléma, amely kihat az egészségre.

Mindenben a mérték a fontos, de az evésben való mérték létfontosságú az egészség szempontjából. A kalória bevitel és a fogyasztás közötti egyensúly a legfontosabb. Értelmetlen a túlzott evés, mert utána a felesleges kalóriát testmozgással kell leadni. A korlátlan evés hízást eredményez, ami ellensúlyozásként nem kevés edzést kíván, ráadásul fizetnünk kell az ételért, és a kondi gépek használatáért is.

Az izmok és az ízületek is igénylik az aktivitást, de a testnek nem jó a gyenge, de a megerőltető aktivitás sem.

A hedonisták és az aszkéták a tűréshatár pereméig kínozzák testüket, ezáltal kárt okoznak a önmagukban. Meg kell találni a mértékletes-

séget, és azt, ami a testünknek megfelel. Az életet élveznünk kell, ezért időnként alhatunk kevesebbet és ehetünk többet, de akkor a rákövetkező napokban mértékletesnek kell lennünk, és hagynunk kell időt a testünk regenerálódására. Az életnek nem lesz értelme, ha folyton fegyelmezzük önmagunkat, ezért legyünk mértéktartóak

A legtöbb ember számára 3 perc levegő nélkül, 3 nap víz nélkül és 3 hét élelem nélkül a túlélés határa. Túlnyomórészt városokban élünk, ahol a levegő, víz és élelem szennyezett, de ma már a falusi élelem is szennyezett. Valamikor az emberek a természetben éltek, és ott az élet néha kegyetlen volt. A mai feltételek jobbak, de kegyetlenebbek az általános szennyezettség miatt. A szennyezett táplálék miatti elhízás óriási problémát jelent, ezért a legjobb hetente egy napot koplalni. Ez egyik módja a fogyásnak az, hogy belássuk, a kevesebb, ám minőségesebb táplálkozás fontosságát, mivel a mérsékelt evés lecsökkentheti a súlytöbbletet.

Van, aki undorodik másoktól, és van olyan is, aki nincs megelégedve saját testével, azonban ezt a szervezet megérzi, amire erre reagál. A rossz gondolatok gyengítik az immunrendszert, és betegségeket hoznak létre. A testünket szeretnünk kell, méghozzá a legjobban ott, ahol a probléma keletkezik. A szervezetet meg kell védeni, legfőképpen ott, ahol a tünetek mutatkoznak, mert könnyebb megvédeni a testet, mint gyógyítani a betegségeket.

Napközben a test öltözékkel van megvédve, éjszaka takaróval. A fej a haj melegíti, de a tarkó éjjel-nappal szabadon van. A legtöbb ember úgy gondolja, hogy a has a test legérzékenyebb része, azonban ez nem így van, mivel a tarkó az egyik legérzékenyebb pontunk. Különösen a férfiaknak nehéz, mert a fejük az atlas hátramoszulása miatt előre van hajolva. A férfiak tarkója általában fedetlen. Van, aki a nyakát gallérral melegíti, de a tarkó akkor sincs teljesen megvédve.

A tarkót mindig jól meg kell védeni, mert ha kitesszük a napnak, szélnek vagy esőnek, agyhártyagyulladás okozhat. Ez nagyon ritkán fordul elő, de ha a tarkó fedetlen, akkor a legegészségesebb ember is megbetegedhet, és ez tartósan kért tehet az egészségében.

A szervezetnek nem felel meg sem a meleg, sem a hideg. A mértékletes öltözködést és takarózást az évszaknak megfelelően kell megválasztani, de a tarkó általában ki van téve az időjárás viszonyosságainak. A nők tarkóját hosszú hajuk védi, de ennek ellenére is szoktak sálát, kendőt hordani. Valamikor a nőknek és férfiaknak is hosszú hajuk volt, ma pedig a divat miatt a férfiak nagyobb nyaki fájdalmakat tűrnek el. Régebben divat volt a férfiaknál is a sál, de ma már ez nem jellemző. A férfiaknak télen hosszabb haját kellene viselniük, vagy kapucnival védeni a tarkójukat.

Az emberi faj rendkívül alkalmazkodó, és ez teszi lehetővé, hogy extrém időjárási viszonyokban is fennmaradjunk. Ha az eszkimók és néger lakhelyet cserélnének, nagyon gyorsan meg tudnák szokni az új körülményeket, de ha ezt gyakran megtennék, megbetegednének. Télen jövőnk-megyünk a meleg helyiségekből a hidegekbe, és pár másodperc alatt több tíz fokos hőmérsékleti különbségeknek tesszük ki magunkat. Mosta-

nában a melegben klímával hűtjük magunkat, de ezért nyaranta betegebbek vagyunk az őseinktől. Az ember könnyen alkalmazkodik, de nem tudja elviselni a szélsőségeket, ezért alkalmazkodnia kell az életfeltételekhez amelyekben él.

Az arany középút a legjobb, de a mértékletességet nehéz megtalálni, akárcsak az aranyat. A mértékletesség értékesebb az aragnál, és az egészségünk érdekében be kell tartanunk.

A legtöbb ember jobban odafigyel az anyagiakra, mint a saját testére. Felelőtlenül dobjuk ki a pénzt luxusházakra és különböző tárgyakra. Mindez csak kezdetben nyújt pillanatnyi boldogságot, később jövőnk rá arra, hogy mindez felesleges volt. Kevesen vannak, akik az egészségükbe fektetik a pénzüket és idejüket. Az emberek akkor kezdenek el törődni az egészségükkel, amikor már betegek, de akkor már késő. A legjobb összehangolni a mérsékelt életvitelt a szükségleteinkkel, és a vágyinkat a lehetőségeinkkel.

A felgyorsult életmód miatt nincs időnk, hogy figyeljünk a szervezet szükségleteire. Össze kell egyeztetni a gyorsaságot a szükségletekkel, hogy egészségesek legyünk életünk végéig.

A mértékletesség a kulcs, amivel a jobb egészség és boldogabb élet ajtaját nyitjuk. Az atlas helyreállítás után a szervezet jobban viseli a szélsőségeket, de továbbra is fontos figyelni a mértékletességre.

K É N Y E L E M

Amióta létezik az emberiség, létezik a kényelemre való törekvés is. Ma nagyon nagy kényelemben élünk, ezért a szervezetünk túl érzékeny, és betegebbek vagyunk az őseinknél.

Kellemesnek érezzük, hogy kényelmes közegben dolgozunk és élünk, de ezáltal károsítjuk a szervezetünket. Nem segíthetnek rajtunk a légfrissítők, amikor betonnal és műanyaggal körülvéve élünk. Ezt nem tudjuk megváltoztatni, de vasárnaponként elmehetünk a természetbe, és akkor a testünk regenerálódhat. Sokkal jobb évente ötven napot a természetben eltölteni, mint húsz napot valami modern turisztikai helyen.

A kubaiak és a japánok a legegészségesebbek, és ők élnek a legtovább. Kubában és Japánban is az emberek szerényen élnek, a gazdasági és teljesítménybeli különbségek ellenére. A kubaiak kénytelenek kis házakban élni, ami a japánokra nem vonatkozik, de ők is szerényen élnek. Kubában meleg van, és ez az egyik oka annak, hogy egészségesek, de Japánban hideg van. Ez a két nép példázza azt, hogy a hosszú élet és az egészség nem a pénztől és az éghajlattól függ, ezért más népek is példát vehetnének róluk, bármilyen körülmények között is élnek.

Az emberi szervezetnek a legjobban a fekvő testhelyzet felel meg, de nem bírunk állandóan fekvődni. Amikor állunk, a vénás vérkeringés meg van terhelve, ezért inkább ülünk, de a vér a vénákból nehezebben jön vissza, mint amikor fekszünk. Egészségesebb többször lefeküdni egy kicsit, mint sokáig ülni.

Az alma és a banán közül a többség a banánt választja, mert könnyebb megrágni. A gyümölcsök és az édesség között az édességet választják inkább, mert az ízletesebb. Mindenkinek van választási joga, de a többség az ízelembimbóknak kedvez, ezért kárt okoz magának, mert azt választja, ami a szervezetnek árt. Az élelmiszeripar az emberek kellemesség utáni vágyára alapozta az üzletét, így módon a rövidtávú élvezet, hosszú távú problémává változik.

Őseink valamikor meleg éghajlati viszonyok között éltek, ezért a földön aludhattak. Amikor hidegebb tájakra költöztek, elkezdtek fából készült alkalmatosságokon aludni, mert az elszigetelte a földről érkező hideget. A föld és a fa kemény, ezért puha takarókkal terítették le. Ma túl puha matracokon alszunk, de ez nem jó az egészségünknek.

Japánban túlnyomórészt még ma is kemény, fa fekhelyen alszanak. Nyugaton az emberek puha matracokon teszik ezt, és lecserélik őket még puhábbakra, de egyre rosszabbul érzik magukat, és végül a drága matrac tetejére falapot helyeznek, ekkor kezd újra javulni az egészségük.

A meleg vagy a hideg környezet nem egészséges, de jótékony hatású, mert a szervezet ellenállóbb lesz. Télen a ruházat véd minket a hidegtől, de nem kell túlságosan felöltözni, mert akkor a test túlmelegszik.

A nyári melegekben a klíma nagyon lehűti a teret, és ez megzavarja a szervezetet. A modern ember a túl sok változással gyengíti az immunrendszerét, és egyre betegebb lesz.

Az emberek mindig fogyasztottak drogokat, azonban mára ez komolyabb probléma lett. A drogok eltüntetik a realitást, és pillanatokra olyan érzést keltenek, hogy az egészséggel minden rendben van. A drogozás is egyfajta kedvezés, de ez az állapot rövid ideig tart, ezért újra megismétlik. A első csigolya helyreállítása után általában csökken a drogfüggőség, mert az egészség javul, és a boldogságot okozó hormonok megfelelően termelődnek.

Egyes országokban a fájdalmakat legálisan orvosi kanabisszal enyhítik. Az emberek a fájdalmakat puha fotelokkal és kényelmes ágyakkal is enyhítik, de ez a kényelem miatt a test még jobban ferdül, és a fájdalmak még erősebbek lesznek. A fájdalmak által a test a halál nevű gödör irányába hajlik. Jó lenne, ha ez a hajlás rövid ideig tartana, de a legtöbben ilyen hajlottan élnek még évtizedekig, fájdalmaktól és betegségektől gyötörve.

Azt mondják, hogy vannak olyan betegségek, amiktől muszáj meghalni, de ez tévhit. Azok az emberek, akiknek helyre lett állítva az atlasuk, nem a betegségektől fognak meghalni, hanem az öregségtől. Természetesen minden életnek van kezdete és vége, de a legfontosabb, hogy a betegségek ne kínozzanak minket az életünk során, és ne rövidítsék le az életünket.

Az élettartam korlátozott, mert a regenerálódásnak is van határ-ideje, az élet pedig akkor fejeződik be, amikor a test már nem regenerálódik.

REGENERÁCIÓ

A petesejtosztódás a fogantatás pillanatában kezdődik, és a sejtek osztódása az élet végéig tart. A sejteknek megvan az élettartamuk, mely attól függ, hogy milyen szövethez tartoznak. Amikor befejeződik a sejtek életsiklusa, az élő sejtek osztódásával új sejtek jönnek létre, ezt nevezzük regenerációnak.

A regenerációs folyamat még akkor kezdődik, amikor a magzat fejlődik a méhben, és életünk végéig tart. A szervezet a regeneráció által újul meg, és ez teszi lehetővé a hosszú életet. Ha a regeneráció akadálytalanul folya, az élettartam akár 120 évre is kitolódna, de a kimozdult atlas miatt az aggyal való összeköttetés nem teljes, ez csökkenti a regeneráció lehetőségét, és degeneratív változások keletkeznek. Ez az alapvető oka annak, hogy nem bírunk 120 évig élni.

Minden másodpercben bennünk meghal több tízezer sejt, de ugyanakkor újak keletkeznek. A regeneráció folyamata véges, ezért véges az élet is.

A sejtek osztódással szaporodnak ellenőrzés nélkül, ezért az agy végzi ezt a munkát. A pubertáskor végén befejeződik a növekedés, és ekkor a szervezetben átlagosan hatbillió sejt van. A huszadik életévtől a sejtek száma csökken, és már akkor elkezdődik az öregedés. A regeneráció évtizedről-évtizedre csökken.

Csak az atlasnak van élethosszig tartó regenerálódása, mert az a szervezetünk legfontosabb pontja, és ezért helyre kell állítani az legidősebbekét is. A koponyaízület és az első csigolya fontossága miatt az a legutolsó hely, ahol teljes csontosodás keletkezik.

Az atlas helyreállítás után jobb lesz az agy kommunikációja az egész szervezettel, és megjavul a vérkeringés. Az idegi jelek az agyból akadálytalanul áramlanak, és a vér viszi a tápanyagokat az új sejtek építéséhez. A jobb kommunikáció és vérkeringés lehetővé teszi a jobb regenerációt, a szervezet felépül, ezért jönnek létre azok a gyógyulási folyamatok, melyek másként nem történhetnének meg.

A jobb regeneráció javítja a bőr, a haj és a körmök minőségét. Ezek a külső javulások láthatóak, de a testben szintén javulás jelentkezik.

Amikor az atlas helyre van állítva, a szervezet helyesen regenerálódik, ezért a legtöbb tervezett műtétet lemondják. Ha elkéstünk a helyreállítással, akkor a károsodott szerv nem tud regenerálódni, és meg kell műteni. A műtét elviselhetőbb, és a szövetek gyorsabban benőnek, ezért gyorsabb a felépülés is.

A szervek beültetésével meghosszabbítják az életet. Egyes szerveket pótolni lehet készülékekkel, de a legjobb az új tudományos felfedezés az őssejtekről, mert a legjobb, ha a szervezet önmagától regenerálódik. Az élet kezdetén meghatározott számú őssejtünk van, melyeknek, ha eljön az ideje, aktiválódnak azon a helyen, ahol a regeneráció szükséges. Az élet

során csökken az őssejtek száma, ezért szűnik meg a regeneráció idős korban.

