P R E P O R U K E

RENESANSA UMETNOSTI LEČENJA

Ako je medicina umetnost lečenja, a jeste, i ako su nam u medicini potrebne nove metodologije rada, a jesu, onda je ova knjiga renesansa umetnosti lečenja. Činjenice koje su iznete u ovoj knjizi prkose raznim autoritetima, hipotezama i teorijama i kao takve učvršćuju temelje nauke kao primenjene logike. Potkrepljene detaljnim i studioznim analizama, već dokazanim i u oblasti konvencionalne medicine, našle su svoje teorijsko i praktično uobličenje i kroz svedočanstva hiljada zadovoljnih klijenata. Drago mi je da sam i ja jedan od njih.

Prirodna medicina nas podučava da se bavimo uzrokom problema i sagledavamo ga kroz prizmu kako medicinskih tako i nemedicinskih metoda, da bismo uzrok problema otkrili, razumeli i rešili blagovremeno. Baveći se uzrokom problema izmeštenosti atlasa i posledicama koje ta izmeštenost izaziva, u ovoj knjizi autor Predrag Đorđević jednostavno i lako prilazi čitaocu. Mora se odati priznanje i poštovanje tolikoj hrabrosti i odgovornosti autora koji je nastojao da nesebično podeli sa nama svoja stečena znanja i iskustvo.

Verujem da će ova knjiga ostaviti snažan utisak na svakog čitaoca, a ljudima koji autorova saznanja primene omogućiće blagorodan i plodonosan put ka izlečenju.

Doktor prirodne medicine Dragan Oljača

DOPRINOS RADOSTI ŽIVLJENJA

Život je čudo, jer sve što je BITno za čoveka je nevidljivo, nečujno i neshvatljivo. „Preporod života“ nam proširuje uvid, doprinosi zdravlju i vraća harmoniju i radost življenja.

Zato, UZDRAVLJE sa „Preporod masažom“, mili moji!

Dr Časlav Miladinović

PODRŽIMO VELIKU IDEJU

Kome se obraća pisac ove neobične knjige?

Običnom čoveku – da mu ponudi zdravlje na dostupan i pristupačan način. Lekarima specijalistima iz raznih oblasti – da medicinskom metodologijom i istraživanjima daju i naučnu potvrdu ove metode dovođenja organizma u prirodan sklad i harmoniju, a to je ZDRAVLJE.

Efikasnost i delotvornost ove metode Predraga Đorđevića se potvrđuje svakodnevno, ali to nije dovoljno da bi ova metoda dobila na masovnosti i da bi istovremeno bila zaštićena od zloupotrebe šarlatana i imitatora koji bi je upropastili.

Nažalost, mnoge velike ideje su propale u začetku na ovim prostorima, na štetu našeg naroda. Ne dozvolimo da se to dogodi i u ovom slučaju, pa zato podržimo ovog čoveka i njegovu ideju.

Dr Duško Ristivojević

ČUDO JE MOGUĆE

Sasvim je jasno, čovek je čudo...

Godinama trpimo bolove, godinama pomažemo najbližima da ne trpe bolove, a pri tom godinama zanemarujemo sebe.

U bolovima i bolestima nismo dobri ni sebi ni drugima.

Onima koje volimo najbolje je, ličnim primerom, pokazati da nada postoji i da čuda jesu moguća.

Ova knjiga je iznedrena iz dragocenog iskustva Predraga Đorđevića, ali i nas koji smo uz njegovu pomoć rešili svoje probleme i odlučili da i mi pomažemo drugima.

Nadohvat ruke vam je srećnija i zdravija budućnost, ona u kojoj ćete s ponosom moći da kažete da ste uradili najbolje za sebe, jer ste posegli za rešenjem – namestili ste atlas i dobili svoje čudo!

Master biologije Bojana Čopik,
atlasolog i učitelj Preporod masaže potiljka

PREPOROD GLASNIH ŽICA

Pripadam grupi ljudi koji vode računa o svom zdravlju i kad god se pojavi problem gledam da odmah reagujem.

Imala sam problema sa bolovima u vratu, cirkulacijom, vrtoglavicom, posebno sa otežanim disanjem, što me je dosta ometalo dok pevam. Veoma mi je bila zanimljiva priča o prvom vratnom pršljenu i Predragu Đorđeviću. Otišla sam u Udruženje PREPOROD ŽIVOTA da se uverim u delotvornost nameštanja atlasa i da sredim svoje zdravstvene probleme.

Peđina neposrednost i stručnost su me potpuno osvojili. Već posle prvog tretmana osetila sam poboljšanja. Za nekoliko dana nestali su bolovi u vratu, a posle mesec dana nestala je ošamućenost i vrtoglavica. Ono što me posebno raduje je da sa neverovatnom lakoćom pevam, nema nikakvog napora, nešto divno se desilo sa mojim glasnim žicama.

Počeo je jedan nov život, a ja sam srećna i zahvalna ovom dragocenom čoveku koji mi je mnogo pomogao.

Bilja Krstić

KOSMOS U TELU

Nije čudno što se ljudi retko zagledaju u zvezde, čudno je što se gotovo nikada ne zagledaju u svoje telo. Podrazumevamo ropski rad našeg srca koje trideset hiljada dana i noći pumpa našu krv, kao da nas se to uopšte ne tiče. Ne može čak da nas prene ni činjenica da se u ljudskom telu odvija više hemijskih procesa nego u svim fabrikama hemije zajedno!

U zakasnelo razgledanje kosmosa u našem telu najčešće nas povede bolest.

Ovoga puta vodi nas Predrag Đorđević, koji je sa bolešću zaratio i koji zna kako da izvojuje pobedu.

Mirjana Bulatović

ČUO, VIDEO, NAMESTIO

Moji Zlatiborci imaju običaj da kažu „Više volim da vidim, nego da čujem". Skloni smo, prosto rečeno, da sumnjamo u čuda, sve dok nam se neko čudo ne dogodi. Posle prvog Peđinog tretmana moj vrat je prestao da škljoca i boli. To je već nešto, signal da moj, karateom razgibani i nepažnjom izmoreni skelet poručuje da je najzad zadovoljan mojom brigom o njegovim koščicama. Čuo sam ranije za „atlas", taj prvi deo kičme, pršljen koji je, kako mu ime kaže: držač glave! Iz mitologije sam znao da je Atlas (ili Atlant, kako ga neki zovu) jedan od divova, sin diva Japeta, kažnjen da drži nebo na svojim plećima. Ovaj naš atlas, mali, ali veoma važan deo kičme, nije me mnogo interesovao. Znao sam da ga imam, jer mi je glava na svom mestu, ali nisam znao da on može da se promangupira, vrdukne iz svog ležišta i tako mi usuče ceo kostur, i proizvede velike zijane u organizmu. E sad to znam, zahvaljujući Peđi.

Primetio sam u poslednje vreme da neke ženice, kad im kažem da imam sedamdeset pet, kažu ko iz puške „Ne bih ti nikad dala"... Nadam se da će ova Peđina metoda i tu žensku zabludu o meni promeniti!

Ljubivoje Ršumović

PLEMENITA PRETHODNICA OPŠTEG IZLEČENJA

Predrag Đorđević je, sudeći po ovoj knjizi i poslu kojim se bavi, plemeniti vizionar, hrabar i uporan entuzijasta, čovek koji otvara gvozdena vrata i polako i sigurno ulazi u jednu novu dimenziju. Kao i mitski junak Atlas, koji je na leđima nosio čitav svet, autor zna šta ga sve na tom putu čeka, ali uporno ide ka svom cilju, zadivljujući nas originalnošću i dubinom poznavanja materije. On nas uči da se nameštanjem prvog pršljena pokreće energija ozdravljenja, vitalnosti i pozitivnih vibracija u čoveku i da je to način da se predupredi upotreba pilula i skalpela.

Knjiga je važan izvor podataka ne samo za obične ljude, već i za ljude iz struke: ortopede, fizijatre, neurologe, lekare opšte prakse...

Veoma je važno da knjiga što pre nađe put do čiatalaca i stručne javnosti, jer je ona plemenita prethodnica jednog opšteg izlečenja.

Dr Biljana Jevtić

UPOZNAJMO SE SA ATLASOM

Stari Latini su tvrdili da je jednostavnost znak istine i zato se nova knjiga Predraga Đorđevića čita u jednom dahu. Onoliko koliko su bol i tegoba svačiji, tolikom broju ljudi je potrebno da pročitaju ovu knjigu! A kada je pročitaju, biće im sasvim jasno da je mnogo toga u našem životu izmešteno zato što je izmešten jedan tako mali, a toliko važan deo tela.

Kada čovek nije zdrav, sve se u našem životu pomera i izmešta: um to stalno analizira, psiha reaguje, ljudski odnosi trpe, a finansije se tope... O zdravlju toliko toga „visi"! Ali kada zdravlje visi o jednom delu našeg tela koji gotovo izmiče našoj pažnji – šta uraditi nego se pozabaviti njime. Problem je u tome što većina ljudi ne zna ništa o atlasu, pa ne gleda na tu stranu i taj put kao očigledno rešenje zdravstvenih problema.

Ogromna prednost ove knjige je njena potpuna jasnoća i razumljivost, što širom otvara vrata svakome koga zanimaju prirodni pristupi zdravlju. Postepeno i sistematično, kroz sjajna poređenja, autor je uspeo da nam približi deo našeg sopstvenog tela od kojeg smo gotovo otuđeni, nesvesni njegovog postojanja i svrhe; nesvesni da je rešenje blizu, ovde, a ne tamo negde – u medikamentima ili operacionoj sali.

Predrag Đorđević se obraća svima koji imaju oči da vide i uši da čuju. On je majstor svog posla, koji ljude oslobađa bolesti na prirodan i potpuno bezbedan način. Istraživački nastrojen, ne samo što neprekidno proširuje i prenosi drugima znanje, nego gaji i posebnu vrstu entuzijazma. Želeti više i stalno težiti boljem – toga je danas izuzetno malo. Utoliko je Đorđevićevo angažovanje na otklanjanju uzroka bolesti i na edukaciji ljudi koja iziskuje enormnu energiju, dragocenije i značajnije.

Predsednik Udruženja „Zdrav stav" Borka Blečić

Knjigu posvećujem sinovima
Vladislavu, Filipu i Matiji,
unuku Ognjenu, unuci Janji
i budućim unukama i unucima.

Deco moja,
sa srećom odgajajte svoju decu
jer će živeti u boljoj budućnosti.

P R E D G O V O R

Nova znanja koja predstavljam u ovoj knjizi omogućiće opstanak i dalji razvoj ljudske vrste. Ova tvrdnja izgleda previše smelo, ali kada pročitate knjigu shvatićete da je tako, zato što je posvećena zdravlju, a zdravlje je najvažnije u životu.

Upoznaću vas sa otkrićem koje konačno pruža mogućnost da se živi zdravije i bolje. Do sada ste pročitali mnogo knjiga i časopisa o zdravlju, ali niste našli rešenje i ne znate kako da se izlečite.

Razumem vašu sumnju da ćete možda izgubiti vreme čitajući, ali nećete, jer se radi o epohalnom otkriću i zato će vam ova knjiga biti najkorisnija u životu.

Učiniće vam se da čitate najlepšu moguću bajku – koja nije bajka nego potpuna realnost. Ovo otkriće omogućava zdraviji život svakom pojedincu, ali i čitavom ljudskom rodu.

Informacija je uvek bila od presudnog značaja za uspeh. Prava informacija u pravo vreme je najveća moguća vrednost. Živimo u vremenima kada svako može brzo da sazna skoro sve što poželi. Ipak, ponekad smo zbunjeni dezinformacijama koje se plasiraju zbog pogrešnih znanja ili zbog manipulacija od strane onih koji imaju koristi od toga, pa je zato normalno da sumnjamo u sve što je novo. Ovo što ćete saznati, prvi put se iznosi pred čovečanstvo, i mnogi će biti sumnjičavi, bez obzira što se radi o informaciji od najvećeg značaja.

Nemam nameru da pišem medicinsku knjigu, naučni rad ili roman, već da predstavim P R E P O R O D masažu potiljka na svima razumljiv način, jer svako ima pravo na bolje zdravlje. Ipak, i pored jednostavnog stila pisanja, i najveći stručnjaci će prvi put čuti za nova znanja, koja će im pokrenuti preispitivanje postojećih nepotpunih znanja.

Već je urađeno nekoliko naučnih studija koje se odnose na ovo otkriće. Desetine rečenica iz ove knjige će biti teme budućih naučnih radova i doktorskih disertacija koje će potisnuti mnoga pogrešna znanja.

Budućnost će potvrditi da je ovo najveće otkriće, jer se odnosi na ljudsko zdravlje. Bez vatre, točka, električne energije i stotine drugih otkrića se moglo i može živeti, ali bez zdravlja se ne može. Zdravlje je preduslov za sve ostalo i svakome je na prvom mestu.

Ukoliko tragate za načinom kako da ozdravite, ovde ćete ga konačno pronaći. Možda će vam biti dosadno da čitate o bolestima koje nemate, ali ćete bez ovog otkrića neke od njih sigurno imati. Najviše koristi će imati oni koji su još zdravi, jer se ovde radi o najboljoj mogućoj prirodnoj preventivi.

Sve oko nas i u nama je u stanju promena, koje pokreće prirodni zakon uzroka i posledica. Zakoni prirode se ne mogu menjati, a oni utiču i na ljudsku vrstu. Ponekad se događaju promene nagore, a nažalost to snalazi ljudski rod već nekoliko desetina hiljada godina. Sada konačno postoji pravo rešenje kojim je moguće otkloniti uzrok bolesti, pa nema posledica, i zato možemo živeti zdravije.

Ni najveća otkrića ne ulaze lako u primenu. Mnogi su bili nepoverljivi i uplašeni kada se pojavila električna energija, a danas je svi rado koristimo. Tako će biti i sa P R E P O R O D masažom potiljka.

Novo, vizuelno doba odgovara brzom načinu života, ali nova znanja je bolje predstaviti na stari način. O ovome se možete brzo informisati preko interneta, ali kada pročitate knjigu, sve će vam biti jasno.

Na početku ćete pomisliti da čitate ono što već znate, ali to će se u nastavku promeniti, jer će vam nova znanja ispraviti pogrešna znanja. Nije ni prvi ni poslednji put da nova znanja menjaju postojeća, pa se tako doprinosi boljitku čovečanstva. Ponešto će vam izgledati suvišno, kao da nema nikakve veze sa zdravljem, ali sve od čega smo i u čemu smo deluje i na naš organizam. Sve pojave imaju međusobnu vezu i utiču na život, a promene koje su se dešavale od nastanka života deluju i na naš život u sadašnjosti.

Nekoliko desetina hiljada godina ljudski rod se mučio sa bolovima, bolestima i skraćenim životom zbog oboljenja, pa je najzad došao kraj tim mukama.

Potrošićete malo vremena čitajući, ali to će biti najbolja investicija zato što će vam omogućiti decenije zdravijeg života. Nećete izgubiti vreme čitajući, a sa svakom novom stranom razumećete kako je sve ovo moguće. Nova znanja će izazvati nevericu i zapitaćete se kako se do sada nije znalo šta pokreće

oboljenja, a bolesni će osetiti žaljenje što ranije nisu čuli za ovo otkriće.

Živimo u informativnom vremenu i mislimo da sve znamo, ali to je iluzija. Ako ne znamo da nešto postoji, to ne znači da ne postoji. Sve već postoji, a nove su samo spoznaje o već postojećem. Najveći problem ljudskog roda postoji nekoliko desetina hiljada godina, ali do sada nije postojala svesnost o tom problemu i nije postojalo pravo rešenje.

U savremenom društvu nova, bolja otkrića brzo menjaju postojeća, ali će se rešenje za najveći problem ljudskog roda primenjivati sve dok se u budućnosti taj problem trajno ne otkloni.

Kada želite da se rešite svojih bolesti, prvo se upoznajete sa budućim lečenjima, a u ovom slučaju to je neophodno, jer se radi o potpuno drugačijem pristupu. Objasniću kako bolesti nastaju, a kada se to shvati, onda se lako razume kako, posle otklanjanja uzroka, bolesti mogu nestati bez lečenja.

Iskustvo u poslu pokrenulo mi je preispitivanje postojećih znanja o ljudskom telu. Rezultat tih razmišljanja su nova znanja koja ovde iznosim.

Da bi se lakše razumeo prirodni zakon uzroka i posledica, knjiga će biti povezana kroz prošlost, sadašnjost i budućnost, ali ne mogu uvek pratiti hronologiju događaja zato što prošlost utiče na sadašnjost, a sadašnjost na budućnost.

Pokušaću da pišem sažeto, kako biste što pre pronašli rešenje svojih zdravstvenih problema, ali i da vas veličina knjige ne bi odvratila od čitanja, a samim tim i od želje da vam se masažom potiljka namesti atlas.

Do sada nisu postojala znanja o problemima koji nastaju zbog izmeštenog prvog pršljena ispod glave, pa zato ova knjiga ima obrazovnu svrhu za javnost, ali i za one koji će želeti da se bave ovim humanim poslom.

Motiv koji me vodi je da ljudskom rodu poklonim nova znanja do kojih sam došao, a to će svakom pojedincu omogućiti zdraviji i uspešniji život. Biću srećan ako knjiga ubrza primenu P R E P O R O D masaže potiljka, a zbog boljeg zdravlja i vi ćete biti srećni.

Uživajte u čitanju, a kada pročitate knjigu bićete zahvalni onome ko vam je preporučio.

P O T R A G A

Ljudi su hiljadama godina spontano ili svesno tragali za uzrokom oboljenja. Moja potraga je trajala trideset godina i ne razlikuje se od potrage milijarde ljudi koji su pokušavali da otkriju zbog čega su bolesni.

U detinjstu sam bio bolesniji od ostale dece, pa su me roditelji često vodili kod lekara i više puta sam lečen u bolnici. Od dvadesete do pedesete godine tražio sam uzrok oboljenja i shvatio da ne dolaze iz okruženja nego iz organizma, pa sam godinama razmišljao zbog čega i odakle oboljenja nastaju.

Nisam pokušavao sam sebe da lečim zbog toga što nemam medicinsko obrazovanje. Lečenje sam prepuštao stručnjacima, ali sam oko tridesete godine uvideo da mi savremena medicina ne može pomoći i zato sam pomoć tražio u prirodnoj medicini, ali ni to nije davalo rezultate. Uzalud sam gubio vreme i novac. Gubljenje vremena mi je teže padalo od trošenja novca, jer je gubljenje dragocenog vremena od presudnog značaja kada su oboljenja u toku.

Izgledalo je kao da su prirodna i savremena medicina prevare, ali sam shvatio da se uglavnom ne radi o namernim prevarama, već o neznanju. U svakom slučaju, nisam želeo da i dalje budem žrtva svojih bolesti i namernih ili nenamernih prevara.

Od četrdesete godine prestao sam sa lečenjima zato što nije bilo poboljšanja, a kasnije su dolazile druge poteškoće i oboljenja. Mučio sam se sa bolovima, ali nisam odustajao od potrage – zbog čega u mom organizmu počinju bolesti?

U razgovoru s lekarima postavljao sam pitanja o uzrocima zbog kojih nastaju bolesti. Pedijatar koji je dvadeset godina lečio moju decu postao mi je prijatelj. On je znao moje bolesti i ponekad bih ga pitao o uzrocima. Davao mi je odgovore za koje nije bio siguran da su tačni.

Godinama sam čitao knjige i časopise o zdravlju, ali ni u njima nisam nalazio tačne odgovore gde nastaju bolesti.

Bilo je previše nepovezanih i pogrešnih znanja o uzrocima bolesti i zato sam prestao da čitam, ali sam još pažljivije pratio svoj organizam u nadi da ću shvatiti zašto i gde počinju bolesti.

Bilo mi je jasno da ključ mog izlečenja leži u otkriću gde nastaju oboljenja – zato što je bolje otkloniti uzrok nego lečiti posledice. Međutim, ni tri decenije traganja nisu me dovele do zaključka zbog čega sam bolestan, pa sam gubio nadu i počeo da se pripremam za surovu starost i kraj života.

Tražio sam mesto na planeti sa povoljnom klimom gde bih proveo starost i tako smanjio nepodnošljive reumatske bolove koji su trajali više od dvanaest godina i iz godine u godinu bivali sve veći. Bolja klima mi možda ne bi rešila ostala oboljenja, ali bi mi bar umanjila bolove. Do tada sam pedeset godina živeo u umerenom klimatskom području, a ta klima odgovara zdravim ljudima, ali ne i meni, jer su mi toplotni kontrasti pokretali reumatske bolove.

Opredelio sam se da na Kubi provedem starost, ne zato što su Kubanci među najdugovečnim i najzdravijim nacijama na svetu, već što bi mi topla klima umanjila bolove. Nisam želeo da starost provodim daleko od porodice, ali bolovi mi nisu davali mogućnost izbora.

Ljudi koji žive u umerenom klimatskom pojasu Severne Amerike često imaju probleme poput mojih i zato oni starost provode na Floridi. Spremao sam se da odem na Kubu, gde je klima slična kao na Floridi, ali se na sreću desilo da otkrijem ono za čim sam tragao veći deo života. Spas se obično pronađe tamo gde se najmanje očekuje.

Kada sam pedijatra poslednji put upitao o uzroku bolesti, reče mi da sam rođen sa fabričkom greškom. Nije znao koja je to greška, ali je bio potpuno u pravu. Tražeći časopis „Atlas“ sa tekstovima o Kubi, slučajno ugledah naslovnu stranu jednog magazina o zdravlju. Odavno sam prestao da ih čitam, ali mi reč „atlas“ privuče pažnju:

NAMESTITE ATLAS – PRODUŽITE ŽIVOT.

Nisam imao nameru da produžim bolesni život i nisam razumeo kakve veze ima geografski atlas sa dužinom života, pa sam zato pročitao i podnaslov:

IZMEŠTEN PRVI PRŠLJEN JE UZROK VEĆINE BOLESTI.

Ovaj naslov i podnaslov su mi potpuno promenili život. Odmah sam shvatio da je atlas prvi pršljen. Konačno sam našao ono za čim sam tragao trideset godina. To je bilo ono što sam uporno tražio u svom telu ili u knjigama i časopisima o zdravlju, ali nikada nisam pomislio na atlas, niti je on bilo gde pomenut kao mogući uzrok bolesti. Odmah sam pročitao tekst koji mi je ličio na najlepšu bajku i shvatio da je atlas zaista uzrok većine bolesti.

Zakazao sam tretman i sa nevericom očekivao poboljšanja. Mnogo puta sam bio prevaren od raznih medicina, pa mi je bilo još čudnije što je pisalo da se ne radi o lečenju, već o otklanjanju uzroka bolesti. Rešio sam da probam, pa ću saznati da li je to potpuna laž, ili potpuna istina.

Dva minuta posle tretmana osetio sam da lakše dišem. Pet minuta posle tretmana popio sam najbolji gutljaj vode u životu, a deset minuta posle tretmana osetio sam neodoljivu želju za hranom.

ZDRAVLJE JE KONAČNO POČELO DA SE VRAĆA U MENE.

Zdravi ljudi ne razumeju patnju kroz koju prolaze bolesni, pa zato ne razumeju neopisivu sreću kada se atlas namesti i zbog toga se ozdravi. Želeo sam da mi nestane trećina bolesti, ali je u prva tri meseca posle tretmana nestalo većina bolesti koje su me mučile pedeset godina.

Grad u kojem živim ima sedamdeset hiljada stanovnika. Članak u novinama je možda pročitalo dvesta ljudi i to im nije ništa značilo. Sticajem okolnosti, prvi iz grada sam otišao na nameštanje atlasa. Radio sam javni posao i mnogi ljudi su znali za moje zdravstvene probleme.

Posle mog tretmana je dvesta ljudi otišlo da namesti atlas, jer je bilo dovoljno da me vide pa da sve shvate. Primetio sam da svi imaju poboljšanja, pa sam poželeo da i ja nameštam atlas. Sada radim ovaj plemeniti posao i izuzetno sam srećan što pomažem bolesnima.

Konačno sam ozdravio u pedeset prvoj godini života, ali nikada nije kasno. U prethodnih trideset godina sam tražio uzrok zdravstvenih problema, a on mi je bio nadohvat prsta. Nekoliko desetina hiljada godina ljudi su prstima pritiskali područje potiljka da bi smanjili bolove, ali nisu shvatili da je izmešteni prvi pršljen uzrok oboljenja.

P O S T O J A NJ E

Ko smo, gde smo i zbog čega postojimo?

Otkako je ljudske svesti, prisutna je i težnja da saznamo odgovore na ova pitanja, a kako vreme protiče sve smo bliže tačnim odgovorima.

Mi postojimo zato što postoji univerzum oko nas i samo smo delić svega postojećeg, ali i u najsitnijem deliću koji je u nama važe ista pravila kao bilo gde u svemiru.

U ljudskoj prirodi je težnja da shvatimo od čega se sastoji sve oko nas i u nama. Možda to nikada nećemo u potpunosti saznati, ali vredi pokušavati. U svemu postojećem je jedina neobičnost postojanje živog sveta. Nemoguće je da život postoji samo na ovoj planeti, ali za sada ne znamo za druge. Donedavno nismo znali za postojanje mnogih pojava, a one su postojale bez obzira na našu svest o njima. Ako ne znamo da nešto postoji, to ne znači da ne postoji. Ako još niste čuli da postoji nameštanje prvog pršljena, to ne znači da ne postoji.

Mereno našim merilima, ovo je početak trećeg milenijuma. U prethodnih dvesta pedeset godina otkriveno je više nego u svim ranijim razdobljima. Homo sapijens je jedna od najmlađih vrsta, ali je najuspešnija. Zato možemo zahvaliti svim našim prethodnicima i njihovim mukama na razvojnom putu kojim su prošli.

Ipak, vratimo se našem postojanju, jer smo sebi najvažniji.

Naš život najviše otežavaju bolesti. Nepoznavanje pravog uzroka oboljenja je stvorilo zabludu da je normalno da živimo sa oboljenjima i da umiremo zbog njih.

Zahvaljujući otkriću P R E P O R O D masaže potiljka, konačno je došao kraj tim zabludama.

Z A B L U D E

Zabluda je pogrešno shvatanje realnosti. Saznanje da nam zablude nanose štetu je neprijatno, ali je korisno zbog toga što ćemo ih otkloniti. Naučna otkrića sve više otklanjaju zablude.

Gospodarimo ovom planetom, pa nam to daje utisak da smo najsavršenija vrsta. Hiljade biljnih i životinjskih vrsta su milionima godina starije od nas, i to u nepromenjenom obliku. Jedna od najvećih zabluda je da smo savršeni i da je završeno stvaranje čoveka. Zbog homocentričnosti je sa zabludama lakše živeti, ali je realnost sasvim drugačija.

Mi nismo ni završeni ni savršeni. Promene se dešavaju i sadašnjim generacijama. Gubimo umnjake i dlake, bez kojih se može živeti, a najnovijim naučnim istraživanjima je utvrđeno da nam se glava u prethodnih dvadeset hiljada godina smanjuje. Ako je tako, onda je to dobro zbog trenutka dolaska na ovaj svet, jer je uvećana glava otežavala porođaj.

Homo sapijens je najbolesnija vrsta. Bolesti nastaju zbog spoljašnjih infekcija i unutrašnjih uticaja. Infekcije iz okruženja su spoljni pokretači bolesti, ali je neuporedivo više oboljenja koja nastaju u nama. Kako je to moguće, saznaćete u ovoj knjizi koja će otkloniti mnoge pogrešne pretpostavke o tome kako nastaju oboljenja.

Postoji zabluda da je savremeni način života sveo prevare na minimum. Nepoverenje je sastavni deo ljudske prirode i ono je neophodno kako bismo sebe zaštitili od namernih prevara. Zbog pogrešnih znanja češće su nenamerne prevare, pa je tako i sa lečenjima. Nije problem potrošiti novac na pogrešna lečenja, već je problem što se bolest pogoršala zbog gubitka vremena i što nismo izlečeni.

Nauka se izdvojila kao vrhunski procenitelj šta je dobro a šta loše, ali ni nauci ne treba verovati, jer su mnoga naučna otkrića bila pogrešna i štetna. Nauka je logički misaoni produkt, ali je logika promenljiva i često netačna. Trebalo bi da je nauka o ljudskom zdravlju najtačnija, zato što je zdravlje najvažnije.

Nekada se mislilo da je Zemlja ravna ploča i da se ceo svemir vrti oko nje. Tada je bilo logično da bi oni koji se nalaze sa druge strane spali sa Zemlje. Milijarde ljudi su hiljadama godina viđali okruglu senku Zemlje na Mesecu tokom njegovog pomračenja, ali su iz straha poštovali nametnutu dogmu da je Zemlja ravna ploča, a ako bi neko tvrdio da je okrugla, bio bi proglašen ludim. Nikola Kopernik je izgubio život, ali se nije odrekao tvrdnje da planeta ima oblik lopte.

Teško je prihvaćeno da nismo centar univerzuma, a posle je dokazano da to nije ni Sunce. Danas se zna da ni ova galaksija nije u centru svega i da je jedna od mlađih, a ima ih milijarde koje su deo univerzuma. Sada se smatra da je ovaj univerzum deo multiverzuma.

Za život pojedinca nije važno da li je kosmos beskrajan, već je važno da mu niko ne nanosi štetu i ne manipuliše njegovim životom. Nažalost, svi mi smo žrtve zabluda koje su nam zbog profita nametnule industrijske grupacije.

Mleko svojom belinom deluje čisto i korisno za zdravlje, ali to je potpuna zabluda. Već decenijama je poznato da je mleko izuzetno štetno po zdravlje, ali niko ništa ne preduzima da spreči njegovo korišćenje. Mi jesmo iz roda sisara, ali smo jedini koji koristimo mleko i tako sebi nanosimo veliku štetu. Ljudski sistem organa za varenje nije prilagođen da obrađuje mleko i mlečne proizvode. Mlekom hranimo parazite i bakterije u nama, a one svojim izlučevinama dižu kiselost organizma, pa smo i zbog toga bolesni. Zabluda je da je kalcijum iz mleka dobar za koštana tkiva. Upravo je suprotno, jer višak bakterija i parazita smanjuje kalcijum u kostima, ali mlekarsku industriju to ne brine zato što ostvaruje veliki profit.

Odgajanje dece u obdaništima izgleda kao dobar način vaspitanja, ali je to zabluda. Prve godine života su presudne za formiranje ličnosti i deca za primer treba da imaju odrasle osobe iz porodice, a ne svoje vršnjake. Psihologija je dokazala da je idealno okruženje za razvoj deteta lovačko-sakupljačka zajednica. Ne možemo se vratiti tom modelu života i zato treba naći pravi način kako da pomirimo pećinskog i savremenog čoveka u nama.

Zbog većeg profita, interesne grupacije stvaraju iluzije. Na primer, već dugo nas preko medija ubeđuju da ljudi svojom aktivnošću podižu nivo ugljen-dioksida u atmosferi i da se zbog toga dešavaju klimatske promene. Međunarodnim protokolom je propisano koliko koja država u budućnosti treba da smanjuje ispuštanje ugljen-dioksida, pa zato na berzama postoji trgovina

kvotama, ali realnost je potpuno drugačija. Od kada je planeta formirana, u atmosferi se procenat ugljen-dioksida neprekidno smanjuje, jer se planeta polagano hladi, a vulkanske aktivnosti se stišavaju. Veći deo površine planete je vodena masa, a voda sakuplja ugljen-dioksid iz atmosfere, pa zato postoji mogućnost da u budućnosti nestane ugljen-dioksida, a samim tim i biljaka. Biljke koriste ugljen-dioksid i proizvode kiseonik, pa bi sa nestankom kiseonika došlo do izumiranja živog sveta. I kada bismo potrošili celokupno fosilno gorivo, time bismo samo usporili prirodne procese. Prava je istina da klima zavisi od Sunčeve aktivnosti i putanje Zemlje oko Sunca, ali svi smo mi žrtve manipulacija.

Većina pojava oko nas i u nama nisu onakve kakve se čine. Iluzija je da nam je kiseonik samo koristan. U svakoj ćeliji uz pomoć kiseonika sagoreva čestica iz hrane i dobijamo energiju za život, ali se tokom tog procesa oslobađaju slobodni elektroni koji oštećuju gene i zbog toga ćelija umire. Ljudi koji žive na nadmorskoj visini iznad 1.500 metara zdraviji su i dugovečniji zbog manje količine kiseonika u vazduhu.

Hiljadama godina se konoplja koristila za ljudske potrebe. Tehnološkom preradom se od konoplje dobija materijal koji je izdržljiviji i lakši od čelika. Konoplja se može iskoristiti kao građevinski materijal, za izradu nameštaja i u auto industriji. U pojedinim zemljama se još uvek koristi u ishrani, medicini ili za proizvodnju tkanina. Konoplja je jeftina sirovina, ali je to problem za razne industrije zato što ne bi imale veliku zaradu. Industrije koje profitiraju od hemijske nauke tvrde nam da su sintetički proizvodi zdravi. Sa plastikom smo stalno u dodiru, od detinjstva do starosti, a to nas dodatno razboleva.

Pušenje marihuane je najprostiji oblik korišćenja konoplje u odnosu na sve njene mogućnosti. Postoji čak dvesta dvanaest vrsta konoplje, ali su zbog kanabisa sve zakonom zabranjene.

Izuzetno smo agresivni prema prirodi. Sečenjem šuma sve više ugrožavamo sopstveni opstanak, a pesticidima zemljište trajno zagađujemo. Naši preci su obožavali „majku zemlju“, a mi se prema njoj ophodimo kao prema maćehi. Ne postoji bolji način za čišćenje zemljišta od zasađivanja konoplje.

U prethodnih dvesta godina čovečanstvo seče granu na kojoj sedi. Sistematski se uništava prašuma u Amazoniji, ali je iluzija da se to radi samo zbog drvne građe. Biljke iz Amazonije su najlekovitije, pa farmaceutskoj industriji nije u interesu da ta prašuma postoji.

Od nastanka naše vrste prisutna je neprestana težnja ka što lakšem i udobnijem životu, ali kada se pretera sa udobnošću to onda postaje problem po zdravlje. Stolica je koristan izum, ali zdravstveni problemi su veći zbog previše sedenja i manjka fizičke aktivnosti. Deca sve više sede, pa ih roditelji upućuju na sportske aktivnosti, ali jedna od zabluda je da su sve vrste sportova korisne po zdravlje. Upravo je suprotno, zbog toga što se pogrešnim sportovima organizam u mladosti potroši, tako da ga u starosti spopada više bolesti.

Zabluda je da raznovrsnost namirnica u jednom obroku doprinosi boljem metabolizmu. Desetinama hiljada godina jeli smo jednu namirnicu u jednom obroku, pa zbog toga sistem za varenje nije prilagođen da istovremeno obrađuje razne vrste namirnica. Takođe je zabluda da su dijete rešenje za gojaznost i mnogo je bolje odreći se raznih ukusa tokom jednog obroka.

Hiljadama godina postoje razni vidovi lečenja i potreba da nas neko drugi leči. Lečenja izgledaju uspešno zbog toga što se otklanjaju simptomi bolesti, ali ne i bolest. Naročito savremena medicina tretira simptome i u tome je uspešna, ali to stvara zabludu da nismo bolesni i zato smo s vremenom sve bolesniji. Poznato je da mnogi lekovi protiv glavobolja izazivaju još jače glavobolje.

Tokom dvadesetog veka u Nemačkoj je ugrađivano podno grejanje, ali se od toga odustalo kada su počeli zdravstveni problemi sa nogama. Nemci su odustali od još jedne zablude. Bebama su vadili krajnike i slepo crevo da bi bile zdravije, ali su ubrzo uvideli da je to pogrešno.

Savremeni časopisi, radio, televizija i internet su u službi raznih industrija koje nam nanose štetu. Većina tih medija je u vlasništvu industrija koje stvaraju iluzije i ubeđuju nas šta je dobro. Dezinformacije su uvek postojale i davale prednost jednoj grupaciji. Mi živimo u vremenu brzih komunikacija i mislimo da imamo prave informacije, ali to je zabluda zato što živimo u vremenu potpunih dezinformacija.

Zabluda je da živimo sve bolje. U nečemu nam jeste bolje, ali u većini stvari nije. Zakon kojim se zabranjuje dodir tuđeg tela pod sumnjom da se radi o seksualnom uznemiravanju je uperen protiv ljudskosti i humanosti. Hiljadama godina smo u prisnom kontaktu tokom aktivnosti ili tokom spavanja, pa je ta veza davala osećaj zajedništva i pripadnosti. Zakoni se menjaju, a najbolji zakoni su oni koje piše sam život. Osnovni prirodni zakon je produžetak vrste, a ljudi ostaju uskraćeni blaženstva

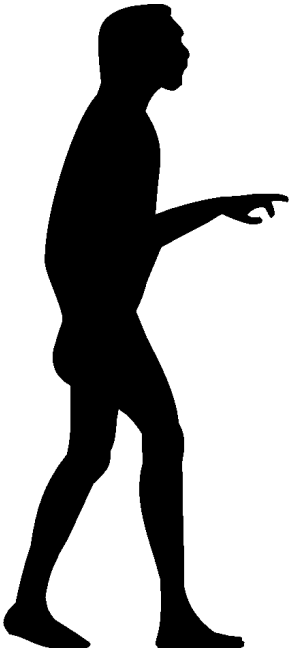
dodira zbog nehumanog zakona. Zagrljaj je lekovit, pa se zato grlite bez obzira što ćete platiti kaznu.

Glavna tema ove knjige je ljudsko zdravlje. Možda vam se ponekad učini da nešto što pišem nema veze sa zdravljem, ali sve oko nas utiče i na zdravlje. Na primer, zabluda je da je dobro da žene nose visoke potpetice. Žene na štiklama izgledaju lepše, ali tako još više krive telo i kičmu. Devojka će zavesti momka, ali će biti bolesna kada se uda. Pre nekoliko vekova muškarci su prvi nosili potpetice, jer njima potpetice u donjem delu kičme prave normalnu krivinu unapred i zato su u tim vremenima bili zdraviji. U dvadesetom veku je ženska želja za ravnopravnošću promenila modu zato što žene žele da se i po visini izjednače sa muškarcima, ali nema potrebe za tom vrstom ravnopravnosti. Ženski princip je preovlađujući i ženski pol je nosilac vrste, pa zato uvek ima prednost.

Prethodni primeri pokazuju da je logika promenljiva i da zabludama nema kraja, ali ih je tokom vremena sve manje.

Ovakvih primera kroz istoriju ima na stotine, a buduća istorija će pisati o sadašnjim zabludama. Jedna od najvećih zabluda je da je normalno što smo bolesni i da se to ne može izbeći.

Čovečanstvo nije očekivalo spas od bolesti, ali će otkriće o nameštanju prvog pršljena otkloniti zabludu da je normalno što smo bolesni i što zbog bolesti umiremo.



P R O Š L O S T

Prošlost i budućnost sada ne postoje zato što uvek postoji samo sadašnjost. Gde smo mi u toj večnoj igri vremena?

Loše posledice prošlosti postoje u našem organizmu i zato imamo oboljenja. Konačno je pronađeno rešenje kako da živimo zdravije u sadašnjosti i budućnosti.

Ova knjiga opisuje prošlost, sadašnjost i budućnost naše vrste iz ugla najvećeg otkrića po ljudsko zdravlje.

N A S T A N A K

Spoznaje koje imamo nisu konačne, ali su približno tačne. Na tim spoznajama su zasnovana moja saznanja o nastanku svega, pa i homo sapijensa. Ako su te spoznaje pogrešne, onda su i moja saznanja pogrešna.

Zahvaljujući otkriću nameštanja prvog pršljena, ono što je u mojim otkrićima sigurno tačno je razvoj homo sapijensa u nekoliko prethodnih desetina hiljada godina. Dokaz za to je prisutan u svakome od nas, a to je mala anatomska greška. Ta greška je mala, ali je fatalna po zdravlje i oduvek je najveći problem ljudskog roda.

Nemoguće je vratiti vreme unazad i biti potpuno siguran kako je sve nastalo, i zato postoje različita verovanja i mišljenja o nastanku sveta. Svako ima pravo i slobodu da misli svojom glavom, pa to pravo pripada i meni. Svojim mislima ne treba uticati na druge i zato nemam nameru da povredim drugačija verovanja niti da ih menjam. Ipak, sukob mišljenja je dragocen zbog toga što dovodi do istine od koje će svako imati koristi.

Postoji više teorija o nastanku sveta. Jedna od njih je da prethodno nije postojalo ništa osim jedne male tačke koja je ekspolodirala i iz koje je nastalo sve ostalo. Naučnici su došli do tog zaključka tako što su primetili da se u univerzumu sve od svega udaljava. To je eksplozija koja traje već trinaest milijardi sedamsto miliona godina i trajaće sve do raspada poslednjeg atoma, tako da će na kraju zavladati ništavilo.

Najnovija teorija pretpostavlja da postoji beskonačan broj univerzuma koji su različiti. Te druge univerzume je nemoguće posmatrati, jer u njima postoje potpuno drugačije dimenzije i zakoni fizike. Ti univerzumi međusobnim delovanjem stvaraju beskonačan broj kombinacija u beskonačnom multiverzumu koji postoji u večnosti bez početka i kraja. Sve je ovo teško zamisliti, ali je lako razumeti ako se uporedi sa mehurovima od sapunice koji lebde. Ponekad se dogodi da se mehurovi sudare, pri čemu se dešavaju različite posledice. Moguće je da se spoje

u veći mehur, a postoji mogućnost da se jedan ili oba rasprsnu, pa njihove ostatke pripoje susedni mehurovi. Nešto slično se događa prilikom vatrometa.

Ali, vratimo se u realnost ovog univerzuma, jer ćemo lakše živeti kada znamo gde smo i od čega se sastojimo.

Kao i kod vatrometa, posle eksplozije u vrtlozima ostaju dim i prašina. Eksplozija je uzrok, a sva ostala dešavanja su posledice. Galaksija u kojoj živimo je nastala pre šest milijardi godina od jednog ogromnog vrtloga prašine. Sličan obrazac dešavanja se prenosi i u galaksiju, pa od manjih vrtloga prašine nastaju zvezde i njihovi pratioci. Pre četiri i po milijarde godina nastalo je Sunce, a nešto kasnije i Zemlja.

Postoji više teorija kako je nastao život na ovoj planeti. Moguće je da je međusobnim delovanjem hemijskih, fizičkih i električnih reakcija nastala klica života. Otkriće iz 2002. godine je zasenilo sve ostale teorije, jer je projekat „Zvezdana prašina" dokazao da početak života potiče izvan ove planete. Svemirska letelica je donela malo praha iz repa jedne komete u kojem su pronađene organske materije.

Pre tri milijarde godina su na dovoljno ohlađenu Zemlju pale organske materije i aminokiseline. Komete su donele i vodu, bez koje život ne bi mogao nastati. Potrebni su specijalni uslovi da bi život nastao, a da bi opstao i razvijao se potrebno je dovoljno vremena.

Planeta Zemlja je idealna kolevka za razvoj života zato što se nalazi na povoljnoj udaljenosti od Sunca, tako da na njoj nije ni previše toplo ni previše hladno. Magnetno polje Zemlje štiti od Sunčeve radijacije, a hemijski sastav planete pruža uslove za mnogobrojne hemijske reakcije. Mesec stabilizuje osu rotacije Zemlje i to omogućava povoljnu klimu.

Kada su se stekli potrebni uslovi, avantura živog sveta je mogla da počne.

Iz aminokiselina se stvara ribonukleinska kiselina, a iz nje nastaje DEZOKSIRIBONUKLEINSKA KISELINA. Već sam naziv oslikava grandioznost ovog najvećeg prirodnog molekula, koji se nalazi u svakoj našoj ćeliji.

R A Z V O J

Da bi omogućila što duži opstanak, DNK oko sebe formira opnu u koju smešta molekule vode, pa tako nastaje prva ćelija. Nekoliko milijardi godina su postojali jednoćelijski organizmi u vodenom okruženju. Život je mogao nastati u vodi zbog toga što je pružala zaštitu od Sunčeve radijacije koja je tada bila velika.

Uticaj Meseca na razvoj života je bio izuzetan. U to vreme se Mesec nalazio bliže Zemlji i brže je obilazio oko nje, pa su zato plimski talasi okeana bili visoki nekoliko desetina metara. Njihovo doticanje na kopno i oticanje sa kopna bilo je veoma silovito, pa su se jednoćelijski organizmi vezali uz stene.

U to vreme nije postojao kiseonik u atmosferi Zemlje, a spontani nastanak fotosinteze se odigrao u jednoćelijskim organizmima koji su bili izloženi Sunčevoj svetlosti.

Kiseonik se stvarao fotosintezom i u sledeće tri milijarde godina atmosfera se polako punila kiseonikom, koji je postao smrtonosan za tadašnje organizme, a to su preživeli samo organizmi u kojima se stvarao kiseonik.

Zbog nestabilne orbite Zemlje oko Sunca nekoliko puta se sva voda zaledila, pa je planeta bila bela lopta. Već na početku pojave života postojala je mogućnost da se život ugasi, ali se potvrdilo pravilo da ono što ne uništi, to ojača. Ovo pravilo će tokom razvoja živog sveta biti još nekoliko puta potvrđeno. Zaleđena planeta je predstavljala opasnost da osetljivi živi svet bude uništen, ali je upravo to omogućilo nastanak višećelijskih organizama. U ekvatorijalnim priobalnim područjima je led debljine desetak metara propuštao premalo svetlosti. Kako bi upili što više oskudne svetlosti, jednoćelijski organizmi su se spajali u višećelijske i poprimili zelenu boju. Tako je nastao hlorofil, a potom i biljke.

Zbog opšte dobrobiti, grupe ćelija su se organizovale i specijalizovale za određene funkcije održavanja organizma.

Organizam koji je omogućio da se iz biljnog sveta razvije životinjski svet postoji i danas, a mi ga nazivamo sunđer.

Biljke su statične, pa su životinje zbog pokretljivosti brže napredovale na razvojnom putu. Člankovitost tela je omogućila veću pokretljivost zbog potrage za hranom, ali i zbog obavljanja posebnih zadataka koji su u službi celine.

Sličan obrazac organizacije ćelija dovodi do udruživanja u organe, što omogućava bolju prilagodljivost i opstanak. Prvo su

nastale vrste sa mekim telom, a kasnije organizmi sa oklopom koji štiti meka tkiva.

Nastanak kičme kod kičmenjaka je omogućio da se telo iznutra drži u celini, a to je dovelo do pojave udova i do još veće pokretljivosti, koja je obezbeđivala prednost u preživljavanju.

Sve ovo se dešavalo u vodenom okruženju. Voda se nalazi u ćelijama, a i međućelijski prostor se uglavnom sastoji od vode, koja ćelijama omogućava razmenu materija.

Biljke su prve izašle na kopno i stotinama miliona godina ispuštale kiseonik u atmosferu. Dvodihalice napuštaju vodenu sredinu i nastaju životinje koje udišu kiseonik. Izlazak iz vode nije bio nameran već spontan. Opet je Mesec to omogućio tako što je stvarao plimu i oseku, pa su razni organizmi ostajali na kopnu po nekoliko sati i počeli da udišu vazduh.

Geni prenose informacije u sledeću generaciju živog sveta. Prvi geni su imali jednostavnu strukturu, a da bi sebi obezbedili uslove za duži opstanak, i sami su se menjali. Struktura gena je postajala sve složenija zbog sve većeg broja molekula DNK u njima, a to je omogućilo stvaranje novih biljnih i životinjskih vrsta.

Naučnici znaju za nekoliko miliona biljnih i životinjskih vrsta, a postoji nekoliko puta više onih koje tek treba otkriti. Razvoj samog gena je omogućio tu neverovatnu raznovrsnost, a homo sapijens ima najsloženiju strukturu gena.

Iz generacije u generaciju sav živi svet prolazi kroz cikluse rađanja i umiranja. Otkako su nastali prvi geni, jedino su oni besmrtni, jer se neprekidno kloniraju. Tokom milijardi godina i geni su postajali sve složeniji zbog toga što su se prilagođavali uslovima koji na ovoj planeti nisu uvek bili idealni.

Desetinama puta su se dešavale kosmičke ili zemaljske katastrofe koje su mogle uništiti postojeći život, a upravo su te kataklizme još više doprinele razvoju gena i života.

