

DIH JE ŽIVLJENJE

... življenje je popolnoma odvisno od dihanja

Dihati pomeni živeti in brez dihanja ni življenja. Novorojenec vdihne dolg, globok vdih, ga za trenutek zadrži, da iz njega izvleče značilnosti, ki omogočajo življenje, in ga nato izdihne v dolgem joku, in glej njegovo življenje na zemlji se je začelo. Starec pa spusti medel izdihljaj, preneha dihati, in življenje je konec. Od prvega negotovega diha novorojenčka do zadnjega izdihljaja umirajočega moža se odvija dolga zgodba nenehnega dihanja. Življenje je zgolj niz dihov.

Dihanje bi lahko šteli za najpomembnejšo med vsemi funkcijami telesa, saj so vse ostale v resnici odvisne od diha. Človek lahko živi nekaj časa brez prehranjevanja, krajši čas brez pitja; a brez dihanja se njegov obstoj lahko meri v nekaj minutah.

In ne samo, da je človekovo življenje odvisno od diha, človek je v veliki meri odvisen od pravih navad pri dihanju, ki zagotavljajo trajno vitalnost in odsotnost bolezni. Inteligentni nadzor dihalne moči bo podaljšal naše dni na Zemlji, saj nam bo dal večjo vitalnost in odpornost. Po drugi strani bo neinteligentno in neskrbno dihanje skrajšalo naše dni, saj zmanjša našo vitalnost in nas izpostavlja boleznim.

Človek v svojem normalnem stanju ni potreboval nobenih navodil za dihanje. Kot otroci smo dihali naravno in pravilno, vendar nas je civilizacija spremenila v tem in drugih pogledih. Privzeli smo nenaravne navade in za to plačujemo visoko ceno.

Odstotek ljudi, ki dihajo pravilno, je zanemarljiv. Dejstvo pa je, da je fizično zdravje neposredno in naravnost odvisno od pravih dihanja. Poleg fizične koristi, ki izvira iz pravih dihalnih navad, razumevanje »znanosti« diha, poveča umsko moč, samonadzor in razvoj intuicije. S pomočjo »znanosti« diha lahko nadziramo telo, svojo umsko sposobnost in uravnesimo svoja čustva.

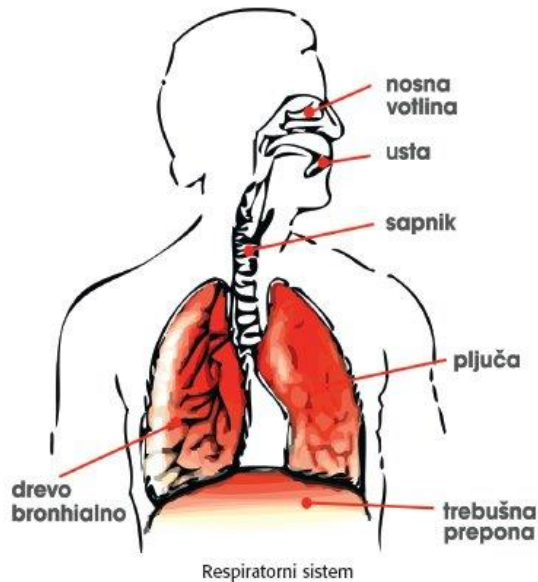
Ne smemo pozabiti, da je dihanje tudi temelji vsake telesne aktivnosti!

Vse to ste že vedeli, ste pa morda pozabili ...

FUNKCIJA DIHALNIH ORGANOV IN VLOGA DIHA V ČLOVEŠKEM ORGANIZMU

Dihalne organe sestavljajo pljuča in dihalne poti, ki vodijo do njih. Pljuča so dvodelna in zasedajo prsnično votlino v prsnem košu, vsak del je na eni strani srednje črte telesa, ločuje pa jo srce, večje krvne žile in večje dihalne poti. Vsako pljučno krilo je prosto v vse smeri, razen pri korenu, ki ga sestavljajo v glavnem bronhiji (sapnice), arterije in vene, ki povezujejo pljuča s sapnikom in srcem. Pljuča so gobasta in luknjičasta in njihovo tkivo je zelo prožno. Pokrita so z delikatno sestavljenim, a močno ovojnico, imenovano prsnična ovojnica, katere ena stena se trdno prilega pljučem, druga pa notranji steni prsnega koša. Ta ovojnica izloča tekočino, ki notranjim površinam sten omogoča, da med dihanjem gladko drsijo druga po drugi.

Dihalne poti sestavljajo: notranjost nosu, žrelo, grlo, sapnik ter bronhialne cevke. Ko dihamo povlečemo zrak skozi nosnice, kjer se ogreje po stiku s sluznico, ki je bogato oskrbljena s krvjo. Po tem, ko gre skozi žrelo in grlo, doseže sapnik, ki se deli v številne cevke, imenovane sapnice ali bronhiji.

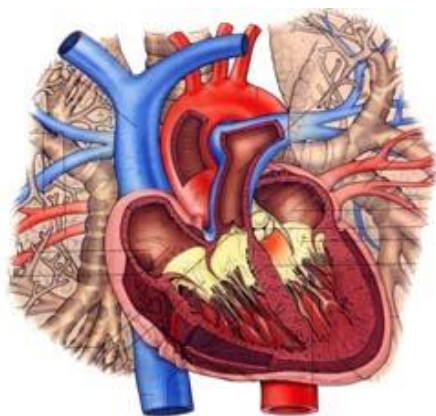


Te se najprej delijo v bronhije in se zaključujejo v izredno majhnih cevkah, v majhnih zračnih mehurčkih (alveolah), ki jih pljuča vsebujejo na milijone.