A babáknak kiveszik az őssejtjeiknek egy részét, megőrzik őket, hogy egy nap fel tudják használni a károsult szervek regenerálódására. A helyreállított atlasznak és az őssejteknek köszönhetően az emberek a jövőben akár 200 évig is élhetnek.

A csontok és idegsejtek regenerációja hosszadalmas, ezért a csontok és az idegrendszer regenerálódik a leglassabban.

Minden sejt regenerálódik, de mind megtartja eredeti nagyságát. Csak a máj nagyobbodhat meg, de ez attól függ, hogy mennyi idő szükséges a szervezetnek, hogy megtisztuljon a káros anyagoktól.

M Á J

A jelenről szóló bekezdést az atlisszal kezdtem, de a múltban a megnagyobbodott máj miatt kezdődött el az emberiség legnagyobb problémája. A megnagyobbodott máj az ok, a kimozdult első csigolya az okozat. Ez az egy következmény lett az oka a sok másiknak, ami az egészségünket sújtja. A betegségek őseinket is kínozták, és most is milliárdnyi ember szenved tőlük.

Az összes szervünk fontos, de a máj az összes közül az egyik legfontosabb. Létezik egy közmondás, miszerint: "A májtól függ, hogy mennyire élhető meg az életünk". A máj az angol és német nyelvben az életről kapta a nevét: LIVE – LIVER, LEBEN – LEBER.

A máj akkor nagyobbodott meg, amikor a Homo sapiens mindenevő vált. Mindennek, ami új, vannak jó és rossz oldalai is. Az élelmiszerek nagyobb választéka az embereknek nagyobb esélyt adott a túlélésre, de az egészség rosszabb lett, és még rosszabbodott a túlzott evés miatt. Ez a múltban igazolt okok miatt történt, mert nem volt elegendő táplálék. Azonban most van elegendő táplálék, és a túlzott evés felesleges, és még ártalmas is az egészségre.

A máj a múltban kisebb volt, de az elmúlt néhány évben kétszeresére nőtt az élelmiszerekben lévő vegyi adalékok miatt. A múltban a máj nem érintkezett ilyen vegyi anyagokkal, ezért megnövekedett, és így próbált ellenállni a mérgeknek. Még a duplájára növekedett máj sem tudja megtisztítani a szervezetet, így a káros anyagok a szervezetben tárolódnak, ezért hízunk egyre jobban.

A megnagyobbodott máj eredményeként a múltban rendellenességek léptek fel a belső szervek elhelyezkedésében. Az elmúlt évtizedekben ez tovább romlott. A jobb vese még inkább leereszkedett, a szív és a jobb tüdőszárny pedig feljebb csúsztak. Az orvostudomány igyekezetei ellenére növekszik a szívinfarktusban megbetegedők és a további szívbetegségek száma, és más megbetegedéseké is, mert a máj nyomja a többi szervet,

ugyanakkor a szervek nyomják a májat, és ezért nem tud megfelelően működni.

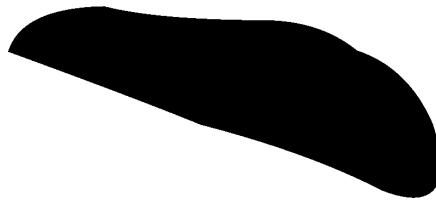
Ha egészségesek szeretnének lenni, a legjobb, ha organikus (bio) élelmiszereket fogyasztunk, és elnyomjuk az evés utáni vágyat, a mértékletességre törekedvén.

A japán étkezési útmutató így szól: "Soha ne lakjál jól, de soha ne legyél éhes sem."

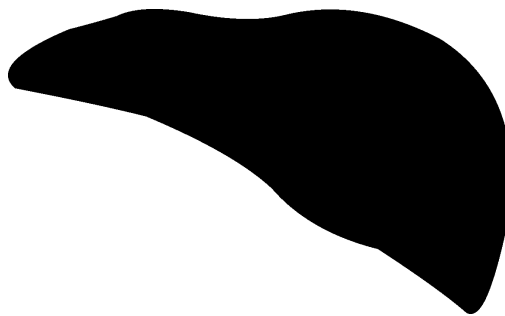
Az országok kormányzói sokkal jobban tennék, ha kényszerítenék az élelmiszeripart, hogy organikus táplálékot termeljenek, minthogy ennyi pénzt költsenek a lakosság gyógyítására.

A máj nem tud megbirkózni azzal a sok vegyi anyaggal, amit a táplálékkal beviszünk a szervezetbe, és nincs ideje megtisztítani a szervezetet, mert túl sokat eszünk. A káros anyagok lerakódnak a szervezetben, és várják, hogy a máj megtisztítsa őket, de ez nem történik meg, mert mi továbbra is túl sok káros anyagot viszünk be.

A MÁJ AZ ŐSKORBAN



A MÁJ A JELENBEN



Ahhoz, hogy a sejtek épségben megmaradhassanak, a sejtözi tér tiszta kell, hogy maradjon. A vér hordozza a sejtek számára szükséges tápanyagokat, és elviszi a sejtek anyagcsere produktumait. A fehér vérsejtek tisztítják az elhalt sejtek maradványait a kórokozókat.

A vér a szervezet tisztítója, de a végén a vért a máj tisztítja meg.

A veséknek és hasnyálmirigynek köszönhetjük, hogy napirend szerint szabályozzák az anyagcserét, a májnak pedig hétszer olyan hálások lehetünk, mert heti rendszerességgel tisztítja a testet.

A máj idegei a negyedik és nyolcadik mellkasi csigolyák között helyezkednek el, és a bordák mentén haladnak. A máj a jobboldalon van, az emberek többsége pedig azon az oldalán alszik, ezért a bordák nyomása csökkenti az idegi jeleket. A máj legtöbbször éjszaka működik, de nem tudja ezt megtenni, ha az idegi jelek oda vannak nyomva.

A degeneratív elváltozások a szervezetben a mérgek lerakódása miatt keletkeznek. A változások a kézfejen és kezeken látszódnak, de jelen vannak a testben is. A bőrön foltok jelennek meg, amelyeket májfoltoknak nevezünk. Van, akinek időskorban sincs foltja, azonban van, akinek már a harmincas éveiben jelentkeznek. Ez a különbségek miatt van, attól függően, kinek merre van kimozdulva az atlasa, és a különböző táplálkozási szokások miatt.

Az atlas helyreállítás után a gerinc szabályosabb lesz, és átengedi a máj irányába a jeleket. A máj így jobban regenerálódik és könnyebben tisztítja a szervezetet, a foltok pedig elhalványulnak, vagy eltűnnek.

A máj gyorsan regenerálódik, mert nagy mennyiségű káros anyagtól kell megtisztítania a szervezetet. A táplálék fajtájától és mennyiségétől függően a máj megnagyobbodhat vagy zsugorodhat. Ha a máj egy embernél kisebbedik, akkor genetikailag kicsinyíteni lehet az emberiségnél is. Ezáltal az egészségügyi problémák oka szüntethető meg. A máj két generáció alatt csökkenthető, ami ugyancsak jellemző magzatokra is, és ebben az esetben az atlas nem kimozdulva formálódna.

“Buta, mint a liba”- szól a mondás. A libákat túletetik azzal a céllal, hogy megnöveljék a testsúlyukat, ezért a májuk megnövekszik, és veszélyesen zsíros lesz. Emiatt a libák betegek lehetnének, de ez nem történik meg, mivel megesszük őket. Velünk nem az a céljuk, hogy megegyenek, és nem is kényszerítenek bennünket semmire, mégis egyre több a túlsúlyos ember. Az evés utáni vágy és az ízérzékelés a legnagyobb ellenségeink, ráadásul bennünk vannak, és nem valami harctéren.

Mi tehetünk erről a helyzetről, amiben az emberiség jelenleg van. Az élelmiszeripar csak kihasználta az emberi gyengeséget. A nyereségüket a túlzásba vitt evésre alapozták, valamint arra, hogy túlzottan kedvezünk magunknak ezen a téren. A legjobb megoldás, ha visszatérünk a természetes étkezéshez. Ez egyféle táplálékot jelent egy étkezés alkalmával. A régi időkben az emberek az előbb említett módon táplálkoztak, mert az élelmiszereket egyesével találták meg. Mi manapság bőségben élünk, íz és választék tekintetében is ez a helyzet, és nem tudjuk visszafogni magunkat. Az állatok egészségesebbek tőlünk, mert az atlasuk nincs kimozdulva, és csak egyféle élelmiszert esznek egyszerre.

Lehetetlen visszafojtani az ízlelő bimbóinkat és az evés utáni vágyat, ezért az egyetlen megoldás az, hogy a jövő generációknak minél előbb helyreállítsák az első csigolyájukat. Hatalmas feladat, de mégis könnyebb

lesz hét milliárd embernek helyreállítani az atlasát, mint visszatérni a helyes táplálkozásra. Az atlas helyreállítás után javul az emésztés, a máj működése is, és tisztítani kezdi a szennyezett, mérgekkel telített szervezetünket.

A múltban is voltak, akik élvezeték az élet és ital adta örömeit, de manapság ez tömeges jelenség. Az emberek isznak, hogy enyhítsék a modern életvitellel járó feszültséget, és ezáltal is károsítják a májukat. Az atlas helyreállítás után az emberek jobban tűrik az alkoholt is, és nem érzik olyan nehéznek a másnaposságot.

A **HumanUP** módszer lehetővé teszi, hogy javuljon az egészségünk, ami a meghatározza a jövő generáció egészségét is.

Az emberiség problémája a távoli múltban történt, de mi is viseljük a következményeit. Az atlas helyreállítás felfedezése végre összeegyeztetheti a múltat és a jelent, a jobb jövő érdekében.



J Ö V Ő

A múltban elkövetett hibák miatt ez idáig rossz irányban haladtunk, de ezentúl – az atlas helyreállításnak köszönhetően – jobb irányban változunk.

Mi vagyunk az egyetlenek a sok millió faj közül, akik tudatosan hatni tudnak a fejlődésre, de ha most hibázunk, fizetni fogunk mi is és az utódaink is.

A tudatosság az atlas helyreállításról jobbá teheti, és jobbá is fogja tenni az emberi fajt a jövőben.

KÉPZELET

A képzelet mozgósítja az embereket, de nem elég csak álmodozni, hanem a képzelt dolgokat meg is kell valósítani. Az atlas helyreállítás felfedezésének köszönhetően a jobb egészség végre valóság lehet minden ember számára. Sajnos, ez nem érdeke nagyon sok ipari ágazatnak, ezért valószínű, nehezen fog megvalósulni.

Az időutazás egyelőre lehetetlen, ezért nem tudhatjuk előre, hogyan is fogunk élni a jövőben. A legtöbb ember jobb jövőt képzel el saját magának, vannak olyanok is, akik nem álmodnak, hanem tervezik azt, hogyan fognak mások élni. A probléma az, hogy az alkotók a saját érdekében terveznek, és nem azért, hogy ez másoknak tetsszen. A múltban egyesek megalkották a jövőt, és ma az utódjaik élvezik a kiváltságokat, és már azt tervezik, hogy a gyermekeiknek is hasonlóakban lesz részük.

Úgy tűnik, nehéz olyan világot megálmodni, ahol mindenki nyer, azaz senki nem veszít. Egyelőre az élelmiszeripar a nyerő, az emberek pedig megbetegednek a vegyileg előállított élelmiszerektől. Az „egészségügyi ipar” gyógyítással foglalkozik, de nem az az érdeke, hogy a többség meggyógyuljon. A gyógyszeriparban létezik egy közmondás is: „Gyógyult páciens - elvesztett fogyasztó.”

Nehéz egy olyan világban élni, ahol azok, akik az emberi egészségről hivatottak gondoskodni, mégis csak a saját érdekeiket tartják szem előtt. Sajnos, úgy tűnik, egyelőre nem lehetséges humánusabb világban élni. A jobb társadalmi rendszer megvalósításának kísérleteit megakadályozták a különböző iparágak. Ezek a kísérletek utópiának lettek nyilvánítva, de az utópia már jelen volt a primitív társadalomban, és ha már egyszer jelen volt, akkor jelen lehet ismét.

Nem szeretnénk ismét primitív társadalomban élni, de amint helyreállítatjuk az atlasunkat, egészségesebben és tovább élhetünk. Egészségesebben és több vérrel az agyunkban egyre tudatosabbak leszünk, ezért nem fogunk különböző iparágaktól függni.

Önök el tudják képzelni a fájdalmak, betegségek, kezelések, műtétek, fogszuvasodás, szemüveg, kopaszodás, ránc nélküli arcok és egyéb egészségügyi és esztétikai problémák nélküli életet? Képzeljék el azt a világot, ahol az emberek egészségesen és boldogan fognak élni, akár 120 éves korukig is.

Lehetséges, hogy felteszik a kérdést: Mit fogunk csinálni olyan sokáig? De ha elengedik a képzeletüket, arra fognak vágyani, hogy akár 200 évig is éljenek. Az első száz évben az embereknek lehetőségük lenne teljesíteni a kívánságaik zömét, a későbbiekben pedig élhetnének csodálatos bolygónk különböző részein és élvezhetnék az életet. Ennek köszönhe-

tően egy emberöltő alatt megélhetnének a jelenlegi életünk többszörösét is.

A jövő alkotóinak aggodása szükségtelen, mert az egészséges emberek produktívabbak lesznek, így betegszabadságra sem lesz szükség. Lesz, aki élete végéig dolgozni akar majd, az élvezetek és az azt biztosító kereset miatt.

A jövőben lesz elég idő a személyes és családi életre is, valamit a szórakozásra és hobbikra. Nincs szükségünk időgépre ahhoz, hogy megértsük, a betegségek nélküli élet elégedettséget és boldogságot, ebből adódóan élvezetet tesz lehetővé számunkra.

ASZTROLÓGIA

Ez a könyv tényeken alapszik, és lehet, hogy valaki felteszi majd a kérdést, hogy mi köze van ennek a könyvnek az asztrológiához. Szervezetünk minden egyes atomja naprendszerünk része, és ezért hatással lehet az életünkre. A legnagyobb hatással a Nap van ránk, de ha nem lenne Hold, nem létezhetne élet sem ebben a formában. A Nap, Hold és a naprendszerünk többi bolygója kihatással van ránk, azon a bolygón keresztül, amelyen élünk.