Geni se nalaze u središtu svake ćelije svakog oblika života. Samo je čovek toga svestan, ali čak ni mi nismo svesni da ne posedujemo mi gene nego da oni poseduju nas. Ne služe geni nama, već mi njima. U tom neverovatnom spoju iz obostrane koristi, gost misli da je domaćin, ali nije tako. Gen je osnov života i ima svoj besmrtni život, a mi smo samo neka vrsta parazita, pa nismo toliko specijalni koliko mislimo da jesmo. Svest o tome omogućiće nam da više uživamo u veličanstvenosti vlastitog života.

I u sadašnjosti postoje razlike u strukturi gena kod raznih oblika života, ali su te razlike minimalne. Razlika između gena

krompira i gena čoveka je mala, a razlika između svinjskog i ljudskog gena je minimalna.

Geni su stvorili organizme da bi im pružali zaštitu i da bi ih prenosili kroz generacije živih bića. Klonirajući se iz roditelja u potomke, samo geni imaju jednu generaciju od kada i do kada bude postojao život.

O P S T A N A K

Proces nastajanja i nestajanja novih vrsta dešava se i u sadašnjosti, a dešavaće se i u budućnosti. U tom procesu je jedina neobičnost što naša vrsta dovodi do uništenja mnogih vrsta, ali geni su preživeli i mnogo veće katastrofe nego što smo mi. Nažalost, prvi put od kada postoji život, jedna vrsta ima mogućnost da uništi samu sebe, ali i hiljade drugih vrsta. Ipak, geni bi preživeli i kada bi ljudi izazvali kataklizmu sa celokupnim atomskim oružjem.

Zbog neshvatanja kosmičkih pojava u prošlosti komete su smatrane vesnicima smrti. Komete su na Zemlju donele vodu i klice života, ali su bile i mogu ponovo biti uzrok istrebljenja. Pre šezdeset pet miliona godina na Zemlju je palo nebesko telo prečnika deset kilometara. U tom kataklizmičnom sudaru je uništena većina biljnih i životinjskih vrsta, čak su istrebljeni i dinosaurusi koji su do tada gospodarili planetom.

Do ove katastrofe sisari su bili maleni i na nižem stupnju razvoja od dinosaurusa. Istrebljenje dinosaurusa omogućilo je dalji razvoj sisara.

Rod sisara je prilično malobrojan u odnosu na ostale vrste. Danas postoji oko osam hiljada vrsta sisara, a vodozemaca, gmizavaca, riba, insekata i ostalih vrsta ima neuporedivo više. Ipak, sisari dominiraju, zbog bolje prilagodljivosti. Neke vrste sisara su se vratile u vodenu sredinu, a pojedine su razvile mogućnost letenja, pa ih ima na kopnu, u vodi i u vazduhu.

Zbog promena koje su se dešavale, opstanak života je neverovatna pojava, ali su upravo ta dešavanja omogućila da se život prilagođava, usavršava i traje.

G R E Š K E

Tokom prenosa informacija sa gena na gen ponekad se desi greška. Među mnogobrojnim mutacijskim grešakama dogodi se greška koja je korisna za buduće generacije, pa to omogućava opstanak i dalji razvoj gena. Takve greške nisu bile planirane i namerne, već spontane i slučajne.

Kod prvih primitivnih višećelijskih organizama postojala je jedna nervna ćelija koja je kontrolisala rad svih ostalih ćelija. Slučajnom mutacijskom greškom nastale su dve nervne ćelije, što se pokazalo veoma korisnim. Zahvaljujući toj grešci došlo je do stvaranja primitivnih mozgova, koji su doveli do nastanka i najsloženijeg mozga homo sapijensa. Ovo je primer samo jedne od mnogobrojnih grešaka koje su malo-pomalo dovodile do sve uspešnijih vrsta.

Životinjski svet je na početku bio jednopolan, a kasnije je postao dvopolan. Ženski pol postaje nosilac vrste, a muški pol služi za mutacijske greške. Kada se kroz nekoliko generacija greška pokaže kao dobra, tada je ženski pol usvaja i prenosi u nove generacije. Muški pol je dovodio do sve boljih rešenja, a ženski pol je birao. Taj princip izbora je opstao stotinama miliona godina, a prisutan je i u našoj vrsti.

Ovo što ste do sada pročitali je podsećanje na jednu od najpoznatijih teorija o nastanku i razvoju života. Svako može imati lični stav o prošlosti, ali je ovo najpribližniji redosled događaja. Ne postoji vremeplov koji nas može vratiti stotinama miliona godina u prošlost, pa ne možemo biti apsolutno sigurni da li se zaista sve tako odvijalo. Buduća istraživanja prošlosti mogu promeniti postojeća znanja, ali će suština ostati slična.

Milijarde događaja iz prošlosti je omogućilo da mi sada postojimo. Sukobi, borba za opstanak, prilagođavanja, patnje, mučenja, slučajnosti, selekcija, iskustva, izbor, greške... Sve što se dešavalo je utkano u nas i dovelo je do toga da mi možemo uživati u životu. Kada nismo srećni ili zadovoljni valjalo bi da se setimo mučnog razvojnog puta kojim su prošli naši prethodnici, a svest o žrtvama koje su podneli ulepšaće nam život.

Ponekad se desi da greške budu fatalne po neku vrstu, jer mogu dovesti do degradacije ili izumiranja vrste. Nažalost, ovo se događa ljudskoj vrsti već nekoliko desetina hiljada godina.

Kod svakog čoveka postoji mala anatomska greška koja se lako može napipati između dna ušiju i vilice.

Ta greška je izmeštenost prvog pršljena.

Ovo je bio uvod u priču, a nastavak priče menja postojeća znanja o razvoju ljudske vrste.

P R I T I S A K

Naravno da gravitacija postoji i pre Isaka Njutna, ali on je prvi shvatio i definisao. Trista godina kasnije Albert Ajnštajn je svojom teorijom relativiteta redefinisao pojam gravitacije – kosmička tela svojom materijom zakrivljuju prostor, koji zbog toga postaje zgusnut. Jedna od osnovnih pojava je prostor, koji je prisutan svugde u univerzumu. Najviše prostora postoji tamo gde nema ničega, a najmanje u najgušćim kosmičkim objektima koje nazivamo crne rupe.

Što više znamo, sve jasnije uviđamo koliko malo znamo, a sada ne znamo šta čini veći deo univerzuma. To nepoznato i nevidljivo savremenim instrumentima za sada nazivamo tamna energija. Nauka se ubrzano razvija i u budućnosti će otkriti šta čini tu energiju, a posle otkrića daće joj odgovarajući naziv. Po mom mišljenju, radi se o pritisku eksplozije koja traje već trinaest milijardi sedamsto miliona godina.

Povezujući ta znanja došao sam do otkrića kako pritisak univerzuma utiče na uspravan položaj ljudskog tela i kako zbog tog pritiska obolevamo.

Pojam gravitacije podrazumeva da veći objekat privlači manji objekat, ali je zapravo potpuno suprotno. U zavisnosti od količine materije koju neko telo poseduje, prostor postaje zgusnut i to stvara potpritisak u odnosu na pritisak koji vlada u kosmosu. Nama izgleda kao da nas Zemljina teža vuče odozdo, ali nije tako, zbog toga što nas univerzum pritiska odozgo. Tamna energija nije tamo negde daleko. Ona je prisutna svugde u univerzumu i prostire se kroz nas, pa utiče na naše postojanje i zdravlje.

Pre milion i petsto hiljada godina neko se usudio da se uzdigne i suprotstavi pritisku najjače sile u univerzumu.

Mi smo tog heroja nazvali H O M O E R E K T U S.

U Z D I Z A NJ E

Homo erektus se nije lako uzdigao. Uzdizanje je moglo da se desi zbog sticaja i redosleda prethodnih dešavanja. Naravno da nisam bio posmatrač tih događaja, ali sam došao do novih spoznaja koje menjaju postojeća znanja o razvoju naše vrste.

Pre stotinu miliona godina tektonske aktivnosti su počele da razdvajaju prvobitni kontinent na više kontinenata, a za sisare je bitno šta se dešavalo sa Afrikom, jer su u njoj živeli. Nekada se Afrika nalazila južnije, gde je vladala umerena klima sa bujnom vegetacijom i raznovrsnim životinjskim svetom, a ti povoljni uslovi su sisarima omogućili dalji razvoj i pojavu novih vrsta.

Majmunske vrste su živele na tlu, hodajući na četiri noge. Bežeći od grabljivica verali su se po drveću, a u krošnjama su nalazili slatke plodove koji su im davali više energije za penjanje uz stabla i za skakanje sa drveta na drvo. Dok su se peli, skakali, visili i brali voćne plodove, istezali su telo, a to im je prepravljalo zglobove prednjih i zadnjih udova. Tako je omogućeno uspravljanje tela, ali je stajanje tada bilo bolno.

Iako majmuni tada nisu mogli dugo stajati, mogli su sedeti. Postoji izreka da je rad stvorio čoveka, ali pre će biti da su lenjost i odmaranje stvorili čoveka. Tokom sedenja kičma se privikla na vertikalan položaj i opterećenje, a taj položaj je doveo i do drugačijeg rasporeda unutrašnjih organa.

Niko sa sigurnošću ne može znati zašto se homo erektus uspravio i prohodao na dve noge. Kada se zbog klimatskih promena prašuma povukla ka zapadu, tada su pojedine vrste majmuna ostale u žbunju, pa su se možda uzdigli zbog bolje orijentacije i zbog lakšeg prolaska kroz žbunje i visoku travu. Postoji mogućnost da su dobili uspravan stav zbog hoda kroz močvare, a ako je tako, onda je voda još jednom pomogla na razvojnom putu zbog toga što je smanjivala težinu tela, pa su zglobovi bili manje opterećeni. Moja teorija o razlogu uzdizanja je da su majke gornjim udovima držale mladunce dok su ih dojile i čuvale u naručju od grabljivica, pa su taj bliski odnos i ljubav prema potomstvu omogućili uzdizanje.

Homo erektus se prvi uspravio i suprotstavio pritisku univerzuma. Uzdizanje iz horizontalnog u vertikalni položaj se verovatno brzo dogodio, zbog toga što je naporno hodati u nagnutom položaju. S vremenom je od homo erektusa nastalo nekoliko vrsta humanoida.

Prirodne i klimatske promene su dovele do izumiranja nekih vrsta humanoida, a australopitekus se polagano razvijao u homo sapijensa. Uspravan položaj tela nam je dao mogućnost da gospodarimo planetom, ali ništa nije besplatno, pa se zato i sada oboljenjima plaća velika cena tog uspeha.

U ono vreme je bilo lakše održavati stabilnost uspravnog stava u stranu nego unapred, zato što je izduženi grudni koš pretezao. S vremenom se grudni koš stanjivao, pa smo zato mi jedina vrsta sisara sa spljoštenim grudnim košem.

Uspravan stav i stanjen grudni koš su uslovili drugačiji raspored organa. U to vreme je levo-desni raspored organa po težini bio ujednačen, a kada je homo sapijens postao svaštojed, tada je nastao uzrok naših sadašnjih problema sa zdravljem. Raznovrsna ishrana je doprinela opstanku, ali je zbog toga jetra postala veća i teža. Svaka promena nešto poboljšava, ali istovremeno nešto drugo pogoršava. Kada se jetra uvećala, poremetila je ravnotežu leve i desne strane tela.

Odlika homo sapijensa je radoznalost, pa je probao razne vrste namirnica, ali mu se i zbog toga jetra uvećala. Na neki način je ova situacija već opisana u Starom zavetu. Zabranjeno voće sa drveta poznanja daje više energije za fizičke aktivnosti, ali i za razmišljanje.

Homo sapijens oslobođenim rukama istražuje okruženje i počinje da koristi oruđa, što dovodi do procesa razmišljanja, koji uvećava mozak i glavu. Zbog efikasnije potrošnje energije misaoni procesi pomažu da se nešto lakše uradi, a to se može nazvati lenjost. Težnja ka lakšem životu je prisutna od nastanka homo sapijensa. Tada je lenjost omogućila dalji razvoj, a sada postajemo previše lenji, pa to pokreće ubrzanu degradaciju.

Eksplozija supervulkana koja se dogodila pre sedamdeset dve hiljade godina mogla je dovesti do izumiranja ljudske vrste. Srećom, oko dve hiljade naših predaka je preživelo, pa su svi ljudi na svetu njihovi potomci.

Od tada se ljudska vrsta rasprostire planetom i dominira na svim kontinentima. Ledena doba su snizila nivoe mora i okeana, pa je čovek prešao u Australiju, a tokom poslednjeg ledenog doba je preko leda prešao i u Ameriku. Kada se ledeno doba završilo, ljudi su ostali izolovani po kontinentima i to je dovelo do nastanka različitih rasa, ali bez obzira na izolaciju, već su sa sobom poneli najveći problem čovečanstva. Sve rase i svi ljudi na svetu imaju slične probleme zbog izmeštenosti prvog pršljena.

P A D A N J E

Padanje, odnosno degradacija homo sapijensa ne sme da se dogodi. Međutim, to se dešava već nekoliko desetina hiljada godina, a u prethodnim decenijama sve brže degradiramo zbog ubrzanog uvećanja jetre.

Naši prethodnici su živeli kraće zato što im je životni vek bio nasleđen, ali su tokom života bili zdraviji nego mi sada. S vremenom se životni vek produžavao zbog uspešnosti vrste i mogao je biti duži da nije skraćivan infekcijama iz okruženja. Ubijali su nas mikroorganizmi, ali i veće grabljivice. Plemenska organizacija homo sapijensa je otklonila pretnju od grabljivica, ali je ostala pretnja od nevidljivih virusa, bakterija i parazita. Borbu protiv spoljnih infekcija vodio je imunološki sistem, koji se tokom vremena poboljšavao.

Još je nešto skraćivalo život, a to je sukob unutar vrste. Kada smo se oslobodili napasti grabljivica, počeo je međusobni sukob, koji se ponekad završavao smrću. U početku je taj sukob bio pojedinačan, ali je zbog osvajanja životnog prostora kasnije prerastao u kolektivni, a nažalost tako je i dan-danas. I kod drugih životinja postoje sukobi unutar vrste, ali se završavaju ranjavanjem protivnika. Rat je loša tvorevina homo sapijensa i zato mi nismo toliko civilizovani koliko mislimo da jesmo.

Nadam se da ćemo uskoro konačno postati civilizovani, ali i dalje ostaje problem sukoba interesa koji pomoću prevara daju prednost određenoj grupaciji. Evo jednog primera kojeg nismo svesni. Tokom dvadesetog veka naša vrsta je postala viša deset centimetara, a razlog tako brze promene je način ishrane. Grupacije poljoprivrede i stočarstva koriste puno hormona koji biljkama i životinjama omogućavaju brži rast, a mi se hranimo takvim biljkama i životinjama, pa i nas ti hormoni čine višim. Zbog visine i izmeštenosti prvog pršljena dolazi do još bržeg krivljenja kičme i tela, pa je i to jedan od razloga što smo sve bolesniji.

Nije samo prehrambena industrija kriva što smo bolesni, već nam i hemijske supstance iz lekova slabe imunitet koji se razvijao milionima godina.

Nameštanje prvog pršljena pruža nam izuzetnu mogućnost da zaustavimo degradaciju i pad ljudske vrste.

C I V I L I Z A C I J E

Sadašnja civilizacija je nasledila desetine civilizacija koje su postojale u prošlosti.

Otkrića kopnenih i podvodnih građevinskih struktura svedoče o uspehu civilizacija koje su postojale pre i posle ledenog doba. Preciznost obrade i prenosa ogromnih kamenih blokova je nedostižna današnjoj tehnologiji. Čudno je da su te građevine pravljene na različitim kontinentima, jer tada nije postojala komunikacija, pa to upućuje na mogućnost da su na razvoj naše vrste uticali vanzemaljci, što ne možemo znati dok nam možda jednoga dana oni sami to ne potvrde.

Kada se ledeno doba završilo, nastaju razne civilizacije koje jedna na drugu utiču. Postojali su centri civilizacija i njihove periferije. Na periferijama su se znanja prožimala stvarajući nove i bolje civilizacije, ali su se znanja ponekad i gubila, pa je zato došlo do nestanka pojedinih civilizacija. Postojanje Atlantide je i za Homera bilo daleka prošlost, ali on prvi piše o njoj. Otkriće i razvoj pisma je omogućilo brži prenos znanja između postojećih civilizacija.

Na periferiji tadašnjih civilizacija nastaje Grčka civilizacija u kojoj su se pojavili slobodni mislioci. Sokrat, Platon, Aristotel i ostali mislioci su očevi sadašnjosti. Pre i posle njih su postojali mudraci, ali oni su napravili presudan uticaj na današnji način života. Kineska civilizacija je najstarija neprekidna civilizacija, ali i savremena Kina koristi tekovine Grčke civilizacije.

Hipokrat je otac medicine. Rimska civilizacija je nasledila i unapredila tekovine Grčke civilizacije, pa se to dogodilo i sa medicinom. Srednji vek je usporio razvoj čovečanstva, ali je doba renesanse ubrzalo napredak koji i danas traje.

Nažalost, brzina je ponekad pogubna po našu vrstu. Iz želje za što lakšim životom i zbog ubrzanog razvoja, tokom dvadesetog veka smo napravili previše grešaka. Zaslepljenost tehnološkim napretkom stvara iluziju da nam je život sve bolji, ali je potpuno suprotno. Takav je slučaj i sa savremenom medicinom, koja se sve više udaljava od Hipokratovih zamisli, a najveća greška je što su hiljadugodišnja prirodna lečenja proglašena zastarelim.

Udobniji život nas pretvara u sedeće-jeduću civilizaciju, pa sedimo i dok se zabavljamo i radimo. Ljudski organizam se u prethodnih dvesta hiljada godina navikao na uspravan ili ležeći položaj tela, pa je sadašnje preterano sedenje velika greška.

Milionima godina su se dešavale slučajne greške, ali su zbog njih nastajala i bolja rešenja. Za razliku od tih prirodnih, spontanih grešaka, sada pojedinci ili grupacije prave namerne greške koje im donose ogroman profit, a zbog profita manjine većina dobija zdravstvene probleme. Prirodni imunitet slabi, a ljudski rod degradira, pa smo zato iz generacije u generaciju sve bolesniji. Zbog raznih manipulacija sadašnja civilizacija teško ispašta, ali toga uglavnom nismo svesni.

Od kada postoji živi svet, nekoliko puta je bio na ivici da nestane, ali je uvek uspevao da se preporodi i da se poboljša. Otkrićem P R E P O R O D masaže potiljka se našoj civilizaciji i budućim civilizacijama pruža mogućnost da se zauvek oslobode prirodnih i namernih grešaka.

Poglavlje o prošlosti je neko pročitao za dvadeset minuta, a neko za pola sata. U tom kratkom vremenu podsetio sam vas na razna dešavanja koja su trajala milijardama godina, a koja su omogućila da postojimo. Naši prethodnici su živeli primitivno, ali su više od nas poštovali svoje pretke i izražavali zahvalnost prema prirodi.

U svakome od nas su prisutne posledice prošlosti, a na nama je da ih više uvažavamo. Odajmo ogromnu zahvalnost svim prethodnicima da bi nam život bio bolji i kako bismo lakše podnosili sadašnjost.

S A D A Š NJ O S T

Zbog izmeštenog prvog pršljena, u prošlosti su nastali problemi sa zdravljem. Ta greška je nasleđena od predaka, pa zato i u sadašnjosti trpimo posledice.

Hiljade generacija su pokušavale da isprave grešku, ali do sada nije postojalo pravo rešenje tog najvećeg problema.

Konačno je pronađen način da sadašnjim i budućim generacijama poboljšamo zdravlje.

A T L A S

Šta je atlas?

Na ovo pitanje nije lako odgovoriti, zbog toga što se ta reč koristi za više pojmova. O atlasu smo učili iz istorije, geografije i biologije. Učili smo, ali smo zaboravili, zato što je neuronska mreža u mozgu ograničenog kapaciteta. Svakoga dana primamo nove informacije koje potiskuju stare koje nam više nisu bitne, ali kada pročitate ovu knjigu shvatićete da je znanje o atlasu jedna od najvećih dragocenosti u vašem životu.

U zavisnosti od ličnih ili profesionalnih sklonosti pojedinci znaju razliku između pojmova na koje se odnosi reč atlas, ali većina ima nejasnu predstavu o tome, pa ću zato razjasniti te pojmove.

Starogrčka mitologija pripoveda o divu koji se zove Atlas. On je bio jedan od braće Titana koji su se borili protiv bogova sa Olimpa. Kada su izgubili bitku, Atlas je kažnjen da večno nosi Zemlju na ramenima. Svaka mitologija sadrži dosta istine, ali zbog značaja za temu ove knjige dodao bih da Atlas nosi Zemlju na svom potiljku, pa mu je zbog toga glava pognuta. Za mene je homo erektus veći heroj od Atlasa, jer se uspravnim stavom prvi suprotstavio pritisku univerzuma.

Atlas je zbirka geografskih karti, a tako se zovu planinski venac i planina na zapadu Afrike. Atlas je i zbirka anatomskih mapa ljudskog ili životinjskog organizma.

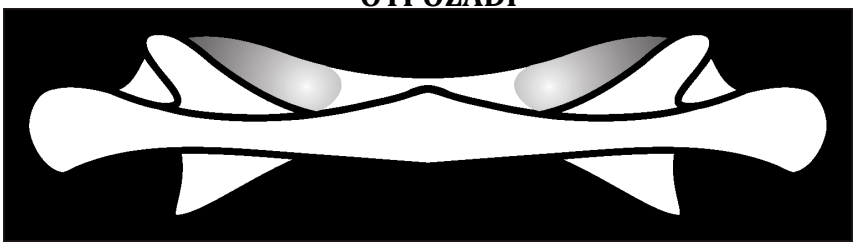
Osnovna tema ove knjige je ljudski prvi pršljen, koji je smešten ispod glave. U prevodu sa starogrčkog jezika „atlas" znači „nosač", a Grci su ga nazvali atlas zato što nosi glavu.

Pored svih naučnih spoznaja, do ove knjige nije postojalo pravo znanje o značaju i važnosti ljudskog prvog pršljena, pa će mi biti čast ako ova knjiga bude osnov za novu nauku koja se može nazvati A T L A S O L O G I J A, a kada pročitate knjigu shvatićete da postoji izuzetna potreba za ovom naukom.

U svakom anatomskom atlasu ljudskog tela možete naći crtež ili fotografiju prvog pršljena.

PRVI PRŠLJEN – ATLAS

OTPOZADI



ODOZGO

Atlas ne nosi samo glavu već i čitavo telo, što stvara efekat kao da smo okačeni o njega. Početkom dvadeset prvog veka nauka je dokazala da nas univerzum pritiska nadole.

Zahvaljujući ovim činjenicama došao sam do saznanja zbog čega i kako nastaju oboljenja.

PRITISAK UNIVERZUMA IZMEŠTA ATLAS I ZBOG TOGA SE KRIVE KIČMA I TELO, A NERVNI SIGNALI I PROTOK MATERIJA UMANJUJU, PA OBOLJENJA NASTAJU ZBOG LOŠE REGENERACIJE I SLABIJEG FUNKCIONISANJA ORGANIZMA.

Ovim otkrićem ispravljaju se pogrešna naučna znanja i pretpostavke zbog čega nastaju oboljenja.

Evo još jednog primera kako se sa protokom vremena ispravljaju pogrešna znanja. Atlas ima i drugo ime – Atlant. U prošlosti su ljudi mislili da je voda koja okružuje kopno

nepregledna reka koju su zvali Okean, a mi sada taj okean nazivamo Atlantik.

Prvobitna pogrešna ili nepotpuna medicinska znanja su se hiljadama godina nasleđivala i menjala tokom prepisivanja, prevođenja i dodavanja novih pogrešnih ili ispravnih znanja. Otkriće mikroskopa je bilo prekretnica i začetak savremene medicinske nauke. Oduševljeni tim otkrićem, lekari su počeli da traže uzročnike bolesti u mikroorganizmima, što je dovelo do situacije da se od drveta ne vidi šuma. Brz tehnološki napredak je savremenu medicinu odveo na pogrešan put zbog toga što je bolje viđenje detalja zasenilo celinu.

Pod mikroskopom nije moguće videti ceo prvi pršljen, već samo neki njegov mikronski deo, ali i kada se gleda ceo atlas, on izgleda normalno. Suština je u tome da nije atlas uzrok bolesti, već njegova izmeštenost sa anatomskog mesta.

Zbog preteranog obraćanja pažnje na detalje mikronskog i molekularnog nivoa, izostavljeno je nešto što svako može sebi napipati između dna lobanje i vilice na levoj i desnoj strani. To što se jedino na tom mestu može napipati su bočne strane prvog pršljena. Kod većine ljudi se lako napipava različita pozicija stranica atlasa na levoj i desnoj strani u odnosu na dno lobanje, i u odnosu na donju vilicu.

Atlas zauzima ključnu poziciju u telu, pa je neshvatljivo da mediciski stručnjaci nisu obraćali posebnu pažnju na njega. Kako je moguće da nisu primetili malu izmeštenost atlasa kod svakog ljudskog bića? Primećivali su veće izmeštenosti kod ljudi koji su imali fizičke traume, i to je dobilo naziv „trzajna povreda“, ali nije postojalo rešenje kako da se atlas vrati u povoljan položaj.

U ljudskom organizmu je sve pomalo izmešteno sa tačnog anatomskog mesta, pa zbog toga nisu obraćali pažnju na atlas. Svako vidi da postoji asimetrija ljudskog tela, pa to primećuje i medicinska nauka. Neverovatno je da stručnjaci nisu shvatili zbog čega postoji asimetrija, a još je čudnije da su je proglasili normalnom samo zato što postoji kod većine ljudi.

Kod ostalih sisara postoji simetrija leve i desne strane tela zbog horizontalnog stava. Kod naše vrste telo je ukrivljeno zbog uspravnog stava, ali niko nije shvatio gde nastaje ukrivljenost.

Mitološkom divu Atlasu glava je pognuta, pa ljudi ne vide njegov bolan izraz lica od napora što drži Zemlju. Ta simbolična skrivenost njegove glave, potiljka i patnje objašnjava kako je moguće da je najveći problem čovečanstva ostao tako dugo skriven od ljudskog znanja.

Još je nešto skrivalo taj problem, a to je strah za potiljak. Svi mi imamo urođeni strah za područje potiljaka, ali je strah kod ljudi medicinske struke još veći. Njihov strah je stečen, jer znaju šta se nalazi u području atlasa, pa se plaše za svoj potiljak, ali imaju strah i za potiljak svojih pacijenata. Kada im se neko požali na potiljak, šalju ga kod raznih specijalista, ali ni oni tu ne smeju ništa da preduzmu, pa raznim snimanjima pokušavaju da daju dijagnozu, koja je u većini slučajeva netačna.

Atlas je rendgenom teško snimiti zbog toga što ga zaklanja lobanja. Izmeštenost atlasa se može snimiti kroz otvorena usta i odozgo kroz lobanju, ali se iz tih pozicija ne vide sve vrste izmeštenosti. Činjenica je da radiologe ne uče kako da snime atlas, ni kako da posmatraju njegovu poziciju.

Razvojem magnetne rezonance i CT skenera malo se bolje vide sve izmeštenosti, ali je tek početkom dvadeset prvog veka otkriće 3D skenera omogućilo da se vidi izmeštenost atlasa.

Pomoću takozvanog 5D skenera mogu se snimiti delovi fetusa još u materici. Moguće je videti da je atlas minimalno izmešten i kod fetusa, ali tek pred kraj trudnoće.

U području atlasa nije izvedena nijedna operacija, jer je previše osetljivo, ali i zbog toga što se operacijom atlas ne može vratiti na mesto.

Hiljadama godina su nadareni ljudi nameštali zglobove i kičmu drugim ljudima. Hiropraktika u prevodu sa starogrčkog jezika znači lečenje rukama, a tokom dvadesetog veka postaje deo savremene medicine i pomogla je milionima ljudi, ali nije uspela da im trajno otkloni probleme. Zabluda hiropraktičara je što pokušavaju da nameste kičmu i karlicu, pa se nadaju da će se i ostatak tela vratiti u simetriju, ali to se ne dešava jer se karlica i pršljenovi u kičmi ponovo izmeštaju zbog izmeštenog atlasa.

Kada se pomene prvi pršljen, obično dolazi do zabune. Uglavnom se misli da se prvi pršljen nalazi na dnu kičme, a tako misle čak i neki medicinski obrazovani ljudi, koji su zaboravili njegovu poziciju u telu. Nije ni teško zaboraviti, zato što uče o hiljadu pojmova, a atlas je zapostavljen i o njemu se malo uči. Ortopedi i fizijatri znaju njegovo mesto, ali mu ni oni ne pridaju odgovarajući značaj. Jedna od zabluda je da se zbog Zemljine teže telo i kičma krive od stopala nagore, pa se zato pogrešno misli da se atlas nalazi na dnu kičme.

Šta je dole, a šta gore? Odgovor je dao Ajnštajn i dokazao da je sve relativno, u zavisnosti od mesta sa kojeg se posmatra.

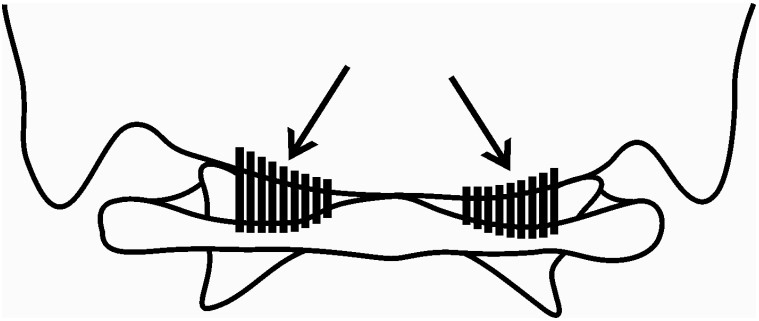
Početkom dvadeset prvog veka ruski lekari su otkrili da bolesti nastaju u predelu vrata, pa se s vremenom spuštaju niz telo, ali ni oni nisu shvatili gde u vratu nastaje problem. To istraživanje je tačno, jer posle nameštanja atlasa bolesti nestaju odozgo nadole kroz telo. Srećom, taj proces nestajanja oboljenja odvija se mnogo brže nego što su nastajala.

Još jedna zabluda je da je prvi pršljen sastavni deo kičme. Atlas jeste pršljen, ali nije deo kičme, jer je snažnim kratkim ligamentima vezan za lobanju i sa njom čini čvrstu celinu.

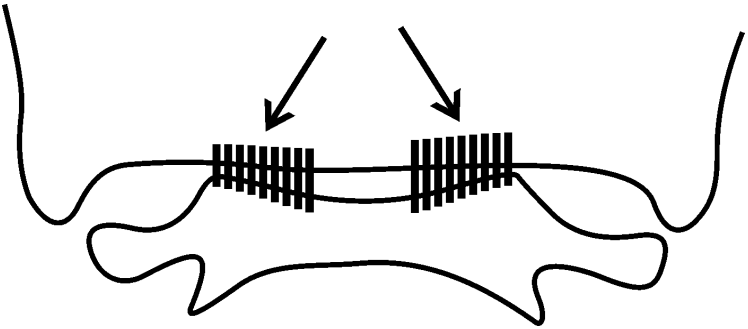
Postoje četiri ligamenta koji drže atlas u vezi sa lobanjom. Dva ligameta se nalaze pozadi, a dva su napred.

LIGAMENTI KOJI SPAJAJU LOBANJU I ATLAS

Otpozadi



spreda



Osnovni zadatak prvog pršljena je da spoji glavu sa telom. Kod ostalih sisara atlas je u odnosu na lobanju veći nego naš, a zbog horizontalnog položaja tela atlas drži glavu koja im je ispred tela, pa je zato veza lobanje i atlasa čvršća. Ljudima je zbog uspravnog stava atlas manji, a veza lobanje i atlasa slabija.

U odnosu na veličinu tela, našoj vrsti je glava veća nego ostalim sisarima. Dobro je da su nam se glava i mozak uvećali, ali dobro ne ide bez lošeg. Zbog brzine uvećanja glave atlas nije stigao da se prilagodi toj promeni i da se čvršće pozicionira na svom mestu. Veza atlasa i lobanje nije dovoljno jaka, pa se zbog udaraca u glavu ili telo atlas još više izmešta.

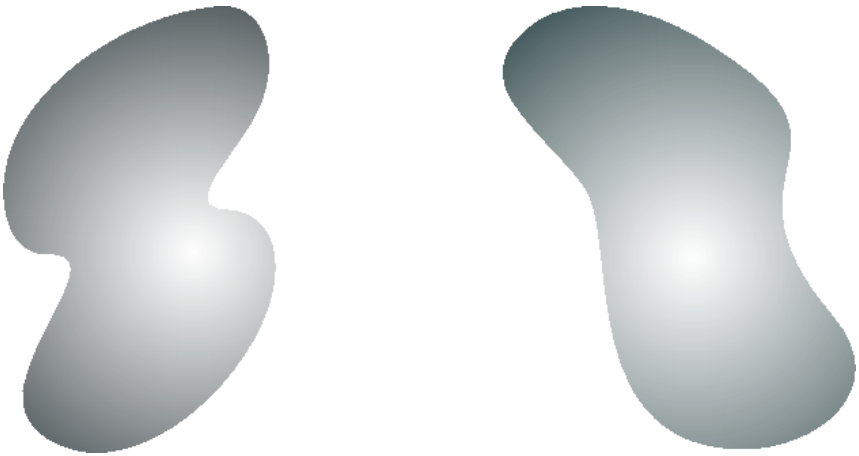
Najnovija istraživanja dokazuju da nam se glava smanjuje u poslednjih dvadeset hiljada godina. Ponekad se na razvojnom putu dogodi greška koja se kasnije popravlja, ali za generacije pre nas i za našu generaciju te su promene zakasnile, pa se zato mučimo sa oboljenjima.

Otkrićem o nameštanju atlasa ljudski rod prvi put može trajno da poboljša zdravlje sadašnjim i budućim generacijama.

Kada se zna šta pokreće oboljenja, onda je bolje otkloniti uzrok nego lečiti posledice. U knjizi opisujem uzrok nastanka oboljenja da bi se lakše shvatilo kako posle otklanjanja uzroka oboljenja nestaju.

Na pravcu pritiska univerzuma prvo se nalazi glava, koja sa dnom lobanje stalno vrši pritisak na atlas. Na dnu lobanje postoji otvor kroz koji prolazi kičmena moždina, a pored tog otvora se nalaze dve koštane izrasline obložene hrskavicom. Ove dve izrasline se naslanjaju na ulegnuća na atlasu koja su takođe obložena hrskavicom. Površine kontakta lobanje i atlasa na levoj i desnoj strani treba da budu iste, ali nikome nisu iste i zato na tom mestu nastaje najveći problem ljudskog roda.

RAZLIKA U POVRŠINAMA KONTAKTA



Tokom dvadesetog veka nekoliko naučnih istraživanja je potvrdilo da kod svakog čoveka postoji asimetrija leve i desne površine kontakta lobanje i atlasa. Ako bilo gde u telu treba da postoji potpuna simetrija, onda je to na tom mestu, jer sa tog mesta počinje asimetrija čitavog tela. Istraživanja su pokazala da je kod većine ljudi površina kontakta lobanje i atlasa veća na desnoj strani. Kod svakog pojedinca su i površine kontakta stopala sa planetom srazmerne površinama kontakta lobanje i atlasa. Kod većine je površina na dnu lobanje manje zaobljena na desnoj nego na levoj strani, ali se do sada nije znalo zbog čega je to tako.

Najveći problem čovečanstva je nastao pre više desetina hiljada godina, kada se jetra uvećala, ali o tome ću pisati u sledećem poglavlju.

Sada se vratimo na anatomski redosled kostiju koje se nalaze u pravcu pritiska univerzuma. Ispod lobanje se nalazi prvi pršljen, a ispod njega je drugi pršljen koji se zove AKSIS (axis), što u prevodu sa latinskog jezika znači osovina. Samo atlas i aksis zbog svojih specifičnih zadataka i oblika imaju imena, a ostali pršljenovi imaju slovno-brojčane oznake.

Aksis je dobio ime po izraslini koja liči na osovinu. Tokom okretanja glave prvi pršljen se zajedno sa lobanjom obrće oko izrasline na aksisu. Na tom mestu je atlas u kontaktu sa drugim pršljenom i ta površina kontakta je mala, ali atlas je na još dva mesta u kontaktu sa drugim pršljenom i te površine su veće, jer na tim mestima atlas naleže na aksis. Te površine su obložene glatkom hrskavicom i podmazuju se specijalnom tečnošću kako bi glava mogla lakše da se okreće.

Kod većine ljudi se od polovine života prilikom okreta glave čuje škripanje, a razlog je što se zbog izmeštenog atlasa tanje hrskavice na atlasu i aksisu. Posle nameštanja škripanje se smanjuje, jer se hrskavice prvi put pravilno regenerišu.

Spoj atlasa i aksisa ostvaren je preko ligamenata i preko kratkih mišića koji omogućuju okretanje glave.

Između lobanje, atlasa i aksisa ne postoje diskovi, pa se zato kontakt vrši preko hrskavica. Diskovi postoje između svih ostalih pršljenova, a njihova funkcija je da pršljenove povezuju.

Zbog elastičnosti diskova moguća su međusobna mala pomeranja pršljenova, tako da se kičma nesmetano previja i uvrće tokom pokretanja tela. Zbog uspravnog stava diskovi u našoj vrsti imaju i dodatnu ulogu da nose telo i ublažavaju pritisak na pršljenove.

U medicini se ne obraća pažnja na spoj lobanje i atlasa, jer tu disk ne postoji. Medicina tretira probleme pršljenova, diskova i diskus hernija, a u zglobu glave i tela nema diskova, pa tu nema šta da se leči. Tačno je da tu nema šta da se leči, ali sa tog mesta nastaju skoro sva oboljenja.

Ne želim da vas opterećujem detaljima iz anatomije, ali verovatno vas zanima zbog čega imate oboljenja, pa iznosim samo osnovne podatke, kako biste razumeli poziciju u telu gde nastaju oboljenja.

Zglob glave i tela je po svom sastavu jedinstven zato što se sastoji iz tri celine – lobanje, atlasa i aksisa. Ovaj zglob je najopterećeniji, jer se tokom jednog sata u proseku pokrene šeststo puta.

Atlas se nalazi u sredini ovog zgloba i njegov je zadatak da drži u čvrstom spoju lobanju sa aksisom, odnosno glavu sa telom. Grci su mu dali naziv „nosač", ali nedavne naučne spoznaje su utvrdile da atlas nosi telo i da nas univerzum pritiska odozgo, pa zato stari naziv više nije odgovarajući.

Ne želim i ne mogu promeniti ime prvog pršljena, ali mogu ukazati na potrebu promene naziva kako bi ljudi postali svesni koja mu je prava uloga. Tačno je da zbog pritiska univerzuma atlas nosi najpametniju glavu u do sada poznatom svemiru, ali njegov osnovni zadatak je da spoji glavu sa telom, pa zbog toga predlažem da se prvi pršljen nazove SPAJAČ. Bilo bi dobro da ovaj predlog pokrene diskusije u naučnim krugovima, jer bi tačniji naziv omogućio jasniju predstavu o njegovoj važnosti za ljudsko zdravlje.

Poneko može da visi okačen o noge, ali sasvim kratko, jer to nije prirodan stav tela. U tom slučaju atlas trpi pritisak celog tela, ali i tada je njegov osnovni zadatak da spaja glavu sa telom. Ovaj primer pokazuje da atlas nema odgovarajući naziv.

Vraćam se nazivu za atlantookcipitalni zglob. Ova reč se sastoji od dve reči. Prva je grčkog porekla, a druga latinskog, i to je simbolična veza grčke i rimske medicine. Ipak, i pored toga što je ova reč dugačka, nije dovoljna da opiše značaj tog zgloba.

Taj zglob povezuje dve kosti, lobanju i atlas, ali on je samo deo većeg zgloba koji povezuje tri kosti – lobanju, atlas i aksis, pa zato ne treba posebno izdvajati vezu lobanje i atlasa.

Ovo je najvažniji zglob u našem telu i bilo bi bolje da i on dobije odgovarajući naziv. Zbog pravca pritiska univerzuma (odozgo nadole) treba promeniti redosled reči. Ako se menja naziv, onda bi valjalo zameniti i reč „atlant" sa „atlas" i na kraju dodati reč „aksis". Zbog toga predlažem da se taj zglob nazove

OKCIPITALATLASOAKSIJALNI ZGLOB. Ovaj naziv opisuje pravo stanje i ulogu tog zgloba.

Nova i tačna terminologija je važna zbog toga što se radi o novim znanjima koja su ključna za zdravlje i život.

Živimo u ubrzanom, digitalnom vremenu, u kojem se sve skraćuje, a lekari imaju mnogo posla i vode administraciju, pa nemaju vremena da pišu pune nazive. Latinska reč za vrat je „cervix“, pa zato vratni pršljenovi nose oznake C3, C4, C5, C6 i C7. Ponekad atlas pišu kao C1, a aksis kao C2. Lobanja se sastoji iz više kostiju, ali kada pišu o spoju lobanje, atlasa i aksisa, onda za lobanju stave oznaku C0 (nula). I meni će biti lakše da za ovaj najvažniji zglob koristim oznaku C0-C1-C2.

Zglob C0-C1-C2 je neobičan zbog toga što ima tri celine, a ostali zglobovi u telu imaju po dve celine. Atlas je umetnut u taj zglob i izgleda kao da mu tu nije mesto ili kao da je višak.

Ipak, sve u organizmu se na kraju svede na atlas i on ne samo da nije višak, već je njegova pozicija od presudnog uticaja na to da li ćemo živeti zdravo ili bolesno.

Samom atlasu izmeštenost nimalo ne smeta čak i kada je prevelika, ali i minimalna izmeštenost prvog pršljena uzrokuje maksimalne zdravstvene probleme zbog toga što se on nalazi na najkritičnijem mestu u telu.

Atlas se nalazi u sredini C0-C1-C2 zgloba. Ipak, zbog čvrste veze atlasa i lobanje izgleda kao da taj zglob povezuje dve celine poput ostalih zglobova u telu.

Čvrstu celinu atlasa i lobanje omogućuju kratki i snažni ligamenti. Ovi ligamenti su u stanju neprekidnog grča još od kada se formiraju u materici i tokom čitavog života. Osnovna im je uloga da spoje atlas sa lobanjom, i oni bi to uspešno obavljali, da se atlas nalazi na anatomskom mestu.

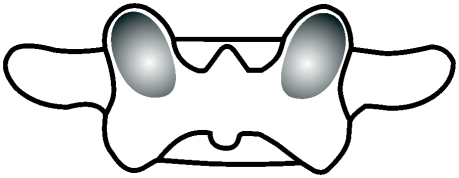
U normalnim uslovima veza lobanje i atlasa je jaka, ali čak i prilikom najmanjih udaraca u glavu ili telo, ligamenti nisu u stanju da zadrže atlas, jer se već nalazi u izmeštenoj poziciji. Hrskavice na atlasu i dnu lobanje su glatke, pa se i zbog toga on lako izmešta.

Atlas je težak samo dvadeset do dvadeset pet grama, a nosi glavu čija je težina pet do sedam kilograma. Razlika u težini i veličini je znatna, pa zbog toga ligamenti nisu u stanju da u momentu udarca zadrže atlas na mestu.

Atlas je najmanji pršljen i potpuno se razlikuje od ostalih pršljenova, koji su svi nalik jedni drugima.

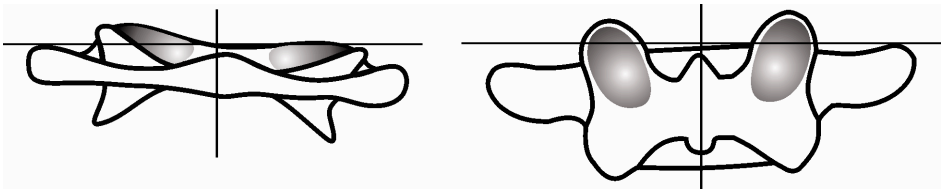
PRVI PRŠLJEN – ATLAS

POSLEDNJI PRŠLJEN – L5



Prvi pršljen i poslednji pršljen su suprotno nakrenuti, ali su isto zaokrenuti. Poslednji pršljen je kao odraz atlasa u ogledalu. Pogrešna pozicija atlasa je uzrok, a posledica je pogrešna pozicija poslednjeg pršljena.

SUPROTNA NAKRENUTOST ATLASA I PRŠLJENA L5



U hiropraktici i medicini je poslednji pršljen najvažniji zato što nosi gornju polovinu tela i trpi najveće opterećenje. Poslednji pršljen se najviše tretira, ali to je pogrešno, jer se ne može trajno namestiti zbog izmeštenosti atlasa, a kada se atlas namesti, poslednji pršljen se sam vraća na mesto.

Atlas je izmešten svima, jer je tako formiran još u materici. Pre rođenja izmeštenost atlasa unazad iznosi samo nekoliko desetih delova milimetra, a uglovi nakrenutosti i zaokrenutosti iznose nekoliko lučnih stepeni. Te pomerenosti su male, ali dovoljne da tokom života uzrokuju veća izmeštanja.

M A T E R I C A

U materici nastaje nepravilan oblik tela fetusa, ali niko ne shvata zbog čega se to dešava i kakve to ima posledice kada se dete rodi.

Ne formira se samo prvi pršljen na pogrešnom mestu, ali je najvažnije da se posle nameštanja atlasa sve u telu vraća na svoje prirodno mesto, a to je neverovatna mogućnost i sreća. Savršeno bi bilo da se bebama prvi pršljen namesti pre nego što prohodaju, ili da se deci namesti pre puberteta kako bi se pravilno razvijala, ali nije kasno ni za najstarije, zato što će i oni osetiti značajna zdravstvena poboljšanja.

Postoji nekoliko teorija o tome zbog čega nastaju greške prilikom formiranja fetusa, ali se ne mogu dokazati naučnim istraživanjima i zato ostaju na nivou spekulacija.

Fetus je u materici dobro zaštićen, pa ne može da dobije udarac ni kada majka primi snažan udarac u stomak. Zbog toga sam shvatio da se ne radi o izmeštanju, već o formiranju atlasa na pogrešnom mestu.

Zdravstveni problemi ljudskog roda su počeli kada se jetra uvećala i poremetila ravnotežu leve i desne strane tela. Fetus tokom trudnoće uglavnom spava, i to desnom stranom tela prema planeti. Svi su čuli za fetus položaj, ali niko ne obraća pažnju na to da je fetus dok spava najčešće okrenut desnom stranom prema planeti. Zbog uvećane jetre fetusu je desna strana teža i zato spava u tom položaju. Na fetus deluje umanjena gravitaciona sila, ali dovoljna da se on spontano okrene na desnu stranu bez obzira u kojem je položaju telo trudnice.

Život je nastao u vodi i voda je osnovni sastojak svakog živog bića. U materici se nalazi plodova voda, a sam fetus sadrži više od devedeset procenata vode. Zbog toga je dejstvo sile pritiska univerzuma umanjeno, ali je ipak prisutno i utiče na položaj fetusa tokom spavanja, kao i na njegov razvoj.

Svoja višegodišnja istraživanja okončao sam 2012. godine sledećom teorijom:

ATLAS SE FORMIRA NA POGREŠNOM MESTU ZBOG TOGA ŠTO SE LJUDSKA JETRA UVEĆALA, PA FETUS NAJČEŠĆE SPAVA DESNOM STRANOM PREMA PLANETI I ZATO MU MATERICA GURA GLAVU U POGNUT POLOŽAJ I ULEVO, A DESNO RAME UNAPRED.

Ovu teoriju je lako naučno dokazati zato što već postoje milioni snimaka fetusa u materici. Potrebno je samo obratiti pažnju na položaj fetusa u odnosu na planetu.

PRITISCI MATERICE NA FETUS

U rodu sisara materica pruža najbolje moguće uslove za razvoj fetusa, pa je tako i u ljudskoj vrsti. Sama materica nije razlog pogrešnog formiranja fetusa, već je uzrok jedinstven izduženi oblik ljudskog tela, koji je takav zbog uspravnog stava. Ostali sisari imaju prednje i zadnje udove, a mi imamo gornje i donje. Sisarima je grudni koš izdužen, a nama je spljošten, pa smo zbog toga najširi u ramenom pojasu. Kod ostalih sisara glava je napred u odnosu na telo, a nama je iznad tela.

