

الفصل الخامس:

- السكر، الحلوى.
- الشكولاتة.
- العسل.
- السكرين والمحليات الصناعية الأخرى.
- المشروبات الناعمة والغازية والصناعية والعصائر.
- الفواكه الاستوائية وشبه الاستوائية. مثل: المانجو والبرتقال والجريب فروت والموز والبابايا والأناناس...إلخ.
- الخضراوات الاستوائية وشبه الاستوائية. مثل: البطاطس والطماطم والباذنجان والأفوكادو.....إلخ.
- الخضراوات التي تنتج حالة حمضية. مثل: السبانخ والهليون والشمندر والقرع والفلفل الأخضر...إلخ.
- المنتجات الصناعية. مثل: الخل الصناعي.
- منتجات الألبان المحضرة صناعياً والمعالجة كيميائياً. مثل: اللبن والزبد والجبن والزيادي الآيس كريم.
- الطحين المكرر الأبيض، والحبوب المكررة.
- التوابل الحارة. مثل: الكاتشب والخردل والفلفل الأحمر والأسود...إلخ.
- الكحوليات.

- الشاي والقهوة المنتج تجارياً لوجود إضافات ضارة به. مثل: المركبات الأروماتية أو العطرية.

دائرة النمو في النبات

دائرة النمو في النبات واحدة من أدق الطرق لتقسيم النبات إلى ينج وين، فأثناء الشتاء يكون الجو بارداً (ين) وفي ذلك الوقت من العام تتجه طاقة النمو إلى الجذور وتذبل الأوراق وتموت لاتجاه الطاقة بعيداً عنها، ويكون النبات في ذلك الوقت أكثر جفافاً وتركيزاً (جذري) مثل: اللفت والجزر والقرنبيط إلخ، ولا يتلف بسرعة.

ومع الربيع وبداية الصيف تصعد الطاقة في النبات، وتظهر الأوراق الخضراء، حيث يصبح الجو أكثر حرارة (ينج)، وهذه النباتات أكثرين في طبيعتها، وأكثر مائية، وتلف بسرعة، وتمدنا بتأثير مبرد نحتاجه خلال أشهر الصيف الحارة.

وتصل طاقة النمو لقمتهأ بنهاية الصيف وتتضج الفواكه وتصبح حلوة وأكثر مائية.

وبشكل عام فالنباتات التي تنمو في الأجواء الحارة أكثرين، ونباتات المناطق الباردة أكثر ينج.

وبصفة عامة فإن جذور النبات محكومة بطاقة ينج وتنمو لأسفل، أما السيقان والأوراق فهي محكومة بطاقة ين وتنمو لأعلى.

وبمعنى آخر: فإن الطعام المحدث طاقة ين ينمو في الجو الحار ويحتوي نسبة ماء أكثر، مثل الأجزاء الورقية للنبات، والفواكه (نمو لأعلى سطح الأرض) ومثل هذا الطعام يحدث تفاعل حامضي بالجسم.

أما الطعام الذي يحدث طاقة ينج، فينمو في الجو البارد، ويحتوي قدراً أقل من الماء، مثل: الأجزاء الجذرية والسيقان من النبات، ويتجه النمو في تلك

الحالة تحت الأرض، ومثل هذا النوع من الطعام يحدث تفاعل قلوي بالجسم. وكل الأطعمة تحتوي عوامل ينج وأخرى ين، وعند التقسيم ينظر إلى أيهما أكثر تغلباً.

وينبغي عند إعداد الطعام صيفاً، موازنته بخضراوات أكثر ين.

وعند إعداد الطعام شتاء موازنته بخضراوات أكثر ينج.

وبصفة عامة فإن الطعام الحيواني شديد الينج، أما الفواكه ومنتجات

الألبان والسكر والمتبلات فهي شديدة الين.

أما الحبوب والخضراوات والبقوليات فمعتدلة، وأكثر أنواع الأغذية

وسطية. والطعام شديد الينج أو الين، يصعب موازنته، والإسراف فيه، يؤدي

إلى حدوث المرض.

أمثلة للين والينج:

الزواليات والشكرات

Meridians and Chakras

أولاً: الزواليات:

الزواليات هي مسار الطاقة الكهرومغناطيسية، وليست جزءاً من أجزاء

الجسم، ولم تدرك العلوم الغربية والطب الحديث هذا النوع من العلم إلا مؤخراً،

على الرغم من أنها معروفة ومستخدمة في الشرق منذ خمسة أو ستة آلاف سنة.

والزواليات موجودة في الطبيعة، فالخطوط في أوراق النبات تعني وجود

الزواليات، والأرض بها شبكة من خطوط الطاقة، والإنسان به ١٢ زوجاً من

هذه الزواليات والتي تحدث نتيجة عن الشحنات الكهرومغناطيسية الحادثة

بين السماء والأرض.