Az egész Univerzumban minden egyidejűleg van kihatással kölcsönösen egymásra. Mi kicsik vagyunk, de a gondolat fejlődése odavezetett, hogy meg tudjuk változtatni az aszteroidák (kisbolygók) pályáit, a jövőnben pedig meg tudjuk majd változtatni a bolygók pályáját is. Utódaink közelebb hozzák a Marsot a Naphoz, így az emberiségnek még egy otthona lesz.

Az „asztrológia” szó két szó egyesülésével jött létre: az „asztra” és „logos” szavak jelentése a csillagok tudományát jelenti. Jelenleg sok ember azt gondolja, hogy a filozófia az a tudomány, amiből az összes többi tudomány létrejött, de valójában az asztrológia az első tudomány, és belőle keletkezett a filozófia is.

Az ősember nézte a csillagokat, és így fejlesztette a gondolkodási folyamatait, melyek létrehozták a filozófiát. Az asztrológia jelenleg is fejlődik, de még most sem ismerték el mint hivatalos tudományt.

Az idő mindent megváltoztat, még a tudományhoz való viszonyulást is. Az érdekektől függően egyes tudományokat elnyomják, és vannak olyan tudományok, amiket kihasználnak. A hibák az érdekek miatt születnek mindkét esetben, de idővel a hibákat helyrehozzák. Így lesz ez az asztrológiával is. Jelenleg még csak egyes országokban tanítják az egyetemen.

Az asztrológia sok vallásnak aggodott, pedig a vallások többsége az asztrológiába gyökerezik. Sok tudománynak úgyszintén nem felelet meg, pedig a tudományok legnagyobb része az asztrológiából ered. Ma az asztronómia elismert csillagászati tudomány, de ez a tudomány is az asztro-

lóiából ered. Nem először és valószínű nem is utoljára van ez így, hogy az érdekek miatt hálátlanok vagyunk az első gondolkodóknak, pedig ha ők nem léteztek volna, nem léteztek volna az utódaik sem, akik elvittek minket a Holdra, a jövőben pedig más bolygókig fognak repíteni minket.

A vallásoknak nem felel meg az asztrológia, mert a jövő előrelátásával foglalkozik. Különösen a nők kíváncsiak a jövőre, a férfiak reálisabbak. A legtöbb vallásban a lelkészek férfiak, ezért a vallás és az asztrológia konfliktusban vannak a női és férfiérdeklődés különbözősége miatt.

Az asztrológia a jelenségeket, az eseményeket, a természeti ciklusokat, a lehetőségeket és a predesztinációt magyarázza meg. Ezért az asztrológiát nem jóslásra kell használni, hanem mind annak a megértésére, ami történik. A maják foglalkoztak asztrológiával, és tudták, hogy eljön a vég, de nem tudták miért. A párszáz katona nem tudta megölni a több tízmillió maját, de a vírusok és a baktériumok, amiket magukkal vittek Amerikába, helyettük is megtették azt.

Több ezer éven keresztül a kínaiak és az indiaiak tudták, hogy egyes csillagjegyekhez milyen betegségek párosulnak, és a modern tudomány ezt statisztikailag be is bizonyította. A legbetegebbek a Skorpió jegyében születtek, de ők is gyógyulnak meg a legkönnyebben, mert rendkívül erős regenerációs képességekkel rendelkeznek. Tehát nem csoda, hogy az egészségügyben dolgozók között a legtöbben a skorpió jegyében születtek.

Egyes csillagjegyek kora kétezer évig tart. A Halak kora befejeződik, és az elkövetkező kétezer évben az Vízöntő korát éljük. A Halak korszakának vége felé két világháború is folyt, de ami még ennél is rosszabb, hogy a XX. században a természet nagyon be lett szennyezve. A korok közötti átmenetek drámaiak, és 140 évig tartanak. Mi ebben az átmenetben élünk.

Nincsenek jobb vagy rosszabb asztrológiai jegyek, ezért nincsenek rossz vagy jó korok sem, mert mindegyik hordozza a saját előnyeit és hátrányait. A Halak kora manipulációt tett lehetővé, ezért a többség ki lett használva a kisebbség részéről. Az Univerzum természetes törvényei az egyensúly állapotába igyekeznek, ezért a Vízöntő korában nagyobb lesz az egyenlőség az emberek között.

A Vízöntő jegyének eleme a sztratoszférában van. Nem véletlen, hogy az emberek a Vízöntő korában való átmenetkor kezdtek az űrbe repülni. Az első csigolya helyreállítása végre lehetővé teszi, hogy a gravitáció ne ferdítse az embereket, ezért kiegyenesedve és egészségesen indulhatunk a másik bolygók felé.

Az asztrológia sugallja a lehetőségeket, melyeket az emberi akarat megváltoztathat. A kimozdult atlas megnehezíti az agy vérellátását, ez így van azoknál is, akik döntéseket hoznak arról, hogy hogyan fognak mások élni.

Mindenkinek a világon helyre kell állítatni az atlasát, de az lenne a legjobb, ha legelőször a politikusok és a jövőnk alkotói lépnének ez ügy-

ben, mert ezáltal több vér jutna az agyukba, és jobb döntéseket hozhatnának. Azok akarata által, akik a döntéseket hozzák, és a Vízöntő korának segítségével az emberi faj végre meg fog szabadulni az egészségügyi problémáktól és a kizsákmányolástól.

Az Univerzumban léteznek időszakos hasonlóságok, de semmi sem mindig ugyanaz. Az emberek ezer éve foglalkoznak az atlással, és végre a csillagok és bolygók is olyan pozícióba kerülnek, ami lehetővé tesz az emberiség számára egy jobb jövőt.

Eljött az idő, hogy a legrégebbi tudományhoz, az asztrológiához és az összes többi tudományhoz csatlakozzon a legfiatalabb tudomány, az atlasológia.

ATLASOLÓGIA

Az atlas a legkisebb az összes csigolya közül, és a kisebb csontok közé tartozik. Az emberi testben 206 csont van, a gerinc 24 csontból tevődik össze. Hihetetlennek tűnik, hogy ennyi csont közül csak egy csontról készül ilyen komoly tudomány, de az élet és emberiség egészségének szempontjából szükség van arra, hogy tudomány szülessen az atlasról.

Tehát azt ajánlom, hogy hozzuk létre az ATLASOLÓGIA tudományát. Ez a könyv és a prenatális atlas kimozdulásról szóló elmélete az alapja ennek a tudománynak. Már sok tudomány létezik, és kisvártatva keletkeznek az újak. Egyes tudományok fontosak, míg mások kevésbé, de az élet szempontjából való fontossága miatt az atlasológia lesz az egyik legfontosabb tudomány.

A morfológiai vizsgálat, melyet dr. Reiner Seibel megalkotott, az atlasológia alapja lett, de fontos lenne, hogy más egészségügyi szakemberek is tudományos szakdolgozatokat és klinikai vizsgálatokat készítsenek a betegségekről, az atlas helyreállítása előtt és után. Ezek a munkák hozzájárulnának a **HumanUP** módszer mielőbbi alkalmazásához, és ahhoz, hogy az emberek végre elkezdjenek egészségesebben élni.

Az emberek több ezer éven keresztül próbálták helyreállítani az első csigolyájukat. Leggyakrabban maguknak masszírozták az első csigolyájukat, nem is tudván, hogy az atlasukat próbálják helyreállítani, egyesek viszont másoknak próbálták helyreállítani az atlasukat. A múltban nem létezett elnevezés erre a fajta tevékenységre, annak ellenére, hogy ez az egyik legrégebbi emberi aktivitások egyike. A XX. század során néhány elnevezése lett, de egyik sem vált ismertté.

Az atlaszt csak **HumanUP** módszerrel lehet helyreállítani, ezért ez a hivatás elnevezést kell, hogy kapjon azért, hogy különbözzünk azoktól, akik ellenőrzés nélkül próbálják helyreállítani.

A megfelelő elnevezés az ATLASOLÓGUS. Ezt a címet akkor kapja meg valaki, ha befejezi a képzést. Atlasológusnak lenni nagy megtiszteltetés, de egyben nagy felelősség is. Az atlasológus ma még ismeretlen

foglalkozás, de hamarosan ez lesz a legtisztéletreméltóbb, és egyike a legnemesebb hivatásoknak. Vannak egészségügyileg képzett atlasológusok is, de mi nem gyógyítással foglalkozunk, ezért nem vagyunk sem orvosok, sem kuruzslók. Viszont hozzánk atlas helyreállításra érkeznek orvosok is, kuruzslók is.

Mindkevesebb a bizalom az intézményekben és a rendszerekben, melyek jobb életet kellene, hogy biztosítsanak az egyénnek és a társadalomnak. A tudományban még hisznek az emberek, ez még egy ok arra, hogy megalapítsák az atlasológia tudományát. Ily módon a nyilvánosság tudomására kerül az, hogy miért keletkeznek az egészségügyi problémák, és ami még fontosabb, kiderül az is, hogy létezik megoldás a nehézségek és betegségek megszüntetésére.

Ahhoz, hogy az atlasológia fejlődhessen, az egészségügyi szakemberek tudományos tanulmányokat kell, hogy írjanak, így egyesek közülük híresek lehetnek. Az atlasológia jobbá teszi az emberek egészségét és az orvostudományt is, s idővel az orvostudomány legfontosabb területe lesz, mert az atlas helyreállítás a legjobb megelőzés. Mindezek mellett az atlasológia ki kell, hogy javítsa az anatómia, az emberi testről szóló tudomány hibáit.

Amikor mindez megtörténik, hálás leszek mindazoknak, akik felemelték az atlasológiát. Máris boldog vagyok, mert megindítottam ezeket a folyamatokat.

F O L Y A M A T O K

Az, ami a múltban lehetetlennek tűnt, most lehetséges, és az, ami most lehetetlennek tűnik, a jövőben lehetséges lesz. Ahhoz, hogy valami megvalósulhasson, szükség van bizonyos folyamatokra, amik azt lehetővé teszik. Például 200 évig nem bírtunk repülni ma, ma viszont naponta több millió ember repülővel közlekedik. Nekünk úgy tűnik, hogy betegségek nélkül nem lehet élni, de 200 év múlva a betegségek már nem fognak létezni.

A jövő nemzedék egészségesen fog élni, és nem fogja megérteni, hogy milyen betegségek kínoztak minket. Az emberiség jó egészsége lehetséges lesz a jövőben az atlas helyreállítás, a természetes gyógymódok, a bioélelmiszerek, az őssejtek és az orvostudomány további fejlődésének köszönhetően.

A betegségek fő okozója meg lesz szüntetve az atlas helyreállítással, de ez a leggyorsabb módja annak, hogy az emberek végre egészségesebbek legyenek. Mindenhez idő kell, de ebben az esetben nagyon fontos, hogy minél előbb megszülessen a jobb jövő.

Nagyon sok felfedezés elfogadása nehézségbe torkollott. Az igény és a szükség a jobb egészségre ma nagyobb, mint bármikor, és ezért fon-

tos, hogy az atlas helyreállítás minél gyorsabban létrejöhessen, de ehhez még néhány párhuzamos folyamat is szükséges.

Az atlas helyreállításnak tucatnyi módja van. Ahhoz, hogy eljussunk a legjobb megoldáshoz, szükséges a konkurencia, és ez most is így van.

Az atlaszt kizárólag **HumanUP** módszerrel lehet helyreállítani, de időre lesz szükség, hogy ezt az orvostudomány is bebizonyítsa. Csak az atlasológus tudja helyreállítani az első csigolyát, ezért nagyon fontos lenne, hogy a bizonyítási folyamat minél rövidebb ideig tartson, mert más módszerekkel az első csigolya kimozdul, és az emberek még betegebbek lesznek.

Az egészségügyben és a gyógyszeriparban jelenleg több tízmillió ember dolgozik. Ugyanannyian dolgoznak azokban az iparágakban, amelyek segédeszközöket és készülékeket gyártanak a számukra. Ezek az alkalmazottak a jövedelmükből még legalább ennyi gyermeket nevelnek. A helyreállított atlasznak köszönhetően mindig kevesebb lesz a beteg ember, és ezekben az iparágakban a jövőben mindig kevesebb lesz a munka. Időre van szükség, hogy az egészségügyi dolgozók mostani generációja más munkát találjon magának, és ez még egy oka annak, hogy a helyreállítás folyamata, minden ember számára a világon több évtizedig fog eltartani.

Ez most lehetetlennek tűnik, de feltétlenül szükséges ahhoz, hogy a jövőben betegségek nélkül lehessen élni. Azoknak, akik egészségügyi egyetemen szeretnének tovább tanulni, valószínű nem lesz elég munkájuk, ezért jobb lenne, ha más foglalkozás után néznének. Az lenne a legjobb, ha atlasológusok lennének, mert így valójában tudni fognak az embereken segíteni, hogy egészségesebben élhessenek.

Az orvostanhallgatók tanárai azt az illúziót keltik diákjaikban, hogy ők „kis istenek”, mert az emberi életek az ő kezükben vannak. Amikor a fiatal emberek fejébe ilyesmit „ültetnek”, az nem jó a számukra. Az orvosok az élet során „feljebb valónak” érzik magukat, és nem tudnak emberi hangot megütni a páciensekkel.

Hihetetlennek tűnik, hogy a műtétek 97%-a szükségtelen és káros az emberi egészségre, de ezek azok a tények, amiket azok az egészségügyi szakemberek hoztak nyilvánosságra, akik kiléptek az egészségügyből. Több millió műtőorvos szorgalmasan tanult és végzi a munkáját, de ez nem ok a felesleges műtétekre, amelyek károsítják a betegek egészségét.

Létezik egy olyan szólás, amely így szól: „Megmentették az életet, de károsították az egészséget”.