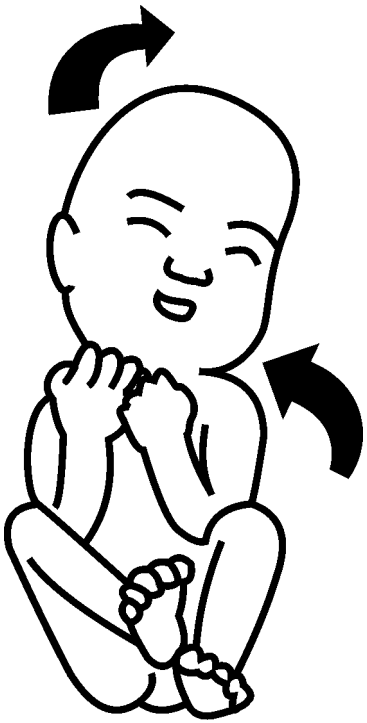
U prvim mesecima razvoja fetusa glava je veća od tela, a na kraju trudnoće zauzima trećinu tela. Tokom trudnoće materica gura glavu fetusa u pognut položaj, a kada se fetus postavi desnom stranom prema planeti, tada mu materica nakrene glavu na levu stranu. Zbog ta dva pritiska materice na glavu fetusa, atlas se formira u dva izmeštena položaja – unazad i nakrivljen (na desnoj strani nadole, a na levoj nagore).

Kao da ova dva izmeštanja nisu već previše, dešava se još nešto što izaziva i treće izmeštanje. Materica gura desno rame napred, a na levom ramenu nema pritiska, pa zato nastaje

zaokrenutost ramena (desno – unapred, levo – unazad) i zato je atlas suprotno zaokrenut (desno – unazad, levo – unapred).

Rameni pojas je kao poluga koju materica gura na jednom kraju, pa zato nastaje dvostruko uvrtanja tela po uzdužnoj osi. Gledajući odozgo, glava i vratni deo kičme su uvrnuti u smeru kazaljki na satu, a preostali deo kičme i tela u suprotnom smeru.

SUPROTNA UVRTANJA TELA FETUSA



Kada se u materici nalazi veći broj fetusa, njihovi atlasi se formiraju u različitim pozicijama zbog nemogućnosti da se u skučenom prostoru materice okrenu desnom stranom prema planeti. Zbog toga su i kod jednojajčanih blizanaca pre rođenja atlasi na drugačijim mestima.

Potrebno je napraviti jedno specijalno istraživanje, koje će konačno potvrditi moju teoriju. U materici se kod jednog od deset hiljada fetusa dešava takva anomalija pri kojoj se organi formiraju suprotno raspoređeni na levoj i desnoj strani.

Latinski naziv za ovu pojavu je „situs inversus“. Tada čak i srce ima suprotnu orijentaciju i smer otkucaja. U tom slučaju se

i atlas formira suprotno u odnosu na apsolutnu većinu fetusa, i upravo će taj izuzetak potvrditi pravilo i moju teoriju.

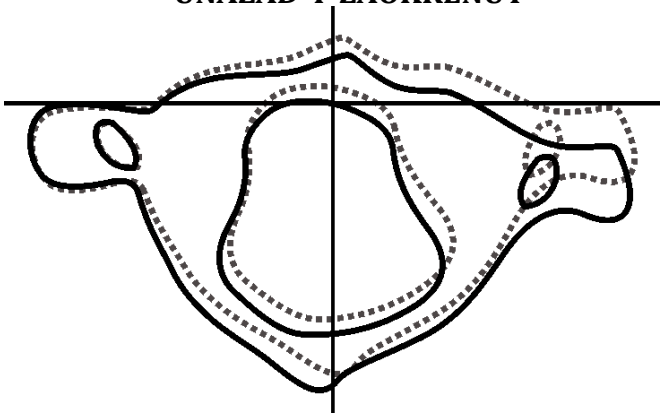
Nažalost, tokom razvoja fetusa nastaje izmeštanje atlasa. Ta početna izmeštanja su mala, ali kod većine ljudi postoje tokom čitavog života i uzrokuju zdravstvene probleme.

Atlas se u periodu razvoja formira na pogrešnom mestu zbog položaja glave u odnosu na telo i zaokrenutosti pravca ramenog pojasa. To početno izmeštanje jeste minimalno, ali ono ima maksimalne posledice po zdravlje čovečanstva.

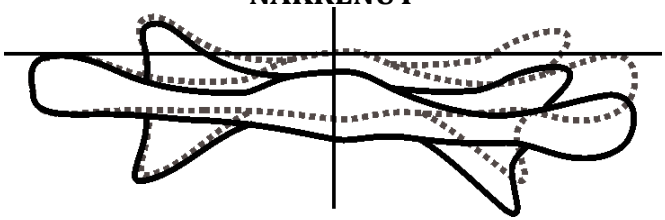
Kod apsolutne većine fetusa prvi pršljen ima kombinaciju tri izmeštena položaja:

UNAZAD
ZAOKRENUT – desno unazad, levo unapred
NAKRENUT – desno nadole, levo nagore

UNAZAD I ZAOKRENUT



NAKRENUT



Ova početna izmeštanja atlasa su tokom života prisutna kod većine ljudi i zbog toga oni imaju slične bolesti i redosled pojavljivanja bolesti. Kod manjine se tokom života prvi pršljen, zbog udaraca u glavu ili telo, izmešta na neko drugo mesto, pa zato oni dobijaju drugačija oboljenja i deformitete.

Sve što sam izneo o formiranju atlasa na pogrešnom mestu moja su saznanja, potpuno nova za čovečanstvo. Nisam imao mogućnosti za naučna istraživanja, nego sam do ovih znanja došao samo procesom razmišljanja.

U budućnosti će naučnici proveriti ova znanja i sa radošću očekujem rezultate, jer će potvrditi moje spoznaje, a sve je to na dobrobit celog ljudskog roda.

Položaj tokom spavanja je osnovni uzrok krivljenja tela fetusa i formiranja atlasa na pogrešnom mestu, a u nastavku ću pomenuti još neka dešavanja u materici koja mogu uticati na razvoj fetusa i izmeštenost atlasa.

Već sam naglasio da u rodu sisara mi imamo najveću glavu u odnosu na telo. Tokom razvoja u materici, i kod ostalih sisara je glava veća u odnosu na telo, ali je kod ljudskog fetusa ta razlika upadljivija, pa veličina i težina glave utiču na formiranje atlasa na pogrešnom mestu.

Neprekidni udarci srca tokom razvoja fetusa mogu imati uticaja na izmeštanja kostiju fetusa, pa i na sam atlas. Srce se formira krajem prvog meseca i u sledećih osam meseci napravi više od četrdeset miliona otkucaja. Kod fetusa srce znatno brže kuca nego kasnije, tokom života. Ti otkucaji su slabi, ali je i organizam fetusa nežan, pa je moguće da smer otkucaja srca vrši uticaj na razvoj kostiju fetusa. Otkucaji su zdesna nalevo, pri čemu vrh srca kinetičkom silom udara o levi deo grudnog koša. Zbog položaja fetusa tokom spavanja već postoje suprotna uvrtanja tela, a udar srca o grudni koš dešava se baš u smeru rotacije samog grudnog koša i zato je kod većine fetusa grudna kost minimalno pomerena u levu stranu.

U rodu sisara srce tokom života otkuca oko dve milijarde puta, pa je tako i u našoj vrsti, a da biste shvatili kakva je to sila, napravite mali eksperiment. Sedite na stolicu, ali se nemojte naslanjati, nego se uspravite. Posle desetak sekundi osetićete kako vam otkucaji srca pomeraju telo levo-desno. To isto se dešava i fetusu, ali je taj uticaj još veći zbog toga što se fetus nalazi u plodovoj vodi gde vlada relativno beztežinsko stanje. Količina plodove vode je različita od trudnoće do trudnoće, što može uticati na položaj i razvoj fetusa.

Fetus je pupčanikom zakačen za matericu i ta sila kojom pupčanik deluje na fetus je mala, ali u zavisnosti od položaja fetusa može uticati na njegovo formiranje. Pupčanik je na porođaju obmotan oko vrata svakoj drugoj bebi, ali to nije problem na porođaju, koji traje kratko, već je problem što je tokom trudnoće pupčanik povlačio vrat u jednu stranu i zato su

se glava i telo usmerili u suprotnim pravcima. Moguće je da i ovo uslovljava formiranje atlasa na pogrešnom mestu, pa da i zbog toga pre i posle rođenja nastaju zdravstveni problemi.

Zbog izmeštenosti atlasa i stezanja pupčanika oko vrata smanjuju se nervni signali i cirkulacija krvi. Za fetus se ne kaže da je bolestan, ali ako mu je pupčanik obmotan oko vrata može biti bolestan.

U zavisnosti od toga koliko je puta pupčanik obmotan oko vrata, atlas se formira manje ili više izmešten. Tokom trudnoće pupčanik se često nalazi oko vrata i kasnije se sklanja, ali i kada je obmotan oko struka, noge ili ruke, i tada dolazi do izmeštanja prvog pršljena. Bolesnija su deca kojima je pupčanik bio više puta obmotan.

Muški fetusi su krupniji, pa materica više pritiska telo fetusa i to je razlog što se u materici kod muških fetusa atlas formira na lošijem mestu.

Desetak dana pre porođaja fetus se postavlja glavom prema karlici trudnice, a kod većine trudnica karlica se ne nalazi u anatomskoj poziciji (nakrenuta – desno nagore, levo nadole, i zaokrenuta – desno unazad, levo unapred). Karlica je minimalno izmeštena, ali to je dovoljno da još više deformiše telo fetusa i da mu izmesti atlas, i to u pravcima u kojima je već izmešten.

Jedna od teorija o formiranju atlasa na lošem mestu tvrdi da se to dešava genetski. Jeste nasledno, ali nije genetski, i ovo svoje uverenje ću objasniti u sledećem pasusu.

Ljudski genom je istraživan nekoliko decenija i najzad je otkriven 2000. godine. Između ostalog, otkriveni su i hoks geni koji su zaduženi za formiranje kostiju i pravilno usmerenje u telu fetusa. Hoks geni dobro obavljaju svoju ulogu i ne mogu imati uticaj na izmeštenost kostiju fetusa. Kosti se formiraju usmerene u dobrim pravcima, a menja ih mehanička sila pritiska materice i zbog toga je oblik skeleta fetusa minimalno deformisan.

Imam još jednu pretpostavku zašto pre rođenja nastaje dvostruko uvrtanje tela fetusa, ali je teško dokazati na ovom stepenu razvoja nauke. U univerzumu je sve u stanju okretanja, pa i atomi. Telo fetusa je sastavljeno od atoma i moguće je da i to ima uticaja. Organizam fetusa i odraslog čoveka sadrži energetske pravce okretanja koji se nazivaju čakre. Od stopala naviše kroz telo struji vrtlog koji menja pravac i kada izađe iznad glave ima suprotno usmerenje. Izgleda neverovatno, ali baš u tim pravcima je zaokrenuto i telo fetusa.

Oni koji se budu bavili naučnim istraživanjima atlasa treba da uzmu u obzir i prethodna zapažanja o mogućim razlozima njegovog formiranja na pogrešnom mestu.

Nije mi bitno da se moja teorija dokaže kao tačna, ali je ljudskom rodu važno da se utvrdi zbog čega se atlas u materici formira na pogrešnom mestu. Kada se to dokaže možda će neko uspeti da nađe način da utiče na razvoj fetusa, jer je uvek bolje otkloniti uzrok nego tretirati posledice.

Na sadašnjem nivou tehnološkog razvoja verovatno nije moguće uticati na razvoj fetusa, ali je moguće devojčicama nameštati atlas. Tokom puberteta karlica će im se vratiti u anatomsku poziciju, pa kada budu trudne njihovi fetusi se neće razvijati u izmeštenoj karlici.

Tokom trudnoće nastaju tri izmeštena položaja atlasa (unazad, zaokrenut i nakrenut). Te kombinacije izmeštenosti su tokom života prisutne kod većine ljudi, a s vremenom se atlas još više izmešta u tim pravcima.

Pritisak univerzuma nas deformiše još u materici i to se nastavlja tokom čitavog života, pa iz decenije u deceniju postajemo sve bolesniji.

Č I NJ E N I C E

Činjenica je nepobitna istina i zato dok pišem ovu knjigu pazim da iznosim samo istinu, iz poštovanja prema sebi, prema vama i prema ovom otkriću koje je apsolutno tačno. Nauka bez problema može proveriti nova znanja koja ovde iznosim. Želim da se što pre objave rezultati istraživanja, jer bi se na taj način ubrzala primena nameštanja atlasa.

Činjenica je da se atlas formira na pogrešnom mestu i činjenica je da se kroz život dodatno izmešta. Ligamenti koji spajaju atlas sa lobanjom su rastegnuti i ne mogu čvrsto da drže atlas, koji se zbog toga tokom porođaja i tokom života dodatno izmešta. Kada je atlas više izmešten, ligamenti su više istegnuti i slabije ga drže, pa se on postepeno sve lakše izmešta i zato nastaje sve više poteškoća i oboljenja.

Nažalost, položaj trudnice tokom porođaja nije prirodan. Trudnice se porađaju u poluležećem položaju zbog toga što je babicama tako lakše da prihvate bebu. Žene su se hiljadama godina porađale čučeći ili klečeći, jer im je u tim položajima gravitacija pomagala da se lakše porode.

Porođaj je naporan za porodilju, ali je još teži za sam fetus. Sa jedne strane trudovi materice vrše pritisak na fetus, a sa druge strane fetus trpi pritisak otvora karlice. Ovi pritisci najviše opterećuju atlas fetusa, koji se zato tokom porođaja dodatno izmešta. Kada izađe glava, vrat se u tom trenu nalazi u najužem delu karlice porodilje i tada nastaje kratka pauza dok babica ne okrene bebinu glavu da bi izašla ramena, a babice najčešće okreću glavu baš u pravcu u kojem je prvi pršljen već izmešten. Beba je najširа u ramenom pojasu, pa kada ramena izađu, porođaj je praktično završen. Muški fetusi su krupniji i zato im se već na porođaju atlas više izmešta.

Tokom porođaja temene kosti lobanje fetusa se preklope, a kosti karlice porodilje raširе. Već nekoliko desetina hiljada godina se dešava da bebe umiru na porođaju zbog veličine glave i zbog smanjenog otvora karlice. Jedno istraživanje je dokazalo da nam se u prethodnih dvadeset hiljada godina glava smanjuje, a potrebno je istražiti da li se karlica povećava. Zbog porođaja bi bilo bolje da se karlica povećava.

Tokom sedmog meseca trudnoće atlas fetusa je manje izmešten nego u devetom mesecu, a i telo fetusa je u sedmom mesecu manje. Tokom porođaja u sedmom mesecu atlas se manje izmešta, a bebama koje se rađaju na carski rez atlas se ne izmešta. Deca rođena u sedmom mesecu imaju problema sa zdravljem na početku života, ali su tokom života zdravija zbog manje izmeštenog atlasa.

Najbolje je kada je porođaj normalan i prirodan. Nažalost, ponekad se dete rodi u karličnom položaju i tada se prvi pršljen još više izmešta, a porođaj pomoću hvataljki ili vakuuma deluje još gore na atlas. Poznato je da tako rođena deca tokom života imaju ozbiljnih problema sa zdravljem, ali nije poznato da se to dešava zbog više izmeštenog atlasa tokom porođaja. Kada fetus ima normalan razvoj do porođaja a rodi se pomoću vakuuma, to dete je često bolesno. Poneko dete oboli od cerebralne paralize, jer se tokom porođaja atlas previše izmestio.

U nekim zemljama trudnice mogu izabrati način na koji će se poroditi. Uvek treba pokušati sa prirodnim porođajem, a najbolje je da telo porodilje bude u čučećem položaju.

U rodu sisara je trajanje trudnoće različito, a mladunci se rađaju manje ili više nedovršeni, pa zbog dojenja još neko vreme ostaju uz majku. Mi se rađamo manje dovršeni od ostalih sisara, zbog velike glave fetusa i uske karlice porodilje.

Kod većine sisara mladunci su već posle kraćeg vremena sposobni da stoje na nogama, jer je lakše stajati na četiri noge

nego na dve. Zbog toga bebe tek posle pola godine puze na četiri uda, a sa godinu dana prohodaju. Poneka beba prohoda sama, ali većina prohoda uz pomoć roditelja.

Kada prohoda, dete obraduje roditelje i dobije aplauz, a ta radost hiljada generacija čovečanstva je čestitka prvom homo erektusu koji je ovladao uspravnim stavom tela.

U našoj vrsti je vreme odgajanja nove generacije najduže u odnosu na bilo koju drugu životinjsku vrstu. U rodu sisara je većinom prisutna kombinacija instinkta i oponašanja roditelja, a u našoj vrsti proces učenja življenja traje sve do punoletstva.

Roditelji pomažu deci da odrastu, a deca pomažu roditelje kada ostare i tako im uzvraćaju ljubav. Taj blizak odnos dece i roditelja traje čitav život, ali novi naraštaji imaju brigu i tugu zbog roditelja koji se u starosti muče sa bolestima. Nije lako odgajati decu, ali je teže brinuti o bolesnim roditeljima.

Roditelji svojoj deci pružaju najbolje moguće uslove za život i razvoj. Ne postoji ništa bolje nego da bebe donesu ili da decu dovedu na nameštanje atlasa. Na taj način će deca imati dobro zdravlje i pravilan razvoj, a roditelji će uživati u dečjem odrastanju. Kada ta deca odrastu, život će im biti lepši zato što će živeti zdravo i što neće brinuti o bolesnim roditeljima, koji će u starosti živeti zdravije jer je i njima namešten atlas.

Većinom prvo roditelji dođu da nameste atlas, i kada osete poboljšanja, onda dovode decu. Poneko najpre dovede decu, jer želi da odrastaju zdravo.

Do ere savremene medicine svako treće dete je umiralo već u prvoj godini života. Izmeštanje atlasa tokom porođaja je slabilo dečji imunitet, pa su deca većinom umirala od infekcija. Medicina uz pomoć lekova održava takvu decu u životu, ali su zato tokom života bolesniji od ostalih. Kada ta deca odrastu imaju lošiji genetski kod, ali rađaju svoju decu, pa i zbog toga u poslednjih sto godina čovečanstvo iz generacije u generaciju sve brže degradira.

Tokom prošlih milenijuma prosečan ljudski vek je iznosio oko četrdeset godina. Život je skraćivan infekcijama i ratovima, ali je i tada bilo ljudi koji su živeli osamdeset godina.

U sadašnjosti život u proseku traje sedamdeset pet godina.

Životni vek je produžen uz pomoć medicinske nauke, koja je pronašla antibiotike protiv infekcija. Ipak, taj produženi život je u starosti opterećen mučenjem sa bolestima. Nažalost, većina ljudi ne umire zbog starosti, već zbog bolesti.

Naučnici koji se bave procenom koliko ljudski vek može da traje, kažu da bismo mogli živeti sto dvadeset godina, i to

sasvim zdravi. Ipak, naučnicima nije jasno zbog čega se tako nešto ne dešava. Izmeštenost atlasa je uzrok većine oboljenja i skraćenog života.

Neoboriva je činjenica da kada je atlas više izmešten, ima više bolesti, a kada je manje izmešten, manje je i bolesti.

Naš organizam sa nameštenim atlasom ima mogućnost da traje sto dvadeset godina, ali pred kraj života je neminovan učinak biološkog sata koji sve brže otkucava.

Činjenica je da hiljadama godina postoje lečenja i da se stalno pojavljuju nove vrste lečenja, ali su ljudi i dalje bolesni, a statistička istraživanja pokazuju da smo sve bolesniji.

Statistika je nauka koja se bavi činjenicama. Ponekad je ta nauka zloupotrebljena od pojedinih grupacija, ali ova procena da smo sve bolesniji je potpuno tačna. I bez statistike to svako od nas može da uoči u svom okruženju.

Savremena medicinska nauka je sve razvijenija, a ljudi su sve bolesniji. Nešto tu ne funkcioniše kako treba i logički se ne može objasniti.

Izmeštenost atlasa pokreće bolesti, a medicina i farmacija veštački produžavaju život, ali je to produženo bolesni život. Nisu jedino medicina i farmacija krive za to, već i savremeni ubrzani način života.

Hrana i životna sredina su sve zagađenije, pa iz vazduha, vode i namirnica tokom jedne godine u telo unesemo prosečno četiri kilograma otrova.

Mnogi se nadaju da im prvi pršljen nije izmešten. Nažalost, činjenica je da je svima izmešten, jer se još u materici formirao na pogrešnom mestu.

Poneko ima sreću da mu je atlas manje izmešten, a neko nesreću da je više izmešten. Zbog izmeštenosti atlasa izgleda da je život kao igra na sreću.

Činjenica je da postoje ljudi koji žive devedeset godina a nikada nisu bili bolesni. Takvi ljudi su izuzetno retki, a jedini razlog njihovog boljeg zdravlja i dugovečnosti je što su imali sreću da im se atlas tokom života nalazi na boljem mestu nego ostalima. Ipak, atlas se ni kod njih ne nalazi na anatomskom mestu, pa treba da ga nameste da bi živeli još zdravije.

Činjenica je da su neki ljudi bolesniji od drugih, ali je i činjenica da se ne zna zbog čega je to tako. Tim ljudima je atlas više izmešten i zato su bolesniji.

Možda nije činjenica da svi žele dugovečnost, ali svi žele da žive zdravo, samo ne znaju kako to da postignu.

E L I K S I R

Hiljadama godina je hiljade vladara slalo hiljade izaslanika na hiljade kilometara da pronađu eliksir života. Svakome je život najslađi, ali je vladarima slast vlasti stvorila iluziju da su važniji od podanika.

I sadašnji vladari uporno traže eliksir života, pa plaćaju hiljade najboljih naučnika, ali su potrage i dalje bezuspešne. Naučnici znaju da bismo mogli živeti sto dvadeset godina, ali nisu u stanju da pronađu čarobnu formulu koja to omogućava. Eliksir većinom traže izvan ljudskog organizma, ali ni oni koji ga traže u telu nikako da shvate gde se nalazi.

Čarobna formula do sada nije pronađena, jer ne postoji. Ipak, eliksir života postoji, ali ga svi traže na pogrešnom mestu. Eliksir nije udaljen hiljadama kilometara, već se nalazi u telu. Moćnici nisu privilegovaniji od drugih, jer svako ljudsko biće još pre rođenja u svom telu ima savršen prirodni eliksir, ali je problem što ga nešto sprečava da deluje koliko bi mogao. Izmešten atlas je kao kočnica koja usporava i zaustavlja život.

Sve je jednostavno kada se sazna. Završena je neuspešna potraga naučnika, konačno može da se živi znatno zdravije i duže. Shvatio sam šta je eliksir života i svoje znanje darujem ljudskom rodu. ELIKSIR ŽIVOTA JE NAMEŠTEN ATLAS.

Kada je prvi pršljen na tačnom mestu, protok nervnih signala i materija kroz telo je normalan, a to omogućava bolju regeneraciju i zdrav i dug život.

Mladi sa nameštenim atlasom mogu da žive zdravo i dugo, a kada se namesti starijima i oni se preporađaju, ali možda neće doživeti duboku starost pošto im je organizam već decenijama izmučen oboljenjima.

Suština kvalitetnog života sastoji se u davanju i dobijanju ljubavi u životnom okruženju. Uspešnost naše vrste zasniva se na saradnji koja je nastala još u plemenskoj zajednici.

Zahvaljujući brojnosti i bržoj komunikaciji, ljudski rod je postao jedno ogromno pleme koje se minimalno razlikuje od prvobitnih plemena. Svi mi potičemo od hiljadu parova koji su preživeli prirodnu katastrofu pre sedamdeset dve hiljade godina, i bez obzira na razlike, svi smo braća i sestre, pa treba da je manje mržnje i više ljubavi među ljudima.

Ipak, kada je neko bolestan, onda ne voli ni sebe ni druge, pa se zato vratimo mestu u telu odakle nastaju bolesti da bismo shvatili zbog čega obolevamo.

U Z R O K

Kod većine ljudi na svetu je izmeštenost atlasa uzrok skoro svih zdravstvenih problema.

Atlas gnječi nervne puteve, smanjuje protok materija i krivi telo. Samo jedna od ovih nepravilnosti je dovoljna da uzrokuje bolesti, ali nažalost, uvek je prisutna kombinacija sve tri nepravilnosti.

Kako je moguće da jedna mala kost bude uzrok skoro svih bolesti, ogromne ljudske patnje i skraćenog života?

Odgovor na ovo pitanje je jednostavan. Atlas se nalazi na najvažnijem mestu u organizmu i zato njegova minimalna pomerenost sa anatomske pozicije smanjuje nervne signale i cirkulaciju krvi, a s vremenom se krive kičma i telo. Veće je pitanje kako je moguće da medicina nije obraćala posebnu pažnju na atlas kada je njegova pozicija toliko važna, ali na to pitanje jednostavno nema odgovora.

Savremena medicinska nauka ulazi u DNK i pokušava da na molekularnom nivou manipuliše genima i da nam menja genetski kod. Operacije se vrše mikronskom preciznošću, ali medicinski stručnjaci ne vide izmeštenost prvog pršljena koji je u proseku širok devet centimetara.

Medicina leči bolesti, a atlas nije bolestan zato što ne može da oboli. Od svih kostiju u telu samo prvi i drugi pršljen nemaju gubitak koštane mase, pa zadržavaju oblik i čvrstinu do kraja života. Ovo je izuzetno važno mesto u telu i zato se atlas i aksis pravilno regenerišu čitavog života. Sam atlas ne oboleva, ali njegova izmeštenost uzrokuje skoro sva oboljenja.

Složenost organizma je izuzetna i kod mikroorganizama. Ipak, i kod njih važi isti princip kao i kod najvećih životinja – najsitniji delić tela je u službi celog organizma i ceo organizam je u službi najsitnijeg delića. Kada bilo koji deo ne funkcioniše, tada nastaju problemi i u ostalim delovima tela. U našoj vrsti je poremećena ključna pozicija prvog pršljena, pa to izaziva stalno slabljenje čitavog organizma.

U mehaničkim časovnicima desetine zupčanika i stotine zubaca postavljaju kazaljke na mesto koje pokazuje vreme. Ako je jedan zubac izvan tačnog mesta, tada se čitav časovnik kvari i pokazuje pogrešno vreme.

Gde se u ljudskom organizmu nalazi taj neispravan zubac? Nažalost, nalazi se na najgorem mogućem mestu. Dno lobanje je prezupčilo atlas, pa zato počinje da se kvari čitav organizam i

da se skraćuje vreme trajanja života. Prosečan ljudski vek je sedamdeset pet godina, a to je za trećinu manje od mogućeg.

U dvadesetoj godini života shvatamo koliko kratko traju dve decenije, a posmatramo svoje babe i dede koji se od svoje pedeste godina muče sa bolestima. Već u mladosti uviđamo da će za samo tri decenije početi starost, pa zato žurimo kroz život.

Nadamo se da ćemo u starosti biti zdravi i da ćemo uživati u onome što smo stekli tokom produktivnog dela života, ali to se uglavnom ne dešava zbog bolesti i zbog toga što nam veći deo penzije odlazi na uporne pokušaje lečenja. Čak i oni koji dožive sto godina osećaju da će ostati uskraćeni za nekoliko godina života i da nisu dobili i dali sve što su želeli.

Izmeštenost atlasa je uzrok krivljenja tela, a to postaje uzrok smanjenja nervnih signala i suženja krvnih puteva.

KRIVLJENJE TELA

Do otkrića o izmeštenosti atlasa postojalo je pogrešno znanje da se kičma i telo krive od stopala naviše.

Zbog čega se dešava krivljenje tela i kako je moguće da se telo zapravo krivi od glave naniže?

Bebama je atlas već izmešten, pa je zato glava nakrenuta i malo uvrnuta. Kada u šestom mesecu bebe počinju da sede, tada se glava minimalno nakreće u odnosu na telo, kako bi senzori za ravnotežu bili u horizontalnom položaju. To se još izrazitije dešava kada deca prohodaju, pa se telo krivi da bi glava bila vertikalna. Centar za ravnotežu omogućava uspravan stav bez padanja, a cena koja se plaća uspravnom stavu su oboljenja koja nastaju zbog krivljenja kičme i tela.

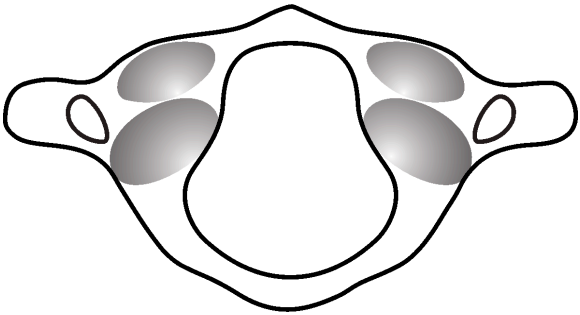
Bebe i deca osećaju da im u području potiljka nešto smeta. Kada je bebama i deci atlas previše izmešten, tada drže glavu spuštenu ili nakrivljenu. Deca kod koje je atlas više izmešten spavaju sa čudnim položajima glave u odnosu na telo, jer na taj način smanjuju bolove u potiljku. Kada su deca nervozna guraju ili udaraju glavom o naslon ili zid, a poneko dete gura palac u usta i to se pogrešno tumači kao potreba za dojenjem. Ta deca osećaju da im u području potiljka nešto nije kako treba, ali ne znaju šta. Roditelji ih vode kod lekara, ali ni lekari ne znaju o čemu se tu tačno radi, pa pogrešnim dijagnozama i lečenjima deci pogoršavaju zdravlje.

Kontakt lobanje i atlasa se vrši preko hrskavica na dnu lobanje i na gornjoj strani atlasa. Na lobanji i na atlasu sa leve i desne strane postoje po dve kontaktne površine i te površine

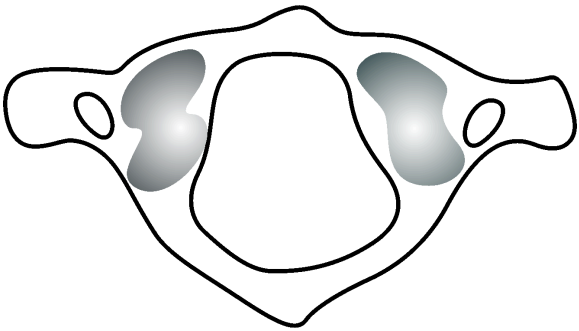
treba da budu potpuno simetrične po obliku i veličini. Tako bi trebalo, ali nije, zbog izmeštenog atlasa. Zbog pritiska lobanje kod većine ljudi su na desnoj strani površine spojene.

POVRŠINE KONTAKTA LOBANJE I ATLASA

simetrične površine



asimetrične površine



Postoji samo nekoliko naučnih radova koji su se bavili hrskavicama na dnu lobanje i na atlasu. Ta istraživanja su potvrdila da je kod većine ljudi površina kontakta veća na desnoj nego na levoj strani. Ovo je samo konstatovano, ali niko nije shvatio zbog čega postoji asimetrija.

Obavljena su istraživanja koja su poredila odnos površina kontakta lobanje i prvog pršljena sa opterećenjem desnog i levog stopala. Dokazano je da postoji srazmera tih površina sa pritiskom stopala i kod većine je pritisak na desnoj strani veći. Istraživanja su potvrdila da se, zbog bolje statike, odmah posle nameštanja atlasa pritisci desnog i levog stopala ujednačuju, a kičma i telo počinju da se ispravljaju.

POVRŠINE KONTAKTA STOPALA

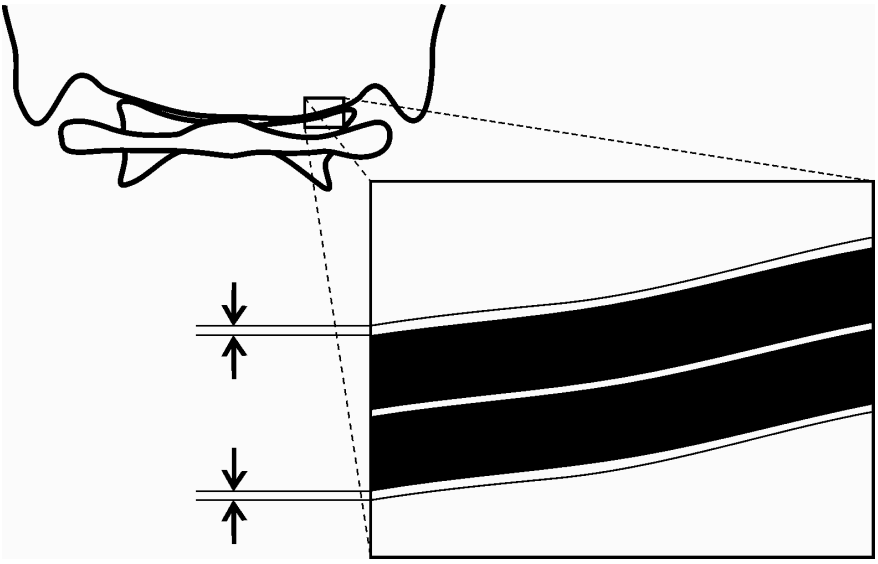
pre nameštanja atlasa **posle nameštanja atlasa**

Debljina hrskavica na dnu lobanje i na atlasu treba da je ista na bilo kom mestu. Nažalost, kod većine ljudi nije tako, nego su hrskavice istanjene na mestima većeg pritiska.

Istanjenosti iznose samo par desetih delova milimetra, ali zbog toga nastaje najveći problem ljudskog roda. Ovo je za nauku ostalo skriveno i nemerljivo. Samo nekoliko naučnika se bavilo time, ali ni oni nisu shvatili zbog čega je to tako.

DO SADA JE NAJVEĆI PROBLEM LJUDSKOG RODA BIO SKRIVEN NA NAJSKROVITIJEM MESTU – ISPOD GLAVE.

ISTANJENOST HRSKAVICA

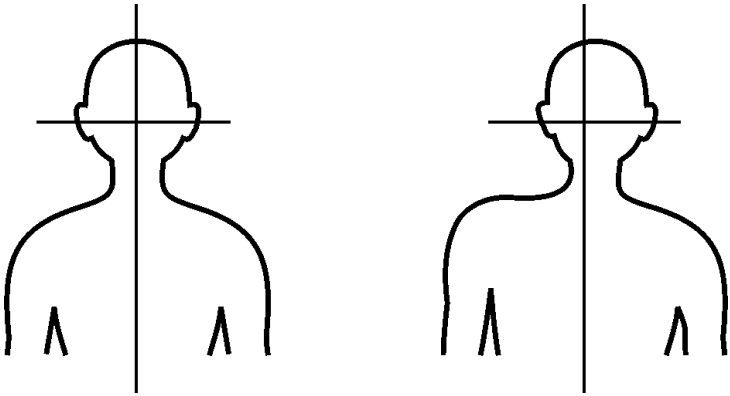


Zbog potpune istine i razumevanja svega ovoga, važno je naglasiti da sam atlas nije uzrok i nije odgovoran za muku čovečanstva. Izmeštenost atlasa je samo posledica, a uzrok svih nepravilnosti i problema je nakrivljenost i zaokrenutost glave u odnosu na telo kod skoro svakog čoveka. Ova tvrdnja deluje neverovatno, jer izgleda da skoro svima glava stoji normalno.

Tačno je da većini ljudi glava stoji upravno u odnosu na planetu, ali ne stoji normalno u odnosu na telo. Glava fetusa je još u materici postavljena na minimalno lošem mestu u odnosu na telo, a pozicija glave se još više pogoršava kada bebe počnu da sede ili prohodaju, pa se to, nažalost, nastavlja čitavog života.

POZICIJA GLAVE U ODNOSU NA TELO

normalna **pomerena**



Naučno je potvrđeno da je najduži životni vek imala Žan Luiz Kalmet, koja je živela 122 godine, a pred kraj života je pevala i snimala gramofonske ploče. Njene fotografije postoje na internetu i lako je uočiti da joj glava stoji sasvim pravo u odnosu na telo. Ona spada u desetak ljudi na planeti kojima se atlas čitavog života nalazio na dobrom mestu.

Zbog izmeštenosti prvog pršljena glava se ispravlja da bi senzori za ravnotežu bili u horizontalnom položaju i time se postiže da ne padnemo, ali se zbog toga krive kičma i telo.

Krivljenje tela pogrešno opterećuje zglobove, pa se zato istanjuju hrskavice u njima. Mišići pokušavaju da isprave telo i tako se zamaraju, pa se pojavljuju bolovi. Većina ljudi pokušava da smanji bolove lekovima ili masažama. Masirajući se sami, uz pomoć člana porodice ili profesionalnog masera, troše vreme i novac za neznatna olakšanja.

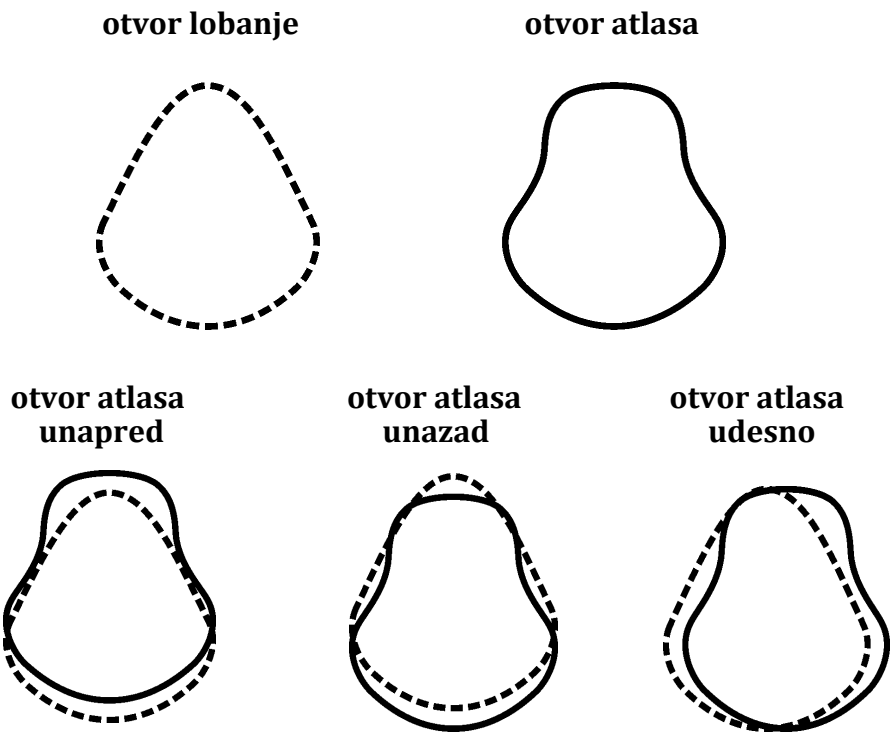
Uspravan stav nam je omogućio da budemo to što jesmo, a izmešten atlas ne dozvoljava da budemo zdravi. Ne možemo se vratiti na četiri noge, ali ne možemo ni živeti sa oboljenjima.

Do nameštanja atlasa pritisak univerzuma krivi telo, pa se zbog toga razbolevamo, a posle nameštanja taj isti pritisak ispravlja telo, pa zato ozdravljamo.

SMANJENJE NERVNIH SIGNALA

Na dnu lobanje postoji otvor kroz koji prolazi kičmena moždina, a otvor postoji i u sredini atlasa. Zbog izmeštenosti atlasa ta dva otvora se ne poklapaju, pa u zavisnosti od toga gde je i kako izmešten, atlas stalno vrši pritisak na nerve.

NEPOKLAPANJA OTVORA LOBANJE I ATLASA



Kad nešto krene loše, posle se samo pogoršava. Nažalost, ovaj princip je prisutan od formiranja prvog pršljena pa sve do kraja života.

Atlas pritiska kičmenu moždinu na najgorem mogućem mestu. U području atlasa se nalazi početak kičmene moždine, a tu prolaze skoro svi nervni signali. Ipak, najgore je što se tu nalazi najstariji i najmanji deo mozga, a u njemu su centri za osnovne životne funkcije.

Obično se podrazumeva da je mozak jedna celina, ali on se sastoji iz više celina koje, svaka za sebe, imaju određene zadatke.

Rimski lekari su primetili proširenje na početku kičmene moždine, pa su ga pogrešno nazvali „medulla oblongata", ne znajući da je ono deo mozga.

Evo još jednog primera koji svedoči kako su prvobitni pogrešni nazivi zadržani sve do danas. Po nepisanom pravilu, postoje precizni nazivi koji se razlikuju od naučnih naziva, pa je takav slučaj i sa najmanjim mozgom. Razni narodi ga nazivaju „centar života", „čvor života", „drvo života", „stablo života" i „raskrsnica života".

I u medicini postoji više naziva – vegetativni, autonomni, automatski i primarni mozak. Nijedan drugi deo mozga nema toliko naziva, pa i to ukazuje na njegov značaj. Pored izuzetne važnosti za funkcionisanje organizma, i dalje se ovom delu mozga ne posvećuje neophodna pažnja niti se zna da atlas na njega vrši manji ili veći neprekidan pritisak kod skoro svih ljudi na svetu.

Za ovaj deo mozga ću koristiti naziv „prvi mozak", jer to ime najtačnije opisuje njegovu ulogu. Upravo odatle se izdaju komande za rad srca, disanje, krvni pritisak, cirkulaciju krvi i limfe, rad organa za varenje i mišićnu aktivnost.

Pored ovih osnovnih zadataka, iz prvog mozga se izdaje još komandi – za telesnu temperaturu, lučenje pljuvačke, gutanje, kijanje, kašljanje, povraćanje, kao i komande za trenutak kada ćemo zaspati ili se probuditi.

Komande za stanja budnosti i sna izgledaju beznačajne, ali nije tako, jer se organizam tokom spavanja leči i regeneriše. Mi zaspimo kada prvi mozak izjednači frekvencije leve i desne strane velikog mozga, a budimo se kada ih razdvoji. Doskora se mislilo da se tokom spavanja organizam leči i regeneriše oko devedeset posto, ali najnoviji naučni radovi su pokazali da to iznosi devedeset devet posto. Bilo bi najbolje da se probudimo kada odluči prvi mozak, a ne da nas budi časovnik i prekida procese koji se dešavaju tokom spavanja.

Prvi mozak posredstvom dvanaest moždanih živaca vrši čulnu komunikaciju sa spoljašnom sredinom, a iz organizma prima informacije, pa reaguje na sve te signale.

Iz prvog mozga se ne reguliše samo fizičko telo već i psiha. U prvom mozgu se nalaze centri za raspoloženje, motivaciju, osećanja, koncentraciju i orijentaciju. Psihijatri i psiholozi su ga zapostavili, pa uglavnom u velikom mozgu traže uzroke psihičkih problema.

Zbog horizontalnog položaja kičme i tela, kod ostalih vrsta sisara se prvi mozak nalazi ispred atlasa. Zbog uspravnog stava i uvećanog mozga u našoj vrsti se prvi mozak spustio u područje atlasa, pa zato i minimalno izmešten atlas vrši stalni pritisak na prvi mozak.

Zbog nepoklapanja otvora lobanje i otvora atlasa dolazi do prignječenja kičmene moždine, a bez obzira gde je moždina pritisnuta, smanjuju se nervni signali. Ipak, najgore je kada je prignječen prvi mozak, jer ne može da radi punim kapacitetom. U zavisnosti od toga šta je u prvom mozgu pritisnuto, nastaju srčane ili disajne smetnje, loša cirkulacija krvi i limfe, visok ili nizak krvni pritisak, loše varenje hrane i psihički problemi. Zbog većeg prignječenja prvog mozga nastaje više oboljenja.

Napomenuo sam da se atlas okreće oko izrasline na aksisu. Oko te izrasline se sa tri strane nalazi kost atlasa, a na četvrtoj strani je snažan ligament koji je deo atlasa. Upravo taj ligament vrši stalni pritisak na prvi mozak, pa kada je atlas izmešten makar i deo milimetra, to izaziva smetnje u organizmu. Sreća u nesreći je što taj ligament nije koštani deo atlasa, jer bi tada pritisak bio veći, pa bismo imali još više oboljenja.

Kod primitivnih organizama je postojao samo prvi mozak. S vremenom su se organizmi razvijali, pa su nastali novi delovi mozga i novi nervni putevi, koji su neka vrsta dodatka prvom nervnom putu.

Sa leve i desne strane prvog pršljena nalaze se levi i desni nervus vagus. Kod većine ljudi je atlas nakrenut i zaokrenut, pa zato dolazi do prignječenja nervus vagusa. U zavisnosti od toga gde i koliko je nervus vagus pritisnut, nastaju dodatni problemi u organizmu. Levi i desni deo srca dobijaju različite signale iz levog i desnog nervus vagusa, pa zato nastaju aritmije i srčane smetnje. Slično se dešava i sa ostalim neparnim organima, a to je problem i za parne organe. Zbog prignječenja jednog nervus vagusa jedan bubreg je zdrav, a drugi je oboleo, ili se u njemu stvorio kamen.

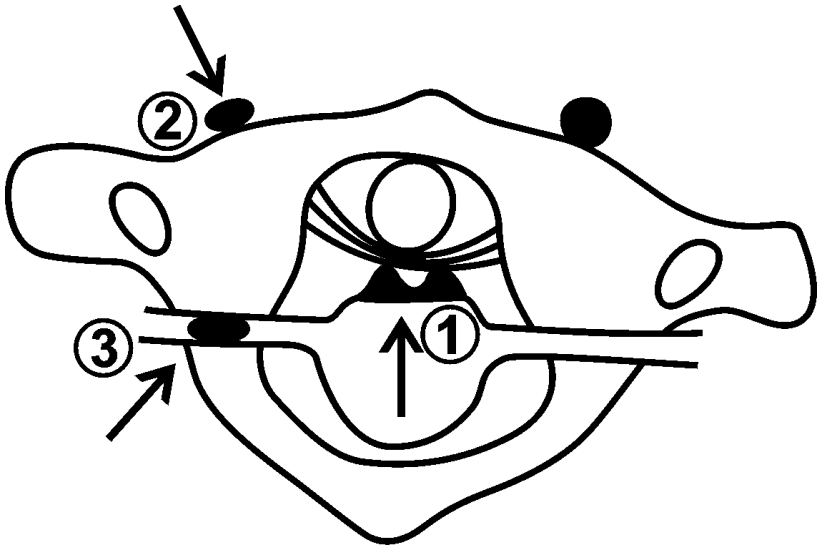
Ljudska vrsta je jedina koja se znoji. Mokraćom i izmetom se iz organizma izbacuju produkti metabolizma, a u našoj vrsti postoji izbacivanje i kroz kožu. Znojenjem se reguliše i telesna temperatura tokom vrućina. Postoje ljudi koji se malo znoje i oni koji se previše znoje, a te nepravilnosti nastaju zbog toga što atlas vrši pritisak na nervus vagus u kojem se izdaje signal za znojenje. Posle nameštanja atlasa kod većine ljudi dolazi do regulacije znojenja.

Izmešten atlas gnječi prvi mozak i nervus vagus, ali gnječi i još jedan nervni put. Sa leve i desne strane između lobanje i atlasa prostiru se nervi koji inervišu glavu. U zavisnosti od toga kako je atlas izmešten, dolazi do različitih pritisaka na ova tri nervna puta, pa zato postoje različite kombinacije poteškoća i oboljenja. Ljudi imaju drugačija oboljenja, jer je atlas različito izmešten.

Tokom života atlas sve više gnječi nervne puteve i zato se pogoršava stanje organizma i dolazi do novih oboljenja.

KOMBINACIJE PRITISAKA NA NERVE

1. prvi mozak 2. nervus vagus 3. nerv za glavu



Prvi pršljen neprekidno vrši pritisak na nervne puteve i smanjuje signale, a postepeno nastaju i druge smetnje.

Kičma se krivi zbog izmeštenog atlasa, pa zato pršljenovi ne stoje na mestu. Iz kičmene moždine izlaze nervi za organe

i prostiru se pored pršljenova. Nervni signali su pored atlasa umanjeni, a pritisak ostalih pršljenova ih dodatno umanjuje. U starosti se kičma sve brže krivi, pa zato nastaje sve više zdravstvenih problema.