Zrak se povleče v pljuča z delovanjem prepone, velike in močne ploščate mišice, ki se razprostira čez prsni koš in ga ločuje od trebuha. Delovanje prepone je skoraj tako samodejno kot delovanje srca, čeprav ga je s pomočjo volje mogoče preobraziti v mišico, ki deluje na pol namerno. Ko se razširi, poveča prsni koš in pljuča, toda da zrak zapolni v vakuum, ki je nastal s tem.

Preden preučimo, kaj se zgodi z zrakom v pljučih, si nekoliko oglejmo krvni obtok.

Srce, kot veste, poganja kri skozi arterije v kapilare, s čimer doseže vsak del telesa, ga oživilja, hrani in krepi. Nato se po kapilarah vrne po drugi poti, po venah do srca, od koder v pljuča. Kri gre svojo pot po arterijah svetlo rdeča in bogata, polna kvalitet in lastnosti, ki omogočajo življenje. Vrača se po venah oslABLJENA, modra in medla, obremenjena z odpadnimi snovmi sistema.



Na pot se poda kot svež gorski izvir, vrne se kot tok kanalizacijske vode. Onesnaženi tok gre v desni srčni preddvor. Ko se ta napolni, se skrči in potisne kri skozi odprtino v desnem srčnem prekatu ter jo pošlje naprej do pljuč, kjer jo milijoni krvnih žilic, podobnih lasem, razpošljejo do pljučnih mešičkov.

Zdaj se vrnimo k zgodbi o pljučih.

Tok slabe krvi je zdaj razposlan med milijone majhnih zračnih luknjic v pljučih. Ko vdihnemo, kisik iz zraka pride v stik z nečisto krvjo skozi tanke celice lasastih krvnih žilic v pljučih, katerih stene so dovolj debele, da zadržijo kri, vendar dovolj tanke, da skozi

preide kisik. Ko se kisik sreča s krvjo, pride do posebne oblike izgorevanja, pri katerih kri porabi kisik in sprosti ogljikovo kislino v obliki plina, nastalega iz odpadnih snovi in strupov, ki jih je kri zbrala iz vseh delov sistema. Kri se tako prečisti in oksidira ter gre nazaj do srca spet bogata, rdeča in svetla ter napolnjena z lastnostmi, ki omogočajo življenje. Ko vstopi v levi srčni preddvor, jo srčna mišica potisne v levi prekat, od koder spet steče skozi arterije na svojo pot življenja do vseh delov sistema. Ocenjuje se, da v enem samem dnevu, po pljučnih kapilarah preteče 20.000 litrov krvi, krvna telesca tečejo kot v gosjem redu in so z obeh strani izpostavljena kisiku iz zraka.

Ko se poglobimo v podrobnosti omenjenega procesa, se ne moremo upreti čudenju in občudovanju neskončne inteligence narave.

Če le malo pomislimo, se bomo strinjali, kako življenjskega pomena je pravilno dihanje. Če se kri popolnoma ne prečisti v regenerativnih procesih v pljučih, se neočiščena vrne v arterije, polna telesu škodljivih snovi. Če človek ne vdihne zadostne količine zraka, kri ne more pravilno opraviti svoje naloge, zaradi česar je telo nezadostno prehranjeno, kar lahko privede do bolezni. Če ta umazanija na tak način ostane v krvnem obtoku, povzroči bodisi bolezen krvi, bodisi kakšno drugo bolezensko stanje, ki izvira iz poslabšanega delovanja organa ali tkiva zaradi slabe kakovosti krvi.



Najbolj pomembnih je naslednjih pet organov: srce, vranica, pljuča, jetra in ledvica. Glede na to, **v kakšnem energetske stanju so ti organi, je odvisno naše zdravje, emotivno reagiranje ter naš spirit.**



Z pravilnim dihanjem skozi proces programa DELETE, negativna energija, ki je energetsko poškodovala naše organe počasi odteka in se umika, saj jo izrine nova, pozitivna energija, ki priteka in zdravi naše organe. Razlika med ljudmi je v energiji. Zato imamo različne življenjske rezultate. Od energetskega zdravja organov je odvisno s kakšnim magnetnim poljem plujemo. Kakšna energija teče skozi nas, zdrava, bolna, kreativna, depresivna ... je odvisno, kako se obnašamo v vsakodnevnem življenju. Lahko se jezimo, strašimo ali pa gledamo na življenje iz svetle perspektive. V organih so vsi zapisi naših informacij in programov, ki nam dajejo določen potencial oz. blokado.

Kadar se kri zadostno oplemeniti z zrakom iz pljuč, se umazanija in deli s škodljivim plinom ogljikove kisline transformirajo in ali izločijo iz telesa. S kisikom obogatena kri po obtoku prispe v vse dele telesa, kar omogoči naravno, pravilno delovanje le teh.

Ugledne avtoritete so ugotovile, če bi ena generacija ljudi, ki bi dihali pravilno, obnovila raso in bolezen bi postala tako redka, da bi veljala za zanimivost.

BODIMO TO MI!