Amikor az emberek többsége helyreállíttatja az első csigolyáját, és ők tovább fognak élni, és kevesebb lesz a sérülés is, mint manapság. Az orvostudomány továbbra is szükséges lesz, de sokkal kevésbé, mint manapság. A szövetek sérülését a műtőorvosok fogják műteni, a csonttöréseket pedig az ortopéd szakorvosok.

A különböző betegségek miatt az orvostudomány jelenleg gyógyítással foglalkozik, a jövőben pedig az egészség karbantartásával fog fog-

lalkozni. Azok az emberek, akiknek helyre van állítva az atlasuk, szintén veszélyeztetettek a vírusokkal, baktériumokkal és parazitákkal szemben, ezért a jövőben is szükség lesz a fertőzések megakadályozására és gyógyítására. A szervezet állapotát laborvizsgálatokkal fogják ellenőrizni, az intézményekben pedig kutatásokat fognak végezni, hogy az orvostudomány továbbra is fejlődjön. Jelenleg a megelőzés el van hanyagolva, de a jövőben az egészségügyi dolgozók fogják képezni az embereket arra, hogyan élhetnek tovább és egészségesebben.

Míg ezek a folyamatok tartanak, milliárdnyi ember fog fájdalmaktól és betegségektől szenvedni. Most már megvan a megoldás, ezért a szükséges folyamatoknak nem lenne szabad sokáig tartaniuk.

Az egészségügyben dolgozók nem kell, hogy aggódjanak a jövőjük miatt, mert a világ összes emberének az atlas helyreállítása el fog tartani egy pár évtizedig, és ez idő alatt a többségük már nyugdíjas lesz, és az egészségügyi dolgozók új nemzedéke más helyeken fog dolgozni.

A helyreállított atlással az emberek egészségesebbek és több igényük van, mint a betegeknek. Másfajta piacok fognak majd létesülni, és százmillió új munkahely jön létre, az új technológiák és az organikusélelmiszer termelésére. Mivel jobb lesz az egészségük, az emberek utazni fognak, és a hobbijuknak szentelik majd az idejüket, ezért a szórakoztatóiparban és a turizmusban sokkal többen fognak dolgozni.

A nagyobb termelékenység miatt a gazdaság növekedni fog, és az emberek is szeretnek majd dolgozni, mert jobb lesz az egészségük. Vélhetően lesz majd olyan is, aki önként meghosszabbítja a munkát és dolgozni fog már akkor is, amikor nyugdíjas lehetne, ezért a nyugdíjalap tehermentesítve lesz. A kevés betegszabadság miatt az egészségügyi alap is kevésbé lesz megterhelve. A jobb gazdaság és a jobb egészség érdekében az országok kevesebb eszközt kell, hogy fordítsanak a szociális és egészségügyi alapba.

Ahhoz, hogy valami aktuális és divatos legyen, szükséges egy folyamat, de a divatirányzatoknak mindig megvan a lefutó ideje, és utána valami más lesz az aktuális. A divat múlandó, de a **HumanUP** módszer nem fog kimenni a divatból mind addig, amíg mindenkinek helyre nem állítják az atlasát.

Az atlas helyreállítás után az emberek gyorsan szeretnének felépülni, de a betegeknél ez a folyamat tovább tart, így türelmesen kell várniuk. A betegség keletkezése több évig, vagy akár több évtizedig tarthat, de az atlas helyreállítás után a betegség megszűnésének folyamata sokkal rövidebb, és a legtöbb embernél néhány hónapig tart.

Minden folyamat megvalósulásához időre van szükség.

Az időt nem lehet visszafordítani, és nem lehet a múltban megtörtént atlas kimozdulással kapcsolatos hibát sem helyrehozni. Azonban most végre kijavíthatjuk a hibát, a jobb jövő érdekében.

Olyan korban élünk, amiben az emberek el vannak ragadtatva a technológiai vívmányoktól, és az új tudományos felfedezésektől. Az emberek a jövőben fogják megérteni, hogy egyes Nobel-díjak tévesen lettek odaítélve, mert egyes felfedezések kárt okoztak nekünk. Az idő a legjobb bíró, ezért egy napon az is ki fog derülni, hogy az emberiségnek a legnagyobb károkat bizonyos kémia tudományában tett felfedezések okoztak.

A múltban történt, hogy bizonyos felfedezések nem lettek időben megértve, és ez történt az atlas helyreállítással kapcsolatban is, melyeket David Palmer ért el. Ez történt Dr. René Schümperli felfedezésével is, miszerint az atlaszt tarkómasszázzsal lehet helyreállítani. Ezek a felfedezések kulcsfontosságúak az emberiség számára, ezért ennek a két zseniális embernek az emberiség javára tett óriási munkájáért még a Nobel-díj is kevés lett volna. A Nobel-díj érdemli a legnagyobb elismerésnek járó címet, de különböző érdekek miatt sokszor rossz kezekbe kerül.

Palmer és Schümperli nem tartoztak a különböző tudományos körökhöz, de a legnagyobb felfedezéseket valósították meg. Annak érdekében, hogy orvosoljuk az ellenük megtett sérelmeket, azt javaslom, hogy hozzák létre a PALMER-SCHÜMPERLI díjat, és ezt a díjat azoknak a tudósoknak adományozzák, akiknek a felfedezései valójában az emberiség javát szolgálják.

A maja civilizáció nem foglalkozott tudománnyal, de a legprecízebben mérték az időt. Az ő felfedezésük, hogy léteznek korszakok, melyek 26 000 évig tartanak. A maja naptár a világ végét 2012-re jósolta. Ez természetesen nem következett be, mert ez valójában egy korszak végének, és egy másik korszak kezdetének az időszak volt.

Az a szerencse és megtiszteltetés ért, hogy az a 400 ember közé tartozom a bolygón, akiket René Schümperli képzett ki, de hamarosan megértettem, hogy az ő megoldása nem végleges. A 2012-es év során próbáltam javítani az ő módszerén, és 2013 júniusában végre felfedeztem az atlas helyreállítás hatásos módját. Lehetséges, hogy ez a felfedezés lesz a mérföldkő az emberiség számára, amelyet a maják bejelentettek. Ha valóban így lesz, az időt tényleg az ő naptárunk szerint tudjuk majd számolni.

A következő korszakban az emberek betegségek nélkül fognak élni, az idő pedig megmutatja, hogy a **HumanUP** módszer korszakalkotó felfedezés.

Fajunk degradációja az előző néhány nemzedékben történt. Az atlas helyreállításának módszere "éjfél előtt egy perccel" született meg, de még

nem késő. Az idő az egyike azoknak a tényezőknél, amelytől függ, hogy mikor lesz minden embernek helyreállítva az atlasa.

Volt idő, amikor csak a természetgyógyászat létezett, a tudomány fejlődése létrehozta az orvostudományt. Az érdekek azt diktálták, hogy a természetgyógyászatot alternatívnak és elavultnak nyilvánították, de az orvostudomány a természetes gyógyászat alternatívája. Valamikor a gyógyítás ingyenes volt, de ez nem felel meg a modern orvostudománynak, mert időközben az egyik legjobban fizető vállalkozás lett.

A tudományos orvoslás hibákat követ el, de a legnagyobb hiba az, hogy nem használják fel az több ezer éves gyógyászati tapasztalatokat. Amint az atlas helyre van állítva, az egészség javul, de továbbra is fogékonnyak vagyunk a fertőzésekre. Természetesen a helyreállított atlas miatt az immunrendszer megerősödik, és a szervezet könnyebben gyógyul, az orvostudománynak köszönhetően mindent gyorsabban lehet majd meggyógyítani. Amennyiben a jövőben integrálódik a természetgyógyászat és a tudományos orvoslás, a gyógyítások sokkal eredményesebbek lesznek.

A XXI. század elején a természetgyógyászat újra "divatos" lett és ez nem véletlen. A gazdasági érdekek miatt ez a folyamat a modern orvostudomány kezdeményezésére történt, de általuk szigorú ellenőrzés alatt is áll.

Az atlas helyreállítás nem gyógyítás, ezért nem tartozhat sem a hivatalos, sem az alternatív gyógyászatához. Ennek ellenére ezt a felfedezést végre kell hajtani, mert nem létezik más módszer, amivel az emberiséget meg lehetne szabadítani a betegségek zömétől. Az atlas helyreállítás nem pótolja sem a természetes, sem a hivatalos gyógyászatot, de sokkal jobb eredményeket hoz, mert megszünteti a betegségek okát.

A felgyorsult életmód nem hagy elegendő időt, amit a szervezetünknek vagy a hobbinknak szentelhetnénk. A helyreállított atlással az egészségünk javul, ezért kevesebbet alszunk, és több időnk marad személyes igényeinkre vagy a közösségi életre.

Minden embernek a világon ki van mozdulva az első csigolyája, ezért faji hovatartozásra való tekintet nélkül minden embernek egyforma problémája van. Az atlas helyreállítás a legfontosabb projekt minden ember számára a világon. Ahhoz, hogy megvalósulhasson, az emberiségnek össze kell fognia a politikai vagy vallási meggyőződésük ellenére.

Amennyiben ez nem történik meg, az emberek egyre betegebbek lesznek, és a várható élettartam rövidül, annak ellenére, hogy az orvostudomány mindig gyorsabban fejlődik. Egyébként sem az a fontos, hogy az ember meddig él, az a fontos, hogy mindig egészséges legyen. Az lenne a legjobb, ha mindenkinek a biológiai órája 120 évig ketyegne.

Az idő egyformán múlik mindenkinél, de mindenkinek másképpen ketyeg a biológiai órája. Minden embernek a tarkójában időzített bomba van, kinél gyorsabban, kinél lassabban fejti ki a hatását, attól függően, kinek mennyire van kimozdulva az atlasa.

10 000 emberből egynek az atlas jó helyen van, és ez egyenesen arányos azzal, hogy a 10 000-ból egy ember él ma több mint 120 évig.

Az emberiségnek most sokkal jobb lenne, ha minél rövidebb idő alatt mindenki helyreállíthatná az atlasát. Egyik oka annak, hogy erre több időre lesz szükség, az nem más, mint a félelem.

FÉLELEM

A két legerősebb érzelem a félelem és a szeretet. Féltjük az életünket, és gondoskodunk, szeretjük az utódainkat, ami létezik az állatoknál is, de az emberiségnél sokkal intenzívebbek ezek az érzelmek.

Ami megkülönböztet minket az állatoktól, az az önmagunk és mások iránt érzett szeretet. A kislányok szervezete már a második életévben elkezd termelni az ösztrogént, amely nagyban hozzájárul az empátia kialakulásához, ezáltal gondoskodóbbak, empatikusabbak embertársaikkal. A fiúknál mindig jobban termelődik a tesztoszteron, ami növeli az agresszivitást és a szexuális vágyat. A fejfenntartás alapvető életszükséglet, és az embereknél a korai gyermekkorban kezd fejlődni.

A utódokról való gondoskodás, a szexualitás és az agresszivitás a fajfenntartás funkcióját látja el, és a család védelmét hivatott szolgálni. Szeretlem csak az embernél létezik, és ennek a kellemes állapotnak a legfőbb oka az utódok nemzése.

Elődeinknél a gyermekek a gyermekekhez való ragaszkodás erősebb volt, mint ma. Valamikor el sem tudták volna képzelni, hogy valaki más nevelje a gyermekeiket, manapság viszont ez egy normális jelenség. A családi viszonyok megromlottak, a gyermekek pedig szeretethiányban szenvednek, ezért boldogtalanok, és hajlamosak a betegségekre. Csak a szeretet nem vásárolható meg, a szülők pedig pénzt fizetnek azért, hogy mások vigyázzanak a gyermekeikre. Amikor a gyermekek felnőnek, fizetnek azért, hogy valaki vigyázzon a szüleikre és gondoskodjon az egészségükről.

Ahhoz, hogy a gyermekből ember legyen, egy egész falura van szükség. Manapság az emberek leggyakrabban városokban élnek, de növekedés közben a gyermekek környezetükkel való kommunikációja korlátozott, annak ellenére, hogy sok emberrel vannak körülveve. A gyermekek ritkán látják a nagyszüleiket, és ezáltal még a generációk közötti kommunikáció is korlátozott.

A szeretet nagyon fontos, egészen addig, amíg mérsékelt, mert a túl sok, vagy a túl kevés szeretet kárt okozhat. A mai generáció önimádata miatt a természeti erőforrásokat úgy használjuk, mintha mi lennénk az utolsó emberek a Földön, és utánunk már senkinek nem lesz szüksége levegőre, vízre, földre és kőolajra.

Az éhezéstől való félelem a múltban megteremtette fajunk legnagyobb problémáját, és ez a félelem ma is létezik, ezért eszünk túl sokat, annak ellenére, hogy van elegendő táplálék. Az állatok ösztönösen élnek,

és nem esznek többet, mint amennyire szükségük van. A mi fajtánknál is léteznek ösztönök, de kombinálva vannak azzal, amit a szüleinktől tanultunk gyermekkorban. Az éhezéstől való félelem ösztönös, de egy kis éhezés valójában gyógyhatású, ezért kellene az anyáknak arra tanítaniuk gyermekeiket, hogy kevesebbet fogyasszanak. Félelmünk kell, hogy legyen a túlzott evéstől, és nem az éhezéstől. Egészségesebbek azok, akik kevesebbet esznek, a legtovább pedig azok élnek, akik alacsony kalóriatartalmú élelmiszerekkel táplálkoznak.

A betegségtől való félelem erősebb a haláltól való félelemnél. Az emberek nem félnek a haláltól, mert értik, hogy a születés és a halál természetes folyamatok. Idős korban a betegségektől való félelem szintén érthető, mert az utódoknak gondoskodniuk kell a gyermekeikről, és nem jut idejük a beteg szüleikre.

Az optimizmus és a pesszimizmus emberi tulajdonságok. Az optimizmus a fiatalkor velejárója, a pesszimizmus időskorban kifejezettebb. A mai fiatalok javarészt pesszimisták, annak ellenére, hogy jobb életfeltételeik vannak az őket megelőző nemzedéktől. A középkorúak látják az időseket betegségektől megtörve, és ezért az optimisták pesszimistákká válnak. Az ötödik évtizedben az egészség romlani kezd, és egyre rosszabb lesz. A jövőben, a helyreállított atlas csigolyának köszönhetően az emberek egészségesek lesznek egész életük során, és optimisták lesznek idősebb korukban.