Kada nervi izađu iz kičme, prolaze pored rebara, a nervni signali se dodatno umanjuju zbog spavanja u lošim položajima. To postaje veliki zdravstveni problem, jer organi najviše rade tokom noći.

SUŽENJE KRVNIH PUTEVA

Kod ostalih sisara prvi pršljen je slične širine kao i drugi vratni pršljenovi, a u našoj vrsti je širi zbog uspravnog stava i uvećane glave. Kroz atlas i pored njega prostiru se krvni putevi prema mozgu, a prignječeni su zbog izmeštenosti i širine atlasa.

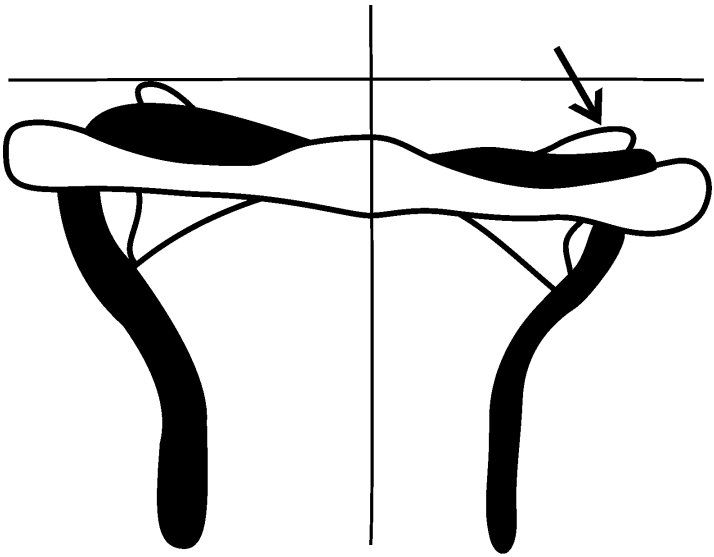
Atlas i vratni pršljenovi imaju rupice sa strane kroz koje prolaze arterije vertebrale. Naravno da su svi krvni sudovi u telu važni, ali su vertebrale najvažnije zato što kroz njih dotiče krv u donje delove mozga, koji su zaduženi za funkcionisanje čitavog organizma.

Kada leva i desna verterbrala uđu u lobanju spajaju se u Vilisov arterijski krug, čime se izjednačava pritisak krvi pre nego što uđe u mozak. Zbog manjeg dotoka krvi sa jedne strane, na početku Vilisovog kruga stvara se vrtloženje krvi, pa se zbog toga oslobađa azot u atomskom obliku. Azot uništava nervne ćelije mozga, i to je jedan od uzroka nastanka Alchajmerove bolesti, koja starijima otežava život.

Ćelavost je u mladosti estetski problem, a mnogi stariji muškarci sasvim ostaju bez kose. Kod muškaraca je ćelavost neuporedivo više prisutna nego kod žena, ali se ne zna zašto je to tako. Zbog izmeštenosti atlasa muškarcima je glava više pognuta nego ženama i nemaju dovoljno krvi ispod kože glave, a krv donosi gradivne čestice za rast kose. Poslednje mesto koje ćelavi je potiljak, zato što u potiljku ima krvi. Kada se dečacima ili mladićima namesti atlas, značajno im se umanjuje mogućnost da ćelave.

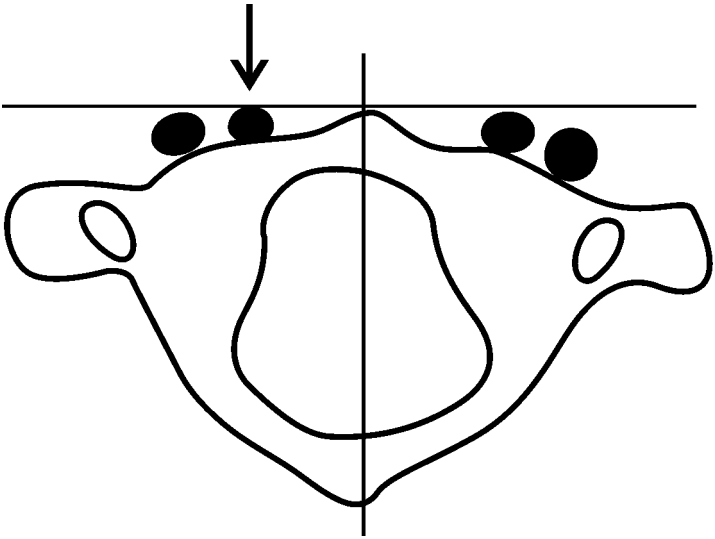
Gledajući otpozadi, na prvom pršljenu su uočljive dve koštane izrasline na koje se naslanja lobanja. Kod većine je izraslina sa desne strane više nagnuta jer na tom mestu lobanja najjače gura atlas. Pored te izrasline prolazi vertebrala, i kod većine je desna verterbrala tanja od leve, pa zbog toga kroz nju dotiče manje krvi u desni deo donjeg mozga.

PRITISAK NA DESNU VERTEBRALU



Arterije karotide se prostiru kroz vrat i prolaze pored prvog pršljena. Kroz karotide dolazi krv u gornji deo mozga. Kod većine ljudi je atlas na levoj strani podignut i zaokrenut unapred, pa konstantno vrši pritisak na levu karotidu i zato većina ljudi nema dovoljno krvi u levoj strani gornjeg mozga, koja je zadužena za racionalno razmišljanje.

PRITISAK NA LEVU KAROTIDU



Zbog slično izmeštene pozicije atlasa, kod većine ljudi je smanjen dotok krvi u desni deo donjeg mozga i istovremeno u gornji levi deo velikog mozga.

Nažalost, slična je situacija i sa vraćanjem krvi iz mozga. Vene su takođe prignječene atlasom, što dovodi do usporenog protoka krvi kroz mozak i zato nastaje taloženje nečistoća u krvnim sudovima. Mozak je najzaštićeniji organ, ali preko krvi u njega stižu nečistoće.

Nervni signali se prostiru elektrohemijskim reakcijama. Kada su nervni putevi ometeni, dolazi do usporenog protoka signala i zbog toga se smanjuje funkcionisanje organa i sistema u organizmu. U mozgu dolazi do taloženja gvožđa iz krvi, pa molekuli gvožđa stvaraju neku vrstu kratkog spoja i umanjuju nervne signale.

Iz mozga kreću umanjeni signali i dodatno se umanjuju zbog prignječenja nervnih puteva pored prvog pršljena i pored ostalih pršljenova.

P O S L E D I C E

U prirodi obično postoji jedan uzrok i jedna posledica, a izmeštenost atlasa je jedan uzrok sa previše posledica.

Kompjuterskim jezikom rečeno – u donjem delu mozga postoje programi za tačno funkcionisanje organizma, ali kada zbog izmeštenosti atlasa ne stižu svi signali u čitavo telo, tada u organizmu nastaju odstupanja od normalnog funkcionisanja. Slično je i sa protokom materija kroz telo, zbog toga što su za normalno funkcionisanje ćelija, organa i svih sistema potrebne dovoljne količine materija u pravo vreme.

Metabolizam je usklađenost raznih sistema u organizmu, pa je zato normalna protočnost materija od izuzetne važnosti. Ćelije za svoj život koriste hemijska jedinjenja iz međućelijskog prostora, a kada ih nema dovoljno ili kada ih ima previše, tada ni ćelije ne mogu normalno da funkcionišu.

Likvor je tečnost koja se nalazi oko mozga i oko kičmene moždine, čiji je zadatak da štiti mozak i kičmenu moždinu. Izmeštenost atlasa ne smeta likvoru oko mozga, ali smanjuje njegov protok oko kičmene moždine i zato ona nije dovoljno zaštićena.

Zbog izmeštenog atlasa ni pljuvačne žlezde ne funkcionišu u potpunosti. Nedovoljno pljuvačke ili njen loš sastav utiču na

varenje hrane. Savremeni ubrzani tempo života čini da često brzo jedemo, pa se pljuvačni sok ne iskoristi ni onoliko koliko bi mogao.

Limfa i limfni sistem su prva linija odbrane organizma od virusa, bakterija i ostalih nečistoća. Limfni sistem postoji u čitavom organizmu, ali je najjači u gornjoj trećini tela, jer se spoljni uzročnici bolesti pretežno unose disanjem i hranom. Izmeštenost atlasa remeti limfne puteve, pa smanjuje prirodnu zaštitu organizma od bioloških napadača.

S razlogom se krv naziva „tečnost života", jer joj je zadatak da donosi hranljive čestice i kiseonik do svake ćelije, a pomaže i kod čišćenja organizma. Kada je atlasom pritisnut centar za cirkulaciju krvi, ugroženi su svi sistemi u organizmu.

Energija za funkcionisanje organizma dobija se procesom sagorevanja čestica iz hrane, a iz hemijskih jedinjenja se izdvaja materijal za građu ćelija koji omogućava potpunu regeneraciju. Zbog izmeštenog atlasa metabolizam je pogoršan, pa se zato regeneracija umanjuje.

Kada je zdravlje narušeno osnovnim uzrokom oboljenja, organizam je oslabljen i tada spoljašnji faktori još lakše utiču na pogoršanje zdravlja. Ukoliko su u telu prisutne poteškoće i oboljenja, organizam troši životnu energiju na pokušaje lečenja, ali do potpunog izlečenja ne dolazi zbog izmeštenosti atlasa. Pokušaji izlečenja troše energiju i slabe imunitet, pa zbog toga virusi, bakterije i paraziti još brže i lakše iscrpljuju organizam.

Poremećaji u funkcijama organizma dovode do poteškoća, a neke poteškoće prerastaju u oboljenja.

Poteškoće su žarišta iz kojih polagano nastaju oboljenja. Za neka žarišta ni sami ne znamo da postoje, a nije ih moguće otkriti ni medicinskim nalazima, pa se često pronađu tek kada je oboljenje već nastalo.

Poteškoće mogu biti estetske, psihičke i zdravstvene.

Estetske poteškoće su: pogrbljenost, gojaznost, ćelavost, celulit, razrokost...

Psihičke poteškoće su: depresija, smanjena koncentracija, umor, mucanje... Sa estetskim i psihičkim poteškoćama može se živeti, ali je kvalitet života umanjen.

Zdravstvene poteškoće su najbrojnije, a tu se svrstavaju: oslabljeno čulo sluha i čulo vida, upale sinusa i ušiju, krvarenje iz nosa i desni, otežano disanje, loša cirkulacija, bruh, alergije, gnojni procesi, bolovi ili slabost u mišićima, diskus hernije, trnjenje u rukama ili nogama, preterano ili smanjeno znojenje,

oticanje zglobova, glavobolje, ograničeni pokreti, ravni tabani, bubuljice, opstipacija...

Poteškoće obično život ne ugrožavaju, ali ga otežavaju. Zbog dodatnog izmeštanja prvog pršljena, postepeno nastaju nove poteškoće, koje vode do ozbiljnog narušavanja zdravlja, i tada i sam život biva ugrožen.

Na primer, gojaznost je poteškoća koja izaziva tanjenje diskova između pršljenova, pa se smanjuje protok signala iz kičmene moždine i zato organi počinju da obolevaju, a išijalgije i diskus hernije se pogoršavaju. Izmešten atlas krivi telo i zbog toga zglobovi nisu na tačnim mestima, a gojaznost dodatno tanji hrskavice u kukovima, kolenima i stopalima.

Hrkanje se ranije smatrao poteškoćom, ali se sada zna da je oboljenje. Tokom spavanja se zbog hrkanja nekoliko puta obustavlja disanje i neke druge životne funkcije. Kvalitetno spavanje je od izuzetnog značaja po zdravlje, a hrkanjem se prekida spavanje, pa zato dolazi do poremećaja u organizmu. Višegodišnje iscrpljivanje organa i sistema dovodi do dodatnog slabljenja organizma, a zatim se razvijaju i druga oboljenja.

Otežan i umanjen protok signala i materija onemogućava pravilnu regeneraciju organizma, pa degenerativne promene postaju teška hronična oboljenja koja ugrožavaju sam život. Tumori, ciste i artritisi dodatno slabe imunitet, pa je telo još podložnije infekcijama i poneko umre od gripa umesto od karcinoma.

Poteškoće i oboljenja ne bi trebalo da postoje, a postoje samo zato što se atlas ne nalazi na tačnoj poziciji.

P O Z I C I J A

Homo erektus je uspravanim stavom stekao preglednost, prednost i dominaciju nad nižima od sebe, a pozicija u prostoru je od presudnog značaja za opstanak.

Organizam je složen mehanizam u kojem sve treba da bude tačno pozicionirano kako bi skladno funkcionisao, ali u našoj vrsti to nije tako. Već u materici nastaju pomeranja iz anatomskih pozicija, a tokom života se zbog izmeštenog atlasa kosti i zglobovi još više pomeraju iz tačnih pozicija.

Mišići i unutrašnji organi su pričvršćeni za skelet, a zbog toga što kosti nisu na svojim pozicijama, ni meka tkiva nisu na tačnim mestima. Međusobno prignječenje unutrašnjih organa

otežava njihovo normalno funkcionisanje, pa i od toga nastaju problemi sa zdravljem.

Zglobovi povezuju kosti i omogućuju pokretljivost, ali zbog izmeštenosti prvog pršljena u zglobovima postepeno nastaju deformacije i zato im se pokretljivost smanjuje.

Pršljenovi su povezani diskovima koji im omogućavaju minimalna međusobna pomeranja, ali to nisu zglobne veze. Jedini zglob u kičmi je zglob atlasa i drugog pršljena, pa zato možemo okretati glavu levo-desno. Zbog izmeštenosti atlasa se tokom života smanjuje pokretljivost glave, a u starosti je to ozbiljan problem.

Kada se usled fizičke traume desi iščašenje nekog zgloba, taj zglob se mora namestiti. Iščašenost je stanje kada je kost potpuno ispala iz zgloba i fizičkom manipulacijom se vraća na svoje mesto. Postoji razlika između pojmova „iščašenost" i „izmeštenost". Izmeštenost je stanje delimične pomerenosti sa tačne pozicije u zglobu. Ponekad se dogodi mala izmeštenost iz zgloba i tada se kost može sama vratiti na svoje mesto.

Prvi pršljen je kod svakoga manje ili više izmešten, ali se, nažalost, ne može sam vratiti na pravo mesto zbog ligamenata koji ga drže na pogrešnom mestu i zbog istanjenosti hrskavica na atlasu i lobanji. Ligamenti čvrsto drže atlas prema lobanji i zato je nepomičan u toj svojoj poziciji. Ipak, kada se desi neka jača fizička trauma, ligamenti ne mogu da zadrže atlas i tada dolazi do još većeg izmeštanja, a to se dešava zbog toga što je atlas već bio donekle izmešten.

Prilikom saobraćajnih nesreća, težih padova ili snažnijih udaraca u glavu, dolazi do veće izmeštenosti atlasa i tada nastaje stanje kome ili tetraplegije. Koma nastaje zbog većeg prignječenja krvnih sudova, a tetraplegija zbog prignječenja kičmene moždine. Ako je bilo šta gore od smrti, to je stanje oduzetosti tela.

Prvi pršljen je iščašen kada potpuno ispadne iz zgloba sa lobanjom, a to se može desiti tokom najjačih fizičkih trauma. Kod živog čoveka atlas nikada nije iščašen, zato što bi tada nastupila smrt zbog kobnog prignječenja kičmene moždine i krvnih sudova.

Kada na automobilu jedan točak nije na tačnoj poziciji, tada počinje da rastresa čitav automobil i zato nastaju kvarovi. U tom slučaju je najbolje odmah centrirati točak. Izmešten atlas ne rastresa telo, ali ga s vremenom krivi i oštećuje. Najbolje je bebama ili maloj deci vratiti atlas na tačnu anatomsku poziciju, da bi se pravilno razvijali i čitavog života bili zdravi.

Izmešten atlas je najosetljivija tačka u telu, iz koje počinju skoro svi problemi sa zdravljem. Sigurno ste do sada to shvatili, a da biste se i uverili, pogledajte sebe u ogledalu. Naravno da se svaki dan gledate, ali niste videli kako zaista izgledate zato što uglavnom posmatrate svoje lice, zanemarujući ostatak tela.

Svaki dan posmatramo odraz u ogledalu i privikavamo se na svoj izgled, pa zato ne primećujemo ništa neobično na telu. Evo kako ćete prvi put u životu videti sebe onako kako stvarno izgledate.

Stanite ispred većeg ogledala u kojem vidite celu svoju figuru, i spustite ruke pored tela. Opustite se i pogledajte na koju stranu vam je pomerena karlica. Kod preko osamdeset odsto ljudi karlica je pomerena udesno. Zatim pogledajte koje vam je rame niže. U preko osamdeset odsto slučajeva je desno rame niže. Sada pažljivo pogledajte koje vam je rame pomereno unapred. Kod većine desno stoji unapred.

Dok gledate telo, vi u stvari vidite kako vam je prvi pršljen izmešten. Mnogi su neprijatno iznenađeni kada vide kako zaista izgledaju.

Sledeću poziciju ne možete videti sami, a ona je najvažnija. Neka vas neko pogleda sa strane i vidi da li vam glava stoji unapred. Glava je unapred u odnosu na telo kod većine ljudi, jer je atlas kod većine izmešten unazad. Kada se telo gleda sa strane, uvo i kuk stoje unapred, a rame i peta unazad. Dok u automobilu čekate da se upali zeleno svetlo, posmatrajte ljude na pešačkom prelazu i videćete da je većini glava unapred u odnosu na telo.

Pogledajte članove svoje porodice, pa ćete zapaziti da je i kod njih slična situacija. Kod male dece se ne primećuju razlike, ali kod starijih se to lako uočava.

Jedna od osnovnih odlika života je pokretljivost i zbog toga su retke situacije da grupa ljudi stoji mirno okrenuta prema vama kako biste mogli uporediti njihova tela. Ipak, dok slušate neki hor lako ćete uočiti sličnu nakrivljenost tela kod većine članova hora. Uobičajene nakrivljenosti i ukrivljenosti tela nastale su još pre rođenja, a kod manjeg postotka ljudi primetne su drugačije pozicije, jer im se tokom života atlas drugačije izmestio.

Stanite ponovo pred ogledalo i vidite koliko je centimetara jedno rame niže od drugog. Većini je desno rame niže oko dva centimetra, a to je zbog toga što je desna stranica atlasa dva milimetra niža od leve.

Uočite koje vam je rame istureno unapred, a koje unazad. Ako je atlas više zaokrenut, tada je veća i zaokrenutost ramena. Kod većine je desna strana atlasa unazad i zato desno rame stoji unapred, a desna strana karlice unazad.

Atlas može biti nakrenut, zaokrenut i izmešten unazad. Četvrta izmeštanost je u stranu i tu izmeštenost ima veliki broj ljudi. Ona nastaje prilikom udaraca u telo ili u glavu sa strane. Zagledajte se u vrat, pa ako je nakrenut udesno, onda je atlas izmešten ulevo, a kada je vrat nakrenut ulevo, tada je atlas izmešten udesno.

Postoji i peta izmeštenost atlasa, koja je izuzetno retka, a dešava se onima koji su rođeni karlično, pomoću hvataljki ili vakuuma, pa im je stoga više izdužena lobanja, a samim tim i dno lobanje. S vremenom lobanja poprima pravilniji oblik, ali to nije dovoljno i zato se atlas postavlja nisko u odnosu na lobanju. Zbog toga su ligamenti izduženiji i ne mogu čvrsto da drže atlas, pa se on lakše izmešta, a ti su ljudi bolesniji od ostalih.

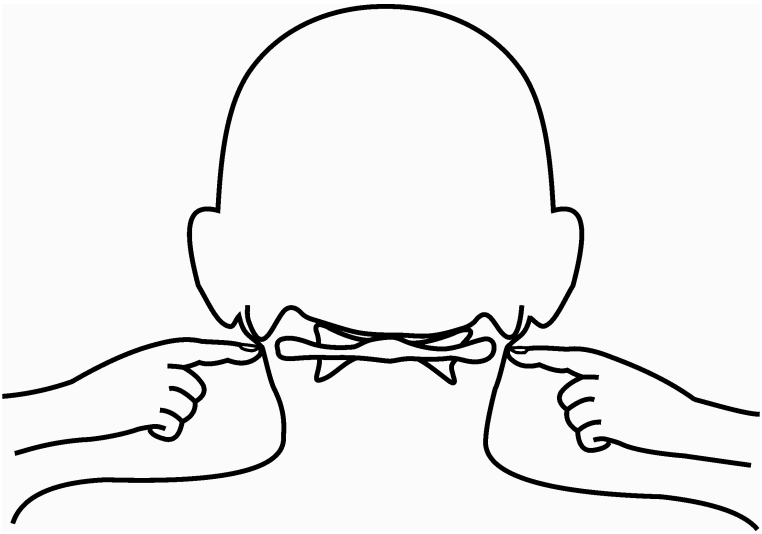
Nažalost, kod malog broja ljudi je prisutna samo jedna ili dve vrste izmeštenosti. Kod većine su prisutne tri vrste, i to one koje su nastale tokom razvoja fetusa.

Kroz život se navikavamo na smanjenu pokretljivost glave, pa zato većina ljudi nema osećaj da manje okreće glavu u jednu stranu. Neka neko proveri koja je to strana u vašem slučaju. Maksimalno okrenite glavu na jednu, pa na drugu stranu, a taj ko vas posmatra lako će uočiti koji je okret manji. Kod većine je ograničen okret u levu stranu zbog slične izmeštenosti atlasa.

Skoro svako može sebi ili drugome da napipa najveću grešku ljudskog roda – pogrešnu poziciju atlasa.

Nakrenite glavu unazad i tačno iza dna ušiju kažiprstima napipajte dno lobanje. To što pipate izgleda kao čvrsta kvrga, pa tada pomerite prste naniže i osetićete stranice atlasa, jer je na tom mestu samo njih moguće napipati. Između dna lobanje i stranica atlasa postoje mala udubljenja. Uporedite udubljenja na levoj i desnoj strani, pa ćete lako osetiti razliku. Kod većine je na desnoj strani veći razmak između dna lobanje i stranice prvog pršljena. Ako ste to osetili, znači da vam je na desnoj strani atlas nakrenut naniže.

OPIPAVANJE IZMEŠTENOSTI ATLASA



Zaokrenutost atlasa možete osetiti kada uporedite razmak između stranica atlasa i vilice. Najčešće je razmak na desnoj strani veći. Zbog zaokrenutosti prvog pršljena većinom nastaje pomerenost vilice u desnu stranu. Na levoj strani atlas gura donji deo zgloba vilice unapred, pa zato postoji asimetrija lica. Žene imaju veću zokrenutost atlasa i veću asimetriju lica.

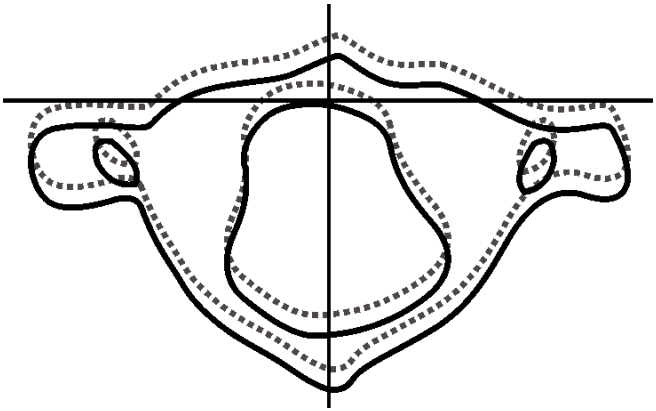
Tom asimetrijom su se bavili slikari, vajari i morfolozi, ali nisu shvatili kako ona nastaje. Slikari i vajari u nedostatku objašnjenja pokušavaju da nas ubede kako je ta asimetrija zanimljiva, ali ona nije pitanje estetike, već zdravlja, jer izaziva nepravilno žvakanje hrane i zubi se na jednoj strani više troše. Bol u vilici ometa žvakanje, a nedovoljno pripremljena hrana stvara probleme želucu.

Atlas je kod većine ljudi nakrenut na desnoj strani naniže, a na levoj naviše. Kada se tokom života dobije udarac u glavu sa leve strane ili u telo sa desne strane, tada se atlas nakrene suprotno (desno gore, levo dole). Zbog toga nastaje pomerenost karlice u levu stranu i spuštenost levog ramena. Izuzetno retko se dešava da takav udarac nije previše jak, pa se atlas postavi u horizontalan položaj, i zato kod tih ljudi ne postoji nakrenutost ramena i pomerenost karlice, pa nemaju ni skolioze.

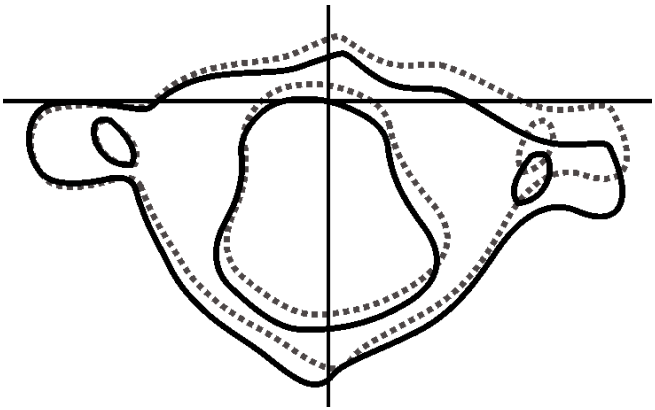
Tokom pedesetih godina života prvi pršljen je u proseku dva milimetra izmešten sa anatomske pozicije.

NAJČEŠĆE VRSTE IZMEŠTENOSTI ATLASA

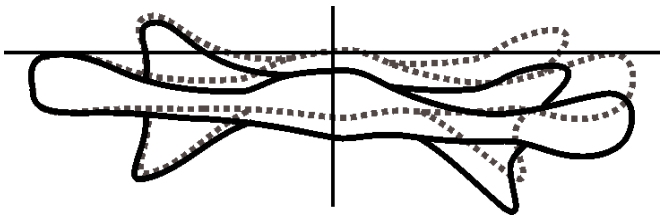
unazad



zaokrenut



nakrenut



Bebama i deci se prvi pršljen namesti za nekoliko sekundi, a odraslima za jedan minut. Na taj način se ispravlja greška koja je nastala pre nekoliko desetina hiljada godina. Kada se bebama namesti atlas, njihovo telo neće biti deformisano, a kod odraslih posle nameštanja deformacije postepeno nestaju.

D E F O R M A C I J E

Deformisanost je stanje odstupanja od pravilnog oblika. Kada je deformisan neki predmet, to se može popraviti, ali je deformacija organizma ozbiljan problem po zdravlje. Oblik tela i delova tela zavisi samo od toga kako i koliko je atlas izmešten.

Prostor je osnovna pojava u univerzumu, bez koje ništa drugo ne bi moglo da postoji. Pritisak prostora je najjača sila u univerzumu, koja deformiše sve ostalo, ali se istovremeno deformiše i sam prostor, u zavisnosti od količine materije koju neki objekat poseduje i od brzine kojom se kreće.

Metar je osnovna jedinica mere za dužinu. Pomoću metra se definiše veličina prostora, ali je i sam prostor rastegljiv i zato jedan metar nije iste dužine svugde u prostoru. U zavisnosti od stanja prostora, metar može biti kraći ili duži.

Mars je slične veličine kao Zemlja, ali je duplo lakši. Da je čovek mogao nastati na Marsu, bio bi visok četiri metra, a zbog izduženog oblika tela bi, gledano našim očima, delovao smešno. Marsovci sada ne postoje, ali će u budućnosti postojati, i to će biti naši potomci, a njihovi potomci će, zbog manje gravitacije, iz generacije u generaciju bivati sve viši.

Za sada smo tu gde smo i kakvi smo. Sile koje postoje bilo gde u univerzumu, prostiru se i kroz nas. Takvi smo kakvi smo, a bilo bi mnogo bolje da ne postoji greška koja nas deformiše. Ta mala greška je pogrešna pozicija atlasa, zbog koje je i on sam deformisan.

Ako bilo koja kost u telu treba da ima besprekoran oblik, onda je to prvi pršljen, jer se zbog njegove deformacije i ostale kosti deformišu.

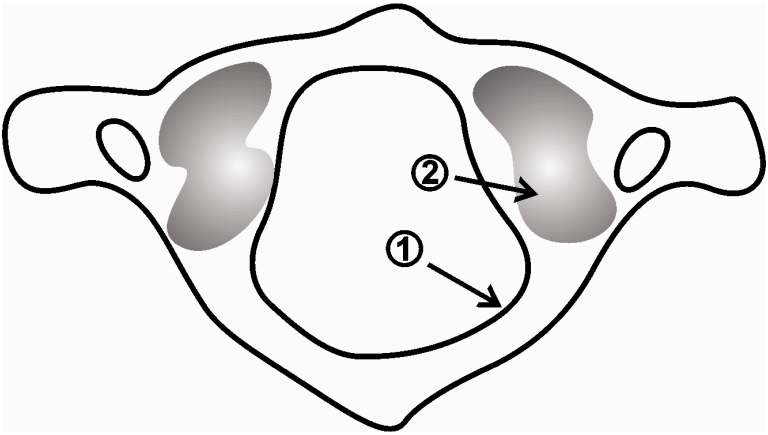
Deformisanost atlasa nastaje tokom razvoja fetusa zbog položaja u kojem spava. Tokom spavanja materica gura glavu fetusa u dva pravca, unapred i ulevo. Dno lobanje vrši veći pritisak na desnu stranu prvog pršljena i deformiše ga još tokom formiranja. Kod većine ljudi su čitavog života prisutne

te početne deformacije, a kod manjine se zbog udaraca u glavu ili telo atlas deformiše i u drugim pravcima.

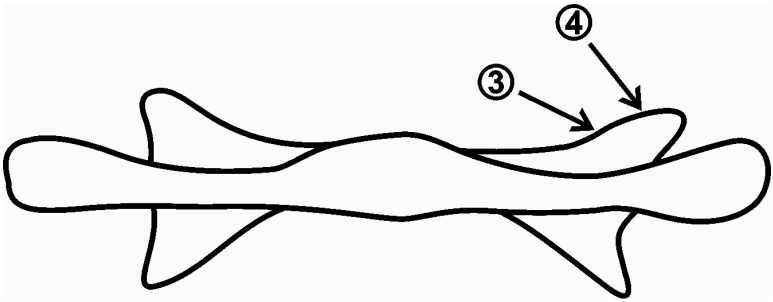
Leva i desna strana atlasa bi trebalo da su simetrične, ali nažalost nisu. Postoji više vrsta deformacija, a na crtežima su prikazana četiri mesta na atlasu koja utiču na deformisanost čitavog skeleta.

DEFORMACIJE NA ATLASU

1. **Zadnji luk atlasa je razvučen udesno;**
2. **Desna površina hrskavica je veća od leve;**



3. **Hrskavice su na desnoj strani istanjene;**
4. **Desna izraslina atlasa je nagnuta.**



Ove četiri vrste deformacija su najčešće, a ako je atlas u nekom drugom položaju, nastaju drugačije deformacije.

Kod većine ljudi deformisanost tela nije lako uočljiva, a manjina ima izražene deformitete, pa se muče sa traženjem odgovarajuće odeće, jer se konfenkcijska odeća kroji prema pravilnim oblicima tela. Ljudi sa izraženim deformitetima šiju

odeću prema svom obliku tela, a krojači nekako uspevaju da nadoknade različitu dužinu ruku i nogu.

Karlična kost je jedna od većih kostiju u telu, ali je i ona minimalno deformisana zbog prvog pršljena, koji spada među manje kosti. Tokom sedenja većina ljudi prebaci desnu nogu preko leve, jer je većini karlica pomerena udesno i na desnoj strani podignuta. Kada se noga prebaci, karlica se postavlja u povoljan položaj i ispravlja kičmu. Zbog toga se signali lakše propuštaju i nastaju olakšanja u leđima i u desnoj nozi.

Morfologija je nauka koja se bavi oblikom i strukturom organizma, a postoji jedna pojava koje nisu svesni ni morfološki stručnjaci.

Kada je karlica pomerena udesno, u starosti počinje da se pomera ka levoj strani, a proces pomeranja traje desetak godina, pa ga nisu svesni ni oni kojima se dešava. Kada se karlica previše pomeri u levu stranu, tada nastaju bolovi i ljudi nose štap u desnoj ruci da bi smanjili bolove i da bi obezbedili oslonac. Proces se i dalje nastavlja, i posle nekoliko godina štap više nije dovoljan, pa ti ljudi hodaju uz pomoć šetalice. Nakon nekog vremena vrši se operacija desnog kuka, a kasnije i levog. Kada je atlas nameštен, karlica se vraća u sredinu i trajno ostaje horizontalna, pa se neće nositi štap i operisati kukovi.

Deformisanost tela obično podrazumeva iskrivljenost, ali kada su stopala ispravljena, onda je i to jedna vrsta deformiteta. Ravna stopala ima manji broj ljudi, zbog toga što je kod njih atlas izmešten unapred. Posle nameštanja prvog pršljena na stopalima nastaju pravilne krivine. Kod dece i mladih taj proces traje nekoliko meseci, a kod odraslih nekoliko godina.

Ljudima se izuzetno retko donji zubi nalaze ispred gornjih. U takvim slučajevima medicinski stručnjaci smatraju da se radi o deformaciji donje vilice i predlažu skraćenje vilice. To nije izduženost vilice, već je vilica izmeštena unapred zbog toga što je atlas izmešten unapred, pa trajno gura vilicu.

Kada je atlas nameštен, postojeći deformiteti se smanjuju ili potpuno nestaju, a novih deformiteta nema.

Morfološka nauka smatra – ukoliko je kod većine ljudi telo slično deformisano, onda je to normalno. Pitanje za tu nauku je: Kako se posle nameštanja atlasa telo polagano ispravlja i kako se deformisanost smanjuje?

Šta je tada normalno i kako je moguća ta razlika?

R A Z L I K A

Razlike postoje u čitavom univerzumu, a istovremeno su prisutne i težnje ka smanjenju razlika. Te težnje su pokretačka snaga koja omogućava bolja rešenja, pa su zato razlike korisne. Kod ostalih sisara atlas se nalazi na pravom mestu, a samo je kod ljudi izmešten, tako da ta razlika nama nije korisna.

Raznolikost je poželjna i zato što je jednolikost monotona. Jednojajčani blizanci imaju neki detalj po kojem se razlikuju, ali i kada su fizički identični, zdravlje im je različito. To je tako zato što se i blizancima atlasi nalaze na različitim mestima. Još u materici nastaje razlika u poziciji atlasa, a tokom života zbog različitih fizičkih trauma dolazi do dodatnih razlika u poziciji prvog pršljena.

Kada i kod blizanaca postoje razlike u zdravlju, onda nije čudno što postoje ljudi koji su bolesniji od ostalih.

Da li ste se nekada zapitali zbog čega su neki ljudi zdravi, a neki bolesni. Osnovni razlog za tu razliku je što se atlas kod bolesnih nalazi na lošijem mestu.

Više izmešten atlas – više bolesti.

Manje izmešten atlas – manje bolesti.

Ovi odnosi se mogu potvrditi statističkim istraživanjem.

Ponekad se desi da je čovek zdrav, ali ako padne sa bicikla, u sledećih godinu dana počinje da oboleva. Tokom padova se zadobijaju povrede koje se polagano iscele, pa se pad zaboravi, ali od tada nastaju problemi sa zdravljem zato što je atlas još više izmešten.

Niko ne povezuje izmeštanje atlasa sa početkom oboljenja, pa čak ni medicina, a razlog je taj što je disfunkcija pojedinih organa posle izmeštanja postepena. U zavisnosti od toga šta je u prvom mozgu prignječeno, pojedini organi ne dobijaju sve signale za normalan rad i polagano počinju da gube funkciju. Zbog izmeštenosti atlasa kičma počinje da se krivi i dodatno umanjuje signale, pa je i to jedan od razloga što bolesti počinju kasnije.

Bez obzira na rase, svi ljudi imaju sličan oblik tela, ali je nemoguće naći dva potpuno ista čoveka. Raznolikost postoji i kod životinja, ali je neuporedivo manja nego kod nas. Kada se posmatra stado životinja i jato ptica ili riba, uočavaju se telesne sličnosti. Zašto u ljudskoj vrsti postoje velike razlike i zbog čega je to tako?

Izmešten atlas izmešta skoro sve kosti i zbog toga nastaju razlike u njihovoj poziciji, dužini i obliku. Kod većine ljudi jedna noga izgleda kraća.

Dužina nogu se meri od kuka do tla. Kod većine je kraća leva noga kada se meri u stojećem položaju, a kada se kod istog čoveka u ležećem položaju uporedi dužina nogu, tada je kraća desna noga. Kako je moguća ta razlika i zbog čega je u ležećem položaju kod većine ljudi desna noga kraća jedan centimetar? Pravo stanje je da su noge skoro iste dužine, ali zbog nakrenute karlice izgleda kao da je desna noga kraća. Zbog nakrenutog atlasa je nakrenuta karlica, pa povlači desnu nogu. Kod većine je atlas na desnoj strani spušten, pa je zato karlica na desnoj strani podignuta.

Kod apsolutne većine ljudi postoji razlika u dužini i obliku parnih kostiju. Ta asimetrija nastaje još tokom razvoja fetusa i tako se nastavlja čitavog života.

Desna ključna kost je kraća od leve i ima zaobljeniji oblik, a slično je i sa kostima grudnog koša. Minimalna razlika postoji i u kostima nogu. Zbog izmeštenosti atlasa, kod većine ljudi je na desnoj strani tela veće opterećenje i zato su kosti desne noge minimalno kraće od leve, ali ta razlika nije jedan centimetar, već jedan milimetar.

Samo su kosti u levoj i desnoj ruci slične veličine, zato što se jedino ruke nalaze pored tela, pa na njih ne deluje sila koja deformiše telo.

Osim razlike između parnih kostiju, i kod neparnih kostiju postoji asimetrija leve i desne strane.

Lobanja je kod većine ljudi slično deformisana. Temena kost je na levoj strani ispupčenija nego na desnoj, a na čeonoj kosti postoji suprotno ispupčenje. Devijacija u nosu je manje ili više izražena kod svakoga. Kod većine je pregrada u nosu pomerena u desnu stranu, a iz nje izrasta hrskavičavi deo, pa je to razlog što većina ljudi otežano diše na desnu nozdrvu.

Otvor na dnu lobanje je kod većine minimalno pomeren udesno. Ta pomerenost jeste minimalna, ali izaziva maksimalan problem, zato što sa tog mesta nastaju zdravstvene poteškoće. Otvor na dnu lobanje je malo pomeren udesno, a otvor na atlasu ulevo, pa se i zbog toga vrši pritisak na kičmenu moždinu.

Sredina grudne kosti je minimalno pomerena ulevo, ali to ne utiče na zdravlje i na funkcije pluća i srca. Dno grudne kosti je izuzetno retko savijeno unutra ka pleksus solarisu, a to tim ljudima izaziva nervozu i lošiji rad želuca.

Pršljenovi spadaju u neparne kosti. Razlika između leve i desne strane pojedinih pršljenova utiče na zdravlje. Organi ne dobijaju dovoljno signala iz mozga i s vremenom se smanjuje njihova funkcionalnost zbog prignječenja nerava koji prolaze pored pršljenova, pa je to razlog što kod parnih organa postoji razlika u funkciji na levoj i desnoj strani.

Takav je slučaj kod štitaste žlezde, pluća, bubrega, jajnika ili testisa. Zbog genetski uvećane jetre desni bubreg je spušten, a levi se nalazi na anatomskom mestu. Zbog zaokrenutosti atlasa levi nervus vagus je prignječen i zato levi bubreg prima manje signala i funcioniše lošije od desnog, pa češće nastaje kamen u levom bubregu.

Kada je manja razlika u funkciji parnih organa, manji su i problemi, ali u ljudskoj vrsti ponekad nastaju prevelike razlike. U preko osamdeset odsto slučajeva prvo počinje bol u desnom kolenu i kod tih ljudi postoji išijalgija u levoj nozi.

Posle četrdesete godine života većina ljudi oseća razliku između leve i desne strane tela. Imaju više problema na desnoj strani, a razlog za to je veće opterećenje desne strane tela koje nastaje zbog atlasa nakrivljenog udesno.

Živimo u svetu dešnjaka. To je prisutno čak i kod životinja i ptica, ali je u ljudskoj vrsti upadljivije. Preko devedeset odsto ljudi su dešnjaci, a niko ne zna zbog čega je to tako. Shvatio sam da to nastaje tokom razvoja fetusa, kao posledica izmeštenosti prvog pršljena.

Zbog nakrenutosti i zaokrenutosti atlasa, desno rame stoji niže i unapred, pa je zato desna ruka minimalno bliža onome što se hvata. Odmalena deca hvataju predmete desnom šakom i zbog toga postaju dešnjaci. Mozak svaki put određuje kojom će rukom da reaguje i odlučuje se za onu koja je bliža predmetu, a to se ponavlja stotinama puta na dan i postaje navika. Dečaci su u detinjstvu nemirniji i atlas im se izmešta malo drugačije nego devojčicama, pa je zato više levorukih muškaraca nego žena.

Među ljudima postoji velika razlika u dizanju ruku na leđa. Kod većine se desna ruka diže manje od leve. Tokom života razlika u visini dizanja biva sve veća, a kasnije se obe ruke sve manje dižu, jer se zbog izmeštenog atlasa telo u starosti sve više krivi.

Kada se posmatra sa strane, nema razlike u obliku tela kod devojčica i dečaka, ali razlika nastaje tokom puberteta dok devojčice dobijaju dojke. Razlika u silueti tela ne dešava se zbog isturenosti dojki koliko zbog težine dojki, koje ženama menjaju statiku i oblik tela.

Ljudsko telo je kao poluga koja je u uspravnom položaju donjim krajem pričvršćena za planetu. Prosečne dojke su teške jedan kilogram, pa to ženama menja statiku tela i izvodi telo iz ravnoteže. Poneka devojka zbog veće seksualne privlačnosti postavlja ramena unazad, ali to je češće spontano, da telo zbog težine dojki ne bi pretezalo unapred. Pri tome glava ostaje na svom mestu, ali se grudni koš postavlja unapred, a karlica unazad i zato se ženama u vratnom delu kičme stvara veća krivina unapred.

Kod žena kojima je atlas previše izmešten unazad, postoji izražena spondiloza u vratnom delu kičme. Većinom se tim ženama pojavljuje izbočina u ramenom delu kičme, ali ta grbica je više estetski problem nego zdravstveni. Kada se atlas namesti grbica počinje da se smanjuje, a posle godinu ili dve nestaje. Tokom nameštanja atlasa menja se težište glave, i od tada gravitacija vraća normalnu statiku tela, pa kičma zadobija pravilan oblik i nestaju lordoza, spondiloza i grbica.

Oboljenje štitaste žlezde je pet puta češće kod žena nego kod muškaraca. Pošto signali za štitastu žlezdu prolaze pored pršljenova u vratnom delu kičme, a vratna lordoza je kod žena veća, nervi su im više prignječeni. Ženama obično prvo oboleva desna strana štitaste žlezde, a ta razlika nastaje zbog toga što je kod većine žena atlas slično izmešten. Devojčice i žene su mirnije od dečaka i muškaraca, pa zato kod njih atlas češće ostaje u položaju koji je nastao pre rođenja. Zbog težine dojki i zbog početne izmeštenosti atlasa, žene u vratnom delu kičme imaju veću lordozu, skoliozu i uvrnutost nego muškarci.

Za razliku od žena, muškarcima se grbica pojavljuje po sredini kičme, a u tom predelu se nalaze najvitalniji organi. Ti organi ne funkcionišu pravilno zbog prignječenosti nerava koji prolaze pored pršljenova, i to je jedan od razloga što muškarci žive kraće od žena.

Postoji razlika u poziciji atlasa kod muškaraca i kod žena, pa zato postoji i razlika u zdravlju. Tokom života muškarci dobijaju više udaraca u glavu i telo, pa im je atlas više izmešten i zato su bolesniji od žena.

Da li ste se nekada zapitali zbog čega neki ljudi žive kraće, a neki duže? Osnovni razlog je taj što je kod ljudi koji su živeli kraće atlas bio više izmešten.

Više izmešten atlas – kraći život.

Manje izmešten atlas – duži život.

I ove odnose je moguće statistički potvrditi.

Zbog izmeštenosti atlasa, izgleda da su zdravlje i dužina života pitanje sreće. Najbolji dokaz za to su ljudi koji žive preko devedeset godina. Tim ljudima se tokom većeg dela života atlas nalazi na boljem mestu, pa su zato dugovečni. Ipak, i njima je potrebno nameštanje, da bi živeli još zdravije i duže.

Kod dece kojoj se atlas namesti do puberteta, podesiće se simetrija tela, tako da neće biti razlike između leve i desne strane, a još je važnije što će ta deca živeti zdravije.

U nekoliko prethodnih hiljada godina nastali su različiti načini nameštanja atlasa, a u prethodnih sto godina je nastalo još više načina, koji konkurišu jedni drugima. Razlika između raznih vrsta nameštanja je korisna zbog toga što se konačno došlo do najboljeg rešenja.

Kada svi ljudi na svetu dobiju namešten atlas, smanjiće se razlike u obliku tela i razlika u odnosu bolesnih i zdravih.

U budućnosti će se prošlost deliti na dve epohe – vreme bolesnog čovečanstva i vreme zdravog čovečanstva. Ta razlika u epohama je poželjna.

Razlika stvara stanje neravnoteže, a zbog razlike postoji i stalna težnja ka ravnoteži.

N E R A V N O T E Ž A

Neravnoteža je prisutna u čitavom univerzumu, ali je istovremeno prisutna i težnja ka ravnoteži.

Kada ne bi postojala neravnoteža, sve bi stalo, zato što je neravnoteža pokretačka snaga. Neravnoteža je svugde korisna osim u ljudskom telu.

Uvećana jetra je uzrok, a posledica je to što nam se atlas još u materici formira na pogrešnom mestu, pa smo zbog toga tokom većeg dela života neuravnoteženi i bolesni.

Zbog uspravnog stava tela, težnja ka ravnoteži je stalno prisutna i u ljudskoj vrsti. Da ne bismo pali, mišići neprekidno rade dok stojimo ili hodamo i omogućuju nam stanje ravnoteže.

Kada je neki izduženi predmet uspravljen, tada je oslonjen na jednu tačku oslonca i zato može pasti na bilo koju stranu. Predmet koji ima dve tačke oslonca može pasti na dve strane. Tek sa tri tačke oslonca nastaje trajno stanje ravnoteže.

Homo erektus je napravio epohalan podvig kada je uspeo da ostane uspravljen na dve tačke oslonca. Kretanje je odlika života, pa su zasluge homo erektusa još veće zbog toga što je

uspeo da prilikom hodanja ostane u stanju ravnoteže na samo jednoj nozi.

Lakše je stajati nego hodati zato što smo tokom stajanja oslonjeni na dve noge, a tokom hodanja samo na jednu. Dok se krećemo, uglavnom smo oslonjeni na jednu tačku oslonca, a to se graniči sa nemogućim. Od nekoliko miliona vrsta koje su postojale ili koje postoje, jedino ljudska vrsta može uživati u prednostima uspravnog stava.

Centar za ravnotežu je smešten u moždanom stablu, koje se nalazi pri dnu mozga. Da bi telo ostalo u ravnoteži, centar za ravnotežu prima informacije iz čitavog organizma i brzo reaguje na njih. Postoje tri osnovne informacije koje stalno stižu do centra za ravnotežu. U srednjem uhu, sa leve i desne strane, nalazi se parni organ čija je osnovna funkcija da oseća dejstvo sile gravitacije. Čulo vida je, pored glavne funkcije viđenja, zaduženo i da centru za ravnotežu javlja informacije o prostornoj orijentaciji. Treća informacija stiže iz stopala i šalje podatke o stanju tla pod nogama.