وتتولد الطاقة من الأشياء المحيطة كحالة الجو، وحركة الأرض، ونشاط النجوم، والنباتات، وهذه الطاقة غير المرئية لها دور هام في الحياة.

وتعتمد كمية وشدة الشحنات التي نتلقاها على وضع الجسم، فعندما نكون وقوفاً فإن هذا الوضع الرأسي يسمح للطاقة النشطة الصاعدة والنازلة من الأرض وإليها بأن تجعل القلب والجهاز الهضمي والمخ في حالة نشاط، وعندما نكون في وضع أفقي كما يحدث عند النوم، فإن شدة الشحنات المستقبلية تقل؛ ولذا تقل وظائف الجسم بصفة عامة.

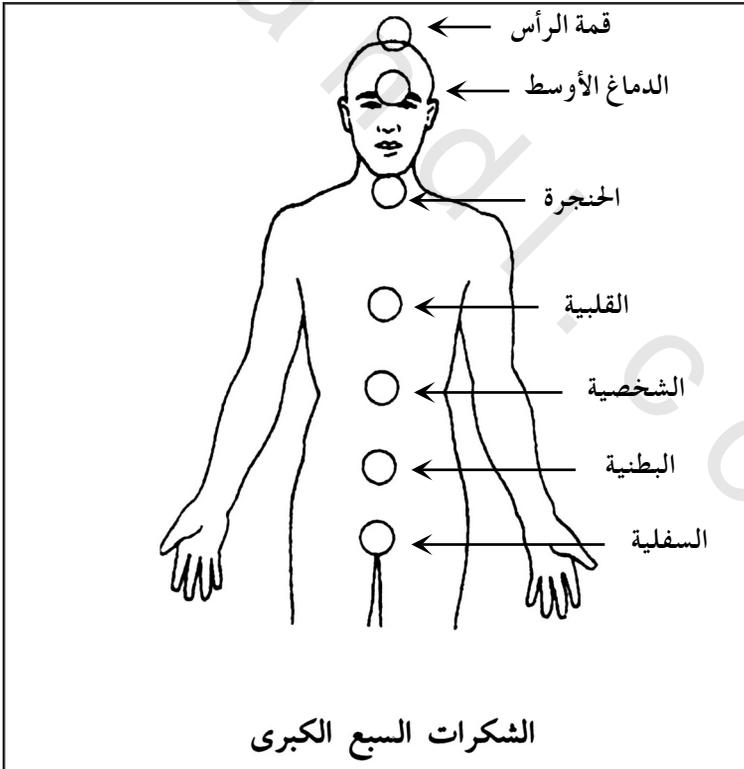
وهناك قوتان رئيستان ابتدائيتان، قوى الجذب المركزية الآتية للب المغناطيسي للأرض من النجوم والكواكب والشمس والقمر والأجسام السماوية الأخرى والجو والفرغ المحيط والتي نسميها القوى السماوية، والقوى الطاردة الناشئة لأعلى من حركة دوران الأرض والتي نسميها القوى الأرضية، والقوى السماوية ممتدة وتحدث قوى مركزية وطاقة ديناميكية تجاه الأرض، وعلى الجانب الآخر فإن القوى الناشئة عن الأرض صاعدة وممتدة، وتدخل القوى السماوية الجسم من منتصف الرأس، وتخرج من القدم والأعضاء الجنسية، وذلك على عكس القوى الأرضية التي تدخل من القدم والأعضاء الجنسية وتمر بالجسم وتخرج من الرأس، وتمر هاتان القوتان في عمق الجسم على طول قناة وسطية، وتتقاطع في مناطق معينة محدثة طاقة إشعاعية شديدة للخارج.

والأماكن التي تكون فيها هذه الطاقة في أوج شدتها هي الدماغ الأوسط والحنجرة والقلب والمعدة والأمعاء الدقيقة أو الهارا، وهذه الأماكن الخمسة بالإضافة لمكاني دخول الطاقة وخروجها تعرف بالشكرات السبع، وهذه القوى

المتحركة بعمق الجسم تحدث قنوات من الطاقة الكهرومغناطيسية.

وقوى الجذب المركزي السماوية النازلة أقوى في الرجل، بينما القوى الأرضية الصاعدة أقوى في المرأة، والاختلافات العقلية والحيوية والعاطفية بين الرجل والمرأة، تنتج عن التأثيرات المختلفة للقوى السماوية والأرضية. وبالمرأة والرجل يوجد نوعا الطاقة، ولكن بدرجات متفاوتة، فلا يوجد شيء تام الينج أو الين، والاختلافات بين الرجل والمرأة هي أساس قوى التجاذب والتفاعل بين الجنسين.

وتجري القناة الابتدائية في عمق الجسم، على مسافة قريبة أمام العمود الفقري.