Őseink nem voltak sem pesszimisták, sem optimisták, egyszerűen csak éltek, összhangban a természettel. Ők is féltek az élettől, mert nehéz körülmények között éltek, de nem aggódtak a túlélés miatt. Most még kegyetlenebb körülmények között élünk, és okkal aggódunk egyre inkább. Mi szennyeztük be az élőhelyünket, de nekünk kell megtisztítanunk is, hogy a jövő nemzedéknek legyen hol laknia.

A XX. századig kevesebb volt a rákos megbetegedés, a XXI. század elején minden harmadik ember rákban hal meg. Az előrelátások szerint 10 év múlva minden második ember rákban fog meghalni. Ez az élőhelyek és élelmiszer vegyi szennyezettsége miatt történik, de a félelem is rákot idéz elő. Régen az emberek a természetes katasztrófáktól, ragadozóktól vagy az erőszakos emberektől féltek, de ezek a dolgok csak időnként történtek meg. Az emberek közösségekben éltek és megvédték egymást.

Ma a félelmek mindennaposak, és sokkal több van belőlük, mint régen. Az emberek városokban élnek, de magányosak, és a természet védelme nélkül élnek. Amíg fel nem nővünk, félünk az óvónőktől, tanítóktól és tanároktól. Amikor munkába lépünk, félünk a főnököktől és igazgatóktól. A gépkocsivezetők attól félnek, hogy ne sérüljenek a gyalogosok, a gyalogosok pedig félnek a gépkocsiktól. Azoknak az embereknek, akiknek az atlasuk helyre van állítva, a stressz pillanataiban több vér kerül az agyukba, és kisebbek a félelmeik, ezáltal kevesebb lesz a rákos beteg is.

Az ismeretlentől és újtól való félelem igazolt, ezért az a legjobb, ha megismerjük azt, amitől félünk, akkor fel tudjuk mérni, hogy valójában

létezik e veszély. Ennek a könyvnek a célja, hogy megismerjék a **HumanUP** atlas helyreállítási módszert, de a legjobb elmenni az atlasológushoz, és megbizonyosodni arról, hogy nincs ok a félelemre az első csigolya helyreállításánál.

A tarkó tájéka érzékeny, ezért mindenkinek veleszületett vagy szerzett féelme van az említett testrészével kapcsolatban. Az egészségügyi dolgozóknak a féelme még nagyobb, ők ezt tanulás közben szerezték. Az orvosok féltik a tarkójukat és a pácienseik tarkóját, ezért elküldik őket különböző szakemberekhez és különböző felvételeket készíteni, de a végén ők sem tudják, hogyan is reagáljanak és nincs bátorságuk bármibe belekezdeni.

Az orvosi egyetemen tanulnak az atlasról, de ezek csak anatómiai alapinformációk. A radiológusokat általában nem tanítják, hogy kell az első csigolyáról felvételt készíteni. Van, aki tudja, hogyan kell három pozícióból felvételt készíteni, de ezeken a felvételeken nem látszanak a kimozdulások. Sem a radiológusok, sem más orvosok nem látják, mihez viszonyítva van az atlas kimozdulva, és milyen hatással van ez az egészségre.

Az orvosok időnként kérnek felvételt az első csigolyáról, ha a páciens kómában van. Olyankor csak megállapítják, milyen állapotban van, és immobilizálják a nyakat, de az atlaszt nem érintik. A kóma a túlságosan kimozdult atlas miatt lép fel, mely csökkenti az idegi jeleket és a véráramlást az agyba. Emiatt kell ezeknek az embereknek minél előbb helyreállítani az atlasát, és akkor a legtöbben visszajönnének a kómából.

Felesleges a félelem a **HumanUP** atlas helyreállítástól, mert egyáltalán nem kockázatos. Az emberek nem kell, hogy féljenek az atlas helyreállítástól, hanem az atlas kimozdulásától kell tartaniuk. Senkivel nem történhet semmi rossz, az atlas helyreállítás után pedig egy új, jobb élet következik.

A tarkó a koponya alsó részén helyezkedik el, ez egy vékony sáv a fej és a nyak között. A tarkó közepén helyezkedik el a test legérzékenyebb pontja. Csak a bőr és az ín védi az első agyat, ezért mindenkinek óvnia kell a tarkóját az éles tárgyaktól, amelyek megsérthetnék a bőrt. A tarkó érzékenysége miatt a fodrászokat megtanítják arra, hogy figyelmesek legyenek az ollóval ezen a részen, nehogy veszélybe sodorják valakinek az életét.

A **HumanUP** atlas helyreállítási módszer teljesen. A masszázst speciális masszírozó alkalmazásával végzik, ujjhegy alakú gumi van rajta, és a bőrrel való kontaktus ezen a gumin keresztül jön létre. Több ezer évig az emberek megpróbálták a saját vagy mások atlasát helyreállítani, de nem sikerült nekik, mert ujjal nem lehet olyan sok apró ütést elérni.

A tarkót masszírozni kell jobb- és baloldalt, mert itt helyezkednek el az ínszalagok. A masszázst nem a legérzékenyebb helyen végezzük, mert nem itt helyezkednek el az ínszalagok. Még ha ott is végeznénk a masszázst, akkor sem kellene az esetleges sérüléstől tartani, mert a gumi hegye kerekített, és nem tud egy milliméternyire sem a bőrbe hatolni.

A kimozdulás miatt az első csigolya nyomja a gerincvelőt, és a többi idegpályát. A **HumanUP** módszer segítségével az atlas lassan a helyére kerül, és attól kezdve nem nyomja az idegeket, de a gerincvelőt sem. Az atlasológusok az egyetlenek, akik elválasztják az atlaszt a gerincvelőtől, és a nervus vagustól. A masszázs a tarkó tájékán történik, ahol nincs idegpálya, és ez még egy oka annak, hogy az atlas helyreállítás nem veszélyes.

A masszázs folyamán nem gyakorolnak nyomást az atlasra, de még ha meg is nyomnák, nem lenne rá esély, hogy megsérüljön, mert az atlas csont szilárd.

A masszázs területén a veretebrális artéria helyezkedik el, amely a vért az alsó agytörzsbe szállítja, de rá sem gyakorolnak nyomást. A masszázs közben a bőrre, a nyak rövid izmaira és az ínszalagokra gyakorolunk nyomást, de a veretebrális artéria nincs nyomás alatt, így a vér szabadon áramolhat.

A hazugságok és a csalások az emberi természet részei. A ravaszság és a csalás létezik az állatoknál is, de a mi fajtánk tökéletesítette. Ma több a csalás, mint bármikor, mert a média és az információ eszközei egész népcsoportokat manipulálnak.

A **HumanUP** atlas helyreállítási módszer azon kevés ritkaságok közé tartozik, ami nem alapszik csaláson. Rögtön a kezelés után szinte mindenki érzi, hogy az első csigolyája már jó helyen van, a koponyához és az állkapocshoz viszonyítva. Ezen kívül jobban oldalra tudják fordítani a fejüket, és ami a legfontosabb, a legtöbben azonnal különböző megkönnyebbülést éreznek. A nehézségek és betegségek lassan eltűnnek, és ezért az emberek évről-évre egészségesebbek és biztosabbak abban, hogy nem lettek csalás áldozatai, és hogy az atlas helyreállítás a legjobb dolog, ami megtörténhetett velük az életben.

A félelem lehet hasznos, de káros is, abban az esetben, amikor téves információkkal vagyunk megfélemlítve. Kétes, hogy kinek lehet hinni, abban az esetben, amikor a magukat szakembernek vallók nem rendelkeznek a megfelelő információkkal. A szerzett félelem és rettegés miatt az első csigolyával kapcsolatban, sok orvos legtöbbször a megfelelő tudás hiányában ijeszti meg a pácienseit, és lebeszéli őket az atlas helyreállításáról. Legtöbbször arra figyelmeztetik az embereket, hogy az atlas mellett 24 ideg helyezkedik el, és ezért ez nagyon érzékeny pontunk. Tudjuk, hogy az atlas mellett helyezkednek el a legfontosabb idegpályák, de hihetetlen, hogy az orvosok nem tudják azt, az emberek pont azért betegek, mert a kimozdult atlas csökkenti az idegi jeleket.

Több ezer éve létezik csontkovácsolás a fájdalmak és különböző nehézségek elkerülése érdekében. Ezek a csontkovácsolások többnyire segítettek, de van, akinek még több problémát okoztak. Az emberek kicsit félnek, és ezért összehasonlítják az atlas helyreállítást a csontkovácsolással, de nincs hasonlóság. A tarkómasszázs közben nincsenek hirtelen, rángó mozdulatok, sem fej rángatások és nem nyomják az atlas csontot.

Különböző módszerei léteznek a csontkovácsolásnak, és a teljesítmény a csontkovács érzékétől és rátermettségétől függ. A kiropraktika (csontkovácsolás) az orvostudomány része lett, de a művelet továbbra is a csontkovács ügyességétől és rátermettségétől függ, ezért nincsenek szabványos folyamatok, de létezik egy mondás: "Ahány csontkovács, annyiféle módszer."

Hasonló a helyzet az atlas helyreállítással is. Tucatnyi helyreállítási módszer létezik, és a atlasológus ügyességétől függően ezer különböző ellenőrizetlen kezelés létezik, ezért előfordul az is, hogy a kezelt személyek háynak, vagy elájulnak. Ezek a kellemetlenségek elmúlnak, de a még jobban kimozdult atlas miatt az egészség károsodik, és tartani kell a különböző kétes helyreállításoktól.

A **HumanUP** atlas helyreállítási módszer le van ellenőrizve, és nem attól függ, hogy mennyire és hogyan van az atlas kimozdulva, ezért azt tanácsolom, hogy az atlas helyreállítást csakis atlasológusnál végezzék. Természetesen ez jó reklámnak tűnhet, de nem az. Tény, hogy miután sokféle helyreállítási módszerrel próbálkoztak, végre az atlasológus helyreállítja az első csigolyát a pontos anatómiai helyére.

A fobia a félelem olyan szintje, ami már pánikba torkollik, ez akkor történik, amikor az atlas még jobban lecsökkenti az agy vérellátását. A kimozdult atlas a legtöbb fobia okozója, és az egyetlen megoldás az atlas helyreállítás.

A félelmek és a pánikrohamok általában a már kimozdult atlas további kimozdulása miatt keletkeznek. Ez megtörténhet akár az ágyban is, amikor a fejünket rosszul helyezzük el a párnán, mert ilyenkor az atlas még jobban lecsökkenti az agy vérellátását, és az idegi jeleket. Ezért az emberek orvosi segítséget kérnek, de az orvosok sem tudják pontosan, hogy mi okozza ezeket az állapotokat.

Száz féle félelem létezik, de a betegségektől való félelem a legerősebb. Az orvosi "üzletág" a legnagyobb félelmen alapszik. A jobb egészségügyi állapot utáni vágy egyre nagyobb, és a "gyógyítási iparág" ezt jól kihasználja. Az orvosok gyakran téves diagnózisokat állítanak fel, és mi a betegségtől való félelmünkben, és a téves kezelések miatt még betegebbek leszünk.

A megfélemlítés és manipuláció könnyebben érnek célra, ha az egyént célozzák meg, és nem egy embercsoportot. Az orvosi titkot őrzik, és azzal magyarázzák ezt, hogy a betegség a páciens magánügye.

A legtöbb embernek hasonló betegségeik és nehézségeik vannak, ezért az atlas helyreállítást több ember előtt végzik, és így nyilvánosságot nyer a kezelés. A baráti légkör és az ellazult állapot, a masszázst egy kellemes élménnyé teszik.

Az atlas helyreállítás nem gyógyítás, és a masszázshoz nincs szükség különleges körülményekre, ezért ez a kezelés nyilvános. Az emberek kevésbé félnek, amikor csoportban vannak, de ha valaki egyedül szeretne lenni, ezt is lehetővé tesszük.

Az idősebb asszonyok lefelé néznek járás közben, mert félnek attól, hogy elesnek és eltörik a forgójukat, de ily módon jobban megterhelik a gerincük alsó részét, és erősebb fájdalmaktól szenvednek. Az élet során felemelt fővel kell járni, a tekintetünk pedig szegezzük előre, mert így ritkábban esünk el. A helyreállított atlással a testünk is kiegyenesedik, és kisebb az esély arra, hogy elesünk, mert az első agytörzsben felszabadulnak az orientációs és koncentrációs központok.

A parancsok az izmokhoz az első agytörzsből és a kisagyból érkeznek. A helyreállított atlással ez a kommunikáció jobb, ezért kevesebbet esünk és kevesebb a sérülés is. Első ízben mehetünk bátran előre az életben.

A legtöbb ember a városokban él, és kiszolgáltatott helyzetben van a szállítóktól, mert azok juttatnak el minden létfontosságú dolgot az ember számára. Az élet könnyebbnek néz ki a városokban, mint a falvakban, de a városokban nagy problémát jelent a különböző rendszerektől való függés. Ez a tehetetlenség és félelem érzését kelti az emberben. Ahhoz, hogy legyen elegendő pénzünk az élelmiszerekre és egyéb szükségleteinkre, dolgoznunk kell, és itt már ismét jelen van a munkahely elvesztésétől való félelem.

Az mai ember mozgatóereje a kőolaj. Különös fontossággal bír mezőgazdasági szempontból, mert belőle készülnek a növényvédő szerek. Jogos a kőolaj teljes eltűnésétől való félelem, mert a növényvédő szerek nélkül nem lehetne elegendő élelmet termelni.

A leleményesség és a bátorság a mi fajtánk sajátossága. A félelem annak szükségét idézi elő, hogy eltávolítsuk a félelem okát és megtaláljuk a megoldást. Az emberi faj több ezer éven keresztül megpróbálta eltávolítani a megbetegedések okát, és végre megvan a tartós megoldás.