Parni organ u srednjem uhu je nasleđen od prapredaka koji su stajali na četiri noge. Dve noge napred i dve nazad su omogućavale veću stabilnost napred-nazad nego u stranu, pa je zato u stojećem stavu lakše održavati ravnotežu napred-nazad nego u stranu. Ova dva senzora i nama pružaju mogućnost da lakše održimo ravnotežu u stranu nego napred-nazad, pa zato imamo izdužena stopala. Zbog uspravnog stava ljudskoj vrsti bi bilo bolje da ima još dva senzora za ravnotežu, na vrhu nosa i pozadi, na potiljku.

Naša glava iznosi deseti deo težine tela. Zbog pozicije na vrhu tela i zbog sila koje deluju na telo, pravo stanje stvari je da nam je glava četvrti deo težine tela. Zbog te razlike, centar za ravnotežu većinu informacija prima iz glave.

Da se prvi pršljen nalazi na tačnom mestu, ne bi postojali problemi sa ravnotežom, i pored toga što nam je glava teža nego što je zaista teška.

Senzori za ravnotežu su smešteni u srednjem uhu, a centar za vid u temenom delu mozga. I senzori ravnoteže i centar za vid se nalaze u blizini malog mozga, čiji je osnovni zadatak da izdaje komande mišićima. Ova međusobna blizina je potrebna zbog situacija nagle nestabilnosti, kada informacije treba brzo da stižu kako bi čitav sistem za ravnotežu brže reagovao.

Medicinska nauka se naglo razvija, ali i dalje ne može da pronađe uzrok vrtoglavica i nestabilnosti, pa čak te dve pojave svrstava u jednu. Nije lako povezati vrtoglavice i nestabilnost,

zato što postoji zavisnost senzora za ravnotežu, centra za vid, signala iz stopala i protoka krvi kroz mozak.

Vrtoglavice nastaju zbog nedostatka krvi u jednom delu donjeg mozga, a do nestabilnosti dolazi zbog nedostaka signala iz jednog stopala. Zbog izmeštenosti atlasa nastaje nedovoljna prokrvljenost donjeg mozga i, istovremeno, nedostatak signala iz jednog stopala, pa verovatno zbog toga medicinski stručnjaci ne mogu da shvate međusobnu vezu te dve pojave.

Homo erektus nije prvi koji je uspeo da stoji i da hoda na jednoj tački oslonca, ali je prvi koji je ovladao uspravnim stavom tela.

Mnoge vrste dinosaurusa su desetine miliona godina pre homo erektusa uspele da stoje i da se kreću na dve noge, ali nisu imale uspravan stav tela. Ptice su vrsta dinosaurusa koja je pre šezdeset pet miliona godina preživela pad asteroida. Pticama nije teško da stoje na dve noge zato što im je telo lako, ali njima hodanje nije prioritet, već letenje. Većina ptica uspeva da stoji na jednoj tački oslonca a da ne padne na stranu, zbog dugačkih kandži koje su raspoređene u raznim pravcima, pa imaju veliku površinu oslonca.

Čovek može da stoji na jednoj nozi, ali ne može dugo da održava ravnotežu. Sa otvorenim očima može kratko da stoji, a kada zažmuri ubrzo izlazi iz stanja ravnoteže i pada.

Ponekom se dešava da u uspravnom položaju ne oseća nestabilnost, ali u ležećem položaju nastaje to stanje, pa zato mnogi spavaju polusedeći. Ta neprijatnost se javlja bez obzira da li se gleda ili žmuri. Na to stanje ne utiče nedostatak signala iz stopala niti iz centra za vid, nego manjak krvi u mozgu.

Krvni sudovi su prignječeni izmeštenim prvim pršljenom, koji se naslanjanjem glave na jastuk dodatno pomeri, pa se zbog toga još više smanjuje dotok krvi u mozak. Vrtoglavica nastaje i kada se glava zabaci unazad. Krv kroz mozak prolazi za tri sekunde, a zbog izmeštenog atlasa nema je dovoljno, pa se u položaju sa glavom unazad ili tokom ležanja javlja vrtoglavica. Zbog nedostatka krvi počinje nesvestica, a zbog nje nastaju stanja straha i panike.

Kada u donjem mozgu nema dovoljno krvi, smanjuje mu se funkcionalnost i on ne šalje sve signale u mišiće, pa zato čak i u ležećem položaju nastaje stanje neravnoteže, koje je izuzetno neprijatno.

U slučajevima nestabilnosti vrše se ispitivanja u ušima, glavi ili u mozgu, ali uzrok nestabilnosti se ne nalazi na tim mestima, već ispod lobanje ili pri dnu kičme. Nerv kroz koji

stiže signal iz jednog stopala je pritisnut izmeštenim atlasom, nekim od pršljenova na dnu kičme, ili i jednim i drugim. Ako iz jednog stopala ima signala, a iz drugog nema, tada dolazi do nestabilnosti, odnosno stanja neravnoteže.

Kod većine vrtoglavice nestaju odmah posle nameštanja atlasa zbog toga što je otklonjeno prignječenje krvnih sudova, a nestabilnost nestaje odmah posle nameštanja u slučajevima kada je signal iz stopala bio blokiran atlasom, ali ako je bio prignječen nerv u donjem delu kičme, nestabilnost nestaje tek kada se pršljenovi u lumbalnom delu kičme postave u bolji međusobni položaj.

Posle nameštanja prvog pršljena može da se pojavi blaga nestabilnost koja je prolazna, a to se dešava zbog poboljšanja statike tela.

Da bi neki izduženi predmet mogao da stoji u uspravnom položaju, težište treba da bude u uzdužnoj osi koja je upravna prema planeti. Na dnu predmeta je tačka oslonca, a na vrhu se nalazi tačka koja treba da dođe tačno iznad tačke oslonca, kako bi predmet ostao uspravljen. I mi u uspravnom stavu imamo tačku oslonca koja se nalazi između stopala, a imamo i gornju tačku na temenu glave. Nažalost, zbog izmeštenog atlasa nama se tačka na temenu ne nalazi iznad tačke oslonca.

Od kada prohodamo, čitavog života pokušavamo da gornju tačku držimo iznad tačke oslonca, ali zbog izmeštenosti atlasa ne uspevamo. Stalni pokušaji uravnoteženja krive telo i kičmu, a posledica su bolovi u mišićima i zglobovima.

Naše telo nije čvrst predmet, ali isti prirodni zakoni važe i kod nas. Zbog elastičnosti tela mi možemo stajati uspravno, ali se telo krivi da ne bismo pali. Težište tela se nalazi u sredini stomaka i mi uspevamo da ostanemo uspravni zbog toga što se neprekidno koriguje položaj težišta. Nažalost, kod većine ljudi je tokom dužeg perioda života atlas izmešten u položaj zbog kojeg se težište nalazi desno u odnosu na uzdužnu osu i zato nastaje slično krivljenje tela i kičme.

Tokom dvadesetog veka nauka se brzo razvijala, ali je tek na kraju veka napravljen robot koji može da ide na dve noge. Da ne bi pao, robot je načinjen tako da oponaša ljudski hod. Nauci je trebalo sto godina da ostvari ono što je homo erektus uspeo pre milion petsto hiljada godina.

Robot nema atlas, a poluge u robotu su od od čvrstog materijala i zbog toga ne mogu da se iskrive. Homo erektusu je atlas bio na mestu i nije imao krivo telo, pa nije imao ni unutrašnji uzrok bolesti.

U većini borilačkih veština takmičar pokušava da udarcem u glavu protivniku poremeti centar za ravnotežu. Za razliku od nasilnih borilačkih veština, aikido se zasniva na mudrosti da je pobednik onaj ko ostane na nogama, a ne onaj ko je snažniji. Takmičari u aikidu koriste gravitaciju tako što zadržavaju svoje telo u ravnoteži i istovremeno pokušavaju da protivnika izvedu iz ravnoteže. U aikidu smatraju da se težište tela ne nalazi u stomaku, već u području atlasa. Takmičar aikida zadržava telo u ravnoteži tako što glavu drži u pravcu sredine između stopala.

Težište glave je izmešteno zbog izmeštenosti atlasa, a to izmešta težište tela na onu stranu gde je težište glave i zato tokom stajanja postoji stanje neravnoteže.

Zbog izmeštenog atlasa svim ljudima je, manje ili više, telo ukrivljeno, pa skoro ništa nije na tačnom anatomskom mestu. Jedino što se kod svakog čoveka nalazi na tačnom mestu je prvi grudni pršljen, ali se nekoliko centimetara iznad njega nalazi izmešteni atlas, koji postepeno izaziva skoro sve nepravilnosti.

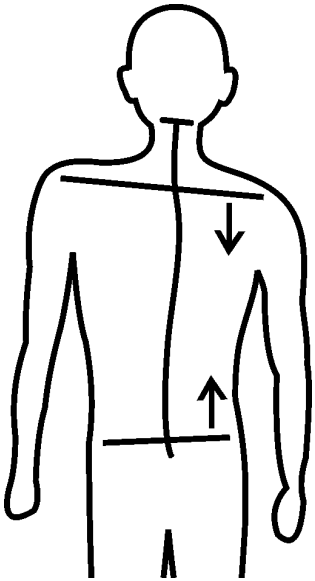
Ljudski rod bi bio praviji i neuporedivo zdraviji samo da atlas nije pomeren iz svog ležišta.

U prošlosti je jetra otežala i poremetila ravnotežu tela. Kod odraslog čoveka razlika u težini leve i desne strane tela nije velika, i to je manji problem nego što tokom razvoja fetusa nastaje uvrnutost tela i izmeštenost atlasa.

Rađamo se sa glavom nakrenutom ulevo i zbog toga tokom prohodavanja nastaje proces vraćanja glave u upravan položaj prema planeti, da bi senzori za ravnotežu bili u horizontalnom položaju. Tokom prohodavanja većina dece vraća glavu udesno, kako bi im centar za ravnotežu omogućio uspravan stav.

Ako je potrebno da se jedna strana poluge privuče ka istoj strani druge paralelne poluge, onda mora postojati sila koja će omogućiti međusobno privlačenje. Kako bi vratili glavu udesno, mišići od dna lobanje do karlice se stalno stežu i zato je desni deo karlice podignut, a desno rame spušteno.

SUPROTNA NAKRENUTOST RAMENA I KARLICE



Uspravan stav je moguć zbog međusobnog približavanja desnog ramena i desne strane karlice. Dobra posledica toga je da ostajemo uspravljeni, a loše je što dolazi do krivljenja tela i do bolesti.

Ljudski organizam nije mašina, ali je sastavljen od kostiju koje su kao poluge u nekom mehanizmu, pa zbog toga i u našem organizmu važi Arhimedov zakon o silama poluge.

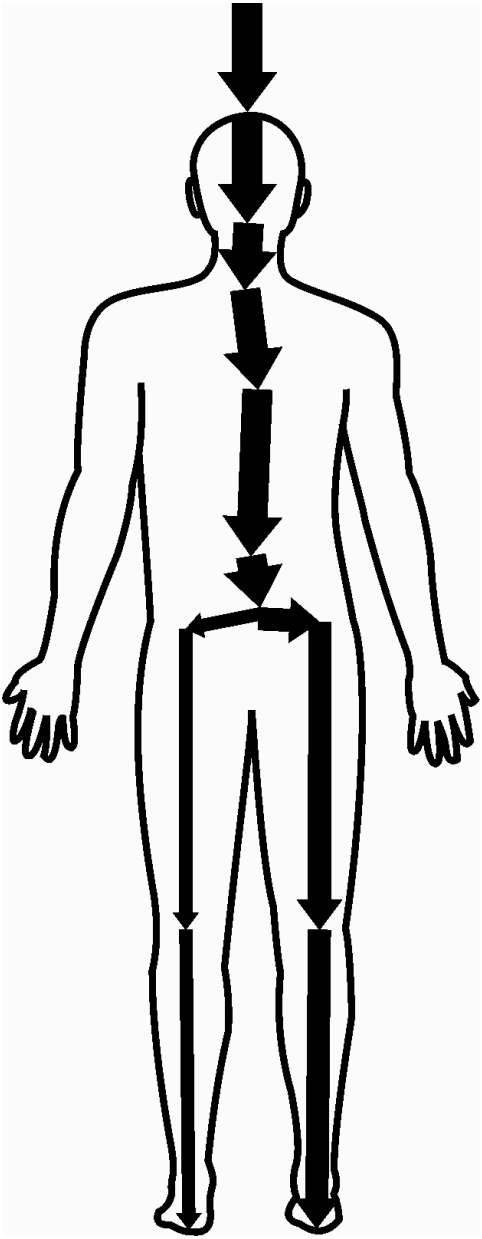
Mehanizam za merenje težine je poluga koja se nalazi u stanju ravnoteže. Da bi merenje bilo tačno, pre merenja tačka oslonca treba da bude na svom mestu kako bi poluga bila u ravnoteži. Težina predmeta se meri poređenjem težina tega i predmeta. Trgovci koji zakidaju na merenju pomeraju tačku oslonca delić milimetra i tako oštećuju mušterije. Kada je atlas pomeren jedan ili više milimetara, organizam se oštećuje, a pokušaji lečenja prazne novčanik.

Jedan milimetar izmeštenosti atlasa izmešta sredinu tela dva centimetra. Tako se tačka na temenu i tačka između stopala zadržavaju jedna iznad druge, ali u starosti to više nije moguće i telo se sve brže krivi, pa su stari ljudi sve bolesniji.

Zbog izmeštenog atlasa je teško nositi univerzum na glavi, a posle nameštanja čovek se lakše odupire toj najvećoj sili i zato mu telo ostaje u ravnoteži.

Na sledećem crtežu su prikazane sile opterećenja kroz telo koje postoje kod većine ljudi.

RASPODELA SILE PRITISKA UNIVERZUMA



Različite kombinacije izmeštenosti atlasa drugačije krive kičmu i telo, ali kod većine ljudi atlas zadržava izmeštenu poziciju koja nastaje tokom razvoja u materici.

Zbog slično pomerenog atlasa, kod većine nastaju slične nakrenutosti i zaokrenutosti tela. Tako je glava pozicionirana unapred i dijagonalno u desnu stranu, a to je izraženije kod muškaraca nego kod žena.

Čovečje telo je po obliku jedini „soliter" među svim ostalim „prizemnim" životinjama. Postoji samo nekoliko vrsta životinja koje pokušavaju da se usprave. Kenguri se uspravljaju da im mladunci ne bi ispali iz kožne pregrade, a zečevi i mungosi da bi na vreme uočili opasnost. Kenguri i mungosi koriste rep kao treću tačku oslonca, a zečevi imaju kratak rep, pa se naslanjaju na potkolenice da bi se uspravili. Zbog uspravljanja se kod ovih životinja atlas razlikuje od atlasa drugih sisara.

U našoj vrsti je atlas potpuno drugačiji nego kod ostalih sisara, ali nama veličina i oblik atlasa ne stvaraju probleme, već njegova izmeštenost.

Prvi pršljen nam je podjednako izmešten kao i pre pedeset godina, ali sada smo bolesniji. U prethodnih pedeset godina ljudski rod je postao viši za deset centimetara, a zbog visine se telo lakše krivi i brže oboleva. Svaki dodatni centimetar lakše izvodi telo iz ravnoteže i stvara zdravstvene probleme.

Kako je moguće da se to desi za samo dve generacije?

Poljoprivredna industrija ostvaruje profit tako što biljke tretira hormonima rasta. Na posredan način i mi postajemo viši, zbog toga što jedemo takve biljke i koristimo mlečne proizvode i meso životinja sa previše hormona rasta.

S K E L E T

Zbog izmeštenosti prvog pršljena nastaju odstupanja od tačnih pozicija skoro svih kostiju skeleta.

Ljudsko telo se sastoji iz više celina, ali kada se analizira po pitanju statike, tada izgleda kao da imamo samo dve celine, glavu i trup. Glava je mali deo tela, ali pokreće telo. Misao je svesni pokretač tela, ali postoji naginjanje kojeg nismo svesni. Zbog izmeštenog atlasa glava vuče telo unapred, jer se nalazi na vrhu tela.

Mala odstupanja kostiju sa tačnih pozicija nastaju tokom razvoja fetusa, a tokom života izmeštenost atlasa dovodi do sve većih odstupanja. Atlas se nalazi između glave i trupa, pa

je zato nalik skretnici koja odlučuje o njihovom međusobnom odnosu.

Hiljade naučnika su se bavili izgledom, stavom, oblikom, proporcijama i raznim pozicijama ljudskog tela, ali nisu shvatili sa kog mesta u telu nastaju nepravilnosti. Nekoliko godina sam držao predavanja o nameštanju atlasa i pregledao pet hiljada dece i odraslih. Opažajući vezu izmeštenog atlasa sa izmeštenim pozicijama skeleta, došao sam do novih saznanja, a jedno od njih se odnosi na zaokrenutost ramenog pojasa.

Kod većine ljudi je desno rame pomereno unapred, a levo unazad. Bilo mi je lako da shvatim da zaokrenutost ramena nastaje zbog toga što je atlas zaokrenut, ali teže sam razumeo sledeću situaciju: kod trećine ljudi kod kojih je u stojećem stavu desno rame unapred, tokom sedenja se pomeri unazad. Kako je moguće da kod istog čoveka postoji razlika u zaokrenutosti ramena u stojećem i u sedećem položaju? S obzirom da su pod i sedište stolice horizontalni, zaključio sam da ta razlika nastaje zbog izmeštene karlice.

Atlas se tokom nameštanja vraća u horizontalan položaj i zbog toga se posle nekoliko meseci karlica vraća u horizontalu. Taj proces omogućava da kičma dobije vertikalan oblik i da se smanjuju skolioze. Ipak, zaokrenutost i nakrenutost ramenog pojasa nestaju tek posle nekoliko godina. Razlog za usporeno vraćanje ramena je što su kosti ramenog pojasa već ranije formirane prema pogrešnom položaju tela, a kosti se najsporije regenerišu. Zbog toga je potrebno nekoliko godina za vraćanje ramena u bolju poziciju.

Većina ljudi ne primećuje ni kod sebe ni kod drugih da su im ramena nakrenuta i zaokrenuta, pa to nije estetski problem. Pomerenost ramenog pojasa nije ni zdravstveni problem, jer u tom delu kičme svima na dobrom mestu stoje poslednji vratni pršljen i prvi i drugi grudni pršljen, i zato nisu prignječeni nervi koji se nalaze pored njih.

Savremeno građevinarstvo kopira prirodne procese tako što se najpre prave stubovi i poprečne grede, a kada dovoljno očvrsnu, tek tada se zidaju spoljni zidovi i unutrašnje pregrade. Mišići su kao zidovi, a organi kao pregrade, ali mišići nemaju ulogu nošenja, već kosti i skelet. Postoji zabluda da mišići drže skelet i zbog toga mnogi pokušavaju da vežbama ili sportom ojačaju mišiće. Tako se postiže malo bolje držanje tela, ali kada se prestane sa sportom, telo se brzo iskrivi.

Unutrašnji organi su okačeni o skelet, a mišići pričvršćeni za kosti. Zbog izmeštenog atlasa skelet i kosti nisu na mestu, pa

zato ni organi ni mišići nisu na tačnim mestima. Kada se atlas namesti, tada skelet poprima bolju konfiguraciju, a organi se vraćaju na anatomsko mesto i počinju pravilnije da funkcionišu. Oslobađaju se nervni putevi pored atlasa i drugih pršljenova, pa se i zbog toga poboljšava rad unutrašnjih organa.

Starije generacije su igrale domine, a mlađi igraju video igrice i ne znaju šta znači pojam „domino efekat" zbog toga što u virtuelnom svetu ne postoji uticaj gravitacije. Kada su domine uspravljene i kada se gurne prva, tada sve ostale jedna po jedna padaju. U našem telu je lobanja kao prva domina koja se zbog izmeštenog atlasa naginje i zato skelet polagano „pada".

U starosti se zbog smanjenja visine tela pritiskaju nervni signali i organi propadaju, a to uzrokuje prevremeni kraj života. Posle smrti pokojnika polažu u horizontalan položaj na leđa i tako ostaje stotinama godina dok se kosti ne raspadnu. Bolje bi bilo da je taj čovek tokom života spavao na leđima, jer bi živeo zdravije i duže. Tokom spavanja kosti se regenerišu, a spavanje na leđima omogućava bolju regeneraciju. Nažalost, najmanje je onih koji mogu da spavaju na leđima.

Skelet, odnosno kostur, simbol je smrti. Nećemo o smrti, zato što je ovo knjiga o preporodu života.

Godinu dana posle korekcije položaja atlasa ljudi su u proseku viši jedan centimetar, a to se dešava čak i starijima od osamdeset godina. Naravno da su ti ljudi prestali da rastu pre šezdeset godina, tako da oni nisu porasli već im se telo izdužuje zato što je atlas vraćen na pravo mesto.

Skelet nosi sam sebe i meka tkiva, ali pored te osnovne funkcije, u kostima se obavlja još jedna izuzetno važna funkcija. U koštanoj srži se stvaraju crvena krvna zrnca. Do dvadesete godine života krv se stvara u svim kostima, a kasnije samo u kostima trupa i kičme.

K I Č M A

Nastanak kičme se dogodio zbog zaštite glavnog nervnog puta, a kada su se pojavili veći organizmi, kičma dobija i ulogu povezivanja čitavog tela.

Kod životinja je kičma nalik mostu između prednjih i zadnjih udova o koji su okačeni delovi organizma. Kičma i u našoj vrsti ima tu funkciju, ali zbog uspravnog stava ima i dodatni zadatak – da svaki pršljen nosi deo tela koji se nalazi iznad njega.

Obično se podrazumeva da se kičma proteže od lobanje do karlice, ali je preciznije reći da lobanja, kičma, karlica i repni deo kičme predstavljaju jednu celinu.

U tom nizu lobanja je kao lokomotiva, a ostali delovi kao vagoni različitih veličina i funkcija. Kada lokomotiva iskoči iz koloseka povlači i vagone, a u ljudskoj vrsti je svima lobanja pomerena. Repni deo kičme je poslednji u toj celini i ne obraća se pažnja na njegov oblik, a nepravilan oblik izaziva hemoroide.

Nažalost, u našoj vrsti je, manje ili više, svakome glava izvan uzdužne ose tela i zbog toga je čitavo telo asimetrično. Glava je usmerena u jednom pravcu, a vrat u drugom pravcu. Prvi pršljen spaja glavu sa telom i postavljen je tako da svojim položajem zadovolji različite pravce glave i vrata.

Tokom života atlas pokušava da uravnoteži glavu sa telom, ali u tome ne uspeva, jer je i sam izmešten.

U našoj vrsti izrastanje traje do dvadesete godine, a rast se događa tokom spavanja, dok je telo u horizontalnom položaju. Međutim, postoji i urastanje tokom izrastanja. Za ovakav pojam još niste čuli, ali to je realnost kod dece u pubertetu kojoj je atlas previše izmešten unazad. Tokom noći deca rastu, a tokom dana urastaju zbog dejstva gravitacije. Odmah posle puberteta počinje urastanje, koje se u starosti sve brže dešava, jer se atlas sam od sebe sve više izmešta unazad.

Iz donjih delova mozga izdaju se komande za normalno funkcionisanje organizma, a da bi mozak reagovao na stanje u organizmu, potrebno je da mu se signali nesmetano vrate. Zbog izmeštenog atlasa, u mozgu nema dovoljno krvi i ne može u potpunosti da funkcioniše, pa zato nedovoljno signala kreće u organizam. Izmeštenost atlasa dodatno umanjuje signale već na početku kičmene moždine, a signali se još više umanjuju zbog nepravilnih oblika kičme.

Otvori kroz koje se prostiru nervi iz kičmene moždine nalaze se između pršljenova. Nepravilan oblik kičme smanjuje otvore i zbog toga pršljenovi vrše trajno prignječenje nerava. Iz organizama se šalju signali ka mozgu, ali oni prolaze istim putem koji je na više mesta prignječen, pa mozak ne dobija sve informacije i ne može da reaguje na potrebe organa.

Između pršljenova postoje diskovi čija je uloga da spoje pršljene. Zbog uspravnog stava diskovi kod ljudske vrste imaju dodatnu ulogu da ublaže pritisak na susedne pršljene. Tokom dana diskovi pomalo gube tečnost, a noću se pune. Tanjenjem diskova smanjuju se otvori kroz koje se prostiru nervi i to je jedan od razloga što smo ujutru zdraviji i viši nego uveče.

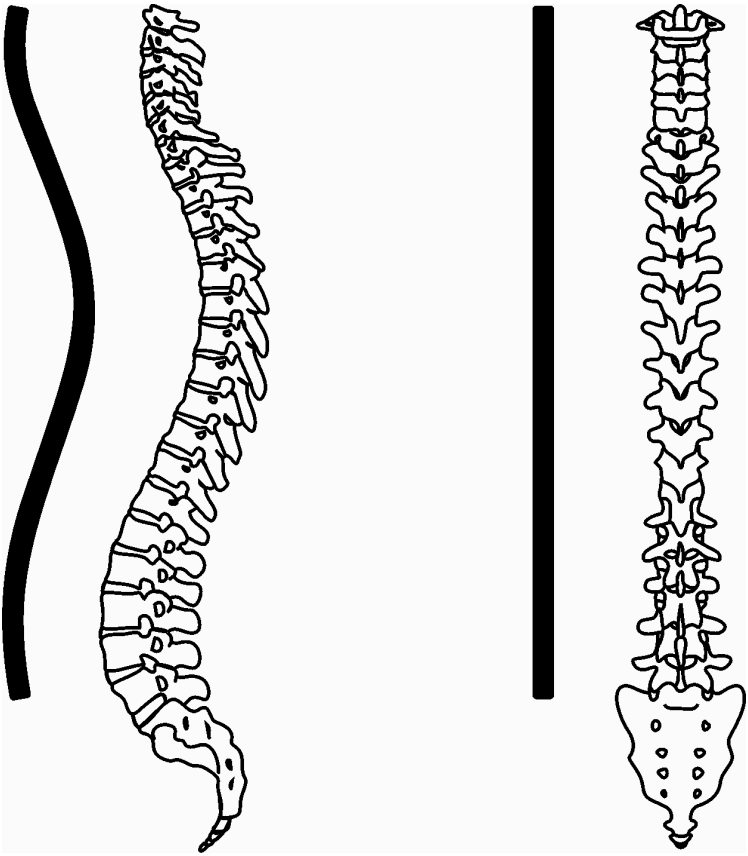
Mladost je jutro života, a starost je veče. U starosti slabi proces punjenja i pražnjenja diskova, pa se smanjuje debljina diskova i protok signala, a organi brže obolevaju.

Zašto ne postoji čovek koji ima sve bolesti? Zbog toga što bar deo kičme ima pravilan oblik i signali putuju nesmetano. Tačna je japanska izreka „Kriv vrat je znak kratkog života“, ali dodao bih da je i kriva kičma uzrok oboljenja i prevremenog kraja života. U rodu sisara, kod pripadnika iste vrste kičma ima sličan oblik, a u našoj vrsti postoje različiti oblici. Razlog za to je izmeštenost lobanje i uspravan stav.

Pravilan oblik kičme se može pronaći samo na crtežima u anatomskim enciklopedijama.

PRAVILAN OBLIK KIČME

sa strane **otpozadi**



Atlas je svima izmešten i zato je skoro nemoguće pronaći čoveka koji ima sasvim pravilan oblik kičme. Kod većine ljudi veći deo kičme ima pravilan oblik, ali se kičma u starosti sve više krivi i zato se pojavljuju nova oboljenja.

Kičma se, od lobanje do karlice, sastoji iz dvadeset četiri pršljena, ali to treba redefinisati, jer atlas nije deo kičme. Atlas je čvrsto povezan sa lobanjom od kada se formira pa sve dok smo živi. Nažalost, ta veza nije dovoljno čvrsta da prilikom udarca spreči proklizavanje, zato što je atlas već izmešten. Hrskavice na atlasu i lobanji su glatke i zbog toga atlas može da proklizava. Prilikom udaraca u glavu ili telo prvi pršljen se dodatno izmešta i tako ostaje do sledećeg izmeštanja, a kičma u međuvremenu poprima nepravilne oblike.

Koliko na svetu ima ljudi, toliko ima i različitih oblika kičme zato što se tokom odrastanja i života prvi pršljen više puta izmesti u neku drugu poziciju. Kičma zadržava ranije nepravilne oblike, a svaki put kada se atlas pomeri pridodaju se nove nepravilnosti. Po obliku kičme je moguće utvrditi u kojem su se životnom dobu dogodila razna izmeštanja.

Nažalost, kada je u mladosti atlas više izmešten, već tada dolazi do većeg krivljenja kičme i više zdravstvenih problema, pa je opravdan strah roditelja za oblik kičme njihove dece.

Ako se posmatra otpozadi, kičma treba da je sasvim prava, ali je skoro nemoguće naći ljude koji imaju ispravljenu kičmu. Krivljenje kičme u levu ili desnu stranu naziva se skolioza. Do otkrića o izmeštenosti atlasa nije se znalo zbog čega nastaju skolioze, a uzroci skolioza su nakrenutost atlasa, izmeštenost atlasa u stranu, ili i jedno i drugo.

Zbog nakrenutog atlasa na desnu stranu, kod većine ljudi postoje dve skolioze, i to u grudnom delu kičme u desnu stranu, a u donjem delu u levu.

Kod manjeg broja ljudi atlas je nakrenut na levu stranu. Ova nakrenutost nastaje zbog udarca u glavu sa leve strane ili udarca u telo sa desne strane, pa je levo rame niže od desnog, a karlica pomerena ulevo. U tim slučajevima nastaju drugačija usmerenja skolioza i drugačija oboljenja, zato što neki drugi organi ne dobijaju sve signale iz mozga.

NAJČEŠĆA SKOLIOZA

Muškaracima je prvi pršljen izmešten u stranu češće nego ženama. Još od detinjstva dečaci su aktivniji i nemirniji, pa im se, zbog udarca u glavu sa strane, atlas izmesti u suprotnu stranu od pravca iz kojeg su dobili udarac. Zbog toga se vrat nakreće na suprotnu stranu od izmeštenosti prvog pršljena, a u srednjem delu kičme nastaje skolioza usmerena u istom pravcu u kojem je atlas izmešten.

SKOLIOZA NA SREDINI KIČME

Skolioze jesu zdravstveni problem, ali su neuporedivo veći problem oblici kičme koji su uočljivi kada se telo posmatra sa strane, pa ću se zato do kraja ovog poglavlja baviti isključivo takvim krivinama.

Pravilna kičma u vratnom i u donjem delu ima krivine unapred, a u grudnom delu unazad.

Normalne krivine unapred nazivaju se pravilne lordoze, a normalna krivina unazad se naziva pravilna kifoza.

PRAVILNE LORDOZE I PRAVILNA KIFOZA

Nažalost, izuzetno je malo ljudi kojima su sve tri krivine pravilnog oblika zbog toga što im atlas nije izmešten ni unazad ni unapred. Kod većine jedan deo kičme ima nepravilan oblik, ali u starosti sve tri krivine zadobiju loš oblik.

Tokom razvoja fetusa i sve do šestog meseca života, kičma ima oblik slova C. Ali, kada bebe počnu da puze, prvo nastaje lordoza u vratnom delu kičme, a kada prohodaju nastaje i u lumbalnom delu. Već u ovom uzrastu položaj atlasa utiče na oblikovanje kičme.

U detinjstvu pršljenovi i diskovi između pršljenova još nisu dovoljno očvrsnuli, a na formiranje pojedinačnih oblika

utiču postojeći oblici kičme. Kada se atlas izmesti na suprotno mesto od prethodnog, tada se pršljenovi i diskovi formiraju prema drugačijem obliku kičme i to se dešava zbog gravitacije koja deluje kroz čitavo telo.

Kifoskolioze i lordoskolioze nastaju u ranom detinjstvu, kao posledica više suprotnih izmeštanja atlasa. Ove, izuzetno velike krivine kičme ima malo ljudi, jer se u ranom detinjstvu retko dešavaju tako velika izmeštanja atlasa.

Ortopedi pokušavaju da, pomoću specijalnih utezača, deci tokom puberteta isprave kičmu, ali u tome ne uspevaju jer se tako samo usporava krivljenje kičme ili se neznatno ispravi njen oblik. Na taj način nije moguće trajno rešiti problem, pa hirurzi pored kičme ugrađuju metalne držače.

Otkriće o nameštanju atlasa omogućava humaniji pristup trajnom ispravljanju kičme. Najbolje je da se bebama namesti atlas i zato neće ni doći do ovih situacija. Ipak, ako su već nastali veliki deformiteti, najbolje je da se deci što pre namesti atlas i da se istezanjem kičme trajno ispravi njen oblik.

Kada neko ima bolove u telu ili probleme sa zdravljem, tada se obično kaže da su ti problemi nastali od kičme. To je tačna pretpostavka, ali niko ne shvata zbog čega kičma ima nepravilan oblik. Uvek je bolje otkriti gde počinju problemi sa zdravljem, a to je do otkrića o izmeštenosti prvog pršljena bila nerešiva misterija.

Bokserima se atlas češće izmešta nego drugim ljudima. Namestio sam atlas nekolicini bivših boksera, koji su tada imali preko sedamdeset godina. Njima je atlas stajao na boljem mestu nego kod vršnjaka i zato su bili zdraviji od njih. To mi je bilo čudno, ali sam shvatio da su imali sreću da dobijaju udarce u glavu spreda. Ti udarci su pomerali dno lobanje unazad, pa se zato atlas vraćao napred. Kod boksera koji su dobijali snažne udarce u glavu sa strane ili otpozadi, nastajale su bolesti i ranije su umirali zbog više izmeštenog atlasa. Ponekom bokseru je taj sport koban, a za većinu je plemenita veština.

Prvi pršljen je pre rođenja izmešten unazad, ali se tokom druge godine ponekom detetu izmesti unapred, zbog toga što deca nekontrolisano padaju i dobijaju udarce u glavu spreda. Ponekom se od udarca atlas izmesti unapred, pa se glava i zadnjica pomere unazad. Zbog toga se kičma previše ispravi, a stopala izduže i nastaju ravni tabani. Od treće godine deca se prilikom padova dočekuju na ruke i trzaj glave unapred tada učini da atlas prokliza unazad.

U Africi majke nose bebe i dečicu u uprtačima na leđima. Zbog tog položaja deca drže glavu unazad, pri čemu se atlas izmesti unapred, i zato kičma poprima previše ispravljen oblik, a glava i zadnjica se postavljaju unazad. To je razlog što crnci većinom imaju ravna stopala.

ISPRAVLJENA LORDOZA

Sva odstupanja od pravilnih oblika kičme su loša, ali kada bi moglo da se bira, bolje je imati ispravljenu kičmu. Poznato je da su ispravljeni ljudi zdraviji od ostalih, ali je mali broj onih koji tokom većeg dela života imaju takav oblik kičme.

Tačno je da su ti ljudi zdraviji, ali ni previše ispravljena kičma nije dobra, jer pršljenovi ni tada ne naležu normalno i smanjuju otvore kroz koje se prostiru nervi. Ti ljudi imaju zdravstvene probleme sa organima koji ne primaju sve signale iz mozga, ali nemaju nova oboljenja zbog toga što se ne menja oblik kičme. Ipak, starijima se diskovi između pršljenova tanje i organi dobijaju manje signala, a oboljenja koja već imaju se pogoršavaju.

Kada je kičma previše ispravljena, tada postoji lordoza na dnu kičme i zbog toga nastaju problemi sa organima na dnu stomaka i bolovi u nogama.

Najlošiji oblici kičme su kifoskolioze i lordoskolioze, ali postoje i oblici kada su kifoze na mestima gde bi trebalo da budu lordoze, ili kada je lordoza nastala umesto kifoze.

ZAMENJENA MESTA LORDOZA I KIFOZA

Zamena mesta kifoza i lordoza nastaje ukoliko je u ranom detinjstvu atlas stajao unapred, pa je naglo izmešten unazad. Posle nameštanja atlasa i ovi oblici kičme polagano mogu da postanu pravilni.

Prvi pršljen je kod preko devedeset odsto dece i odraslih izmešten unazad, i to je uzrok nastanka većih lordoza i kifoza, koje stvaraju i veće probleme sa zdravljem.

Ima mnogo razloga što je atlas kod većine ljudi izmešten unazad. Već tokom razvoja fetusa atlas se izmešta unazad, pri čemu se dno lobanje i sam atlas oblikuju prema tom položaju. U detinjstvu i mladosti glava nam je pognuta dok učimo, a i kada se zaposlimo glava je manje-više u pognutom položaju. Tokom života hvatamo predmete koji se nalaze niže od glave i zato je saginjemo, a dok jedemo ili spavamo i tada nam je glava najčešće u pognutom položaju. Oči su napred i zato ne vidimo predmete koji nas udaraju u glavu otpozadi. Zbog svih ovih situacija atlas se izmešta unazad, i u zavisnosti od toga koliko je izmešten unazad, kičma dobija manje ili veće lordoze i kifoze.

Posle tridesete godine svake decenije smo niži po jedan centimetar, tako da smo u osamdesetoj godini u proseku niži pet centimetara. Oni kojima je prvi pršljen izmešten unapred imaju ispravljen oblik kičme i zato ne urastaju, ali su zbog istanjenih diskova u starosti niži jedan centimetar.

Već postoji previše loših oblika kičme zbog toga što je atlas izmešten unazad i nakrenut, ali atlas je većini ljudi i zaokrenut, pa zbog toga nastaje uvrnutost kičme. Ponekom je čitava kičma podjednako uvrnuta i zato pršljenovi ne pritiskaju nerve, ali kod većine je kičma u donjem delu previše uvrnuta, pa organi na dnu stomaka i noge slabije funkcionišu.

Na dnu leđa kičma ima skoliozu i lordozu, a kada je još i uvrnuta, tada nastaju diskus hernije. Posle nameštanja atlasa diskus hernije polagano nestaju, a signali počinju nesmetano da se prostiru. Zbog toga organi počinju bolje da funkcionišu, a u nogama nestaju bolovi i trnjenja.

Osnovna svrha postojanja živih bića je produžetak vrste. Sve je podređeno tom osnovnom biološkom zadatku, pa je tako i u našoj vrsti, ali nam zbog prignječenja signala pri dnu kičme organi za reprodukciju slabije funkcionišu. Sve je više mladića koji imaju problema sa potencijom.

Tokom erekcije penis se puni krvlju, ali kada je prignječen centar za cirkulaciju u prvom mozgu, tada je smanjen i dotok krvi u penis. Problemi sa stvaranjem sperme nastaju pri dnu kičme, zbog prignječenja nerava ka testisima.

Veća lordoza u donjem delu kičme je kod žena osnovni uzrok nastanka problema sa ciklusom i prevremenog izostanka menstruacije. Posle korekcije položaja prvog pršljena, ženama se smanjuju bolovi tokom menstruacije, a ciklusi ubrzo postaju redovni. Nameštanje atlasa smanjuje veliku lordozu, pa signali ponovo stižu u jajnike i matericu. Pojedinim ženama koje nisu mogle da zatrudne ili da iznesu trudnoću, smanjena lordoza omogućava da rađaju.

Osnova uloga žene je rađanje i materinstvo, pa izostanak ciklusa u ranim četrdesetim dovodi do hormonskih poremećaja i narušavanja zdravlja. Posle nameštanja atlasa, kod nekih žena koje su u prevremenoj menopauzi, ciklusi se vraćaju.

Trudnoća se naziva „drugo stanje“, jer se menja zdravlje.

Većina žena postaje zdravija, a nekima se posle porođaja zdravlje pogorša, ali na to ne mogu uticati hormoni zato što je trudnoća normalan, prirodan proces. Do pogoršanja zdravlja dolazi kod žena kojima je tokom porođaja izmešten atlas.

Poznato je da su žene koje su više puta rađale zdravije, ali nije poznato zbog čega je to tako. U poslednjim mesecima trudnoće fetus i materica postaju veći, pa iznutra guraju kičmu i zbog toga se lordoza smanjuje, a signali lakše prolaze pored pršljenova. Tokom više trudnoća kičma poprima pravilnije oblike, i to je osnovni razlog boljeg zdravlja. Nekim trudnicama se stopala izdužuju, ali ne zbog veće težine, već zbog drugačije statike tela.

Ne postoji značajna razlika u poziciji atlasa kod žena i kod muškaraca, ali postoji razlika u oblicima ženske i muške kičme. Pre puberteta atlas je slično izmešten unazad i devojčicama i dečacima, a razlika u obliku kičme nastaje zbog težine dojki koje menjaju statiku ženskog tela. U pubertetu se devojčicama pojavljuju veće lordoze u vratnom i donjem delu kičme.

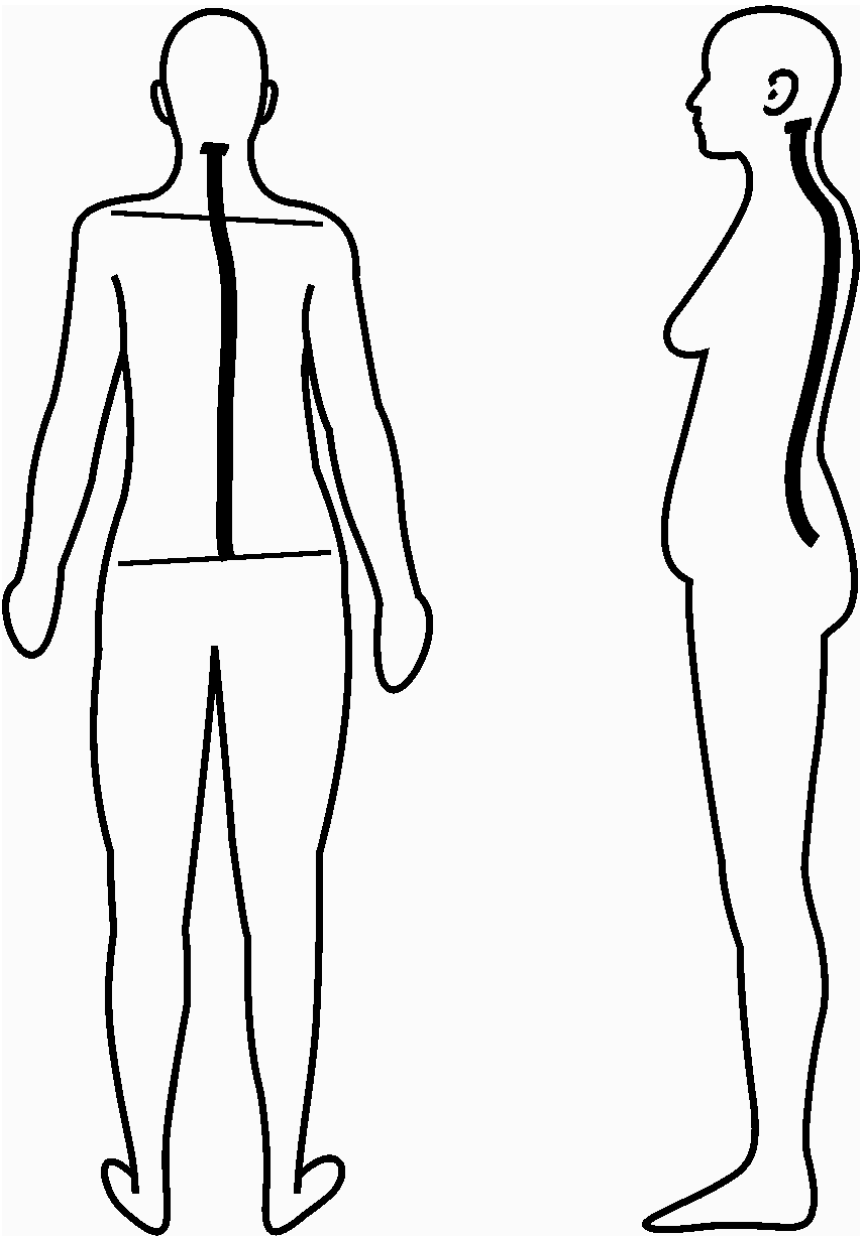
Muškarcima je glava ispred tela, a ženama iznad tela, pa se zbog težine glave ženama povećavaju lordoze. Naročito se povećava vratna lordoza, i zato žene već u tridesetim osećaju probleme sa štitastom žlezdom. Kod većine žena prvo nastaje poremećaj štitaste žlezde na desnoj strani, jer je desna strana atlasa kod većine spuštena i zaokrenuta unazad. Posledica toga je lordoza i uvrnutost vratnog dela kičme, i zato se umanjuju signali ka desnoj strani štitaste žlezde.

Zbog naglašene vratne lordoze, žene imaju više glavobolja, vrtoglavica, oboljenja štitaste žlezde i bolova u rukama. Ipak, kod žena su kifoza u grudnom delu kičme i lordoza u donjem delu pravilnijeg oblika, i većina organa u ženskom telu dobija dovoljno signala, pa su zato zdravije od muškaraca.

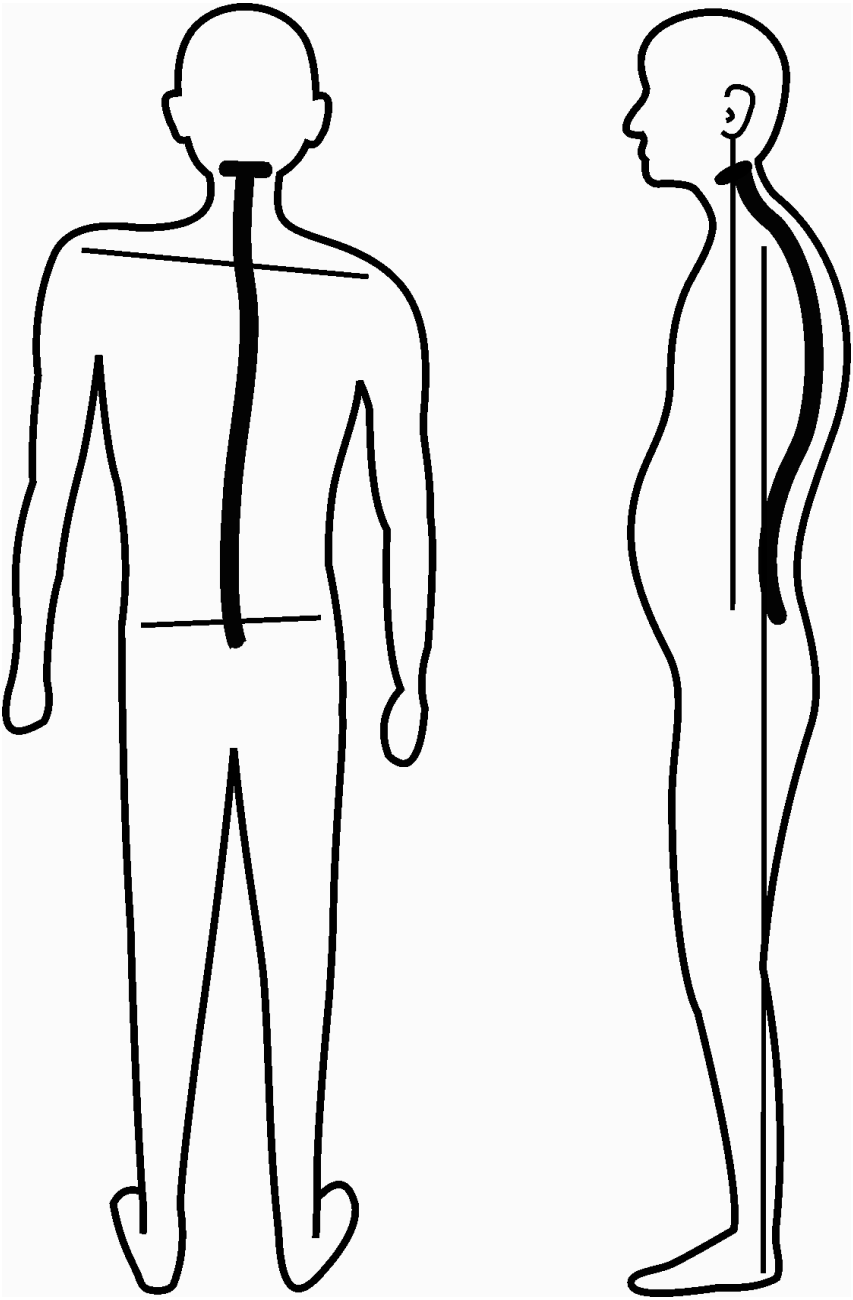
Muškarci na sredini kičme imaju kifozu, koja umanjuje signale ka najvažnijim organima. To je jedan od razloga što žive kraće od žena.