ويؤدي دوران الأرض إلى عدم جريان القوى السماوية والأرضية في خطوط مستقيمة، ولكنها تتثني في أشكال حلزونية.

وفي الجسم تتقاطع هذه الطاقة محدثة شكلاً شبيهاً بالحلزون المزدوج للحامض النووي (ح ن ر). حيث يمثل أحد الخيوط القوى السماوية، ويمثل الآخر القوى الأرضية، وتركيبية الحامض النووي (ح ن ر) يعكس الطريقة التي تتفاعل بها هذه القوى داخل الجسم البشري. وأثناء مجراها بالجسم تمر هذه الطاقة بقنوات حلزونية داخل وريد كبير أمام العمود الفقري يعرف بالوريد الأجوف السفلي. وسير الطاقة بطريقة سلسلة داخل هذه القنوات أمر حيوي لصحتنا.

وهذه القنوات الابتدائية تنشط جانبي الجسم الأيمن والأيسر أو الطاقة العامة والطاقة التي تنشط الذراعين، تنشأ على طول القناة الوسطية بالحنجرة والقلب، ومن هناك تتفرع للجانبين الأيمن والأيسر.

والطاقة التي تنشط الساقين تنشأ في منطقة الهارا وتتفرع يميناً ويساراً، وهذه الطاقة تجري بعمق في الذراعين والساقين وتسبب حركتها، وهذه الشحنات تتابع إلى وسط راحة اليدين والقدمين، ومن هناك تتشعب للخارج على الجانبين تجاه أصابع اليدين والقدمين، وهذه المناطق الوسطية يطلق عليها في الطب الشرقي قلب اليد وقلب القدم.

ويؤثر سير الطاقة في أجسامنا تأثيراً كبيراً على حالتنا الصحية، وشكوى العديد من الناس في عصرنا الحديث من الضعف المزمن في قواهم الحيوية، وعدم القدرة على تحريك الذراعين والقدمين، واختلال وظائف الأعضاء، والتلعثم في الكلام إلخ يكون سببه في كثير من الأحيان اضطراب أو ضيق أو انغلاق مسارات الطاقة.

الشكرات

الشكرات هي مراكز تجمع الطاقة بالجسم، ولها سبع مراكز رئيسة وتجري من قمة الرأس لأسفل الجذع:

- ١- السفلية.
- ٢- البطنية (الجنسية).
- ٣- الشخصية.
- ٤- القلبية.
- ٥- الحنجرة.
- ٦- الدماغ الأوسط (الجزء الداخلي من المخ).
- ٧- قمة الرأس (المساحة الحلزونية في الجزء الخلفي من قمة الرأس).

ومن هذه المراكز تتفرع الطاقة إلى تيارات أصغر فأصغر لتغذي كل خلية من خلايا الجسم، وأماكن خروج الطاقة بطول مساراتها، تستخدم لتحديد درجة صحة العضو المقابل لها ووظائفه، حيث تظهر عليها علامات مختلفة مثل الانتفاخ، الصلابة، التغير اللوني.

وتدخل الطاقة للقنوات (المسارات) من الطرفين (النهائيتين) ويكون تتابع الطاقة أحسن ما يكون عندما يكون الظهر منتصباً، وهذا هو الوضع النموذجي لسيرها، والتوازن بين الينج والين في الطعام يوازن الطاقة في الأعضاء والشكرات وجميع أجزاء الجسم ووظائفه.

وشكرة قمة الرأس متعلقة بالجزء العلوي من المخ.

وشكرة الدماغ الأوسط متعلقة بالجزء السفلي من المخ (حيث تتوزع الطاقة على خلايا المخ منشطة الوظائف الكيميائية والحيوية مثل إنتاج الهرمونات من الغدة النخامية).

وشكرة الحنجرة (منطقة الحلق ناحية جذور اللسان، تنشط حركة التنفس

وإفراز اللعاب، وعمل الغدة الدرقية والجار درقية، وتتحكم في الصوت).

والشكرة القلبية تؤثر في القلب والثدي والجهاز الدوري، وتعد منطقة تعادل للقوى السماوية والأرضية، والقوى السماوية تؤثر في انقباض القلب والأرضية تؤثر في تمدده، وهذه الشكرة تؤثر في تنظيم دقات القلب وعمل الدورة الدموية.

والشكرة الشخصية مرتبطة بالجهاز الهضمي (البنكرياس، الطحال، المرارة، المعدة، والكبد) وبها يتم تناسق النشاطات الجسمية والعقلية.

والشكرة البطنية (الجنسية) بها طاقة شحن للأمعاء الدقيقة والغليظة والأعضاء الجنسية، وهي مرتبطة بغدد التناسل والجهاز التوالدي.

وهذه الطاقة تتحكم في الهضم والامتصاص، ومهمة أيضاً للنشاطات الجسمية والعقلية.