A múltban a világvégére vonatkozó jóslatok tömeges félelmeket indítottak be, de a világ továbbra is létezik. Most lehetőség nyílt arra is, hogy a kőolaj eltűnése miatt megszűnjön a megszokott életmód, de ez sem fogja a világvégét jelenteni. Egyesek készülnek, de a rosszra készülnek a gazdagabb országok is. Földalatti városok épültek fel élelem és víz tartalékokkal, de a gond az, hogy nem fog tudni minden lakos ott elhelyezkedni, így már most túlélési listák készülnek.

Ezek ideiglenes megoldások, ezért jobb, ha természetesebb módon szerveződünk. Több százezer ember továbbra is a természettel összhangban él, így nem mindenki került függő helyzetbe az élelmiszergyártóktól. Itt a végső ideje, hogy mi is kövessük a példájukat.

Azok az emberek, akik városban élnek kellene, hogy vegyenek valami kisebb birtokot a város közelében, és hétvégenként maguk kellene, hogy termeljék az élelmet. Ily módon olyan táplálékhoz jutnának, ami nem szennyezett, és akkor nem félnének a jövőtől. Az emberek fennmaradtak a természetben, ezért nem lenne olyan rossz, ha ismét így élnénk.

Az emberiség évről-évre egyre jobban kellene, hogy éljen, de a modern nemzedék egyre rosszabbul él, és mindig jobban eltávolodik a természettől. Az az érzésünk, hogy jobban élünk az őseinktől, de ez csak egy érzés, az igazság az, hogy ez nem így van, hiszen egyre betegebbek vagyunk. Egyre több a vegyi szennyezettség miatti és a pszichikum eredményezte rákos megbetegedés. A cápák az egyetlen olyan élőlények, akik nem félnek, ezért nem is szenvednek rákos megbetegedéséktől.

A félelem előhívja és erősíti a betegségeket, viszont a pozitív gondolkodás gyógyító hatással van. A pozitív gondolkodás nagyon fontos, de amennyiben az atlas helyreállításról van szó, nem muszáj hinnünk benne, mert minden magától történik, akár hiszünk benne, akár nem. A gravitáció kiegyenesít bennünket és egészségesebbek leszünk, akár akarjuk mi azt, akár nem.

RENDSZEREK

Az emberi faj a társas lény, így nem hiába alakultak a kezdetektől fogva törzsi közösségek. Az első szabályos szervezés az egyén és a közösség szükségleteinek összehangolásának köszönhetően jött létre. A rendszeren belüli szervezés az egyén és közösség javát egyaránt szolgálja, de ez azoknak a hasznára vált, akik a döntéseket hozzák.

Idővel az elsődleges szabályok törvényekké alakultak, amelyek mindig jobban korlátozták az emberi vágyakat, akaratot és szabadságot. A túlzásba vitt szabályok komplikált törvényeket hoztak létre, melyek önmaguk ellentétébe csaptak át. A jogrendszer a könnyebb életet hivatott létrehozni a többség számára, de a valóságban az érdekközösségek és a rendszerek érdekeit képviseli.

Az elmúlt században a szakmai szervezetek hatalmi rendszerekké nőttek ki magukat (energetikai, közlekedési, vízhálózat, gazdasági, banki, politikai stb. szervezetekké) A rendszerek hatalmat képviselnek, és nekünk jelenleg úgy tűnik, hogy nem lehet élni nélkülük.

A rendszerek monopóliumokat hoznak létre, melyektől az emberek függnek, és ezáltal veszítik el a szabadságukat. A legnagyobb hasznot azok húzzák a rendszerekből, akik a világunkat kreálják és irányítják, ezért nem fogják megengedni, hogy ezek a rendszerek megszűnjenek, annak ellenére sem, hogy a legtöbb embernek csak kára származik belőlük.

Minden rendszernek vannak sajátosságai, így van ez az egészségügy is. Pont azért, mert az egészséggel foglalkozik, az orvostudománynak humánusnak kellene lennie, de sajnos egyre inkább üzletté vált. Az egészségügyi rendszerbe vetett hit elkeseredéssé alakul át, és ezért az emberek visszatérnek a természetes gyógy módokhoz.

A természetgyógyászat és a modern orvostudomány is gyógyítással foglalkoznak, így azért a legjobb megelőzni a betegségek kialakulását, hogy ne kerüljön sor a gyógyításra. Az emberi természetben él az arra való

törekvés, hogy eltávolítja a meglévő rossz állapotot, és nem adja át magát a sorsnak és a különböző rendszereknek. Több ezer éven át próbálták az emberek elhárítani a megbetegedések okát, de nem is voltak annak tudatában, hogy ezt teszik.

Végre meglett a legtöbb nehézség és megbetegedés okozója, de ennél még fontosabb, hogy feltalálták azt is, hogyan lehet hatékonyan eltávolítani. Az emberiség több ezer éven át várakozott az atlas helyreállítás felfedezésére, és végre megérte azt. Most itt van a megoldás arra, hogyan tud minden ember egészségesebben élni, és hogy ennek előbb-utóbb be kell következnie, annak ellenére, hogy ezáltal csökkenni fog az egészségügyi rendszer szükségessége.

Nem lenne szükség az egészségügygel való konfliktusra, ellenkezőleg, együttműködésre lenne szükség ahhoz, hogy az emberek minél hamarabb meggyógyuljanak.

Az első csigolya helyreállítása nem gyógyítás, ezért nem lehet összetűzésben az egészségügyi rendszer érdekeivel.

É R D E K E K

Léteznek személyes és országos érdekek. Egyesek a saját személyes érdekeiket szeretnék kielégíteni, az országos intézmények pedig a társadalmi érdekeket védik, ezért léteznek érdek-összeférhetetlenségek.

Az alkotmány és a törvények jobb életet kellene, hogy biztosítsanak a lakosságnak, de ez a valóságban lehetetlen, mert változnak az életkörülmények és a meglévő törvények is, illetve újakat hoznak létre. A körülmények függvényében minden országnak van saját módszere arra, hogy jobbá tegye a lakosság életét és egészségét.

Japánban ki vannak merítve a természeti erőforrások, ezért a Japán kormány figyelmesebben kell, hogy gazdálkodjon az országos pénzekkel. Az elhízásról szóló törvény egyik oka annak, hogy a japánok a legegészségesebbek, és az egészségügyi ipar ellenére Japán az egyik leggazdagabb ország. Érdekesség, hogy a törvény ellen nem tiltakozott egyetlen emberi jogvédelmi szervezet sem.

Az amerikai kormány az emberi jogokat képviseli, mégis a lakosai állapota alapján, a legelhízottabb és a legbetegebb nemzetté nevezhető ki, annak ellenére, hogy a legjobb egészségügyi iparral rendelkeznek. Az amerikaiak mindig többen mennek Kubába gyógyíttatni magukat, mert ott a kezelések olcsóbbak és a kubai egészségügy eredményesebb az amerikaiétól.

Amikor Kuba külföldi segítség nélkül maradt, a kubai kormánynak fel kellett találnia magát, és így volt ez az egészségüggyel is. A kubaiak visszatértek a hagyományos gyógymódokhoz, és létrehozták a természetes és tudományos egészségügy ötvözetét, ami rendkívüli eredményeket hozott. Kuba ma is a szegényebb országok közé tartozik, de az, ami ross-

znak tűnik, időnként hozhat valami jót is más területeken. A kubai embereknek nincs sok pénzük, így nincs többlet súlyuk sem.

Minden korban vannak változások, melyekre egyesek reagálnak, de ugyanúgy az országos vezetőség is. Az egyének gyorsabban reagálnak az új felfedezésekre, és ez a helyzet az atlas helyreállítással is. A kormánynak hatalma van, de le van korlátozva az alkotmánnyal és a rendszerekkel, ezért lassabban reagál. A változások legelőször a lakosságot érintik, az országos intézmények később fogadják le őket. Ha az egészség a legfontosabb, akkor országos érdek, hogy minden lakosnak helyre legyen állítva az atlasa. Azonnal.

Akármikor változások történnek, valaki nyer, valaki más meg veszít. Az egészségünk miatt az atlas helyreállítás azon ritka tevékenységek közé tartozik, amivel mindenki csak nyer. Idővel csökkenni fog a különböző gyógymódok igénye, és csökkenni fog az egészségügyben dolgozók száma is, ezért az állami hatalom számadást kell, hogy végezzen, mit nyer, és mit veszít ezzel. Az egészségügyben dolgozók adót fizetnek, de az ország több pénzt választ ki a lakosság gyógyítására, mint amennyit nyer az adóval.

Ma a védőoltások törvény által elő vannak írva, de az lenne a legjobb, ha hamarosan törvény által elő lenne írva az is, hogy a babák és a gyermekek számára kötelező az atlas helyreállítás. Ily módon az egészségügyi pénztár tehermentesítve lenne, a többlet pénzt pedig fel lehetne használni az oktatásban.

Az önzés az emberi természet része, és ez normális, de a modern társadalomban az önzés sokkal kifejezőbb. Mindenki úgy él, mint a saját érdekei lennének a legfontosabbak. Az atlas helyreállítás után az emberek egészségesebbek és humánusabbak lesznek, és másoknak is beszélnek erről a felfedezésről. A hitetlenebbek lassan hinni kezdik, hogy ez nem megtévesztés, hanem ezzel az egyszerű kezeléssel az egészséget lehet visszaszerezni. Az orvosok is az atlas helyreállítás után egészségesebben kezdenek el élni, de személyes okok miatt nem értesítik a pácienseiket, hogy létezik megoldás a problémáikra.

A világ keletkezése óta már néhányszor veszélyben volt az élővilág fennmaradása, és a pusztító természeti csapások miatt egyes fajok kipusztultak. Az emberi faj a növény- és állatvilág számára a legnagyobb katasztrófa. Nem lehetnek a mi fajunk érdekei fontosabbak, mint bármely más faj érdekei, de mi úgy viselkedünk, mintha a bolygó csak a miénk lenne.

A természetben minden összefügg egymással. Azzal, hogy tönkreteszünk más fajokat, csökkentjük a saját fajunk fennmaradásának esélyét is. A fajok eltűnése nagyon gyorsan történik. Minden nap néhány faj eltűnik. A rovarok, növények és állatok támogatják egymást. A méhek több százmillió éve léteznek, de most már veszélyeztetve vannak a növényvédő szerek miatt. A méhek kulcsfontosságúak az élet fennmaradása szempontjából, mert ha eltűnnének a méhek, hamarosan eltűnne a gyümölcs is, ami a legfontosabb élelmiszer a madarak és emlősök, de nem utolsó sorban az emberek számára is.

Az ipari növények hozama megnövekedett, mert a növényvédő szerekkel megsemmisítik a rovarokat, és ily módon mérgezik a talajt, majd az élelmiszerek által az emberi szervezet is. A talaj minősége egyre rosszabb, de egyelőre erre a problémára még nem született megoldás.

Két évszázaddal ezelőtt a bolygón 1 milliárd ember élt, ma pedig 7 milliárd ember lakja a Földet. A gyors népszaporulat azért volt lehetséges, mert volt elegendő élelem, illetve ezt diktálták az élelmiszeripar érdekei és nyeresége. A gyors változások miatt hibák és azok rossz következményei jelentkeznek. A műtrágya és a gépesítettség lehetővé tették azt, hogy kis befektetéssel nagy élelmiszerhozamra tegyenek szert, de emiatt a talaj beszennyeződött, és az emberek egyre betegebbek.

Azok, akik a jövőt tervezik, azt gondolják, hogy az egyetlen megoldás a talaj „gyógyítására” az, hogy csökkenteni kell az emberiség létszámát félmilliárdra, és akkor az elkövetkező két évszázad alatt a talajt meg lehetne tisztítani a szennyeződéstől. Gyorsabb megoldás lenne a kender ültetése, mert a kender 3 év alatt teljesen semlegesíteni tudná a kémiai szennyeződést. Ha minden 3. évben a termőföld 10%-át meg tudnánk tisztítani, a bolygónk összes földterülete 30 év alatt mentesülne a szennyeződésektől.

Bolygónkon 20 milliárd ember élhetne, ha organikus élelmiszert termelnénk, és mindenki saját részre termelne. Ez a jobbik terv, de ez nem egyezik az élelmiszeripar érdekeivel.

A tervezők a saját érdekeik miatt az emberekre kényszerítik azokat a termékeket, amelyekre nincs is szükségük. A különböző szükségletek a különböző életfeltételekből fakadnak, vagy a más éghajlati viszonyokból.

Van, akinek nincs szüksége kabátra, gépkocsira, színházra, cipőre, kávéra vagy valami másra, de a jobb egészség miatt az atlas helyreállításra mindenkinek szüksége van.

Az atlas helyreállítás szükségessége egységes jelenség, mert az atlas ki van mozdulva mind a 7 milliárd embernél. Minden egyén, és az egész emberiség számára az lenne legfontosabb, hogy minél előbb mindenkinek helyre legyen állítva az atlasa.

Ki uralja a világot? Ez a kérdés komplikáltnak tűnik, de a válasz egyszerű: AZ ÉRDEK. Nagyon sok embernek nincs érdekében, hogy az emberek egészségesebben éljenek, ezért megpróbálnak ellenállni az atlas helyreállításnak, de ez helytelen hozzáállás, mert az ő atlasuk is ki van mozdulva.

ELLENÁLLÁS

Az emberek a történelem során elfogadták azokat a megoldásokat, amik jobbak voltak a meglévőknél, és ez tette lehetővé az emberiség fejlődését. A kíváncsiság és az óvatosság olyan tulajdonságok, amelyek hozzájárulnak az emberiség fejlődéséhez, de a változástól való félelem miatt néha ellenállást tanúsítunk az új jelenségek iránt.

Ezekkel a tulajdonságokkal a mai nemzedék is rendelkezik, de ma az emberek még óvatosabbak, mert olyan világban élnek, ahol sok a csalás. Ezért egyre többen vannak azok, akik meg akarják tartani a meglévő állapotot, mint azok, akik megpróbálnának valami újat. Azonban úgy néz ki, hogy nyitottak vagyunk a változásokra, de a valóság az, hogy nem is vagyunk olyan orientáltak, mert félünk. Léteznek személyes ellenállások is az új jelenségekkel szemben, de létezik a környezet hatására kialakult ellenállás is. Amikor az emberek azt hiszik, hogy a jelenlegi helyzet jó, akkor valójában személyes ellenállásuk van minden újjal szemben, de az ellenállás azok hatására is keletkezhet, akiknek nincs elegendő tudásuk.