Posle nameštanja atlasa polagano nestaje nakrivljenost, uvrnutost i levo-desna asimterija tela, a brzina kojom kičma poprima bolji oblik zavisi od životne dobi i od toga koliko je telo prethodno bilo iskrivljeno.

UOBIČAJEN IZGLED ŽENSKOG TELA I KIČME U ČETRDESETOJ GODINI ŽIVOTA



UOBIČAJEN IZGLED MUŠKOG TELA I KIČME U ČETRDESETOJ GODINI ŽIVOTA



Kod većine muškaraca atlas je izmešten unazad i zato su uvo i kuk pozicionirani unapred, a rame i peta unazad.

Nije dobro što je muškarcima glava ispred tela, a ženama iznad tela, jer i jedni i drugi dobijaju nepravilan oblik kičme. Posle nameštanja prvog pršljena svima se glava postavlja na pravo mesto.

Izmeštenost lobanje je jedini uzrok nepravilnih oblika tela i kičme. Nije lako nositi najpametniju glavu u univerzumu.

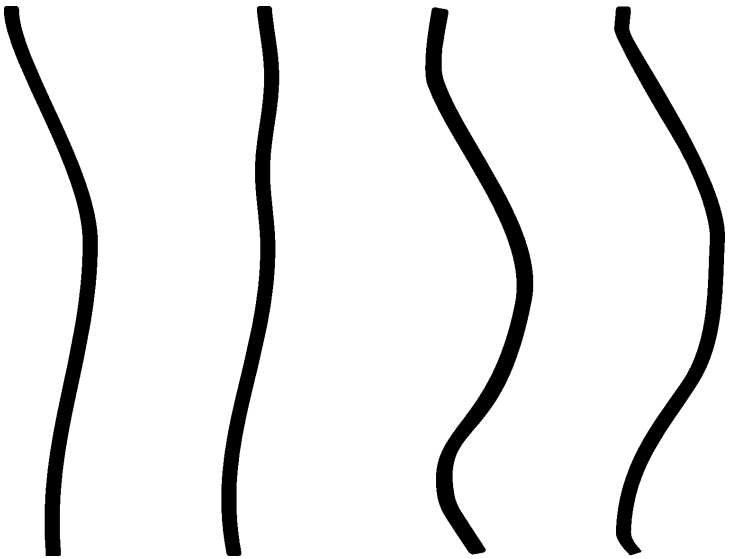
Mozak neprekidno šalje i prima informacije. Nervni signali se istovremeno prostiru kroz nervne puteve od mozga ka telu i od tela ka mozgu. Signali mogu nesmetano da se prostiru samo kada nervi nisu prignječeni.

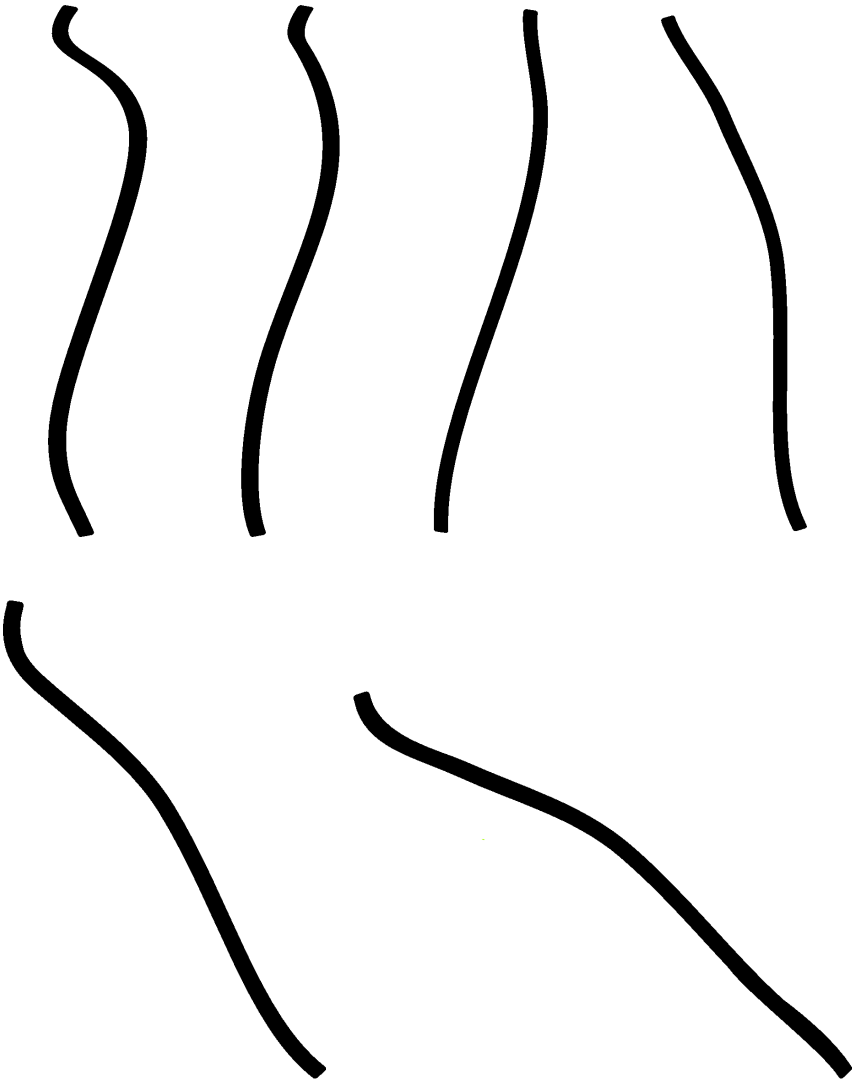
U mozgu se zbog loše prokrvljenosti stvara manje signala, a oni se na putu prema organima dodatno smanjuju pritiskom atlasa. To stanje pogoršavaju nepravilni oblici kičme, tako što izazivaju i treće smanjenje signala.

U smeru signala prema mozgu nepravilni oblici kičme su prva prepreka, a izmešten atlas ih dodatno smanjuje. Mozak ne prima sve potrebne informacije i ne može pravilno da reaguje, pa zbog toga organi polagano gube funkciju i obolevaju.

Kada u detinjstvu atlas nekoliko puta promeni poziciju u smeru napred-nazad, od tada nastaju čudni oblici kičme, koji su prikazani na sledećim crtežima.

IZUZETNO NEPRAVILNI OBLICI KIČME





Svaki čovek ima manje ili više nepravilan oblik kičme, a jedino rešenje je nameštanje atlasa.

Mlado se drvo savija, a što je starije sve je čvršće.

Za razliku od drveta, čovekova kičma se u starosti sve brže krivi zbog sve veće izmeštenosti prvog pršljena. Kada se atlas namesti bebama, kičma ubrzo dobija pravilan oblik i ostaje takva celog života.

Kičma je stub života, a kada je kičma nestabilna, život se urušava zbog sve lošijeg zdravlja.

Z D R A V LJ E

Savršeno zdravlje ne postoji, ali postoji stalna potreba za boljim zdravljem. Ovaj princip je prisutan kod svih živih bića, pa je tako i u ljudskoj vrsti. Mi sebe smatramo najsavršenijim bićima, i jeste tako u mnogim segmentima života, ali je naše zdravlje lošije nego kod životinja.

Dobro zdravlje je usklađenost i funkcionalnost organa i sistema u organizmu. Neko treba da rukovodi svim procesima da bi sve funkcionisalo u skladu. Organizam možemo uporediti sa orkestrom. Potrebno je da svi instrumenti budu naštimovani i da muzičari u istom trenutku sviraju po notnom zapisu, ali kada samo jedan instrument ne proizvodi pravi zvuk ili kada jedan muzičar ne svira u pravo vreme, tada orkestar ne izvodi dobru muziku. Muzičari ne vide jedan drugog, ali mogu da čuju ostale i da se priključuju sa svojim deonicama. Kako bi svi bili u saglasju i da bi muzika zvučala usklađeno, neophodno je da postoji dirigent koji rukovodi muzičarima.

U našem telu je donji mozak dirigent koji čitavog života izdaje uputstva i prati rad organa i sistema. Tokom spavanja je donji mozak najaktivniji zato što se uglavnom tada dešava regeneracija i samoizlečenje.

Gornji mozak je zadužen za svesnost i zbog toga smo mi jedina vrsta koja ima mogućnost da pomoću misaonih procesa održava ili poboljšava zdravlje. Veliki mozak brine o zdravlju kada postane svestan nekog problema, a donji delovi mozga neprekidno održavaju zdravlje.

Ako muzičari ne zvuče ujednačeno, dirigent ih zaustavlja i počinju iz početka, a vežbanjem orkestar uspeva da se usaglasi. Donji mozak nema tu mogućnost, jer ne može prekinuti život pa početi od početka. Kada nastane poremećaj zdravlja, donji mozak nastavlja da održava život i istovremeno pokušava da poboljša stanje na mestima gde je došlo do nepravilnosti.

Donji mozak se sastoji iz nekoliko delova koji neprekidno sarađuju. To je savršenstvo prirode koje se razvijalo stotinama miliona godina, a i dalje se usavršava. Nauka koja proučava ljudski mozak pokušava da shvati veličanstvenost tako složene strukture, ali još ne shvata kako mozak funkcioniše. Za sada se zna da mozak sadrži 98 procenata vode.

Voda je osnov života, a najnoviji naučni radovi dokazuju da voda ima sposobnost pamćenja. Za nas je voda uobičajena supstanca, ali što se više proučava, sve se više shvataju njene

izuzetne mogućnosti. Razvoj budućih generacija kompjutera zasniva se na organskim komponentama u kojima je voda osnovni sastojak.

Kompjuterskim jezikom rečeno, donji delovi mozga imaju savršene programe za održavanje dobrog zdravlja. Naš gornji mozak je najpametniji u poznatom univerzumu, ali čak ni uz pomoć najmoćnijih kompjutera još ne shvatamo kako mozak funkcioniše. Neuronauka se ubrzano razvija i možda će rešiti ovu najveću misteriju.

Donji mozak je, pored osnovne uloge da održava funkcije organa i sistema, zadužen i za odbranu od bionapadača. Kada iz spoljašne sredine u telo dospeju virusi, bakterije i paraziti, donji mozak aktivira sistem odbrane i uglavnom uspeva da se izbori za dobro zdravlje. U prethodnih nekoliko hiljada godina i veliki mozak pokušava da pomogne, ali ponekad bi bilo bolje da se ne bavi onim za šta nije osposobljen. Naročito je savremena medicinska nauka napravila štetu prirodnim procesima.

Kada je zdravlje narušeno, želimo da što pre ozdravimo, ali uz pomoć lekova mi slabimo imunološki sistem koji je usavršavan milionima godina. Brzo ozdravljanje dovodi do toga da zdravlje dugoročno postaje sve gore.

Svesnost velikog mozga je osmislila medicinsku nauku kako bi se bolesni lečili, ali je razvila i niz postupaka da se unapred poboljša stanje organizma i da se na taj način osigura buduće dobro zdravlje. Svest se oslanja na logiku i zaista je logično da bi se jačanjem tela moglo očuvati zdravlje.

Desetine miliona ljudi se svakodnevno po nekoliko sati bave sportom, rekreativnim vežbanjem, trčanjem, plivanjem, aerobikom, pijenjem čajeva, pravilnom ishranom i unošenjem prirodnih ili hemijskih supstanci koje odlažu proces starenja. Za povećanje mišićne mase bodi bilderi koriste steroide, a ti hemijski preparati su štetni po zdravlje. Sve ove aktivnosti su pomodarsvo novog doba i takvi se pokušaji najčešće ispostave kao pogrešni. Sve u svemu, nije dobro gubiti vreme i novac na prevenciju, jer to nije smisao života.

Prevencija kratkoročno pomaže, ali dugoročno narušava zdravlje. Čovek može da potrči, ali ne treba da trči, jer se trčanjem oštećuju diskovi u kičmi i hrskavice u kukovima, kolenima i stopalima. Joga nije sport, ali i preterano bavljenje jogom može da deformiše oblik kičme.

Profesionalni sportisti su u starosti bolesniji od svojih vršnjaka, ali i pored toga roditelji upućuju decu na sportske aktivnosti. Činjenica je da su deca fizički neaktivna, ali nisu svi

sportovi korisni. Previše sedenja u školi i kući šteti deci, ali sedenje je bolje zameniti dečijim igrama nego sportom.

Svako u sebi ima savršenog lekara, koji je moćniji od celokupne medicine. Taj savršeni lekar je donji mozak, koji je „obrazovanje" sticao stotinama miliona godina.

Donji mozak bi mogao da održava zdravlje samo da nije sprečen da normalno funkcioniše. U njemu postoje „programi" za nesmetano funkcionisanje organizma, ali je izmešteni atlas prepreka između mozga i organizma. Donji mozak može sve, osim da namesti atlas.

Nameštanje atlasa omogućava tom savršenom lekaru da nesmetano obavlja svoj posao. Donji mozak u svakoj sekundi obavi milijarde aktivnosti koje nam održavaju život i zdravlje, pa zato treba osećati zahvalnost za sve što nam pruža tokom čitavog života.

Reč „zdravlje" ima samo jedninu, a reč „bolest" ima i množinu. Zdravlje je jedno, a zbog izmeštenog atlasa nastaju mnogobrojne bolesti.

B O L E S T I

Kako je moguće da imamo bolesti kada je donji mozak toliko moćan? Donji mozak ne može uticati na bolesti koje nastaju zbog izmeštenog atlasa, jer ne može da ispravi telo i da poboljša protok signala i materija kroz organizam.

Gornji mozak prvi put može pomoći donjem mozgu i telu. Svojom svesnošću može doneti odluku da se namesti atlas, ali apsolutna većina čovečanstva ne zna da je izmeštenost prvog pršljena uzrok bolesti. Sada postoji rešenje, a ljudi se i dalje bespotrebno muče sa bolestima. Problem je neinformisanost, ali i oni koji su čuli kako je moguće živeti zdravije, ne veruju da je rešenje toliko jednostavno.

Teško je poverovati, zato što svi obećavaju spasonosna lečenja koja su uglavnom neuspešna. U takvim okolnostima se sve što je novo unapred poredi sa postojećim. Zvuči bajkovito: mi ne lečimo, a ljudi će se izlečiti. Izgleda jednostavno, ali teško se shvata da je bolje otkloniti uzrok nego lečiti posledice. Kada dobiju namešten atlas, ljudi se uvere i shvate da je ovo potpuno drugačije i moćnije od svih vrsta lečenja, pa postaju najbolja reklama, jer nas preporučuju drugima. Taj način informisanja je najefikasniji, ali i najsporiji, a za to vreme se bolesni muče.

Kada u organizmu nastane neki poremećaj, tada mislimo da smo bolesni, ali bolesti, poteškoće i oboljenja nisu isto, pa zato treba razjasniti te pojmove.

Bolesti su prolazne, a poteškoće i oboljenja su hronična, trajna stanja, koja se s vremenom pogoršavaju. Bolesti nastaju od spoljnih uzročnika – bakterija, virusa i parazita, a oboljenja nastaju od unutrašnjeg uzročnika – izmeštenog prvog pršljena. Procesima samoizlečenja i lečenja bolesti nestaju, a poteškoće i oboljenja ne mogu nestati, zbog izmeštenosti atlasa.

Kod životinja su spoljni faktori uzročnici bolesti, jer one ne mogu uticati na životnu sredinu. Životinjama se atlas nalazi na mestu i zato nemaju unutrašnji uzrok bolesti. U našoj vrsti je atlas izmešten, i zbog toga u organizmu nastaju skoro sve poteškoće i oboljenja, a iz godine u godinu je sve teže.

Homo sapijens je pronašao rešenja kako da zaštiti telo od uslova koji vladaju u okruženju i spoljne uzročnike bolesti je sveo na minimum. Savremeni čovek je pod mikroskopom video parazite i bakterije, pa se uplašio njihovog izgleda i taj strah nas je odveo u drugu krajnost. Počeli smo bitku protiv njih i u okruženju i u našem telu. Oni zaista izgledaju strašno, ali neki od njih žive u nama i doprinose procesima metabolizma.

Krajnosti i velika uplitanja u prirodna stanja nisu dobri. Hemijski sterilizatori zagađuju životnu sredinu i ne pomaže što nam stanovi i kuće blistaju od čistoće. Preterana higijena slabi prirodni imunitet koji je stican milionima godina, i zbog toga smo i mi i naša deca sve bolesniji. Svako preterano uplitanje u prirodne procese samo nanosi štetu.

Osamdeset odsto živog sveta čine bakterije. U prirodi je mnogo vrsta bakterija, ali koliko god da ih ima, mogu se svesti na tri grupe koje pokušavaju da žive u međusobnoj ravnoteži. Te tri grupe žive skladno i u našem organizmu, ali u zavisnosti od hrane koju jedemo ili od lekova koje koristimo ponekad se poremeti njihova ravnoteža, pa i zbog toga imamo bolesti.

Preovlađuje mišljenje da su oboljenja genetski nasledna, ali genetika nije kriva. Atlas je kod većine ljudi slično izmešten i zato im se pojavljuju slične bolesti. I članovi porodice imaju slično izmešten atlas, pa se zbog toga misli da su oboljenja nasledna. Tokom života atlas se sve više izmešta i zato je sličan i redosled nastanka oboljenja.

Kada lekari ne znaju uzrok oboljenja, pretpostavljaju da je nasledno, ali kada im kažete da niko od vaših predaka to nije imao, onda misle da vas je u detinjstvu napao neki virus koji je ostavio posledice. Kada se proveri zdravstveni karton i vidi da

nije bilo virusnih oboljenja, konstatuje se da je uzrok problema stres ili je reč o nekoj autoimunoj bolesti. Najbolji dokaz da su te pretpostavke pogrešne jesu ljudi kod kojih je atlas na boljem mestu nego kod drugih članova porodice, jer su zdraviji od njih.

Ipak, postoje nasledna oboljenja i uzroci bolesti koji su posledica virusnih infekcija iz detinjstva, ali je to neuporedivo manjeg značaja nego problemi sa zdravljem koji nastaju zbog izmeštenog atlasa.

Život nikada nije bio lak. Stres su imali i naši prethodnici dok su bežali od grabljivica, ali savremeni ubrzani način života i strah za egzistenciju stvaraju veći stres, koji uzrokuje oboljenja. Naši prethodnici su strahovali od grabljivica, a mi doživljavamo stres od automobila i kao pešaci i kao vozači. Pračovek je retko strahovao od grabljivica, a mi svakodnevno doživljavamo stres.

Poznato je da stres utiče na zdravlje, ali se ne zna kako. U trenutku opasnosti moramo brzo doneti odluku i reagovati, a da bi veliki mozak mogao u nekoliko sekundi da donese pravu odluku mora imati dovoljno krvi. Organizam šalje krv ka mozgu i tada se diže nivo adrenalina, koji priprema telo za stresnu situaciju. Atlas gnječi krvne sudove i zato ne stiže dovoljno krvi u mozak, pa nastaju psihosomatska oboljenja. Ljudi koji imaju namešten atlas i dalje doživljavaju stres, ali krv nesmetano dolazi do mozga.

Praksa u nameštanju atlasa mi je omogućila da pratim kako posle tretmana nestaju oboljenja, a kada sam razumeo te procese, shvatio sam i kako oboljenja nastaju.

Atlas se polagano sam pomera, pa su ljudi iz decenije u deceniju sve bolesniji. Oboljenja polako nastaju tako što organi dobijaju sve manje signala i gube funkciju, i zato se razvijaju žarišta novih oboljenja. Pojedinih poteškoća nismo svesni sve dok ne počnu jači bolovi, a neke od njih ne mogu da se otkriju ni medicinskim pretragama. Kada nastane poremećaj, simptomi su umor i pospanost, a kasnije se javljaju i bolovi.

Telo nas umorom, pospanošću i bolovima upozorava da nešto nije u redu, ali mi ne shvatamo te signale, pa poteškoće polagano prerastaju u oboljenja, koja nam troše energiju i slabe imunitet. Spoljašnji uzročnici nam tada još lakše narušavaju zdravlje.

Evo kako kod muškaraca nastaje oboljenje prostate. Zbog izmeštenog atlasa unazad, tokom pedesetih godina života gornji deo tela se postepeno naginje unapred i zato se kičma u donjem delu previše ispravlja, pa umanjuje signale ka prostati. Tokom

šeste decenije ispravljena lordoza ponekom pređe u kifozu i sve se to završi operacijom prostate.

Žene imaju pet puta više problema sa štitastom žlezdom nego muškarci, jer imaju veću lordozu u vratnom delu kičme.

Zbog postepenog smanjenja signala, oboljenja prostate i štitaste žlezde razvijaju se sporo, a zbog sve bržeg krivljenja kičme ta oboljenja postaju sve izraženija.

Poremećaji u radu ostalih organa i sistema u organizmu takođe nastaju polako, zbog smanjenja signala i toka materija. Zbog lošijeg metabolizma nije uravnoteženo doticanje i oticanje materija, pa radi toga nastaje kamen u bubregu, žučnoj kesi ili pljuvačnoj žlezdi. Kada je atlas namešten metabolizam je bolji, i zato se kamen istopi za nekoliko meseci i ne stvara se ponovo.

Ukoliko u organizmu nastane poremećaj, celina i dalje funkcioniše i pored toga što ne funkcioniše neki njen manji deo, ali je zbog tog malog dela i celina sve slabija.

Tokom dvadesetog veka medicinska nauka se ubrzano razvijala i bilo bi logično da smo zdraviji, ali je činjenica da smo sve bolesniji. Glavni razlozi za taj paradoks su hemijska zagađenost okruženja i tehnološka priprema namirnica.

Humanost pokatkad ima i loše posledice. Zemljište u Africi je manje zagađeno, ali su crnci počeli da obolevaju kada su počeli da se hrane brašnom koje je stizalo iz razvijenih zemalja. Njihov probavni sistem nije prilagođen za hranu od brašna i zato su se pojavile bolesti koje prethodno nisu imali. Uskoro su paketima brašna priključeni „humanitarni" lekovi, a to je crncima pogoršalo zdravlje. Od tih eksperimentalnih lekova su počeli i da umiru.

Sve ovo se desilo u dve decenije i samo je skraćena verzija onoga što se u dva veka dogodilo naprednom delu čovečanstva. Ponekad je bolje ne biti human i ne uticati na prirodne tokove.

Većina oboljenja ne bi trebalo da postoje, a postoje samo zato što se atlas ne nalazi na odgovarajućem mestu. Kada bi svi ljudi na svetu u sledeće dve generacije namestili atlas, većina oboljenja više ne bi postojala, zato što bi se otklonio unutrašnji uzrok, a korišćenjem prirodnih supstanci otklonile bi se bolesti koje nastaju od spoljnih infekcija. Na ovaj način će u budućnosti čovečanstvo biti oslobođeno problema sa zdravljem.

Posle nameštanja atlasa poteškoće i oboljenja nestaju, a nova ne nastaju.

S A M O I Z L E Č E NJ E

Samoizlečenje postoji otkad postoji živi svet.

S vremenom su se formirali sve složeniji organizmi, pa su se usavršavali i procesi samoizlečenja. I biljke i životinje imaju tu mogućnost, ali ljudski organizam ima izuzetnu sposobnost samoizlečenja.

Pored održavanja životnih funkcija, svaki organizam vodi neprekidnu brigu o očuvanju zdravlja, a kada nastane bolest, organizam aktivira procese samoizlečenja.

Termin „isceljenje" nastao je od reči „iz-celiti", a to asocira na „izbaciti iz celine" ono što ne pripada telu i što pogoršava zdravlje. Kod životinja se izbacivanje uglavnom vrši mokraćom i izmetom, pa one imaju, od usta do kraja probavnog sistema, mnogo jače antiseptike od čoveka.

Ljudski organizam raspolaže sa više načina isceljenja, ali za razliku od životinja, kod nas se isceljenja većinom vrše preko gornje trećine tela. To je jedna od prednosti ljudske vrste, jer je bolje sprečiti infekcije nego da organizam aktivira procese samoizlečenja. Izbacivanjem bionapadača iz gornjeg dela tela sprečava se da oni prolaze kroz unutrašnje organe, a naročito da ne dođu u tanko crevo, odakle bi ih krv raznela do ćelija u čitavom organizmu. Zato su u ljudskoj vrsti usta najnečistiji deo probavnog sistema, a mokraća i izmet mogu biti lekoviti.

Bionapadači pokušavaju da uđu u telo i kroz kožu, ali ne uspevaju i zato većinom ulaze sa hranom, vodom i vazduhom. Moramo disati, piti vodu i jesti, pa se zato prva linija odbrane nalazi u gornjem delu tela. Pljuvačka, osim pripreme hrane za varenje, ima i ulogu da pomoću antiseptika uništi deo bakterija i virusa. Zbog toga je važno žvakati duže, da bi hlorovodonična kiselina u želucu što lakše uništila ostatak virusa i bakterija. Nekada su ljudi prvom jutarnjom pljuvačkom mazali ranice i ekceme, koji su brže zarastali zato što pljuvačka sadrži limfu koja u sebi ima antitela.

Sinusi su deo digestivnog sistema. Kada u sinusima ima više sekreta, to je znak da je u hrani bilo puno bionapadača i da ih je organizam vratio gore kako bi se izbacili kroz nos. Poneko taj sekret ušmrkne i proguta, ali to je greška. Sekret iz sinusa i pluća uvek treba ispljunuti.

Od svih vrsta sisara samo mi imamo mogućnost znojenja. To nam izgleda beznačajno, a ponekad i neprijatno. Mislimo da znojenje služi samo za rashlađivanje, ali ono je više od toga.

U letnjem dobu u našem okruženju je više virusa, bakterija i parazita, a mi smo tokom leta zdraviji. Taj paradoks je moguć samo zato što se leti više znojimo. Naravno da se na taj način telo rashlađuje, ali se putem znoja izbacuju nečistoće i biološki uzročnici bolesti. Taj način je bolji nego da bionapadači prođu kroz telo i da se izbace mokraćom i izmetom.

Čovek sve više radi protiv samog sebe. Dezodoransi koji sprečavaju znojenje nanose štetu organizmu.

Kada virusi napadnu, najbolje je da se smanji unos hrane, pije više vode i da se noću nekoliko puta preznoji. Kada smo bolesni gubi se apetit, kako krv ne bi išla prema organima za varenje, već da se iskoristi za samoizlečenje. Tokom bolesti se iz rezervi masnih tkiva stvara energija za samoizlečenje i za životne funkcije, pa je dobro imati nekoliko kilograma više od idealne težine.

Proces znojenja se vrši preko čitave kože, ali najobilnije preko dlanova i stopala. Homo sapijens je hodao bos, a u novije vreme je za obuću koristio životinjsku kožu. Zemlja i koža su upijale nečistoću koja sa znojem izlazi iz tela. U najnovije vreme kožnu obuću smo zamenili plastikom, a to je loše po zdravlje.

U modu je ušlo brijanje ispod pazuha. To je mesto gde telo treba da izbacuje nečistoće, a ne da ih unosi. Hemijski mirisi koji se nanose ispod pazuha su toksični i zbog toga je sve više karcinoma dojki. Bebe sve kraće sisaju majčino mleko, koje je neophodno da bi im se poboljšao imunološki sistem.

Od devet otvora na telu, sedam se nalazi na glavi, pa zato bionapadači u telo uglavnom ulaze kroz usta, nozdrve, uši i oči. Čišćenje očiju se dešava svaki put kada trepnemo. U proseku se tokom dana trepne deset hiljada puta, a nismo svesni koliko energije odlazi na treptanje kako bi oči bile stalno čiste. Suzna tečnost se stvara u suznoj žlezdi i posle čišćenja talog se odlaže u uglove očiju. Suze sadrže antisepike i zbog toga se kaže da su suze lekovite.

Na dnu potiljačne kosti sa leve i desne strane nalaze se mastoidni nastavci koji su porozni. U njima se stvara ušna mast koja sadrži antiseptike. Kada nastane infekcija ušiju, pojačava se lučenje ušne masti, a sekret curi iz ušiju.

Koža je naš najveći organ, koji graniči telo sa spoljašnjom sredinom i sprečava ulaz bionapadača, ali služi i za izbacivanje nečistoća iz organizma. Ponekad se stvore mali gnojni procesi koje nasilno odstranjujemo i tako oštećujemo kožu, a bolje bi bilo da shvatimo svoje greške u ishrani.

Sprečavanje infekcija je izuzetno važno zato što je bolje da ne dođe do lečenja, ali kada nastupi bolest, aktivira se proces samoizlečenja. Medicina pokušava da potpomogne taj proces, ali ponekad više odmaže nego što pomaže.

Ukoliko bionapadači probiju sisteme zaštite, bela krvna zrnca ih uništavaju. Glavnu ulogu u borbi protiv infekcija ima limfa, koja sakuplja bionapadače i odnosi na mesta gde ih antitela uništavaju.

Ta strategija sakupljanja na pojedina mesta omogućava da se bionapadači opkole i unište, što je efikasniji način nego da se vodi stotine raštrkanih procesa. Takvih mesta u telu ima više, a najznačajniji su krajnici i zato ih ne treba operisati. U nekim evropskim zemljama jedno vreme je bilo obavezno da se svim bebama operišu krajnici i slepo crevo. Zbog toga su deca počela sve više da obolevaju, pa je ta obaveza ukinuta.

Kada bakterije probiju sisteme zaštite, tada dospevaju u međućelijski prostor, ali ne mogu da uđu u ćelije zato što su veće od njih. Bakterije nanose štetu organizmu tako što iz međućelijskog prostora koriste materije koje su potrebne za život ćelija. Virusi su manji od ćelija i zato mogu ući u njih, a kada se to dogodi aktivira se poslednja odbrana samoizlečenja, pri čemu same ćelije pokušavaju da pobede viruse.

Virusi i bakterije ne sarađuju, ali kada nas istovremeno napadnu, tada je proces samoizlečenja na najvećem iskušenju.

Naša koža je meka i dešavaju se povrede. Posekotine su mesta kroz koja u organizam mogu ući bionapadači i zato se aktivira proces uceljenja. Uceljenje je vraćanje celovitosti tela i mora se brzo desiti da bi se sprečio ulazak bionapadača. Ako se dogodi povreda, aktivira se svesnost iz velikog mozga i pomaže proces uceljenja. U takvim slučajevima je savremena medicina od velike pomoći.

Zbog izmeštenosti atlasa naše telo nema usklađenu celinu. Svi koji čuju za probleme koji nastaju kao posledica izmeštenog atlasa, pre ili kasnije dođu na nameštanje. Svesnost velikog mozga ima ulogu da aktivira volju za nameštanje, a takvom odlukom veliki mozak najbolje pomaže donjem mozgu.

Sa nameštenim prvim pršljenom dolazi do celovitosti tela, odnosno vraćanja svega u nama na svoje mesto. Zbog odluke velikog mozga da se namesti atlas, donji mozak može prvi put u potpunosti da obavlja svoju funkciju.

Ljudi sa nameštenim atlasom primećuju da im posekotine brže zarastaju. Hirurzi uviđaju da je operativni proces lakši, da se anestezija bolje podnosi i da je brži postoperativni oporavak.

Proces regeneracije se odvija znatno brže kada se signali iz donjeg mozga nesmetano prostiru kroz telo i kada je bolja cirkulacija krvi.

Krv za dvadeset šest sekundi prođe kroz telo i sakuplja nečistoće, i na taj način doprinosi samoizlečenju. Kroz krvne sudove krv brzo cirkuliše, ali kada se nalazi u kapilarima kreće se sporo, kako bi ćelije mogle da se snabdeju kiseonikom i hranljivim česticama. To usporeno kretanje je potrebno i da bi se pokupile nečistoće, koje će se u bubrezima i jetri očistiti, pa izbaciti iz organizma.

Kroz sistem kapilara krv pokreću kontrakcije mikronskih tkiva, a te kontrakcije su kao da imamo milijarde malih srca. Uglavnom se pažnja obraća na srce i veće krvne sudove, a manje na kapilarnu cirkulaciju, koja je izuzetno značajna za zdravlje. Između ostalog, od nje zavisi krvni pritisak.

Krv je lekovita i zato bi trebalo da nesmetano struji po čitavom telu. Artritisi nastaju kada u rukama ili nogama nema dovoljno krvi. Krvi u telu ima tačno koliko je potrebno, a kada nastane oboljenje, krv se usmerava ka žarištu, i zato je nema dovoljno za perifernu cirkilaciju. Kod zdravih ljudi se periferna cirkulacija poboljšava ubrzo posle nameštanja atlasa, a kod bolesnih tek posle nekoliko meseci, kada se u telu okončaju samoizlečenja.

Veliki mozak je najveći potrošač energije, i zbog toga ga nazivaju „luksuzni" organ. Krv donosi u mozak posebnu vrstu šećera i kiseonik, a njihovom reakcijom se stvara energija za aktivnosti mozga.

Samoizlečenje se neprekidno dešava, ali tokom spavanja najviše. Trećinu života provedemo spavajući, a dok spavamo dešavaju se procesi samoizlečenja i regeneracije. Kako bi se ti procesi lakše odvijali, potrebno je da telo bude u stanju mirovanja, a da veliki mozak ne bi trošio energiju, prvi mozak ga „isključuje" i njegove aktivnosti svodi na minimum.

Tokom spavanja smo nesvesni, ali su za slučaj opasnosti jedino čula sluha i dodira u stanju pripravnosti. Dok spavamo neuporedivo je veća moždana aktivnost nego u budnom stanju. To je aktivnost donjeg dela mozga, jer veliki mozak spava, a za to vreme donji mozak opslužuje šest biliona ćelija i obavlja regeneraciju i samoizlečenja.

Stanje nesvesti je slično spavanju jer se tada dešava proces samoizlečenja. Prilikom pada u nesvest prvi mozak brzo uspava veliki mozak da bi doticalo više krvi tamo gde je potrebno, ali i da se ne bismo uspaničili i naudili sebi pogrešnim postupcima.

Prvi mozak je najstariji i najmanji, ali on komanduje i najmlađem, velikom mozgu, koji koristi najviše krvi i energije. Kada prvi mozak vrati životne funkcije, tek tada probudi gornji mozak.

Ovo o čemu pišem ne događa se negde izvan našeg tela, već u svakome od nas i odvija se u svakom trenu, bili mi toga svesni ili ne. Šest milijardi je veliki broj, a šest biliona je veći za još tri nule. Svako od nas u telu ima oko šest biliona ćelija, koje funkcionišu u punom skladu, na dobrobit čitavog organizma.

Procesom samoizlečenja vraća se normalno stanje sredine u kojoj ćelije žive. Svi ovi procesi dešavaju se sami od sebe, bez učešća svesnosti. Umesto da budemo zahvalni zbog procesa koji nam održavaju zdravlje, mi kao da tražimo granice izdržljivosti i ponašamo se prema organizmu kao da nije naš, a hemijom zagađujemo staništa i sebi nanosimo štetu unosom zagađene hrane, vode i vazduha. Granice izdržljivosti tražimo i fizičkim aktivnostima, koje takođe nanose štetu organizmu.

Prehrambena i farmaceutska industrija zbog većeg profita podilaze našim potrebama, ali te potrebe nisu realne, nego su nametnute reklamnim kampanjama. Nameće nam se i potreba za bavljenjem sportom, zato što i proizvođači sportske opreme moraju imati zaradu.

Mi koji vam nameštamo prvi pršljen omogućavamo vam da živite zdravije, ali morate i sami pravilno održavati organizam. Posle nameštanja prvog pršljena dovoljno je da ne grešite, pa ćete imati dobro zdravlje. Najčešće greške su: pogrešna ishrana, nedovoljan unos vode i neprilagođena fizička aktivnost.

Potraga za eliksirom života traje nekoliko hiljada godina i intenzivno se nastavlja, a taj eliksir postoji u svakome od nas. Eliksir života je izuzetna mogućnost samoizlečenja, a kada je atlas namešten, eliksir još bolje funkcioniše.

Uslov za normalan rad organizma je da sve mora biti na svom mestu, a kada se atlas namesti, polagano se i sve ostalo vraća na mesto. Od tada i proces samoizlečenja po prvi put potpuno funkcioniše i vraća nam dobro zdravlje.

Trebalo bi da gornji mozak obavlja svoj pametni posao, a ne da se bavi lečenjem. Ideal je ne lečiti, već podržavati i održavati dobro zdravlje, pa je zbog toga podnaslov ove knjige „Zdravi bez lečenja“.

L E Č E NJ A

Hiljadama godina postoje lečenja, a toliko postoji i navika da nas neko leči. U prošlosti su majke na prirodan način lečile svoju decu, a neke od njih su bile uspešne, pa su lečile i ostale članove porodice i ljude u okruženju. Nekada se lečenja nisu naplaćivala, a sada je lekarska profesija jedna od najplaćenijih. Lečenja su najskuplja zbog toga što su dvostruki gubitak. Prvo, trošimo novac na lečenja, a drugo – dok smo bolesni ne možemo zarađivati.

Treći trošak je gubljenje vremena na bolesti, a to se ne može iskazati novcem, jer je život najveća vrednost.

Već postoji previše vrsta lečenja, a ubrzano se pojavljuju novi načini. Trebalo bi da smo pored toliko lečenja sve zdraviji, ali mi smo sve bolesniji. Atlas je slično izmešten sada kao i u prošlosti, pa to nije uzrok što smo bolesniji. Nepravilan način života, loša ishrana i pogrešna lečenja donose nam više bolesti.

Hipokrat je postavio glavni princip medicine – da se stanje bolesnika ne pogorša. Savremena medicina iz najboljih namera stanje pacijenta kratkoročno poboljša, a dugoročno ga pogorša.

Dijagnostika je napredovala, ali je poražavajuće netačna. Statistički podaci potvrđuju da je tačnost dijagnostike svega pet odsto, a ovaj podatak se krije od javnosti. To konkretno znači da se svakom dvadesetom pacijentu postavi precizna dijagnoza, a ostalih devetnaest zbog pogrešnih lečenja polagano postaju sve bolesniji. Specijalisti traže bolest koju su specijalizovali i ponekad je nađu, i pored toga što pacijent nema tu bolest.

Najčešće se pogrešno dijagnostikuju Parkinsonova bolest, angina pektoris, multipla skleroza i moždani udari – zbog toga što su njihovi simptomi nalik onima koji se javljaju kada su prignječeni nervni putevi zbog izmeštenog atlasa. Bolovi u grudima se pogrešno tumače kao srčane smetnje, a ti bolovi nastaju zato što se telo krivi i vrši pritisak na grudni koš.

Zbog pogrešne dijagnostike pogrešno nas leče i tako nam samo pogoršavaju zdravlje, a lekovima se stvara pogrešna slika o stanju organizma. Bolesni ljudi već koriste previše lekova, a kao da to nije dovoljno, i zdravima se prepisuju preventivno. Na taj način se smanjuje funkcija organa i kod zdravih i kod bolesnih ljudi, pa zato svi postaju bolesniji.

Ponekad postoje poteškoće, ali medicinski nalazi pokazuju da je sve normalno i zbog toga nije moguće postaviti dijagnozu. U takvim slučajevima je pomerenost atlasa uzrok simptoma, ali

medicinska nauka nema znanja ni o mnogo većim problemima koji nastaju zbog te pomerenosti.

Čak i kada pogode od čega smo bolesni, često nisu u stanju da nas izleče, već lekovima održavaju oboljenja pod kontrolom. I pored lečenja, nastaju nova oboljenja, zbog toga što se atlas s vremenom sve više izmešta.

Lečenje je pokušaj otklanjanja simptoma oboljenja, ali nije dovoljno lečiti posledice, jer je izmešten atlas neprekidni uzrok.

Neuporedivo je bolje otkloniti uzrok, nego lečiti simptome.

Zbog želje za većom zaradom, savremena medicina je neke simptome proglasila oboljenjima kako bi plasirala lekove.

Većinom se leči mesto u organizmu gde postoji problem, ali to je pogrešan pristup, zato što je na tom mestu problem iskazan, a zapravo je nastao na nekom drugom mestu i obično je to mesto pored atlasa.

Svaka profesija manipuluše zbog veće zarade. Niko ne može biti stručan u svim profesijama i normalno je da postoje pojmovi koje laici ne razumeju. Medicina koristi latinski jezik da bi se lekari na čitavom svetu razumeli, ali se čini da na taj način nešto kriju od pacijenata.

U svakoj profesiji je korisniku potrebno objasniti kako će nešto uticati na njegov život, a to je veoma važno dok se lečimo. Moramo tačno znati šta lekovima unosimo u organizam. Lekovi su mač sa dve oštrice jer slabe prirodni imunitet.

Pacijenti dobijaju napisane recepte, dijagnoze ili otpusne liste i čitaju ih, ali ih ne razumeju, pa su uplašeni. Pregledi i vađenje krvi izazivaju strah i stres, a to mogu biti pokretači novih oboljenja.

Svaki organ u organizmu ima svoju značajnu ulogu, ali je mozak najvažniji, i to je razlog što ima nekoliko nivoa zaštite. Hemijska nauka je uspela da probije nivoe zaštite mozga i zbog toga hemijskim supstancama iz lekova nanosimo štetu i mozgu. Nauka je iz najboljih namera pokušala da pomogne, ali se i iz najboljih namera događaju fatalne greške. Lekovima se stvara utisak da nemamo bolove, a bol je korisna informacija za proces samoizlečenja. Savremena lečenja su odlaganje izlečenja.

Medicina nije povezala izmeštenost atlasa sa početkom bolesti zato što bolesti ne počinju odmah posle izmeštanja, već nakon nekoliko meseci ili godina. Oboljenja nastaju polagano, zbog postepene disfunkcije organizma.

Kada nastane poremećaj zdravlja, obraćamo se lekaru koji nas upućuje dalje, kod raznih specijalista. Ako se pregledima i analizama ne otkrije oboljenje, ponekad se pretpostavlja da se

radi o umišljenim bolesnicima, pa ih najzad upućuju psihijatru, koji im prepisuje lekove za smirenje.

Izmešten atlas je već smanjio nervne signale, a lekovima se signali još više smanjuju i zato organizam još brže propada. Pacijenti ne osećaju simptome, pa mozak ne može da pokrene proces samoizlečenja.

I pored pomoći medicine, većina ljudi umire zbog bolesti, a ne od starosti. Nameštanjem atlasa se to menja. U budućnosti će ljudi živeti duže i umiraće od starosti, a ne zbog bolesti. Cilj je da život traje dugo i da čovek umre zdrav, a ne da ga bolesti muče dok je živ i da umre pre vremena.

Medicina je pomoću antibiotika smanjila infekcije, ali je poremetila ravnotežu tri grupe bakterija i na taj način oslabila prirodni imunitet. Neodgovornim i preteranim prepisivanjem antibiotika smanjuje se prirodna flora u organizmu, a kada se u telu uništi većina bakterija, gljivice počinju da dominiraju i omogućavaju nastanak kancerogenih oboljenja.

Bakterije i gljivice postoje svugde u prirodi, pa i u našem organizmu. Kada ih ima u odgovarajućoj meri, tada su korisne za proces metabolizma, ali ako nastane poremećaj, život biva ugrožen.

Niko sa sigurnošću ne zna zbog čega i kako nastaju tumori. Za sada se zna da se tumori stvaraju od ćelija iz organizma koje su počele nekontrolisanu deobu. Ćelije se umnožavaju deobom, ali se taj proces kontroliše iz mozga, da ne bi došlo do preterane deobe. Kada nema komunikacije sa mozgom, to se tkivo ponaša kao da nije deo organizma.

Još nije poznato šta u tom slučaju blokira signale iz mozga ka ćelijama. Po mom mišljenju, kada u organizmu ima previše gljivica, one blokiraju komunikaciju sa mozgom i ćelije počinju da se nekontrolisano umnožavaju. Organizam pokušava da se odbrani tako što oko tog tkiva pravi izolaciju u vidu opne, ali ta zaštita ponekad nije dovoljna. Gljivice razlažu tumor i stvara se trulež. Tumor se i dalje uvećava, pa probija opnu i truje zdrava tkiva, a ako se taj proces nastavi, ugrožava čitavo telo i sam život.

Da bi posle nameštanja atlasa proces oporavka organizma mogao nesmetano da se odvija potrebna je komunikacija mozga sa telom. Nameštanje atlasa ne može pomoći kod kancera zato što nervni signali ne mogu stići do tog tkiva. I kod drugih teških i dugotrajnih oboljenja dešava se da nema poboljšanja, zato što su tkiva već previše degenerisana.

Mi koji se bavimo nameštanjem atlasa nismo svemogući, pa zbog toga upućujemo najteže bolesnike da se leče uz pomoć medicine. Kada je atlas namešten, tada su i ta lečenja uspešnija.

Paradoks da mi ne lečimo a da bolesti nestaju, moguć je jer otklanjamo uzrok bolesti i tako stvaramo uslove organizmu da se vraća u funkciju i u stanje boljeg zdravlja. Nameštanje atlasa je savršena prirodna preventiva i zato je najbolje da se namesti bebama ili deci, ali nije kasno ni za najstarije.

Trebalo bi da je je preventiva najvažniji deo medicine, ali lekari se bave bolestima i ne stižu da obrazuju stanovništvo kako da očuva zdravlje.

Ipak, i lekari su ljudi, pa su i oni bolesni, zato što je i njima atlas izmešten. Lekari bolje od ostalih znaju da održavaju svoje zdravlje, ali oni su bolesniji od pacijenata jer koriste više lekova zato što su im pristupačni. Kada lekarima namestimo atlas, oduševljeni su neočekivanim poboljšanjima zdravlja. Konačno shvate da je moguće živeti zdravije pomoću tako jednostavne masaže i dovode nam svoju decu i roditelje.

Potreba za boljim zdravljem je ogromna, pa se medicina pretvorila u profitabilan biznis. Slično je sa farmaceutskom i mlekarskom industrijom, koje zbog većeg profita narušavaju zdravlje ljudi. Lekari i apotekari znaju da, kada se koristi jedan lek, može i doći do poboljšanja, ali ako se koriste dva ili više lekova, umanjuje im se dejstvo, a često može biti i štetno.

Ipak, lekari su uporni kada prepisuju lekove kao trgovci koji nam nude nepotrebne proizvode. Neograničeno poverenje u medicinu pretvara se u ogorčenost. U jednom engleskom časopisu je još 1973. godine objavljen tekst pod naslovom „Više ljudi umire od lekova nego od bolesti".

Sada je medicina industrija bolesti, a u budućnosti mora postati industrija zdravlja. I dobre i loše promene se zapisuju u istoriji.

I S T O R I J A

Kroz istoriju se mogu pratiti pojedine ljudske aktivnosti, a tema ove knjige je ljudski prvi pršljen i zato ću u ovom poglavlju opisati kako je došlo do otkrića o nameštanju atlasa.

Prirodni zakon uzroka i posledica stvara istoriju. Da se u prošlosti nije desilo izmeštanje atlasa, ne bi se ni tražio način kako da se namesti.

Nema ničega novog pod kapom nebeskom, pa je tako i sa nameštanjem atlasa. To izgleda kao nešto novo, a u stvari je jedna od najstarijih ljudskih aktivnosti. Već desetinama hiljada godina ljudi pokušavaju sebi ili drugima da nameste atlas. Kao što je bilo u praistoriji, tako je i u sadašnjosti. Milijarde dece i odraslih su pokušavali, a i danas pokušavaju da vrate atlas na mesto, a nisu ni svesni da to rade.

Većina oseća da im u potiljku nešto nije kako treba, pa spontano guraju prstima potiljak ili nakreću vrat da bi otklonili smetnju, i ne znajući šta je to što smeta.

Pre nekoliko hiljada godina je spontano guranje preraslo u svesne pokušaje nameštanja prvog pršljena. Sa razvojem znanja o ljudskom telu, u Kini i Indiji se tragalo za načinom da se atlas vrati na mesto. Tada su nastali izvesni manuelni načini, koji su se uz manja poboljšanja zadržali do danas, pa se i sada praktikuju, ali rukama se atlas ne može namestiti i zato se ta nameštanja ponavljaju.

Šaolin monasi i jogini posvećivali su više pažnje telu nego ostali ljudi. Shvatili su da u području potiljka postoji neka smetnja i tražili su načine kako da je otklone. Prstima i rukama su jedni drugima pokušavali da otklone smetnju u potiljku i palcem su gurali dno lobanje, a rukama zaokretali glavu.