Ami minden új jelenséggel történt, az történik a **HumanUP** atlas helyreállítási módszerrel is, de a sok pozitív következmény ezt hamarosan meg fogja változtatni. A hitetlenség egyik oka a csodálatos gyógyulás, ami a csodával határos, de az emberek nem hisznek a csodákban.

Az atlas helyreállítás előtt sokan próbálkoztak már különböző gyógyításokkal. Ezek komplikáltak és drágák voltak, mégsem éreztek javulást.

Az atlas helyreállítás után a betegségek eltűnnek, a masszázs csak rövid ideig tart és egyszerű. Mindez lehetetlennek tűnik, de amikor megértjük, hogy jobb megszüntetni a betegség okát, mind gyógykezelésre járni, akkor a csodák lehetségesnek fognak tűnni.

Az emberekben az ellenállás az atlas helyreállítással szemben, a meglévő téves tudás miatt keletkezik. Sok ember hisz az orvostudományban, de ez a tudás többnyire nem fedi a valóságot.

A szkepticizmus hasznos tulajdonság, ha nincs túlságosan felerősödve, és ha nem téves információkon alapszik.

Sajnos, a gyógyászati iparnak nem érdeke, hogy az emberek egészségesebben éljenek, és megtörténhet, hogy ellenállást fognak tanúsítani, és meggátolják az embereket, hogy helyreállítsák az atlasukat. Spontán változások léteznek mindenhol a természetben, és ez történik az emberi felismeréssel is. Az elavult dogmák mesterséges visszatartása csak lassíthatja a folyamatot, amely által az emberek egészségét lehet tartósan jobbá tenni.

Az orvostudomány lassíthatja az emberiség javára szolgáló kezelést, de nem gátolhatja meg. Az lenne a legjobb, ha gyógyászati ipar nem állná útját ennek a jólétnek, mert már így is elég kárt okozott.

A jövőben az emberiség meg fogja érteni, hogy a jelenlegi tudományban az atlaszról szóló tanok hiányosak voltak, és az emberek meg fogják bocsájtani a végzetes hibákat, amelyek a téves kezelések miatt történtek, de amennyiben az orvostudomány meggátolná az atlaszhelyreállítás felfedezését, megbocsáthatatlan bűnt követne el.

VÍZIÓ

Mindílg is léteztek vizionáriusok, akik megváltoztatták mások életét, és hatással voltak az emberiség sorsára. Néhányan közülük a nyereség miatt elrontották kortársaik életét, míg mások jóhiszeműen megjavították a jövőnemzedék életfeltételeit.

Amikor az európaiak felfedezték Amerikát, víziójuk volt arról, hogyan teremtsék meg az új világot, de a saját nyereségük miatt elrontották a bennszülöttek életét, akik összhangban éltek a természettel. A XX. században megpróbálták a saját érdekeiket rákényszeríteni az egész világra, de ez csak részben sikerült nekik. Egy új világot nem lehet úgy megteremteni, hogy egyesek nyernek, mások pedig veszítenek. Csak úgy lehetséges új világot teremteni, ha minden nemzet érdekeit összeegyeztetik.

A XIX. század folyamán az Nagy-Britannia magába foglalta a bolygó szárazföldjének egynegyedét. Ugyanabban az időben, Japán szintén szigetország lévén lemaradt a fejlődésben, annak ellenére, hogy már több ezer éve létezett. Ezért a japánok Nagy-Britanniába mentek tanulni, és elkezdték utánozni a briteket, de megőrizték a hagyományos életmódjukat.

A XX. század folyamán a japánok megkísérelték elfoglalni a bolygó negyed részét, de nem jártak sikerrel. Ugyanakkor megszűnt a brit dominancia is a gyarmatokon, és most a japánok és a britek jól élnek más népek kizsákmányolása nélkül is. Japán gazdasági fejlődése gyors, a japánok pedig egészségesek és hosszú életűek, ezért most a britek vehetnének példát a japán életformáról.

A XIX. század látnokainak köszönhetően túl sok ember esett áldozatul a XX. században. A víziók és a tervek a többség számára károsak, és az emberek addig élnek rosszul, míg fel nem fogják, hogy kihasználják őket. Ma is azoknak az áldozatai vagyunk, akik úgy tervezték, hogy kihasználják minket, azért, hogy ők és az utódaik jól élhessenek.

Amikor a tudósok felfedezték a televíziót, még nem tudták, hogy az alkotók azon keresztül fogják manipulálni az embereket. Mintha ez nem lett volna elég, ma az interneten keresztül még könnyebben meg lehet győzni az embereket, hogy az a jó nekik, ami valójában ártalmas. A televízióval mások vízióit találják nekünk, ezért jobban teszik, ha kikapcsolják a TV-készüléküket, és a saját víziójukkal teszik jobbá az életüket.

Az alkotók érdekei miatt az emberek egyre betegebbek, és a jobb élet nem is lehetséges, egészen addig, amíg az a terv, hogy a kisebbségben lévőknek legyen nyereségük a többségben lévőkkel szemben. A rabszolgaság megszűnt, de a lényeg mégis ugyanaz maradt. A gépek és a robotok megkönnyítik a fizikai munkát, de az emberek irányítják őket, és így részévé válnak a gépezetnek. Sajnos, nem vagyunk annak tudatában, hogy a rabszolgák, vagyis mi átváltottunk robotéletemódba.

A szülőknek pénzt kell keresniük, hogy nevelni tudják gyermekeiket, de a felgyorsult életvitel miatt nem tudnak időt fordítani a családjukra. A vizionáriusok azok az emberek, akik jobb életet ígértek nekünk, de val-

ójában egyre több az ingerlékenység, aggodalom, félelem, valamint a szeretet és a boldogság hiánya. Természetesen az alkotók a boldogabb életet a maguk számára akarták, de ők sem boldogok, mert pénzzel nem lehet megvenni a legfontosabbat, a szeretetet.

Még mindig léteznek olyan törzsek, ahol mindenki elégedett a szerény életkörülmények ellenére is, mert a boldogsághoz elég az is, hogy az emberek barátkozzanak és harmóniában éljenek egymással. A városokban nagy a lakosság koncentrációja, de az emberek magányosak és kedvetlenek, a falvakban viszont jobb az emberek egymás közötti viszonya és természettel való kapcsolata.

Amikor szerves élelmiszereket termelünk, az emberi szervezet és a környezet kevésbé szennyeződik, és csökken az ipari élelmiszerek utáni vágy. Minőséges étellemmel, vízzel és levegővel a bolygón 20 milliárd egészséges, hosszú életű és vidám ember élhet. A helyreállított atlással pedig egész életünkben fájdalmak és betegségek nélkül dolgozhatnak.

Ez a legjobb látomás, amit könnyen el tudunk képzelni, de ahhoz, hogy megvalósuljon, néhány évtizedre van szükség. A világ összes emberének az atlasát nem lehet gyorsan helyreállítani, de még nehezebb lesz megvalósítani azt, hogy az élelmiszeripar lemondjon a nyereségéről.

A legjobb tervek is félreértéssé válhatnak, ha nem tényeken alapszanak. Az egyik tény az, hogy annak az apának és anyának, akiknek helyre van állítva az atlasa, olyan gyermekük születhet, akinek az atlasa jó helyen van. Több ezer generáció után végre lehetséges lesz az is, hogy az atlas ismét az anatómiai helyén formálódjon.

A terhes asszonyok anyagcseréje jobb lesz a helyreállított atlasuk miatt, de mindezek mellett, a kismamáknak tiszta, szennyezettség mentes ételmet kell fogyasztaniuk. Ebben az esetben a magzat is minőséges táplálékhoz jut, a mája sem lesz megnagyobbodva, és nem fog jobboldalával a bolygó felé fordulva aludni. Ezek azok a feltételek, amik lehetővé teszik azt, hogy az atlas jó helyen formálódjon.

Megtörténhet, hogy a szülés közben a babák atlasa kimozdul, ezért rögtön a szülés után a babát meg kell fogni a lábánál fogva, és egy hirtelen rántó mozdulattal ki kell egyenesíteni a testét, és visszaállítani az atlasát az eredeti helyére. Így a babák egészségesek lesznek, és miközben járni tanulnak, ritkábban fognak elesni, és gyorsabban fognak megtanulni járni. Míg a gyermekek egészségesek, addig az atlasuk helyen van, de amint elkezdenek betegeskedni, az annak a jele, hogy ki van mozdulva az atlasuk. A szülők nem látják az összes esést, bukást, ütést, amit a gyermekeik elszenvednek, de amint észreveszik, hogy betegeskedni kezdenek, el kell, hogy vigyék őket atlas helyreállításra.

Ez a könyv a saját víziójával inkább a jövőhöz tartozik, de az emberek bármikor dönthetnek úgy, hogy egészségesebben akarnak élni a jelenben. A legjobb, ha nem befolyásoljuk mások döntését, csak ellátjuk őket a kellő információkkal. Úgy gondolom, hogy a **HumanUP** módszer az igazán jó választás, mert a mostani és a jövőnemzedék életét teszi jobbá.

A természetben mindig történnek változások, néha jobbak, néha rosszabbak. Ennek a természeti törvénynek ki van téve az emberi faj, de mindezek mellett történnek olyan változások is, amelyek rontják a helyzetet, és amit mi magunk befolyásolunk a téves döntéseinkkel.

Minden időben és térben új irányok nyílhatnak, amelyekben az idő folytatódni fog. Mi vagyunk az egyetlen faj, aki arról dönthet, hogyan szeretne élni. A sok választási lehetőség közül csak kettőt fogok említeni. Az első a téves irány, ami éppen most történik, a másik a jobbik út, amin még mindig nem késő elindulni.

Az agyunk magzati korban és az első életévben növekszik a legjobban, ezért a koponya csontjai a második életévben nőnek össze. Az elmúlt néhány évtizedben az anyák egyre rövidebb ideig szoptatják a kisbabáikat, a mesterséges táplálékban pedig túl sok a kalcium, ezért a koponyacsontok túl hamar nőnek össze. Az agynak nincs elegendő helye a növekedésre, és ez is az egyik oka az emberi faj gyors hanyatlására.

Az szervezetünk majdnem tökéletes, de javulások még lehetségesek. A felső agytörzs az elkövetkező néhány ezer évben megnagyobbodhat azzal a feltétellel, ha a koponya felfelé nyúlik meg. A kimozdult atlas miatt nincs elegendő vér az agyban, ezért az agy megnagyobbodása jelenleg lehetetlen. Még ha meg is történhetne, a megnyúlt koponya a középpontot feljebb emelné, ezért a jövőben az emberek az atlas kimozdulása miatt még betegesebbek lennének.

A mostani generációkat nem érdekli, hogy mi fog történni az emberi fajjal a jövőben, de a Homo erectus először sem az emberiség miatt állt két lábra, hanem önmaga miatt. Amikor Önök az atlas helyreállítás mellett döntenek, jobba teszik az egészségüket, és az életüket, és amikor már a legtöbb embernek helyre lesz állítva az atlasa, az teszi majd lehetővé az emberiség fennmaradását és a további fejlődését. Végre adott a lehetőség a megfelelő döntés meghozatalára.

A gravitáció az Univerzum legnagyobb ereje, az élet pedig az egyetlen jelenség, ami a növekedésével sikeresen ellenáll neki. A kinyújtott koponyák, amelyeket különböző helyeken találtak, különböző korokból származnak. A tudósok zavarban vannak, de az is lehetséges, hogy ez egyfajta bevezetés az emberi faj fejlődésnek következő szakaszába.

Most jobban tudunk hatni a fajunk fejlődésére, mint bármikor, de veszélyeztethetjük is a saját fennmaradásunkat. A technikai találmányok szervezetünkbe építésével létrehozuk az új fajt a homo-techno-sapienst, de ezáltal eltűnne az ember ebben a formában, ahogyan most létezik. Amióta létezik az élővilág, most először fordulna elő, hogy egy faj tönkréteszi önmagát.

Az a legjobb megoldás, ha mindenki helyreállítatja az atlasát, így nem lenne szükséges, hogy a testünk bizonyos részeit mesterséges elemekkel pótoljuk.

Köztudott, hogy százezer évvel ezelőtt 9 emberszabású faj létezett. Ma csak a Homo sapiens létezik, néhány emberi fajt azonban mi irtottunk

ki. A többi fajt a lelőhelye szerint neveztük el, magunknak pedig a SAPIENS elnevezést adtuk, ami annyit jelent, hogy ÉRTELMES. A mi agyunk fejlődött a leggyorsabban, azonban annak következtében, amit tettünk a növény- és állatvilággal, az ÉRTELMES elnevezés nem igazán való nekünk.

A jelenben veszélyt jelentünk önmagunk számára is. A fogantatás pillanatától egészen életünk végéig bizonyos ipari csoportosulások áldozataivá válunk. Az élelmiszeripar és a gyógyászati ipar olyan helyzetet teremtetek, hogy a közeljövőben minden második ember rákban fog meghalni.

Az orvostudomány könnyebben manipulálja az egyént, az ország pedig úgy viselkedik, mintha a mi gyermekeink az ő tulajdonukban lennének. Azok a törvények, amelyek a gyermekeket a szüleiktől védik, természetellenesek és nem humánusak.

A jövőben az egészséges Homo sapiens természetes módon jobbat tehetné önmagát. A múltban is, és most is egyes emberek nem esznek, nem isznak. Ezeket az embereket bretóriánusoknak nevezzük, mert az életenergiát és a regenerációhoz szükséges energiát a levegőből és a környezetből nyerik. Ha egyesek élhetnek így, akkor valószínű, mindenki más is így élhetne. Ily módon megszabadulnánk a tápláléktól, a növényeket és állatokat pedig nem tartanánk rabszolgasorsban.

A haszon miatt 50 000 éven át, megszakítás nélkül semmisítjük meg a növényeket és az állatokat, és jelenleg ez a folyamat már fel van gyorsulva. Az ember, aki ennek tudatában van, szégyelli magát, mert az emberi fajhoz tartozik. Mi a tápláléklánc felső fokán helyezkedünk el, és ha legalább a távoli jövőben megszabadulhatnánk az evés szükségletétől, nem lennénk már rosszabbak az állatoknál.

A Homo erectus tette lehetővé a Homo sapiens keletkezését. Az első emberi faj, aki nem fogja használni a táplálékot, lehetővé teszi az új faj felemelkedését, akit "Homo humanus" nevezhetnénk el.

Az emberek többé-kevésbé rendelkeznek vízióval arra vonatkozóan, hogyan is élhetnének jobban, de nem tudják, hogyan lehetne elérni, hogy mindenki jobban élhessen. Van vízióm arról, hogyan élhetnénk egészségesen és boldogan. Az atlas helyreállítás felfedezését Palmer és Schümperli segítségével valósítottam meg, ezért tudatában vagyok annak, hogy a világ legnagyobb felfedezése nem csak az enyém. Még fontosabb, hogy megértettem, hogy ez a felfedezés az egész emberiségé, ezért elkezdem majd átadni a tudást, és megtanítom az embereket az atlas helyreállításának módjára, ez pedig mindenki számára lehetővé teszi az egészségesebb életet.

OKTATÁS

Az egészség létfontossága miatt, nagyon fontos, hogy minél több atlasológust képezzünk ki.

Olyan gyógyítók és orvosok mindig is léteztek, akik értettek a szakmájukhoz, de nem tudták átadni a tudásukat. Emiatt korlátozott a gyógyultak száma is.

A világ minden emberének helyre kell állítani az atlasát. Ezért kell kiképezni több tízezer atlasológust. Szerencsére, a **HumanUP** módszerre könnyen és gyorsan meg lehet tanítani másokat is. Természetesen jómagam nem tudok kiképezni ennyi embert, ezért kezdetben bizonyos számú embert készítek fel, ők pedig a későbbiekben új jelölteket, így tíz év alatt ki lehet nevelni 10 000 atlasológust.

A legfontosabb, hogy az emberiség megtanulja az atlas helyreállítását, ezért különleges figyelemmel fogjuk kiválasztani, hogy kit képezzünk ki. Mindenki, aki úgy gondolja, hogy jó atlasológus lenne, jelentkezhetsz, akkor is, ha nincs egészségügyi végzettsége. Az atlas helyreállítást gyorsan és könnyen el lehet sajátítani, de nagyon fontos, hogy a jövődöbéli atlasológus alapvető egészségügyi tudással rendelkezzen, így az emberi szervezetről és a betegségekről.

Az atlas helyreállításhoz nem szükséges különleges tehetség, ezért szinte mindenki el tudja sajátítani. A legfontosabb, hogy a jelöltek vágyjanak arra, hogy másoknak segíthessenek, és humán beállítottságúak legyenek, és ne a kereset legyen a fő motivációjuk.

Az orvosok különbözően állnak a hasonló betegségek gyógyításához, hiszen hasonló oktatásban is részesültek. Amikor az atlasológusok befejezik a képzést, mindenki egyformán fogja végezni az atlas helyreállítást, ezért nem az lesz a fontos, hogy melyik atlasológus fogja alkalmazni a **HumanUP** módszert.

Ez a könyv a jövődöbéli atlasológusok tankönyve, amivel csupán az elméletre tesznek szert. Ha a könyvek elegendőek lennének, nem léteznének tanítók és tanárok. Van, aki videó felvételt néz vagy atlas helyreállítást élőben, és így megpróbálja megérteni, hogy kell ezt végezni, de így nem ériük el a teljes sikert. Az atlas helyreállítást képzésen kell elsajátítani, ahol megmutatjuk a folyamatot. Ez még egy módja annak, hogy megvédjük ezt a felfedezést az esetleges visszaélésektől.

Léteznek olyanok is, akik a haszon miatt el akarják lopni a módszert, és ez részben sikerülni is fog nekik, de mégsem fogják tudni a helyreállítás pontos módját. Manapság sokkal könnyebb hamis okleveleket készíteni, ezért mi is elismervényt fogunk adni a befejezett képzésről, így tudva lévő lesz, hogy ki a képzett atlasológus. Mindezek mellett, a kezeléseket csak olyan termekben lehet majd végezni, ahol ki lesz függesztve a **HumanUP** felirat. Azok a helyszínek, ahol a **HumanUP** atlas helyreállítást fogják végezni, különböző reklámanyagokban lesznek megtalálhatók.

Az új atlasológusok kiképzése nagyon fontos, de még ennél is fontosabb, hogy a lakosság megismerje a helyreállított atlas előnyeit. A családok idejét éljük. Az atlas helyreállítás nem csalás, ezért igazából nem hirdetjük magunkat. Oktatási kampányok segítségével népszerűsítjük az atlas helyreállítást és a **HumanUP** módszert.

A teljes atlas helyreállítás egy évig tart, és ez idő alatt négyszer kell megismételni a módszert. Amikor a helyére került, az atlas többé nem mozdulhat ki, de arra van egy kis lehetőség, hogy egy nagyon kicsit visszamozduljon. Erős fejütésnél kicsit kimozdulhat, ezért szükséges, hogy egy kis jobb- és baloldali tarkónyomással helyen legyen tartva. Ahhoz, hogy az atlas egy életen át a helyén maradjon, évente egyszer meg kell ismételni ezeket a nyomásokat.

A jövőben az atlasológusok ingyen fognak kiképezni több millió embert, hogy egymás altasát tegyék helyre, és ezt egy olyan masszírozó készülékkel fogják végezni, aminek az ára hozzáférhető lesz.

A „humánus” és a „humanitárius” szavak nem egyet jelentenek. A humanitárius szervezetek ingyen segítenek az embereknek, és léteznek humánus foglalkozások. Az atlasológusok humánusak, de nem humanitáriusak. A leghumánusabb munkával foglalkoznak, de a szolgáltatást megfizettetik, mert abból fedezik a költségeiket.

Az atlas helyreállítás megfizethetetlen, az ár pedig a legtöbb ember számára elérhető. Az egészségnek nincs ára, de az élet során a gyógyításra és az egészség megőrzésére az emberek nagy összegeket költenek. Amikor az atlas a helyén van, az egészség megjavul, és nincs többé gyógykezelés, gyógyszer- és gyógyítási költség, az így megspórolt pénzt pedig jobb dolgokra lehet költeni.

Az atlasológusok utáni kereslet nagy, ezért nagy szeretettel szólítok fel mindenkit, aki ezzel a nemes hivatással szeretne foglalkozni, hogy jöjjön el az ingyenes tanfolyamra. Várom azokat is, akik számára már nem ismeretlen a csigolya helyreállítás, mert ilyen módon értesülhetnek a helyes módszerről. A könyvem olvasásakor már megértették, hol hibáztak eddigi munkájuk során, azonban ezt az elméleti rész átlapozásával lehetetlen elsajátítani.

Ha ez a könyv hozzájárult ahhoz, hogy már az Önök célja is az egészségesebb lét, akkor én boldog ember vagyok.

Az emberiség csakis az atlas helyreállítással tud két generáción keresztül tartósan megszabadulni a betegségektől és a fájdalmaktól.

Tudatában vagyok annak, hogy ez a felfedezés az egész emberiségé, ezért mindent megteszek, hogy az emberek megtudják, hogy lehet egészségesebben élni és élvezni az életet.

SOK SIKERT ÉS BOLGOSÁGOT KIVÁNOK ÖNÖKNEK
AZ ÚJJÁSZÜLETETT ÉLETÜKBEN!

UTÓSZÓ

Ez a könyv diagnosztizálja az emberi faj állapotát, és felajánlja a terápiát, az atlas helyreállítást.

Törekedtem arra, hogy minél tömörebben írjak, hogy a könyv terjedelme ne tántorítsa el Önöket az olvasástól, és ezáltal az atlas helyreállítástól sem. Remélem, hogy miután elolvasták a könyvet, új ismeretekkel gyarapodott elméjük.

Egyes papírra vetett gondolatok esetleg túl merésznek tűnhetnek, de mint azt tudjuk, bátorság nélkül nincs fejlődés sem. Egy módszert mutattam be Önöknek, mely jobbra teszi majd az emberiség jövőjét. Önökön múlik, hogy igényelnek e atlas helyreállítást, és jobbra teszik e a saját jövőjüket.

Nikola Tesla abban az időben élt, amikor létrejöttek azok az iparágak, amelyek a jobb életet eredményezték, de bizonyos szempontból rosszabbul is jártunk. Tesla kortársainak úgy tűnt, mintha Ő a jövőből érkezett volna, és nem értették meg az üzenetét, hogy nem a kémia, hanem a fizika segítségével kell gyógyulni. Az atlaszt rezgéssel állítjuk helyre, ez pedig egyszerű fizika, mely lehetővé teszi, hogy az emberek sokkal egészségesebben éljenek.

A XXI. század elején a meddőség az emberek 40%-t érinti, és ez az arány egyre csak romlik. Ez az ijesztő adat nincs nyilvánosságra hozva, de azért észre lehet venni, hogy egyre több fiatal párnak nem lehet gyermeke. A meddőség gyógyítása sokba kerül, és a siker elérése nagyon csekélyek. A meddőség oka a szervezet nagy arányú méreganyagokkal való telítettsége. Amikor a petesejt megtermékenyül, sok esetben már a méh felé vezető úton, a petevezetékben elhal a kémiai szennyezettség miatt. Amennyiben az embrió megérkezik a méhbe, gyakoriak a spontán vetélések, mert a magzatvíz tele van káros anyagokkal. Amikor a kismama atlasa helyre van állítva, a teste könnyebben védekezik a méreganyagok ellen, és könnyebben ki tudja hordani a terhességet.

Jelenleg a legtöbb pénzt a táplálkozásra és a gyógyításra költjük, de ez a jövőben változni fog. Az atlas helyreállítás után az emberek kevesebbet esznek, mert a szervezetnek tovább nincs szüksége plusz energiára ahhoz, hogy a betegséget fenntartsa. A gyógyítás költségei szintén a minimumra csökkennek, mert sokkal egészségesebben élünk.

Ahhoz, hogy jobban és tovább élhessünk, az atlas helyreállítása és jó helyen megtartása, az élet és az egészségügyi kultúra részévé kell, hogy váljon. Az atlasológusok helyre fogják állítani az első csigolyát, és még több 10 millió ember fog másokon segíteni, hogy mások életük végéig egészségesen és boldogan éljenek. Ez létfontosságú lesz még több ezer évig. Azt viszont, hogy az atlas és a koponya kapcsolata meg fog e javulni az elkövetkezőkben, ezt senki sem tudhatja előre.

A jövőben az egészségügyi szakemberek az én felfedezésemen alapuló doktorátusaikat és tudományos szakmunkáikat fogják megvédeni, és

valószínű, ugyanolyan hálát érznek majd, mint amit én ma érzek mindazok iránt, akik hozzájárultak ahhoz, hogy én eljussak ehhez, az emberiség számára új és értékes felfedezésig.

Egyesek Önök közül már a könyv elején megértették, hogy helyre kell, hogy állítsák az atlasukat, de vannak olyanok is, akik még most sem érzik ezt. Senkit sem szeretnék rábeszélni, hogy jöjjön el atlas helyreállításra, mert mindenkinek szabad akaratából kell meghoznia ezt a döntést. Az lenne a legjobb ha ez minél előbb meg történne, mert akkor megszűnnének a fájdalmaik, és a betegségek is visszafordíthatók lennének.

Az elmúlt két évben élveztem a könyv írását, és ez már most hiányzik, azonban mégis alig vártam, hogy befejezzem, mert az atlasológusok kiképzése mellett meg tudok majd indítani olyan projekteket, amelyek mindenkinek az életét könnyítik meg, és hozzájárulnak a még jobb egészséghez. A **HumanUP** egyesület olyan projektumokat fog létrehozni, amelyek először furcsának tűnnek, de ha jobban elgondolkodnak rajta, megértik majd, hogy a megvalósításukra alapvető szükség van.

Az elkövetkező évtizedekben a következő projektumokat fogjuk megvalósítani: Stop a szennyezésnek, Stop a tejnek, Stop a televíziónak, Stop a magánynak, Stop az ülésnek, Stop a főzésnek, Stop a túlzott evésnek, Stop a vasalásnak, Stop a sportoknak, Stop az orvostudománynak.

ÖNÉLETRAJZ

1958. március 23-án születtem.

A Đorđević vezetéknév az apámtól, Kristifortól kaptam örökségül, anyámtól Milinkától pedig a Predrag nevet.

51 évig, 6 hónapig és 3 napig szenvedtem betegségektől, 2009. szeptember 26-án születtem újjá. Azóta egyre egészségesebben élek.

A GYERMEKEK TUDJÁK

A gyermekek első agytörzse nem vette át a hatalmat az alsó agy felett, ezért ahogy ezt a 6 éves Kajtez Matija mondta: "A FELNŐTTEK TUDJÁK AZT, AMIT A GYERMEKEK NEM TUDNAK, A GYERMEKEK, PEDIG TUDJÁK AZT, AMIT A FELNŐTTEK NEM TUDNAK!"

Matija három éves korában betegen elutasította a gyógyszert: "NEM AKAROK ORVOSSÁGOT. SZERETLEK BENNETEKET, TI PEDIG AZT AKARJÁTOK BEADNI NEKEM, AMIT ÉN NEM AKAROK!"

4 éves korában nagyon határozottan elutasította óvodát: "CSAK NE KELLJEN SEHOVÁ MENNEM, AMIKOR FELÉBREDEK!"

5 éves korában megértette a felnőtt világ egy szigorúan őrzött titkát: "LÉTEZIK BUTA ÉSZ ÉS OKOS ÉSZ!"

Melyiket használjuk gyakrabban?

Kiadó
HumanUP

Kiadás
ATLASOLÓGIA

Illusztrálta
Filip Đorđević

www.humanup.pro