S vremenom su se razvijali i drugi načini. Vratni pršljenovi su se preslagali istezanjem vrata i naglim zaokretanjem glave, ali je na taj način prvi pršljen ponekad postavljan na još gore mesto. Postoji i način nameštanja pri kojem jedan čovek svojom glavom gura u potiljak onoga ko se namešta, a drugi ga šakama udara u lice. Tako bi dno lobanje proklizalo malo unazad, a atlas bi se vratio malo unapred. Bilo je i drugih načina, ali su svi nasilni i opasni, jer se atlas tako nekontrolisano pomera.

I danas se primenjuje istezanje kičme koje je nastalo pre nekoliko hiljada godina. Jogini imaju trake koje postave ispod potiljka i donje vilice, pa neko vreme vise okačeni. Na taj način popravljaju oblik kičme, a prvi pršljen zadržavaju na boljem

mestu. Atlas se tako ne može namestiti, ali se može zadržati na boljem mestu i zato su jogini zdraviji i dugovečniji od ostalih ljudi.

Tajna dobrog zdravlja i dugog života je odavno otkrivena, ali se čuvala iz više razloga. Šaolin monasi i jogini su bili elita društva zato što su najprosvećeniji. Znanja su čuvali za sebe, pa je takav slučaj i sa znanjima o atlasu. I da su želeli, ta znanja nisu mogli prenositi neprosvećenima. Za nameštanje kostiju i atlasa potrebna je posebna veština. Tajnu su čuvali i zbog toga što su manipulacije atlasom izuzetno riskantne.

Nakon srednjeg veka znanja su se ubrzano razvijala, pa je tako i sa znanjima o ljudskom organizmu. Neka od tih znanja su prerasla u medicinsku nauku. Pred kraj devetnaestog veka su živeli ljudi koji nisu imali medicinska znanja, ali su doprineli razvoju medicine. Jedan od njih je Danijel Palmer.

Palmer je bio talentovani nameštač kostiju i shvatio je da su sve kosti pomerene samo zato što atlas nije na svom mestu. To otkriće je izuzetno, a još je važnije što je otkrio da većina poteškoća i oboljenja nastaju zbog izmeštenog atlasa. Do kraja svog života pokušavao je da nađe način kako da atlas vrati na mesto, ali nije uspeo.

Hiropraktika postoji od stare Grčke, a Palmer je osnivač moderne hiropraktike. I pored izuzetnih rezultata, on je bio osuđivan zato što njegova veština i znanja nisu prihvaćeni od strane ondašnje medicine.

Danijelov sin Bartlet Palmer je bio lekar i nastavio je sa pokušajima da pronađe način nameštanja atlasa i da unapredi hiropraktiku. To je nazvao „SVE U JEDNOM“ zato što bi samo jednim tretmanom sprečio nastanak bolesti ili omogućio bolje zdravlje bez lečenja, ali ni on nije uspeo da pronađe pravi način nameštanja. Ipak, njegovom zaslugom je hiropraktika sredinom dvadesetog veka postala deo zvanične medicine.

Hiropraktika je postala deo medicine i pored toga što se zalaže za lečenja bez lekova i operacija.

Nažalost, i sama istorija pravi greške – zbog nepoznavanja činjenica, ili zbog manipulacija istorijskim podacima.

Potrebna je vremenska distanca da bi istorija procenila da li je hiropraktika samo korisna. Kao i ostale vrste lečenja, i hiropraktika je kratkoročno pomogla stotinama miliona ljudi, ali im je dugoročno uglavnom nanela štetu. Hiropraktičari na kraju tretmana naglim trzajima zaokreću glavu i na taj način nameštaju vratne pršljenove, ali često izmeštaju prvi pršljen. Hiropraktika se najviše primenjuje u Sjedinjenim Američkim

Državama i zato su Amerikanci među najbolesnijim nacijama i pored toga što imaju najbolju medicinsku uslugu.

Poznato je da – koliko ima hiropraktičara, toliko je i vrsta hiropraktike, pa zbog toga to nije precizna nauka. Ipak, zasluge hiropraktike su u tome što su stotine samoukih hiropraktičara ili onih sa medicinskim obrazovanjem pokušavali da tokom prošlog veka pronađu način nameštanja atlasa. Pomenuću one koji su tome najviše doprineli.

Dr Albert Arlen je otkrio tehniku kojom se atlas namešta srednjim prstom. Svoju tehniku je nazvao „Atlasterapija".

Dr Peter Hugler (Peter Huggler) pronašao je mogućnost nameštanja atlasa koji je nazvao „Vitalogija". Reč je o jednom udarcu dlanom u područje potiljka.

Dr Roj Svet (Roy Sweat) je razvio postupak „Ortogonal": aparatom koji ima oprugu i jednim udarcem atlas se malo pomeri. Pre i posle tretmana vrše se rendgenska snimanja. Potrebno je nekoliko tretmana i svaki put se prave snimci da se vidi koliko je atlas pomeren.

Dr Ričard Bartlet (Richard Bartlett) pronašao je metod nameštanja atlasa koji je nazvao „Matriks enerdžetiks" koji se zasniva na beskontaktnom energetskom nameštanju atlasa.

Dr Aslam Kan (Aslam Khan) razvio je složenu tehniku nameštanja kojom se prvi pršljen pomera blagim udaracima aparatom. Tretman se vrši u periodu od šest do devet meseci i potrebno je mnogo rendgenskih snimaka.

Dr Vilijem Bler (William Blair) izumeo je način koji je nazvao „Bler tehnika", ali to je samo još jedna od varijacija „Vitalogije".

Pronalazači raznih načina nameštanja atlasa primali su polaznike i neki od njih su obučili desetine, a neki hiljade ljudi. Poneko od polaznika bi razvijao svoj način, ali to su samo malo izmenjeni originalni postupci. Neuporedivo je više onih koji nisu davali nazive svojim načinima nameštanja, jer su to bile kopije osnovnih načina.

Kao da nije dovoljno što padovima, udarcima ili sportskim aktivnostima deca i odrasli izmeštaju sebi atlas, već i nekoliko desetina hiljada ljudi manipulišu prvim pršljenom i većinom ga izmeštaju. Da ironija bude veća, ljudi plaćaju da bi bili bolesniji.

U prethodnih sto godina hiropraktičari su pomerali atlas stotinama miliona ljudi, a većinu nisu ni obavestili da će im nameštati prvi pršljen. Čak ni manuelni terapeuti nisu svesni da naglim zaokretanjem glave ljudima nekontrolisano izmeštaju prvi pršljen.

Oni terapeuti koji raznim načinima atlas pomeraju uz prethodnu analizu rendgenskog snimka, tvrde da su to naučni načini. Pre i posle tretmana su im potrebna po tri rendgenska snimka da bi odredili koliko je atlas pomeren, ali je problem u tome što glavu ne bi trebalo često zračiti. Na rendgenskom snimku otpozadi atlas se uglavnom ne vidi zato što ga zaklanja dno lobanje, a na snimku sa strane ne može da se odredi koja je leva, a koja desna strana atlasa. Posle tri meseca prave se novi snimci, ali se atlas više ne nalazi na mestu na koje je pomeren i zbog toga ti načini nisu pouzdani. Ljudi ih izbegavaju jer se glava zrači nekoliko puta u kratkom periodu.

Prilikom fizičkih trauma prvi pršljen se ponekad postavi na bolje mesto, a to se dešava i kod raznih vrsta nameštanja. Zbog pomeranja atlasa oslobađaju se neki nervni putevi i zato iščezavaju pojedine poteškoće, ali u zavisnosti od toga gde je nastalo novo prignječenje, dolazi do drugačijih poteškoća sa zdravljem.

Kod većine načina atlas se u odnosu na drugi pršljen postavi u bolji položaj, ali je greška u tome što se tada dodatno izmesti u odnosu na lobanju, a tu se već nalazi najveći problem čovečanstva. Posle tretmana kod nekih ljudi nastaju olakšanja, ali kod nekih ima i pogoršanja. Nekoliko meseci posle tretmana većina oseća pogoršanja, ali ljudi ponovo idu na nameštanje jer su prethodno doživeli olakšanja. Tako se atlas još više izmešta i zdravlje postaje sve gore.

Za svaki novi način nameštanja atlasa tvrdi se da je bolji od prethodnih. Normalno je da svako hvali svoj način, ali efekti su slični. Kao što su se u prošlosti čuvale tajne o nameštanju, tako i tvorci savremenih načina nameštanja kriju od javnosti i od konkurencije kako se izvode tretmani. Zbog ovih razloga medicinska nauka nije prihvatila nijedan metod.

Hiropraktičari guraju pršljenove i istežu kičmu, pa su zato i atlas pokušali tako da tretiraju.

Palmer je 1895. godine objavio svoje otkriće, ali je tek posle sto godina Švajcarac Rene Šimperli (Rene Schümperli) shvatio da se atlas ne može namestiti guranjem, već masažom ligamenata koji ga drže na pogrešnom mestu.

Rene Šimperli je bio praktičar „Vitalogije“ i njemu je tim metodom desetinama puta nameštan atlas. Probao je i neke druge metode, ali mu nijedan nije pomogao. Nekoliko godina je razmišljao gde svi greše i shvatio da se prvi pršljen ne može namestiti fizičkom manipulacijom, nego masažom ligamenata pomoću aparata kojim se izvode brzi sitni udarci.

Šimperli je bio prinuđen da otkrije bolji način nameštanja zato što je bio previše bolestan. Patentirao je „Atlasprofilaks“ metod i obučio četiri stotine ljudi širom sveta. Imao sam čast da budem jedan od njih.

Praktikovao sam ovaj metod tri meseca i shvatio da to nije konačno rešenje. Šimperli je svoj način nameštanja razvio na pretpostavci da je atlas uvek izmešten u levu stranu, ali ja sam zapazio da je to izmeštanje retko i da postoji izmeštanje i u desnu stranu. On takođe nije znao da je atlas izmešten unazad ili unapred. Počeo sam da usavršavam njegov metod i dobijao sve bolje rezultate. U sledeće tri godine držao sam predavanja o nameštanju atlasa i pregledao pet hiljada ljudi. Moje otkriće je da je atlas kod većine izmešten unazad i da je ta izmeštenost glavni uzrok oboljenja.

Tri godine sam razvijao svoj način nameštanja atlasa i konačno pronašao kako se namešta. Time je okončana potraga za pravim načinom nameštanja atlasa, koja je trajala hiljadama godina. Mislim da je ovo najvažnije otkriće čovečanstva, jer se odnosi na zdravlje i verujem da će buduća istorija to potvrditi.

Zbog izmeštenog atlasa problem ljudskog roda je počeo pre nekoliko desetina hiljada godina i zato su ljudi sami sebi ili drugima trljanjem smanjivali bolove u potiljku. Kasnije su ta trljanja dobila naziv „masaža“.

Atlas je moguće namestiti samo masažom potiljka pomoću aparata. Lečenja su počela masažama, a kasnije je to preraslo u medicinsku nauku. Savremena medicina se razvijala nekoliko hiljada godina i danas je bolja nego ikada, ali su ljudi sve bolesniji i opet se vraćamo masaži, pa se tako krug zatvara.

Sve što je novo treba da dobije naziv. Shvatio sam da je reč PREPOROD odgovarajuća, jer se posle nameštanja atlasa ljudi osećaju preporođeno, a s obzirom da se radi o masaži potiljka, pun naziv je PREPOROD MASAŽA POTILJKA.

Naravno da je otkriće o nameštanju atlasa ključno, ali je način na koji će se ono primenjivati izuzetno važan. Kada se nešto otkrije, potrebno je da se sazna za to i da se prihvati.

Ovo otkriće treba da postane deo medicine, jer medicina treba da bude najhumanija, ali posle nameštanja atlasa ljudi postaju neuporedivo zdraviji, pa medicinskoj industriji nije u interesu da koristi ovo otkriće zato što bi joj smanjilo profit. Zbog toga je najbolje da se nameštanje atlasa praktikuje kroz udruženja građana, jer su to neprofitne organizacije.

Ekonomisti i političari nas ubeđuju da je život sve bolji, ali većina ljudi opaža da je život sve gori. Jedan naučni rad koji

se bavi budućnošću predviđa da probleme neće moći da reše oni koji su ih stvorili, pa će udruženja građana ili nevladine organizacije popraviti ono što profesionalci nisu u stanju.

Osnovao sam Udruženje građana PREPOROD ŽIVOTA i počeo da obučavam druge ljude. Jedna od najvažnijih prednosti ovog načina nameštanja je što se lako prenosi drugima.

Želim da što više ljudi dobije namešten prvi pršljen i zato držim obuke kako bi i drugi mogli da pomažu bolesnima.

Nisam imao nameru da svoje otkriće pravno zaštitim, ali to su pojedinci zloupotrebili, pa sam ga ipak zaštitio u Zavodu za intelektualnu svojinu 26. 3. 2014, pod rednim brojem 5.665. Ovim radom treba da se bave ljudi koji imaju human karakter, a ne oni koji žele da profitiraju, pa ću zato sklapati ugovore sa svima koje obučavam.

Atlas može da se namesti jedino P R E P O R O D masažom potiljka. Očekujem da će vreme potvrditi da je ovo najbolje rešenje i verujem da će u budućnosti ovim načinom većini ljudi na svetu atlas biti namešten.

Kao što je sa periferije postojećih civilizacija nastala Grčka civilizacija, tako je i otkriće nameštanja prvog pršljena nastalo sa periferije zvanične nauke.

Palmer i Šimperli nisu imali medicinsko obrazovanje, ali je potvrda otkrića stigla sa vrha medicinske nauke.

Dr Rajner Zajbel (Reiner Seibel) je od 2006. do 2010. godine radio morfološku studiju pod nazivom „Naša glava je uvrnuta“ i tom studijom dokazao da je atlas svim ljudima na svetu manje ili više izmešten i da se može namestiti masažom.

Masaža nije medicinski postupak, pa zato nisu potrebni certifikati o lečenju.

Najveće otkriće čovečanstva je spontano nastajalo tokom tri veka. Bez otkrića do kojih su došli Palmer i Šimperli ni ja ne bih pronašao način za potpuno nameštanje atlasa, pa im zato izražavam najdublje poštovanje i najveću zahvalnost.

Posle P R E P O R O D masaže potiljka verovatno neće nastati bolji način nameštanja atlasa, ali prepustimo budućoj istoriji da to opovrgne ili potvrdi.

Degradacija homo sapijensa je počela kada smo postali svaštojedi i kada smo počeli da se prejedamo. Zbog uvećanja jetre došlo je do poremećaja u telu i do izmeštene pozicije atlasa, a ubrzana degradacija je počela pre sto pedest godina zbog hemijskog zagađenja staništa i hemijski zagađene hrane. Zbog toga je ljudsko zdravlje pogoršano, pa su hemijskim

preparatima počeli da nas leče, ali je sada još gore. Izmešten prvi pršljen i hemija su dva zla koja ne bi mogla da preživi čak ni naša vrsta.

Ako želimo da opstanemo moramo što pre da namestimo atlas, pa ćemo živeti zdravije i lakše ćemo preživeti period dok ne očistimo planetu.

Otkriće o nameštanju prvog pršljena će poboljšati buduću istoriju čovečanstva. Sa više krvi u mozgu postaćemo pametniji i svesniji potrebe da se vratimo u sklad sa prirodom. Cvet narcis ima i drugi naziv – sunovrat. Takav naziv je dobio jer izgleda kao da mu je slomljen vrat, pa gleda u svoju stabljiku i zato ne vidi ostale. Zbog ljudske narcisoidnosti i zagledanosti u sebe, stvorili smo probleme i sebi i ostalim žiteljima planete, koji su takođe žrtve hemijskog zagađenja.

Bez ovog otkrića možda ne bi bilo budućih istoričara da opišu sunovrat kojim se krećemo u prethodna dva veka.

I Z M E Š T A NJ A

Izmeštanja su počela kada se jetra uvećala, a svi delovi tela treba da se nalaze na tačnim mestima da bi organizam pravilno funkcionisao.

U zavisnosti od količine hrane, unutrašnji organi mogu menjati oblik i veličinu zahvaljujući tome što srednji deo tela nije ograničen skeletom. Kod ostalih sisara stomak visi zbog horizontalnog položaja tela i zato svaki organ ima dovoljno mesta. Zbog uspravnog stava u našoj vrsti je okačenost organa drugačije rešena, a zbog uvećane jetre nastala je poremećenost u veličini, obliku i poziciji organa. Svaka promena je za nešto dobra, a za nešto loša. Uvećana jetra nije donela ništa dobro, ali naši organi nekako funkcionišu jer stomak nije ograničen skeletom.

Mozak je najvažniji organ i zbog toga je dobro zaštićen lobanjom. Za razliku od unutrašnjih organa, mozak je ograničen kostima lobanje. Kada se mozak uvećao, i lobanja se povećala, ali u to vreme je sve normalno funkcionisalo. Problem je nastao kada je prvi pršljen počeo da se izmešta i da pritiska krvne puteve.

Izmešten atlas gnječi venu i smanjuje oticanje krvi, pa se u arteriji povećava pritisak i zato pucaju krvni sudovi u mozgu. Zbog ograničenog prostora mozak ne može da se širi, a oteklina

vrši pritisak na delove mozga koji zbog nedostatka kiseonika počinju da odumiru. Drugi uzrok odumiranja ćelija u mozgu nastaje kada prvi pršljen gnječi arteriju i zato nema dovoljno krvi u mozgu.

Tokom razvoja u materici kosti se formiraju na minimalno pogrešnim pozicijama, a to se tokom života još više pogoršava zbog sve većeg izmeštanja atlasa.

Zbog povećane jetre nastaje pogrešan raspored kostiju, a to je problem, jer je sve okačeno o skelet. Pomerenost kostiju izmešta unutrašnje organe, a pogrešni pravci kostiju opterećuju zglobove, pa zato prilikom fizičkih trauma dolazi do iščašenja.

Pojam „iščašen" znači da je tokom neke fizičke traume došlo do potpunog iskliznuća kosti iz zgloba. Kada nastane iščašenje, životne funkcije nisu ugrožene, ali za razliku od svih ostalih iščašenja – ukoliko dođe do iščašenja atlasa, tada je čovek mrtav, zbog prekida signala iz mozga i prekida krvnih puteva.

Pojam „izmešten" odnosi se na malu pomerenost kosti u zglobu, a kada se to desi kost može sama da se vrati na mesto. Prvi pršljen je svim ljudima manje ili više izmešten i ne može sam da se vrati zbog istanjenosti hrskavica na atlasu i na dnu lobanje.

I kod ostalih sisara je moguća izmeštenost atlasa, ali se to deševa izuzetno retko, prilikom jačih udaraca u glavu. U tom slučaju, zbog prignječenja kičmene moždine, ta životinja dobija oboljenja u zavisnosti od toga šta je pritisnuto, ali ne dolazi do novih oboljenja, jer nema drugih prignječenja signala u kičmi. Od najjačeg udarca u glavu atlas se previše izmesti i životinja ubrzo umire, jer nema dovoljno krvi u mozgu.

Zbog uspravnog stava i izmeštenosti atlasa, u našoj vrsti tokom života dolazi do sve većeg pomeranja svega u nama i zato postajemo sve bolesniji. Tokom starosti to je sve veći problem, a početak problema je nastao još dok smo se razvijali u materici.

Prvi pršljen se već formira donekle izmešten i zbog toga treba uvesti pojam „dodatno izmeštanje", koje počinje tokom porođaja. Dodatno izmeštanje nastaje čak i kada je porođaj lak.

Tokom porođaja atlas se pomera bebama, ali i majkama. Porodilji često guraju glavu u pognut položaj, ili od naprezanja dobije izmeštenost atlasa, pa zbog toga posle porođaja počinju zdravstveni problemi.

Većina porođaja se vrši u porodilištu, ali do izmeštanja prvog pršljena može doći i u drugim medicinskim ustanovama.

Dodatno izmeštanje atlasa može nastati kod zubara, prilikom popravki ili tokom vađenja zuba iz gornje vilice, a takođe se može desiti tokom endoskopskih pregleda kroz jednjak ili kroz dušnik.

Širom sveta se stalno dešavaju dodatna izmeštanja atlasa. Deca tokom prohodavanja ne umeju da ublaže padove i udarce, a u tom uzrastu se atlas lako izmešta. Dok odrastaju, deca se igraju i počinju da brinu o telu, ali tada su udarci jači. Atlas se izmesti kada se padne sa ljuljaške ili ako ljuljaška udari glavu. Da bismo se pravilno razvili, u mladosti se bavimo sportom, ali zbog padova ili udaraca dolazi do izmeštanja atlasa, pa zato nastaju nepravilnosti u razvoju. I udarci loptom u glavu izmeštaju atlas.

Prvi pršljen se izmešta kada se padne na tvrdu podlogu, ali i skokovi u vodu ga izmeštaju. Čovek može da pliva, ali nije riba. Dok plivamo zabacujemo glavu u stranu, a tako se atlas izmešta. Plivanjem se telo malo ispravlja, ali to nije dovoljno, zato što se tokom hodanja krivi od izmeštenog atlasa.

Ljudska vrsta je predodređena da hoda i sve bi bilo dobro da je atlas na mestu. Ne rađamo se sa stopalima na kojima su skije, klizaljke, rolšue, roleri i razne druge igračke koje roditelji kupuju deci da bi uživala u detinjstvu. Ta radost se zbog padova kasnije pretvara u žalost. Roditelji brinu o bolesnoj deci, a ne znaju da su deca postala bolesna zbog izmeštanja atlasa.

Čovek nije ptica i ne može da leti, ali može da vozi bicikl. Dok deca uče da voze bicikl padnu više puta. U mladosti je motocikl veće zadovoljstvo, ali je zbog padova i veći problem.

Dok se tuširamo žmurimo, a ispod nas je klizavo i zato verovatno nema onih koji nisu pali. Jednom čoveku se desilo da je izmestio atlas dok je peškirom masirao vrat, a ako se to desilo njemu, sigurno postoje i drugi kojima se dešava. Kada mi je prvi čovek rekao da je atlas izmestio tokom kijanja, pomislio sam da je to nemoguće, ali kada su mi i drugi rekli, shvatio sam da je ipak moguće.

Atlas se dodatno izmešta udarcima u bilo koji deo tela, ali se najgore izmesti udarcem u glavu. Poneko čak zaboravi da je prilikom sudara glavom razbio šoferšajbnu. Svako želi to da zaboravi, ali su bolesti koje nastaju posle izmeštanja podsetnik na takvu neprijatnost.

Senzori za ravnotežu se nalaze u srednjem uhu i dobro su zaštićeni kostima lobanje. Prilikom udaraca u glavu kosti lobanje se postave u minimalno drugačiji položaj i poremete položaj senzora, a za njih su i mikronska pomeranja prevelika.

Kada su izmeštanja atlasa češća, tada centar za ravnotežu lošije funkcioniše, pa ljudi češće padaju, a zbog toga dolazi do većih izmeštanja atlasa i do sve više bolesti. Uspravan stav postoji već milion petsto hiljada godina, ali ljudi i danas padaju.

Jedna od posebnosti ljudske vrste je smeh. Skloni smo da se smejemo kada vidimo da je neko pao, ali i kada gledamo padove u TV emisijama. To jeste smešno, ali je za žaljenje, jer će ta osoba oboleti zbog izmeštenog atlasa.

Atlas se izmešta tokom dnevnih aktivnosti, ali se izmešta i tokom spavanja, kada mislimo da smo bezbedni. Meki jastuci nam takođe izmeštaju atlas. Većina ljudi spava desnom stranom tela prema planeti, jer na taj način smanjuju bol u potiljku da bi mogli zaspati. Tokom spavanja jastuk gura glavu u levu stranu i izmešta atlas u smeru u kojem je već izmešten.

Najčešći uzrok smrti su infarkti i moždani udari koji se, zbog dodatnog izmeštanja prvog pršljena, većinom dešavaju tokom spavanja. U zavisnosti od jačine pritiska na prvi mozak ili na nervus vagus, dolazi do smanjenja signala prema srcu i do poremećaja centara za cirkulaciju i pritisak krvi, ili do jednog i drugog. Te situacije se još više pogoršavaju kada atlas pritiska krvne sudove prema mozgu.

Posle nameštanja atlasa smanjuje se mogućnost infarkta i moždanog udara zato što su nervni i krvni putevi oslobođeni od prignječenja.

Postoje bezbrojne situacije pri kojima nastaju izmeštanja, i kao da to nije dovoljno, atlas se dodatno izmešta i raznim drugim načinima nameštanja. Do otkrića P R E P O R O D masaže potiljka, Atlasprofilaks je bio najbolji način nameštanja, ali se i tim metodom prvi pršljen ponekad može izmestiti u desnu stranu, zbog pravca masaže sleva nadesno.

Prilikom padova ili udaraca se može dogoditi da se atlas postavi na bolje mesto, pa neobjašnjivo nestaju dotadašnje poteškoće. Postoje ljudi kojima je prvi pršljen malo izmešten, ali i oni treba da ga nameste kako im se ne bi još više izmestio u slučaju udarca ili trzaja. Atlas treba namestiti najkasnije početkom pedesetih godina života, jer od tada nastaje njegovo postepeno proklizavanje.

Postoji bezbroj vrsta izmeštanja, a samo desetak načina nameštanja, koji su većinom neprecizni, i zato mora postojati samo jedan pravi način. Atlas se sam od sebe ne može namestiti, tako da će u budućnosti svi ljudi na svetu ići na nameštanje.

N A M E Š T A NJ E

Kao što je bilo u dalekoj prošlosti, tako je i u sadašnjosti. Kod većine ljudi se u mladosti javljaju bolovi sa desne strane potiljka i mnogi se trude da trljanjem potiljka ili nakretanjem glave smanje bolove, a tako u stvari pokušavaju sami sebi da nameste atlas.

Atlas se konačno može namestiti, i to za svega jedan minut. Na taj način se ispravlja greška koja je nastala pre nekoliko desetina hiljada godina.

U medicini je princip da se lečenjem ne pogorša zdravlje. Nameštanje atlasa nije postupak lečenja i zato što ne lečimo ne možemo ni pogoršati zdravstveno stanje. Kod bolesnih se posle nameštanja mogu pojačati teškoće, ali to nije pogoršanje, već znak da traje izlečenje i da je bolest u završnoj fazi.

Kada se neki zglob iščaši mora se namestiti, bez obzira da li se radi o detetu od godinu dana ili o starcu od sto godina. Kada je atlas previše izmešten mora da se namesti, bez obzira da li je to beba od mesec dana ili najstariji čovek na svetu.

Od nameštanja atlasa počinje nameštanje svega u čitavom organizmu. S vremenom skelet dobija pravilniji oblik, a organi se vraćaju na anatomsko mesto. Kada je sve na svom mestu, organizam bolje funkcioniše, pa zbog te izuzetne mogućnosti prvi pršljen možemo nazvati Č A R O B N A K O S T.

Vraćanje atlasa je kratkotrajna čarolija koja omogućava bolje zdravlje. Ipak, nemoguće je samo dobijati, a ništa ne dati. U ovom slučaju se daje minimalno, a dobija maksimalno, jer je dobro zdravlje najvrednije u životu. To što se tokom masaže daje je malo strpljenja dok ne prođu kratkotrajni bolovi, posle kojih nam iz dana u dan biva sve bolje.

Oni koji koriste mlečne proizvode imaju veće bolove u svim mišićima, pa i u mišićima potiljka. Tokom masaže bolovi nisu jaki, ali svakome je granica bola drugačija. Nekima masaža prija i kažu da su sami sebe grublje masirali i da ih je više bolelo. Ti mali bolovi se odmah zaborave, a zbog njih će prestati veći bolovi koji su trajali mesecima ili godinama.

Vrtoglavice i aritmije srca nestaju posle nameštanja atlasa i više ih neće biti, a za te ljude je aparat kojim masiramo kao čarobni štapić, jer otklanja probleme koji su trajali godinama i koje nisu mogli da reše nikakvim lečenjima. Za one koji imaju druge poteškoće trebaće nekoliko meseci do poboljšanja.

Ljudi kojima je prvi pršljen previše izmešten obično ne dozvoljavaju da se namesti. Tim ljudima su bolovi u potiljku jači i ne žele da se to mesto dira, ali to je najveća greška, jer je njima nameštanje najpotrebnije.

Atlas se namešta masažom mišića u potiljku i opuštanjem ligamenata koji ga drže u vezi sa lobanjom. Čovek ne može sam sebi da namesti atlas jer se masaža izvodi otpozadi i zato što čovek sam sebi ne želi da nanese bol. I kada bi umeo da namesti atlas ne bi uspeo, jer se u trenutku bola ruka sklanja. Oni koje masaža boli, možda tada ne mogu da nas vole, ali će nas iz godine u godinu sve više voleti, zato što smo ih oslobodili muka koje su trajale godinama.

Profesionalni sportisti su izuzetno zdravi, a fizioterapeuti i lekari im održavaju zdravlje. U prvom mozgu se nalaze centri za orijentaciju, koordinaciju, koncentraciju i motivaciju, pa zato kada sportistima namestimo prvi pršljen, oni postaju još bolji u svojim aktivnostima.

Posao kojim se bavimo je human, jer ljudima pomažemo u onome što im je najvažnije. Nameštanjem atlasa najviše se poboljšava fizičko stanje organizma, ali i psihičko stanje, jer se u prvom mozgu nalazi centar za raspoloženje. Posle nameštanja atlasa ljudi se osećaju bolje i fizički i psihički.

Karakter je nemoguće promeniti, ali kada nestanu bolesti ističe se pravi karakter, koji je ranije bio potisnut bolestima. Zvuči neverovatno, ali pored poboljšanja psihičkog stanja mi ljudima poboljšavamo i dušu, zato što se u prvom mozgu nalaze centri za emocije i osećajnost. Nameštanjem atlasa duša postaje rasterećena, i zato ljudi postaju humaniji.

Jedino se zdravlje ne može kupiti. Tokom života puno novca odlazi na razna lečenja, ali novcem ne možemo kupiti metar ili kilogram zdravlja.

Zdravlje nema cenu, a jedina vrednost kojom se može iskazati je sam život. Za nekoga je nešto skupo ukoliko ne zna koliko to vredi. Nameštanjem prvog pršljena dobija se neuporedivo bolje zdravlje i kvalitetniji život, i zbog toga je neprocenjivo.

Koliko vredi da nestanu bolovi, migrene, visok pritisak, vrtoglavice, srčane smetnje i druga oboljenja, a da tokom života nema novih problema? Ljudi kojima posle nameštanja nestaju zdravstveni problemi kažu da to vredi više od svega na svetu.

Mi koji nameštamo atlas bavimo se humanim radom, ali je normalno da naplaćujemo učlanjenje u naše udruženje zato što imamo troškove i stalno ulažemo sredstva kako bi što više

ljudi saznalo za nameštanje, tako da plaćanjem vi omogućavate i drugima da žive zdravije. Učlanjenjem dobijate besplatno nameštanje, i doživotno zadržavanje atlasa na pravom mestu.

Kada su jednog slikara upitali zašto je crtež koji je nacrtao za jedan minut toliko skup, odgovorio je: „To je za vas minut, ali ja crtam već deset godina.“ Mi nameštamo atlas za jedan minut, ali prethodno vršimo pregled, a posle masaže dajemo savete kako da što pre ozdravite. U sledećih godinu dana masiramo još tri puta, pratimo proces ozdravljanja i savetujemo kako da ostanete zdravi. Posle toga svake godine dolazite jedanput na kratku masažu, kako bi vam se atlas čitavog života zadržao na mestu, a to se više ne plaća.

Mnogima nije jasno kako atlas može da se namesti za jedan minut. Kada se atlas izmesti, to traje jedan sekund, pa je zato moguće da se namesti za minut.

Iz estetskih razloga na nameštanje atlasa dolaze i žene koje imaju dobro zdravlje. Celulit nestaje za nekoliko meseci i ne vraća se zato što limfni sistem bolje funkcioniše, a time se smanjuju i podočnjaci i dobijaju normalnu boju.

Zbog boljeg metabolizma bubuljice se umanjuju ili nestaju. Koža se regeneriše i lepše izgleda, a zateže se zbog pravilnijeg držanja tela. Grbica na vrhu leđa s vremenom nestaje, zato što se glava vraća unazad, a grudni koš unapred. Grudi se ističu, pa žene postaju seksepilnije. Nekoliko meseci posle tretmana žene izgledaju lepše i muškarci to primećuju, a primećuju i njihove prijateljice.

Lepote nikada nije previše. Žene i posle nameštanja vode brigu o svom izgledu, ali će ređe ići na kozmetičke tretmane i manje će novca izdvajati za negu kose, kože, noktiju, skidanje celulita...

Za estetiku se izdvaja novac, ali na lečenja i lekove odlazi veliki deo prihoda. Kada se plati nameštanje atlasa, zapravo se u budućnosti štedi novac.

Za većinu ljudi nameštanje atlasa nije toliko hitno, ali je izuzetno bitno. To je najvažnija stvar u životu, pa zato treba odvojiti novac i doći na nameštanje.

Na tretman dolaze sve generacije. Podjednako dolaze žene, muškarci, zdravi, bolesni, sportisti, manje ili više obrazovani, a dolaze i ljudi sa medicinskim obrazovanjem, kao i sveštenici i monasi.

Poneko shvata zašto atlas treba da se namesti, ali ne želi ništa da menja, jer misli da je to prirodno. Ipak, kada se razboli ili kada počnu bolovi, tada dođe na nameštanje.

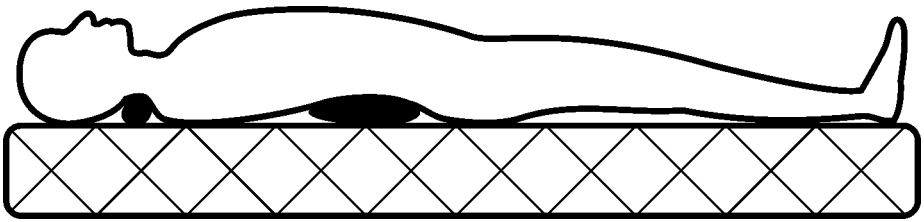
Ne postoje kontraindikacije za nameštanje prvog pršljena. Ako je na mestu koje se masira oštećena koža, sačeka se da koža zaraste i tada se namešta. Bilo koja indikacija u stvari je razlog da se atlas namesti. Ljudi su u problemu sa zdravljem zato što im je atlas izmešten, pa ne treba da budu u dilemi da li da im se namesti.

Svi koji su imali moždane udare, infarkte ili operacije treba da dođu na nameštanje da bi se brže oporavili. Ljudi sa aneurizmama u mozgu ili oni koji imaju ugrađene stentove, veštačke kukove, bajpas, pejsmejker ili nešto drugo, mogu da nameste atlas. U tim slučajevima, i kada je neko pod dejstvom lekova ili ima nizak pritisak, masaža se izvodi sporije.

Ni trudnoća nije kontraindikacija za nameštanje atlasa. Ako trudnica koja je već rađala namesti atlas, lakše će podneti tu trudnoću nego prethodne. Poboljšan metabolizam trudnice omogućava bolju ishranu fetusa i zato se on bolje razvija. Ipak, tokom trudnoće uvek postoji mogućnost pobačaja, a ako bi se desio, to sigurno nije zbog nameštanja atlasa. Još uvek ne postoje naučni radovi o dejstvu nameštanja atlasa na trudnoću, ali kada budu urađeni, pokazaće da je zbog nameštenog atlasa mogućnost pobačaja umanjena.

U slučaju kada postoji kifoza u vratnom ili lumbalnom delu kičme O B A V E Z N O J E da se, nekoliko meseci posle nameštanja atlasa, deset minuta pre spavanja leži na leđima sa urolanim peškirom ispod vrata ili urolanim ćebetom ispod lumbalnog dela kičme. Zbog toga će kičma na tim mestima dobiti pravilan oblik, a bez toga bi se još više iskrivila unazad i zato bi nastali veći problemi, jer bi pripadajući organi imali manje nervnih signala.

SMANJENJE VRATNE I LUMBALNE KIFOZE



Postoji samo jedan slučaj zbog čega sa posebnom pažnjom i preciznim objašnjenjem treba pristupiti nameštanju atlasa. Kada je diskus hernija prema kičmenoj moždini, do sada je jedino rešenje bilo operacija, a kada se namesti atlas stvara se mogućnost da dođe do poboljšanja ali i do pogoršanja, pa je zbog toga neophodno da se u saradnji sa lekarom prati stanje. Ako je potrebna operacija, pacijent će lakše podneti anesteziju i operaciju, a posle će se zbog bolje regeneracije brže oporaviti.

Svi smo podložni gravitaciji i silama poluge. Ko ne veruje u nameštanje atlasa, u stvari ne veruje u postojanje gravitacije i Arhimedov zakon o silama poluge. Normalno je da poneko ne veruje, jer je hiljadama godina tražen način nameštanja, i sada kada je konačno pronađen, treba vremena da čovečanstvo sve to prihvati.

Bilo je teško pronaći kako se atlas namešta, jer su za to potrebna tri otkrića. Prva dva otkrića je ostvario Rene Šimperli – atlas se ne gura već se masiraju ligamenati i masaža se vrši aparatom, a ja sam ostvario treće otkriće – uglove iz kojih se atlas namešta, broj pritisaka i jačinu pritisaka u zavisnosti od vrsta izmeštenosti.

Atlas ne može da se namesti prstima zato što nije moguće napraviti dovoljan broj udaraca u sekundi i što u prstu nema dovoljno snage. Na vrhu aparata je guma u obliku vrha prsta, a kontakt na potiljku se ostvaruje preko te gume. Bez aparata atlas ne može da se namesti, ali je naša ruka važnija, jer treba znati kojom snagom i gde usmeriti aparat.

Postoje stotine vrsta aparata za masažu i milioni aparata se koriste u salonima za masažu ili po kućama. Desetine miliona ljudi svakodnevno masiraju svoje telo ili potiljak. Neki aparati su jeftini, a neki izuzetno skupi, ali nijedan od njih ne može da namesti atlas.

Aparati koji proizvode vibraciju otkriveni su u vreme kada je Palmer otkrio izmeštenost atlasa, a tek posle sto godina je Šimperli otkrio da se atlas može namestiti vibracijom.

Atlas je spojen sa dnom lobanje preko četiri ligamenta. Dva ligamenta se nalaze u potiljku, a dva su napred, pored grla. Sva četiri ligamenta istom snagom drže prvi pršljen pripijen uz lobanju. Masažom na jednoj strani potiljka opušta se ligament, a za to vreme ostala tri ligamenta vraćaju atlas na bolje mesto, pa se masira druga strana potiljka i opuštanje ligamenta na toj strani omogućava da se atlas vrati na anatomsko mesto, na kojem nije bio ni dok se formirao u materici.

U našoj vrsti lobanja ne stoji na tačnom mestu, pa zbog toga nastaju sva ostala izmeštanja. Ubrzani razvoj nauke tokom dvadesetog veka stvorio je iluziju da puno znamo, a nismo znali da nam glava ne stoji kako treba. Dr Rajner Zajbel je na početku dvadeset prvog veka dokazao da nam je lobanja izmeštena.

Da biste lakše shvatili kako je moguće namestiti lobanju, zamislite oblutak na kojem stoji kamen velik poput glave. Kada se vibracijom deluje na veći kamen, ništa se ne pomera, ali kada se deluje na oblutak, tada se oblutak pomera bez obzira što je pritisnut većim kamenom. Atlas je kao oblutak, a glava kao veći kamen, pa je zbog toga ovom masažom moguće vratiti lobanju na anatomsko mesto.

Neverovatna je mogućnost da se ne guraju ni lobanja ni atlas, a da sve dolazi na svoje mesto. To se dešava tako što se masažom opuštaju ligamenti i mišići u potiljku, pa se prirodnim procesom atlas vraća na anatomsko mesto.

Atlas se namešta posredno masažom ligamenata, a lobanja se tada namesti indirektno preko nameštenog prvog pršljena. Kada se nešto otkrije tada izgleda jednostavno, a hiljade ljudi je hiljadama godina uzalud tragalo za načinom nameštanja atlasa. Tek je Rene Šimperli shvatio kako se namešta atlas, a njegova genijalnost će omogućiti čovečanstvu da u budućnosti živi bez poteškoća i oboljenja.

Tokom masaže se ne gura atlas već ligamenti, pa je zato neopravdana zabrinutost onih koji ne žele da im se dira kičma. Tokom nameštanja ne diraju se ni kičma ni atlas, a atlas i nije deo kičme. Mi nameštamo i lobanju, premda ni nju ne guramo, već masažom ligamenata sve vraćamo tamo gde treba da bude.

Na kraju će biti usvojen jedan način nameštanja koji će zameniti sve ostale načine. Tvrdim da je P R E P O R O D masaža potiljka jedini pravi način nameštanja atlasa, a tvrdnju zasnivam na činjenici da posle drugih načina nameštanja ljudi dolaze kod nas da im konačno namestimo atlas.

P R E P O R O D

Od rođenja se broje dani, meseci, godine i decenije života, ali život počinje u trenutku začeća. Tokom prvih devet meseci života dobro smo zaštićeni u materici, ali u tom periodu nastaje jedan sićušan, gotovo nemerljiv poremećaj, koji će nam kroz život ugrožavati zdravlje.

Danas postoje procedure o porođaju, a stotinama hiljada godina žene su se porađale bez procedura. U tim vremenima su važila prirodna pravila, koja nam danas izgledaju surovo. Ipak, život je nastao i opstao u prirodi, a zbog udobnosti i veštačkog načina života zdravlje nam postaje sve osetljivije. Sada nam se čini nemoguće da će naša vrsta nestati, ali je zbog savremenog načina života taj proces već u toku. Zbog ljudskih aktivnosti i hemijskog zagađenja svakodnevno nestaju razne vrste biljnog i životinjskog sveta. Ako ovako nastavimo, i naša vrsta može nestati.

Uprkos svim poteškoćama, život se razvijao milijardama godina, a rezultat toga je homo sapijens, koji bi trebalo da je bolji od svih, ali upravo mi postajemo najveća pretnja i sebi i drugima.

Razlika između reči „nastanak" i reči „nestanak" je u samo jednom slovu. Reč „preporod" podrazumeva opstanak, a što je još važnije, i vraćanje prirodnom zakonu – da nove generacije budu bolje od prethodnih. Taj zakon omogućava razvoj naše vrste, ali je u ljudskom rodu već nekoliko generacija prisutna degradacija. Preokret je konačno moguć i nastupilo je krajnje vreme za preporod.

Svaki porođaj je podsećanje na pretke koji su napustili vodeno okruženje i počeli novi život na kopnu i u vazdušnom okruženju. Pre rođenja materica kontrakcijama gura fetus ka porođajnom kanalu i na taj način ga nežno masira da izbaci vodu iz pluća.

Hiljadama godina ljudi znaju da je trenutak rođenja od presudnog značaja po život i nazvali su ga „pečat sudbine", ali nisu znali zbog čega je to tako. Prvi pršljen se tokom porođaja dodatno izmešta, a od toga zavisi kakav će biti život i zdravlje.

Muški fetusi su krupniji, pa im se prilikom porođaja atlas više izmešta nego ženskim fetusima. Zato su muškarci lošijeg zdravlja i zato im se već od prvoga dana skraćuje dužina života. Iako se, statistički, rađa dva procenta više dečaka, muškaraca

ima dva procenta manje nego žena. Razlog za to je što se tokom života muškarcima atlas još više izmešta.

Generacije čovečanstva su tražile način kako da atlas vrate na mesto. Sudbinom čovečanstva konačno se došlo do pravog načina nameštanja.

Moje otkriće o nameštanju atlasa je završna etapa otkrića do kojih su došli Palmer i Šimperli, a rešenja koja sam otkrio su originalna i prvi put se primenjuju.

Kod ostalih načina nameštanja atlasa uglavnom se skriva od javnosti kako tretmani izgledaju. Za razliku od drugih, rado ću opisati P R E P O R O D masažu potiljka. Ne mogu opisati sam postupak nameštanja, a to korisniku masaže nije ni važno, jer čak ni ljudi sa medicinskim obrazovanjem ne mogu čitajući naučiti kako se namešta atlas. Ovo znanje se prenosi drugima sa posebnom pažnjom, zato što se odnosi na epohalno otkriće o ljudskom zdravlju.

Najbolje je da preporod čovečanstva počne od trenutka dolaska na svet. Pojam „preporod" se odnosi na novi početak, ali je važno da se zadrži sve dobro iz prošlosti. Savremeni načini porođaja su uveli poboljšanja, ali nisu zadržali hiljadugodišnja iskustva.

Nekada su bebe odmah posle rođenja hvatane za noge i podizane da vise naglavačke, pa bi im jednim trzajem nadole bio izbačen ostatak plodove vode iz pluća. To izgleda nasilno, ali su ljudi opažali da su deca zbog toga bivala zdravija. Ipak, nisu shvatali zbog čega su zdravija. Trzajem se ispravlja bebino telo, a atlas postavlja na bolje mesto. I sada akušeri dižu bebe za noge i lupkaju ih po leđima da izbace plodovu vodu.

Trzanje novorođenčeta izgleda surovo, a lupkanjem po leđima atlas može još više da se izmesti i da zato dete postane bolesno. Bebino telo je nežno, a sadašnji način života nam već od rođenja ugađa i sve olakšava, pa smo zbog toga sve bolesniji. U proceduru o porođaju treba uvesti trzaj bebinog tela, uz sve postojeće pogodnosti za rađanje. Atlas se na taj način ne može postaviti na sasvim precizno mesto, pa je zato neophodno da se namesti pre nego što dete prohoda.

Akušerima je lakše da vrše porođaj kada su trudnice u poluležećem položaju, ali u tom položaju se bebin atlas može više izmestiti i zato je potrebno vratiti prirodan čučeći položaj, kakav je bio stotinama hiljada godina.

Porodiljama tokom porođaja guraju glavu unapred da bi im zaštitili štitastu žlezdu od napona, a to je potpuno pogrešno. Posle porođaja žene imaju problema sa štitastom žlezdom, jer

im je tokom porođaja glava gurana unapred, pa im se tako atlas izmestio unazad i zato dobijaju veću lordozu u vratnom delu kičme. Guranje glave treba zabraniti, jer je za odgajanje bebe potrebno da majka bude zdrava, a ne bolesna.

Bebama je najbolje namestiti atlas u desetom mesecu, jer bi im se tokom prohodavanja zbog padova još više izmestio. Ako je beba pre desetog meseca bolesna, to je zato što joj je atlas mnogo izmešten, pa ga treba namestiti da bi ozdravila. Atlas se može nameštati čak i u prvim satima posle rođenja. Bebama i dečici se atlas namešta samo sa po jednim nežnim pritiskom na levoj i desnoj strani potiljka.

Roditelje pre tretmana detaljno upoznajemo sa masažom i predlažemo da prvo oni nameste atlas, pa da dovedu decu. Kada posle tretmana osete poboljšanja i kada se uvere koliko je sve jednostavno, tada nam dovode decu. Masaža se izvodi u ugodnoj atmosferi, a to je naročito važno kada se deci namešta prvi pršljen.

Da bi se deca navikla na masašer, roditelji ih prvo blago masiraju po telu i zato su deca tokom nameštanja opuštena. Neka deca se smeju, jer ih aparat golica, a poneko dete se ipak stegne i malo ga zaboli, ali odmah posle masaže zaboravi na tu neprijatnost. Deca su zbog padova ili udaraca imala mnogo veće bolove, a prilikom tih udaraca atlas im je još više izmešten. Roditelji ne treba da imaju dilemu da li da dovedu decu na masažu, jer će posle nameštanja atlasa živeti zdravije.

Tokom odrastanja deca su živahna, pa je moguće da se atlas malo pomeri i pored toga što je namešten. Decu treba dovoditi jednom godišnje, da bi im atlas uvek bio na mestu. Ukoliko dete u međuvremenu dobije snažan udarac u glavu, atlas ponovo treba da se namesti.

Da biste razumeli kako se može živeti zdravije bez lečenja, potrebno je imati predznanje o nameštanju atlasa. Kada smo zdravi ne razmišljamo o lečenju, a to je pravo vreme da se atlas namesti kako ne bismo ni bili bolesni. U ovom slučaju se radi o drugačijem pristupu zdravijem životu i zbog toga su potrebne prave informacije.

Za nameštanje prvog pršljena je čulo malo ljudi, ali i oni su slabo informisani. Postoji puno zabluda i predrasuda, pa je zato najbolje da se raspitate kod nas na broj telefona 0 800 800 006, svakoga dana od 10 do 21 čas. Poziv je besplatan.

Ipak, preko telefona ne možemo videti oblik vašeg tela i kičme, a vi ne možete videti aparat kojim se vrši masaža, i zato je najbolje da dođete kod nas. Ustanovićemo koliko vam je atlas

izmešten, razgovaraćemo o vašim zdravstvenim problemima i pokazaćemo vam kako se vrši masaža.

Tretmani su javni, pa na licu mesta možete čuti priče o poboljšanjima kod onih koji su ranije namestili atlas. Možete dobiti i ostala štampana izdanja: „Preporod masaža potiljka – skini bedu sa vrata pa ozdravi“, „Teorija o prenatalnom izmeštanju atlasa“ i „Knjiga utisaka“.

O nameštanju atlasa dosta ćete saznati i preko našeg sajta www.preporod.org ili kroz televizijske emisije. Televizija Kanal 9 emitovala je emisiju „Čvor života“ koja je jedinstvena na svetu, zato što smo atlas nameštali u direktnom prenosu. U časopisima objavljujemo članke o nameštanju atlasa, a naši članovi drže predavanja po većim gradovima Srbije.

Pored svega toga, ljudi nam najčešće dolaze po preporuci bližnjih i prijatelja koji su doživeli iznenađujuća poboljšanja zdravlja posle nameštanja atlasa.

Mnogi su isprobali sva moguća lečenja, pa su na kraju došli kod nas, a da su prvo namestili atlas, već bi im nestali zdravstveni problemi.

Na tretman treba doći svojom voljom, sa svešću da je to najvažniji događaj u životu. Kada odlučite da namestite atlas, daćemo vam upitnik da ubeležite osnovne podatke i popunite rubrike o svom zdravstvenom stanju. Poneko se ne seti svih poteškoća ili zdravstvenih problema, već navodi samo ono što ga najviše muči, jer ne očekuje da će mu se posle tretmana smanjivati opadanje kose, hrkanje, staračke pege, ravni tabani, čukljevi, razni bolovi i druge poteškoće.

Na dnu upitnika obavezujete se da ćete u sledećih godinu dana doći još tri puta, jer će se tek tada završiti postupak nameštanja – zbog prirodnog procesa regeneracije hrskavica na atlasu i na dnu lobanje. Tekst sadrži i vašu želju da vam se namesti atlas, uz napomenu da masaža nije postupak lečenja, već da će organizam sebe dovoditi u bolje stanje, a da taj proces zavisi od životne dobi i od vrste i trajanja oboljenja.

Mi ne moramo ni znati kakvo je vaše zdravstveno stanje, jer znamo da će posle nameštanja atlasa doći do poboljšanja ili do nestanka bolesti. Ipak, bolje je da upišete sve čega se setite da bismo vam nagovestili moguće reakcije i objasnili procese koji počinju posle nameštanja atlasa. Iz prakse znamo kako nestaju poteškoće i dajemo savete kako da što pre ozdravite.

Posle razgovora posmatramo vaše telo u stojećem stavu, zato što se krivljenje odvijalo godinama ili decenijama tokom stajanja i hodanja. Kada vas pogledamo spreda i sa strane, i

kada opipamo oblik kičme, mi uglavnom znamo kako i koliko je atlas izmešten. Zatim gledamo koliko možete dići ruke na leđa, a kada sednete okrenućete glavu na desnu i na levu stranu da bismo videli koliko vam je okret ograničen. Kod većine je manji okret u levu stranu, jer je kod većine prvi pršljen izmešten tako da ograničava okret ulevo.

Dok pipamo kako je atlas izmešten, može se osetiti razlika na desnoj i levoj strani u odnosu na lobanju i vilicu. Tek kada opipamo, sasvim smo sigurni kako vam je atlas izmešten, jer je dodatno izmeštanje moglo nastati u prethodnim mesecima, a telo i kičma su drugačije iskrivljeni zbog ranijih izmeštanja.

Pre nego što započnemo masažu pokazaćemo na našem i vašem dlanu kako radi aparat, a zatim ćete leći potrbuške na maserski sto i udobno smestiti glavu na naslon. Za one koji ne mogu da legnu potrbuške konstruisali smo specijalan naslon, tako da u sedećem položaju možemo nameštati atlas gojaznima, trudnicama, invalidima i ljudima koji imaju disajne ili srčane smetnje.

Pre početka masaže reći ćemo vam koliko će pritisaka biti na desnoj i na levoj strani. Tokom masaže treba se opustiti kao što se opušta prilikom bilo koje druge masaže. Masaža će prijati ako ne stežete vrat i ne dižite glavu.

Kada završimo nameštanje, ponovo ćemo opipati razmak između atlasa i dna lobanje, pa razmak prema vilici. Sami ćete osetiti da je prvi pršljen konačno na pravom mestu. Zatim ćete okrenuti glavu desno i levo, i uočićete da je okret veći. Glava će se s vremenom vraćati unazad, a grudni koš unapred, pa će se vratni pršljenovi preslagati, a glava moći još više da se okreće.

Tokom masaže počinju razna poboljšanja i nastavljaju se odmah posle nameštanja. Poneko oseti kratko strujanje kroz neki deo tela, a to je znak da su nervni signali počeli da se prostiru u potpunosti i da se cirkulacija krvi poboljšava.

Nekom se oznoje dlanovi, zbog toga što je oslobođen nerv kroz koji se prostire signal za znojenje. Posle masaže većinom žene prijavljuju da bistrije vide, zato što im je bolje prokrvljen centar za vid. Ta bistrina se dešava i kod ostalih masaža, ali se kasnije pogorša. Posle nameštanja prvog pršljena vid se trajno poboljšava, a ponekom je i dioptrija bolja.

Kod većine ljudi odmah počinju razna olakšanja. Mnogi se osećaju kao da im je zbačen nekakav teret sa leđa. U vratu, ramenima, nogama, rukama i leđima popuštaju bolovi i nestaje napetost. Sedanje i ustajanje je lakše, a ko nije mogao da čučne i ustane, odmah posle masaže može.

Disanje je bolje, a poneko prvi put diše kroz nos. Ubrzo posle masaže većini ljudi se poboljšava spavanje, a primetno je i opuštanje tela, kao i bolje raspoloženje.

Ova poboljšanja se dešavaju kod većine ljudi, jer im je atlas bio slično izmešten, a kod ostalih redosled poboljšanja zavisi od toga kako je atlas bio izmešten i kako je telo bilo iskrivljeno.

Stariji od dvadeset godina u sledećih godinu dana dolaze na nastavak masaže još tri puta. Najbolje je doći posle mesec dana, za četiri meseca i za godinu dana. U prvih nekoliko meseci najviše je promena u organizmu. Prilikom nastavka masaže razgovaraćemo o reakcijama i objasniti razna dešavanja u telu. Kasnije se reakcije manje osećaju, ali proces samoizlečenja traje i dalje, i doprinosi sve boljem zdravlju.

Atlas je potpuno namešten za godinu dana, a to vreme je potrebno zbog prirodnog procesa regeneracije hrskavica na atlasu i na dnu lobanje. Posle toga je praktično nemoguće da se atlas ponovo izmesti. Postoji mala mogućnost da se prilikom najjačih udaraca u glavu minimalno pomeri, a ako bi se desio takav udarac, možete doći na dodatnu masažu. Da bi se čitavog života atlas zadržao na dobrom mestu, najbolje je da se jednom godišnje izvrši kratka masaža.

Bolesnim ljudima je posle nameštanja atlasa neophodna podrška i mi ćemo savetima pomoći da im nestanu skoro svi zdravstveni problemi. Posle toga tokom života nema novih oboljenja, a na vama je da umerenom ishranom, aktivnostima i odmorom održavate dobro zdravlje. Ako se pridržavate saveta, mi vam možemo dati produženo doživotnu garanciju.

Kako budu prolazile godine i decenije, vaše zdravlje će bivati sve bolje, a vi sve sigurniji da je nameštanje atlasa najvažniji događaj u vašem životu.

Prednosti P R E P O R O D masaže potiljka su izuzetne, a najvažnije je da se jedino ovim načinom atlas može vratiti na anatomsko mesto. Pomoću masaže potiljka atlas se namešta apsolutno bezopasno, zbog toga što ga pomeraju ligamenti, a to je potpuno prirodan proces.

Nameštanje atlasa se vrši u pognutom položaju glave i zato je P R E P O R O D masaža potiljka najnežniji i najkraći način nameštanja. U tom položaja su ligamenti pristupačni, pa je mala sila pritiska dovoljna da se atlas precizno namesti.

Pre tretmana nije potrebna medicinska dijagnostika, a ta jednostavnost postupka je još jedna od prednosti ovog načina nameštanja atlasa.

Naše aktivnosti su javne, jer nam je cilj da što više ljudi sazna da postoji rešenje za zdravstvene probleme.

Koliko god čitali o P R E P O R O D masaži potiljka, tek kada namestite prvi pršljen osetićete da je to više od onoga što ste pročitali ili čuli.

Majke vas rađaju, a mi vas preporađamo.

R E A K C I J E

Poznato je da posle neke akcije nastaju procesi koji se nazivaju reakcije. Kada se prvi pršljen vrati na mesto, tada dolazi do vraćanja svega u nama na pravo mesto, pa zato nastaju reakcije – u obrnutom smeru od nastanka bolova i oboljenja.

Poteškoće i oboljenja su nastajali godinama i decenijama, a proces njihovog nestajanja posle nameštanja prvog pršljena je neuporedivo kraći. Reakcije su svakome drugačije, a vreme trajanja individualno. Nakon nekoliko meseci reakcije se ne osećaju iako i dalje traju, pri čemu organizam sebe neprekidno dovodi u bolje stanje.

Zdravi ljudi posle nameštanja atlasa osećaju olakšanje i prijatnost, a bolesni u prvim danima takođe osećaju olakšanja, ali kasnije nastaju neprijatnosti koje su znak da se u organizmu dešavaju promene. Donji mozak prvi put u potpunosti prima signale iz tela i počinje da vrši poboljšanja, bez obzira što u tom procesu može biti neprijatnosti. Gornjem mozgu ta dešavanja ne prijaju, ali kada se ovi procesi razumeju, reakcije se lakše podnose.

Posle nameštanja prvog pršljena većini ljudi se poboljšava spavanje i potrebno im je manje sna, a tokom dana imaju više energije. Bolesni u prvim danima nakon masaže više spavaju, a kasnije će i njima biti dovoljno manje sna. Organizam najbolje obavlja samoizlečuje tokom spavanja i zato u prvo vreme obratite više pažnje na njegove potrebe. Ako osećate potrebu za više vode i hrane, onda pijte i jedite više, ali je najvažnije spavanje. Bilo bi najbolje da najbolesniji u prvim danima posle nameštanja atlasa ne idu na posao kako bi mogli da se posvete sebi i podrže pokrenute procese samoizlečenja.

Kod bolesnijih su reakcije najjače u prvih mesec dana. Procesi nestajanja bolesti su složeni i ponekad ih ne razumeju ni medicinski obrazovani ljudi, pa nas pozovite telefonom ili

dođite da vam objasnimo reakcije, koje su svakome drugačije i zato ne možemo pretpostaviti šta će se dešavati u organizmu. Posle mesec dana je prvi nastavak masaže i tada pričamo o reakcijama koje su počele i dajemo savete kako da što lakše prođete kroz te procese. U zavisnosti od toga kako su reakcije počele, reći ćemo vam šta još možete da očekujete.

Izuzetno retko se dešavaju tako burne reakcije da čovek pomisli kako se zbog nameštanja atlasa razboleo. Taj utisak se stiče zbog toga što signali o bolestima prethodno nisu stizali do mozga, pa je samo izgledalo da ih nema. Nameštanjem atlasa nije moguće pogoršati zdravlje, već samo poboljšati, mada je potrebno vreme da se to dogodi.

Kod bolesnih ljudi se posle nameštanja oslobađa višak energije, koji je namenjen za samoizlečenja, a ne za veće fizičke aktivnosti i zato treba sačekati da se završi proces izlečenja. Ponekom počinju bolovi na mestima gde ih ranije nije bilo, a to se dešava zbog ispravljanja tela. Da bi se telo ispravilo suprotne grupe mišića počinju da se zatežu i javljaju se bolovi zbog toga što su ti mišići prethodno bili manje aktivni. Ipak, ovi bolovi su slabiji i traju kraće od nekadašnjih. Zbog tih bolova se ponekad stiče utisak da nameštanje nije pomoglo i da je izgubljen novac. Ostale terapije i lečenja ublažavaju bolove, a to su kratkotrajni efekti koji olakšavaju, ali ne otklanjaju bolove trajno. Za razliku od ostalih tretmana, posle nameštanja atlasa bolovi se smanjuju i nestaju.

Odmah posle nameštanja atlasa, zbog bolje statike tela se oslobađaju nervni putevi i ponekom bolovi trenutno nestanu. Kod većine se proces ispravljanja tela odvija nekoliko meseci, i zbog toga je proces nestajanja bolova sporiji. Tokom života je dolazilo do krivljenja tela, a bolovi su se premeštali iz vrata ka dnu leđa. Posle nameštanja atlasa bolovi prvo nestaju na dnu leđa, a kasnije na sredini leđa i u vratu.

Glavobolje prestaju do trećeg meseca od nameštanja, ali je potrebno smanjivati lekove protiv bolova da se taj proces ne bi produžio.

Ponekad se oseti bol u nekom od unutrašnjih organa, zbog vraćanja organa na svoje mesto. Trajanje i jačina bolova zavise od toga koliko je telo bilo iskrivljeno, ali kod većine traju kraće od mesec dana.

Ponekom se javlja bol u grudnoj kosti, pa se uplaši, jer misli da srce radi nepravilno, ali taj bol nije od srca već zbog vraćanja grudnog koša unapred.

U prvih mesec dana poboljšava se varenje hrane, a kao reakcije se mogu javiti podrigivanje, više gasova ili ređi izmet. Čirevi na želucu i dvanaestopalačnom crevu nestaju u prva dva meseca posle nameštanja atlasa. Tada se ne osećaju reakcije, ali poneko ima sukrvicu u izmetu.

Retko se dešava da se ne osećaju promene u prvih mesec ili dva posle nameštanja atlasa, ali kada počne da se popravlja oblik kičme, pršljenovi se postavljaju u bolji međusobni položaj i oslobađaju nervne signale, i tada počinju reakcije. Donji deo mozga prvi put prima neke od informacija i počinje da leči, bez obzira što su reakcije katkad neprijatne.

U prvim mesecima posle masaže i muškarcima i ženama je bolji kvalitet kože i kose, a žene to primećuju jer obraćaju više pažnje na svoje telo i izgled. Perutanje i masnoća kose se smanjuju.

Sinusitis nestaje, a reakcija je povećana sekrecija iz sinusa. Taj proces se ubrzava ukoliko se obustavi unos svih mlečnih proizvoda.

Otoci na zglobovima nogu i ruku se pokatkad povećavaju. To je znak da limfni sistem bolje funkcioniše i da vrši čišćenje organizma, a kada se taj proces okonča, više neće biti oticanja. Da bi se telo brže očistilo, potrebno je izbaciti iz ishrane mlečne proizvode, a to je najefikasniji način da se umanje alergije i ekcemi.

Ožiljci od davno zaceljenih rana posle operacija mogu da se zacrvene i da se oseća golicanje, ali to je reakcija koja znači da se tkivo bolje regeneriše. Ako ste nekada u životu dobili jak udarac u neki deo tela, to mesto posle tretmana može reagovati blagim svrabom, što je znak da se oporavlja.

U prvih godinu dana posle nameštanja reakcije nastaju niz telo sve do čukljeva, koji mogu da oteknu ili da se zacrvene, ali će se postepeno zbog bolje statike tela smanjivati.

Ko ima ravna stopala ponekad može osetiti kratkotrajne bolove, što je znak da stopalo dobija zakrivljenje. Deci se ravna stopala gube pola godine od nameštanja atlasa, a kod starijih taj proces traje do dve godine.

Nemoguće je samo dobijati a ništa ne dati. U ovom slučaju je podnošenje reakcija ono što dajete, ali je to neuporedivo manje od onog što dobijate. Dobićete zdravlje, koje će se stalno poboljšavati. Reakcije traju i dalje, godinama, ali se ne osećaju, jer su to fina podešavanja svega u organizmu.

Naveo sam najčešće reakcije, a one mogu biti različite, zavisno od toga kako je prvi pršljen bio izmešten i kakva je sve oštećenja izazvao.

Najbolje je da organizam sam sebe dovodi u bolje stanje, ali ponekad je potrebna podrška tom procesu. Kod većine se sve dešava samo od sebe, a bolesniji treba da se pridržavaju saveta koje dajemo na prvom delu tretmana i kasnije, tokom nastavaka masaže.

S A V E T I

Posle nameštanja atlasa daćemo vam niz saveta kako da što pre ozdravite i održavate zdravlje. Ta podrška je izuzetno važna, naročito kod hroničnih bolesnika. Nije teško pridržavati se saveta, jer su sasvim jednostavni, a iz prakse znamo da su i delotvorni.

Zdravstveni problemi su trajali godinama ili decenijama, a lekovima se zdravlje održavalo. Do izlečenja nije moglo doći zbog lekova i zbog izmeštenosti atlasa. U nekoliko prvih meseci posle nameštanja organizam se vraća u funkciju i dolazi do trajnog izlečenja. U tom periodu hronični bolesnici nastavljaju sa korišćenjem lekova, ali u zavisnosti od poboljšanja treba da smanjuju količine lekova uz konsultaciju sa lekarom. Kada se za nekoliko meseci zdravlje poboljša, najbolje je prestati sa lekovima zbog toga što više nisu potrebni, a mogu poremetiti prirodnu funkciju organizma.

Postoji jednostavan način kako možete sebi pomoći da posle nameštanja prvog pršljena što pre nestane šećerna bolest, visok pritisak, oboljenje štitaste žlezde, glavobolje, bolovi, ili psihičke poteškoće.

Kada u organizmu nastane neki poremećaj, javlja se bol koji nas upozorava da nešto ne funkcioniše kako treba, pa se stvara niz: BOL, BOLest, BOLnica. Kada se atlas vrati na mesto, nema bolesti i bolnice, a bolovi će postepeno nestajati. Da bi se taj proces ubrzao, odmah treba odbaciti sve mlečne proizvode životinjskog porekla. Zbog mlečnih materija koje su nataložene u mekim tkivima i koje smanjuju cirkulaciju krvi, bolovi u mišićima su jači i duže traju.

Po prestanku unosa mlečnih proizvoda trebaće nekoliko meseci da organizam preko kože izbaci štetne materije iz mekih

tkiva. Izbacivanje iz hrskavica i područja zahvaćenih artritisom potrajaće još nekoliko meseci.

Najbolje je da bolna mesta koja možete sami dohvatiti pritisnite jako prstima po deset sekundi nekoliko puta dnevno, kako biste ubrzali izbacivanje štetnih materija, a mesta koja ne možete da dohvatite neka vam neko drugi snažno pritisne. Bolovi se mogu ublažiti čajem za opuštanje ili parčetom vunene tkanine prislonjenim na bolno mesto.

Visok pritisak je jedan od najvećih zdravstvenih problema, a nastaje zbog prignječenja centra za pritisak u prvom mozgu. Poslednjih decenija ljudi piju sve manje vode i koriste previše soli, pa zbog toga nastaju problemi sa pritiskom, a so šteti i bubrezima. U dva parčeta hleba već ima dovoljno soli za dnevnu potrebu organizma. Posle nameštanja atlasa oslobađa se centar za pritisak, a boljom cirkulacijom dolazi do čišćenja krvnih sudova. U prvih mesec dana posle nameštanja i dalje se koriste lekovi za pritisak, a nakon toga lekove treba smanjivati da se pritisak ne bi previše snizio. Kada se za nekoliko meseci gornji pritisak spusti ispod 160, lekove treba odbaciti.

U zavisnosti od dnevnih aktivnosti normalno je da pritisak varira, a kada pritisak raste dovoljno je laktove postaviti pod mlaz hladne vode. Pritisak će se sniziti i posle dve jabuke, a najbolje je da petnaest minuta pre doručka popijete dva gutljaja prirodnog jabukovog sirćeta. To sirće treba da piju i zdravi ljudi zato što čisti krvne sudove i reguliše metabolizam.

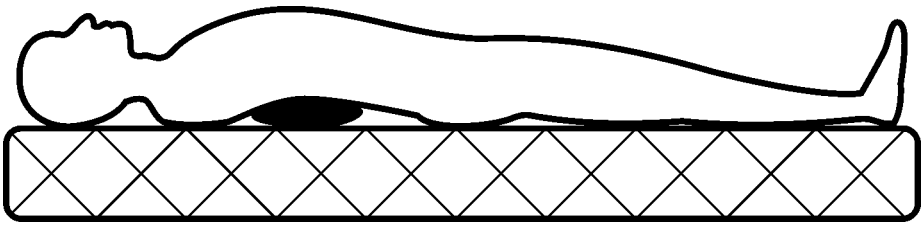
Nekoliko meseci posle nameštanja atlasa šećerna bolest nestaje i tada se može prestati sa lekovima, a oni koji koriste insulin mogu da smanjuju doze u zavisnosti od toga koliko je šećer niži. Da bi se nivo šećera trajno poboljšao, ne sme se jesti termički pripremljeno povrće zbog toga što diže nivo šećera, već treba jesti sveže povrće jer snižava šećer. Najbolje je svaki dan pojesti jednu svežu šargarepu i malo cimeta, pa će se tako spustiti nivo šećera.

Posle nameštanja atlasa štitastoj žlezdi se vraća funkcija i potrebno je nalazima proveriti njen rad. S vremenom će nalazi bivati bolji, pa će vam lekar smanjivati unos lekova, a kada joj se vrati funkcija, lekovi više neće biti potrebni.

U saradnji sa lekarom, ljudi koji imaju psihičke smetnje postepeno treba da smanjuju dozu lekova. Da bi se organizam što pre detoksikovao od lekova, najbolje je u vodi rastvoriti medicinsku glinu i piti po nekoliko gutljaja dnevno.

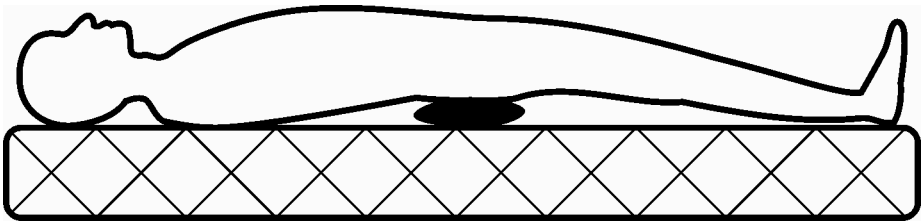
Kome je kičma u grudnom delu previše unazad, treba pod taj deo da potura jastuk deset minuta pre spavanja. Za to vreme pod glavom nema jastuka i na taj način će se postepeno smanjiti kifoza u grudnom delu kičme i lordoza u vratu.

SMANJIVANJE KIFOZE I LORDOZE



U slučaju kada na dnu kičme postoji prevelika lordoza, svake noći pre spavanja po deset minuta pod zadnjicu treba poturati ćebe, pa će se na taj način karlica brže ispravljati i smanjiti lordozu.

SMANJIVANJE LUMBALNE LORDOZE

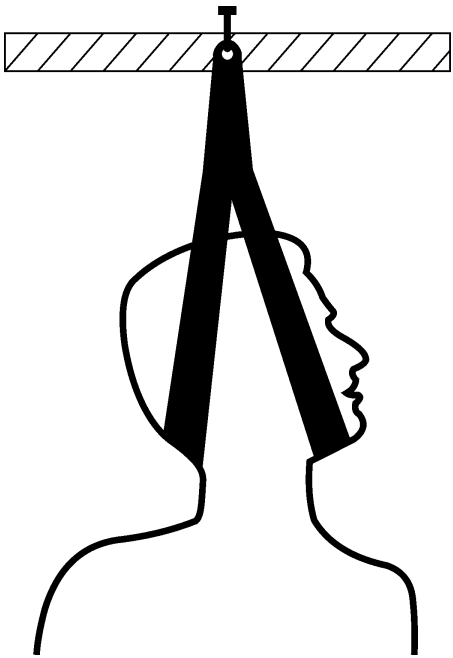


Istezanje tela i kičme postoji u medicinskim ustanovama, ali su poboljšanja privremena, jer se zbog izmeštenog atlasa kičma vraća u prvobitno stanje. Kada je prvi pršljen namešten, konačno je moguće da kičma poprima pravilne oblike. Tokom stajanja ili hodanja gravitacija će popravljati oblik kičme, ali kome je više iskrivljena, treba svaki dan da isteže kičmu, da bi se ubrzalo popravljanje njenog oblika.

Ljudi koji imaju veće skolioze, lordoze i kifoze trebalo bi po tri minuta pre spavanja da istežu kičmu kako bi ubrzali popravljanje oblika. Ovo je važno raditi pre spavanja, jer se kičma tokom dana skupi zbog dejstva gravitacije. Na taj način se ubrzava popravljanje oblika kičme, a diskovi i pršljenovi će se bolje regenerisati.

Istezač za kičmu može svako da napravi od dve trake čvrste tkanine. Trake zakačite za ekser koji je pričvršćen na nadvratak sobnih vrata, glavu zabacite unazad i jednu traku stavite ispod vilice, a drugu ispod potiljka, pa zategnite trake. Svako veče po tri minuta savijte kolena, pa opušteno visite. Uvek stojte na stopalima i tako nećete čitavom težinom tela istezati kičmu. Na ovaj način možete smanjiti bolove u potiljku i vratu, a smanjiće se i glavobolje.

ISTEZAČ KIČME



Dok se popravlja oblik kičme najpre će biti neprijatno, ali kasnije će početi da prija. Za taj proces je potrebno nekoliko meseci ili čak godinu dana, što zavisi od životne dobi i od toga koliko je oblik kičme bio nepravilan. Najvažnije je biti uporan, jer je to jedino rešenje, a nagrada je pravilniji oblik kičme.

Nameštanje atlasa doprineće da zdravlje postane bolje, a na vama je da ne grešite sa održavanjem organizma, pa ćete biti trajno zdravi.

O D R Ž A V A NJ E

Svako mora da brine o svom organizmu, a ako ne brine, onda će ga neko drugi lečiti. Najbolje je pravilno održavati telo zato što niko, pa ni lekari ne mogu precizno da znaju potrebe tuđeg organizma.

Malo je ljudi koji osećaju potrebe organizma, a ni oni koji ih osećaju ne znaju kako da se bave svojim telom. Posvećujemo više pažnje aparatima nego organizmu. Znamo da održavamo aparate, ali ne znamo kako da održavamo telo i čudimo se zbog čega počinje da oboleva. I pored svih znanja i obilja informacija, danas se manje zna kako se održava organizam nego što se nekada znalo, a zbog ubrzanog načina života nemamo vremena da mu se posvetimo koliko bi trebalo. Kako bismo stigli da završimo obaveze, automobil je postao važniji od vlastitog tela. Više novca i vremena ulažemo za održavanje automobila nego za održavanje zdravlja.

Kada se neki aparat pokvari, tada se popravlja ili se ugradi rezervni deo. Vi nemate rezervno telo, pa je zato najbolje da ga pravilno održavate da se ne bi razbolelo. Nije neko drugi odgovoran za vaše stanje, jer ste ga sami pogoršali i samo ga vi možete poboljšati. Briga o telu je vaša odgovornost, a telo će uzvratiti boljim zdravljem. Posvetite se sebi, jer niko drugi ne može da vam se posveti koliko možete sami.

Organizam treba da se pravilno održava bez obzira da li je atlas namešten, ali ukoliko je atlas na tačnom mestu, lakše se održava organizam i zdravlje.

Telu je za normalano funkcionisanje potrebno kvalitetno spavanje, dovoljno vode, pravilna ishrana i umerena fizička aktivnost. Ovo izgleda jednostavno i mislite da ispunjavate te uslove, ali u sledećim poglavljima ćete shvatiti gde grešite.

S P A V A NJ E

Najveća greška je nepravilno spavanje, zato što se tokom spavanja organizam samoizlečuje i regeneriše.

Trećinu života provedemo u spavanju i to nam izgleda kao gubljenje vremena, ali nije tako. Mislimo da dan počinje kada se probudimo, ali dan počinje tokom spavanja, kada se organizam priprema za dnevne aktivnosti. Noću se organizam regeneriše i sakuplja energiju za sledeći dan, a ti procesi se mogu odvijati samo dok telo miruje.

Ljudski organizam je savršenstvo prirode, ali čak ni naše telo nema dovoljno energije da se istovremeno regeneriše i da vrši fizičke aktivnosti, a u našoj vrsti su i mentalne aktivnosti veliki potrošač energije. Izgleda kao da se ništa ne dešava dok spavamo, ali dok spavamo unutrašnje aktivnosti organizma su neuporedivo veće nego tokom dana.

Jedino krv ima pristup ćelijama, zato što im donosi šta je potrebno i odnosi produkte ćelijskog metabolizma. Krvi u telu ima koliko treba za dnevne i noćne aktivnosti, ali te aktivnosti ne mogu istovremeno da se odvijaju. Veliki mozak i mišići su najveći potrošači kiseonika, pa nas prvi mozak uspavljuje da bi krv ćelijama donosila i odnosila šta je potrebno. Tako se naizmenično menja uloga krvi – za noćni metabolizam i dnevne aktivnosti.

Spavanje je lekovito i zato se tokom bolesti više spava. Kada smo bolesni smanjuje se apetit kako krv ne bi odlazila na probavu hrane nego na lečenje, a energija za život i za izlečenja dobija se iz rezervi masnih tkiva. Bolesni spavajući umanjuju mogućnost potrošnje energije na mentalne i fizičke aktivnosti.

Previše je onih koji ne spavaju dovoljno, iako je to jedan od uzroka nastanka bolesti. Zbog kraćeg spavanja organizam nije dovoljno spreman za dnevne aktivnosti, a kada to traje mesecima ili godinama, organizam se iscrpljuje. Dobrobit od električne energije je izuzetna po čovečanstvo, ali ne postoji ništa što je samo korisno. Veštačko osvetljenje je poremetilo prirodni ciklus dana i noći, pa smo zato pospani, umorni i sve bolesniji.

Zdravlje je lošije kod ljudi koji rade u noćnim smenama, a najviše se oštećuje kada se menjaju dnevne i noćne smene.

Mi smo ono što je homo sapijens bio u prethodnih dvesta hiljada godina, a kada se u samo nekoliko generacija dogode promene, onda to nije dobro. Nekada se spavalo noću, ali se

spavalo i u podne, pa je tako prikupljana snaga za popodnevne aktivnosti.

Tokom industrijske revolucije radno vreme je trajalo po dvanaest sati, a kada radnici dođu kući odmah bi zaspali zbog iscrpljenosti. Posle ponoći su se budili i obavljali kućne poslove, a pre zore bi još malo odspavali da bi mogli da rade na poslu. Zbog tog neprirodnog načina života postajali su bolesni i kraće su živeli.

Početkom dvadesetog veka radno vreme je skraćeno, ali ni tada se nije mogla zadovoljiti prirodna potreba za podnevnim spavanjem. Japan je krajem devetnaestog veka uneo promene po ugledu na Veliku Britaniju, ali je takođe uspeo da zadrži tradicionalni način života. Jedan od razloga što Japan postiže uspešan ekonomski razvoj i što su Japanci najzdraviji upravo je taj što tokom radnog vremena mogu da odspavaju posle ručka.

Nakon obroka pada koncentracija jer više krvi odlazi u želudac. Zbog podnevnog odmora je manje povreda na radu, a produktivnost Japanaca dobra i posle podne.

Bebe puno spavaju zbog brzog rasta. Deca manje spavaju, ali su fizički aktivna, pa i tokom dana jednom spavaju kako bi sakupili snagu za popodnevne aktivnosti. Valjalo bi da u podne svi malo odspavamo zbog boljeg zdravlja i da bismo imali više energije za popodnevne i večernje aktivnosti, ali savremeni način života to ne dozvoljava.

Ako nemate mogućnosti da u podne odspavate, onda lezite na leđa, podignite noge i zatvorite oči, jer je sistem za viđenje i pamćenje veliki potrošač energije. Kada ste na poslu nemate krevet, pa zato tokom pauze sedite opušteno i žmurite desetak minuta. Na taj način će se telo malo oporaviti, a kada se vratite kući lezite desetak minuta, pa nastavite sa aktivnostima.

Najbolje je u podne kratko spavati, ali kada god se javi pospanost treba odspavati, jer je to neophodno organizmu.

Kada se deca vrate iz škole i roditelji sa posla, tada su svi umorni, ali još nije vreme za noćno spavanje, a zbog umora su mrzovoljni i zato su poremećeni porodični odnosi. Gledanjem zabavnih televizijskih emisija pokušavaju da otklone mrzovolju i da ostanu budni do noćnog spavanja, ali da bi odgledali ono što su započeli, ne iskoriste vreme kada se iz prvog mozga javi potreba za snom. Kasnije, kada odu na spavanje, ne mogu odmah zaspati, jer je prošlo vreme pospanosti. Najbolje je od deset sati uveče biti spreman za spavanje i iskoristiti trenutak kada se javi potreba za snom.

Bilo bi dobro da se iz stanova izbaci televizor, ali u ova vremena to izgleda nemoguće. Treba se družiti sa ljudima, a ne sa dvodimenzionalnim likovima na ekranu.

Zbog udruživanja jednoćelijskih organizama u višećelijske omogućen je razvoj živog sveta, a biljne i životinjske vrste žive u zajednicama da bi opstanak bio moguć.

Japanci se druže sa prijateljima, kolegama i susedima, pa su zbog toga zadovoljniji životom od drugih naroda. Čovek je društveno biće, ali je zbog savremenog načina života sve više depresivnih i usamljenih ljudi. Manjak ljudske komunikacije stvara višak bolesti. Živimo među milionima ljudi, a usamljeniji smo nego ikada.

Da bismo se odmorili od dnevnih aktivnosti, uveče sedimo i gledamo televizijski program. To samo izgleda kao odmaranje, ali dok sedimo venski sistem je slično opterećen kao i tokom stajanja, a dok gledamo televiziju u centru za vid se troši puno energije. Čovek je vizuelno biće, ali je ponekad bolje žmuriti.

Izvedite mali eksperiment za bolji život. Preko televizora stavite ogledalo, pa gledajte sebe i članove porodice. Videćete da postojite i da možete biti scenarista, reditelj i glavna uloga u svom životu. Tome će se obradovati i vaša deca, a tako može da bude ne samo jedno veče, nego uvek.

Čovek je predodređen za horizontalan položaj tokom spavanja i za uspravan stav tokom dnevnih aktivnosti. Imamo utisak da se tokom sedenja odmaramo, ali je i u tom položaju venski sistem opterećen.

Oni koji nekoliko sati ležeći gledaju televiziju, previše iskrive vrat i zato imaju zdravstvene probleme. Bolje je da se televizor okači na vrh zida i da se iza leđa poturi jastuk. Na taj način se kičma neće kriviti, a ako je već iskrivljena, u tom će se položaju brže ispravljati.

U prošlosti se ponekad sedelo da bi se telo malo odmorilo, ali u sadašnjosti previše sedimo u obdaništu, školi, fakultetu, automobilu, na poslu i pred televizorom. Današnji TV aparati su pljosnati, pa predlažem da se televizor okači o plafon i da se gleda ležeći na leđima, jer je taj položaj bolji od sedećeg.

Za vreme Rimskog carstva i Otomanske imperije ležalo se i prilikom obedovanja, a da su imali televizor i oni bi sedeli. Čini nam se da su aparati i udobne fotelje tu da nam olakšaju život, ali se zbog njih život samo pogoršava.

Kao da već nije previše televizijskih ekrana, pojavili su se i kompjuterski monitori. Sada učimo, poslujemo i zabavljamo se dok gledamo monitor, a sedeći u udobnim stolicama još više

krivimo telo. Ako ne možete to da promenite, onda podignite monitor iznad pravca očiju, pa ćete tako manje kriviti kičmu.

Ograničite vreme koje provodite ispred raznih ekrana, a ta samokontrola će vas vratiti iz virtuelnog sveta u realni život.

Položaj tela tokom spavanja je izuzetno važan za oporavak organizma. Da bi organizam mogao normalno da vrši funkcije, najbolje je spavati na leđima, ali tako se najmanje spava, jer jezik zapada pa počinjemo da hrčemo, čime se remete procesi oporavka. Položaj na leđima je potreban da bi skelet, kičma i zglobovi bili u anatomskoj poziciji u kojoj se bolje regenerišu. Pod potiljak treba poturiti odgovarajući jastuk da jezik ne zapadne, pa će se hrkanje izbeći.

Tokom spavanja se nesvesno okrećemo da bi organi bolje radili, ali najčešće se spava na desnoj strani, a pod glavom je deblji jastuk nego što bi trebalo. U tom položaju se spava da bi se smanjili bolovi na desnoj strani potiljka, ali to je najgori položaj, jer se atlas tako još više izmešta. Statistika je pokazala da se infarkti i moždani udari češće dešavaju tokom spavanja, a razlog je što atlas tada još više pritiska nervne i krvne puteve. Položaj na desnoj strani je loš i zbog toga što organi pritiskaju jetru, a ona tada ne može normalno da funkcioniše.

Deca često spavaju potrbuške, ali da bi mogli disati, glavu najčešće okrenu na desnu stranu. Na dnu lobanje sa leve i desne strane postoje koštane izrasline koje atlas gura da bi se glava okrenula. Ponekom se sa leve strane deformiše pravac koštane izrasline i zato se glava više okreće u desnu stranu.

Sve vrste sisara većinom spavaju potrbuške. Mi najmanje spavamo u tom položaju, jer moramo okrenuti glavu u stranu da bismo mogli disati, ali tada počinju bolovi u potiljku i atlas se tako još više izmešta.

I položaj potrbuške je dobar, ali ne bismo mogli čitavu noć tako da spavamo, pa taj položaj treba iskoristiti za popodnevno spavanje. Predlažem da se proizvede dušek sa udobnom rupom za lice i otvorom kroz koji stiže vazduh. Telo se tokom spavanja okreće zbog metabolizma, pa rupa u dušeku može da se koristi za položaje kada spavamo na levoj ili desnoj strani tela. Mi smo najširi u ramenom pojasu i možemo ubaciti rame u tu rupu, a glava će biti u ravni sa telom i neće nam trebati jastuk.

Zbog važnosti procesa koji se tokom spavanja odvijaju u organizmu, neophodni su nam odgovarajući uslovi. Nauka je dokazala da je idealna temperatura za spavanje 26 °C. Te uslove većina ljudi ne može sebi da priušti, pa je najbolje spavati na vunenom dušeku i pokriti se vunenim pokrivačem.

Vuna je najbolji prirodni izolator. Sintetički materijali su jeftiniji i prijatniji, ali su i štetniji po procese koji se dešavaju u telu dok spavamo. Reumatski bolovi su tokom dvadesetog veka veći nego pre, a razlog za to su veštački materijali. Zbog hladne i vlažne klime, u Velikoj Britaniji bi reumatski bolovi mogli biti i veći, ali Britanci spavaju u vunenoj postelji, pa nemaju reumu.

Posle nameštanja prvog pršljena spavanje se skoro svima poboljšava, zbog manje bolova, ali i zbog smanjenog pritiska atlasa na prvi mozak, odakle se određuje kada ćemo zaspati i kada se probuditi.

V O D A

Kada se ujutru probudite, prva greška je što ne popijete čašu vode. Kiseonik dobijamo iz vazduha, ali organi i ćelije dobijaju molekularni kiseonik iz vode. Vodu treba piti ujutru, da bi se organi pripremili za unos hrane.

Samo voda omogućava procese u telu i čisti telo iznutra. Mi živimo na kopnu, ali smo vodena bića, jer se telo uglavnom sastoji od vode. Ne možemo živeti u vodi, ali bez vode u telu nema života. U ćelijama je voda, a ćelije su okružene tečnošću koja je sličnog sastava kao i okean u kojem je nastao život.

Knjige o zdravlju počinju isticanjem značaja vode za telo i naglašavanjem njenih lekovitih svojstava. Kada nas spopadne prehlada ili grip, treba da pijemo puno vode kako bismo iz organizama lakše izbacili viruse i bakterije. Kada neko padne u nesvest odmah ga kvase vodom po licu i potiljku, a kada se osvesti prvo pije vodu. Poneko pije vodu samo kada uzima lekove, a u toj kombinaciji je u stvari voda lekovita.

Gojaznost je estetski problem, ali i zdravstveni. Jedan od najefikasnijih načina za mršavljenje je vodena dijeta, kojom se smanjuje višak težine, ali se i zdravlje poboljšava.

Većina ljudi misli da pije dovoljno vode, ali su istraživanja pokazala da 99 odsto dece i odraslih ne piju dovoljnu količinu vode, a posledice takve nepažnje su visok pritisak, artritis, loša cirkulacija krvi, usporen metabolizam, vrtoglavica, glavobolja, gojaznost i druge zdravstvene poteškoće. Državni zdravstveni fond je previše opterećen, a ljudi skupo plaćaju lečenje. Bilo bi neuporedivo bolje i jeftinije kada bismo pili više vode, jer bi se tako bolesti proredile.

Ljudi se ne goje samo od viška hrane već i od manjka vode. Salo se uglavnom sastoji od vode i zato oni koji piju malo vode imaju višak sala, jer telo pravi rezerve. Zbog gojaznosti se drže razne dijete, ali telo postaje sve teže i podložnije bolestima.

Nauka i dalje proučava prirodu vode i svako novo otkriće dokazuje izuzetne mogućnosti ove naizgled obične materije, ali sa nezamenjivim dejstvom.

Poražavajuće je da u dvadeset prvom veku nemamo pravi odnos prema vodi i da ne umemo pravilno da je koristimo. Nekada je voda bila svetinja i čuvala se od zagađenja, a sada je sve više toksikujemo i zbog toga postoji mogućnost da je ne bude dovoljno za piće.

Samo voda može da nas čisti iznutra i spolja. Previše vode koristimo tokom tuširanja, a premalo je pijemo. Ne pomaže ni kada se svakodnevno tuširamo ako je organizam prljav iznutra. Imunološka zaštita kože se razvijala stotinama hiljada godina, a mi je tokom tuširanja uklonimo za nekoliko minuta. Japanci se kraće tuširaju, a duže sede u čistoj vodi i na taj način otklanjaju hemijske dodatke iz sredstava za higijenu i hlor iz vode. Pore na koži služe da se kroz njih organizam očisti, a ne da se unose hemijski preparati u telo.

Da bi se organizam čistio iznutra najbolje je piti dovoljno vode, a za spoljašnje čišćenje dovoljno je jednom sedmično nakvasiti peškir toplom vodom i trljati kožu, pa se zatim pod tušem sprati. Nekoliko puta naizmenično pustite vruću pa hladnu vodu, da se poboljša cirkulacija krvi i da iz kože izađu nečistoće, a tuširanje završite hladnom vodom. Ako vam je to neprijatno, onda možete samo šake da poturite pod mlaz vruće pa hladne vode. Glavobolje i bol u vratu se smanjuju kada se potiljak polije hladnom vodom.

Pijemo vodu, ali ne znamo kada, koliko i kakvu vodu piti. Poneko ne pije nimalo vode i čudi se zašto je bolestan i zbog čega ima glavobolje. Voda iz povrća, voća i hrane nije dovoljna i ne može da zameni čistu vodu. Većina ljudi pije puno sokova, čajeva, kafe, alkoholnih pića, ali ni to nije voda. Sve su to prljave tečnosti u kojima je struktura vode izmenjena.

Voda nema ukus, a proizvođači prave ukusne sokove od hemijskih veštačkih aroma i zbog toga deca piju slatke sokove. Deci bi bilo bolje da su ih roditelji navikli na vodu nego da ih vode kod lekara.

Danas je sve zagađeno, pa i voda. Veoma je važno kakvu vodu pijemo jer hranom u telo unosimo štetne materije, a voda je jedini čistač organizma.

U vodovodu hlorišu vodu da bi odstranili bakterije, a vodu koju flaširaju tretiraju antibioticima. Sadržaj hlora i antibiotika je mali, ali je dovoljan da ubije bakterije. Hlor i antibiotici su otrovi, ali su u vodi veoma razblaženi. Ne umiremo zbog takve vode, ali se organizam postepeno oštećuje hlorom, a antibiotici nam slabe imunitet. Uticaj hlora je još štetniji kada se voda zagreva i zato majke prave veliku grešku kada bebama daju prokuvanu vodu.

Moramo sami poboljšati kvalitet vode koju pijemo i u kojoj spremamo hranu. Nemamo izvor savršene vode, ali možemo da utičemo na vodu koja nam je dostupna. Dovoljno je nabaviti neki od aparata za prečišćavanje vode. Novac kojim se plati filter, destilator ili ozonizator poboljšaće vam zdravlje, a tako će biti jeftinije nego da kupujete flaširanu vodu.

Naučnici kao najbolju za piće preporučuju destilovanu vodu, zato što povrće i voće sadrže vodu koja već u sebi ima sve potrebne minerale. Ako nemate novca ili vam nedostaje vremena da spremate vodu, onda je sipajte u staklene posude, pa sutradan koristite.

Vodu treba piti pre nego što se ožedni. Svaki dan se mora popiti najmanje dva litra, a najviše tri. Manje od toga je štetno po organizam, a više od tri litra šteti bubrezima koji zbog toga preterano rade. Na vrućini se može piti više vode, jer se tada višak odstranjuje preko kože.

Voda se pije pola sata pre jela, da bi se organi pripremili za probavu hrane. Pogrešno je piti vodu u toku jela i jedan sat posle obroka, jer se na taj način razblažuju želudačni sokovi. Ipak, posle jela se usta najbolje očiste jednim gutljajem vode.

U devetnaest časova prestanite sa unosom vode i tečnosti kako biste se pre odlaska u krevet izmokrili, ali je neposredno pred spavanje dobro popiti čašu vode zato što je metabolizam noću intenzivniji, a voda je pomagač svih tih procesa. Tokom spavanja se izdahom odstranjuje voda i zato ne zaboravite da je popijete pred spavanje.

Naš mozak ne razlikuje glad i žeđ, pa se zato previše jede. Pre nego što odlučite da nešto pojedete, popijte čašu vode, jer verovatno niste gladni, već žedni.

Ko pije dovoljno vode, manje jede.

H R A N A

Zbog prejedanja je u praistoriji nastao najveći problem po ljudsko zdravlje. Naši prethodnici nisu imali hranu svaki dan i zato su morali da se prejedu kada je nađu. Sada imamo obilje hrane i ne moramo previše jesti, ali ta greška se pravi zbog uživanja u jelu. Zakon ravnoteže nema milosti, pa se sreća od sitosti pretvara u nesreću zbog bolesti.

Sredinom dvadesetog veka svetske rezerve hrane su bile dovoljne za sledećih šest dana, a sada za svega jedan dan. Hrana se proizvodi više nego ikada, ali se sada više jede i to je jedan od razloga zašto zaliha hrane ima za samo jedan dan.

Nekada smo se hranili da bismo živeli, a sada živimo da bismo jeli. Nekada je zdravlje ulazilo na usta, a sada bolest ulazi kroz usta. Savremene bolesti većinom nastaju zbog prejedanja hemijski zagađenom hranom. Jedno istraživanje je pokazalo da se 40 odsto više jede dok se gleda televizija. Dok jedemo, želucu je potrebno dosta krvi i zato treba jesti u mirnom okruženju. Mozgu treba puno krvi da vidi i obradi informacije, pa zbog toga uoči obroka treba isključiti televizor.

Previše vremena provodimo u sedećem položaju i bilo bi bolje da stojimo dok jedemo. Teško je jesti u stojećem stavu, ali želudac bi tako lakše primao hranu.

Postali smo sedeće-jeduća civilizacija i zato smo bolesniji od prethodnih generacija. Na početku dvadeset prvog veka preplavljeni smo informacijama, pa mislimo da puno znamo, ali sada ne umemo ni vodu da pijemo, a još manje znamo šta da jedemo. Časopisi, televizija i internet nas savetuju kakvu hranu jesti, ali previše informacija nas samo zbunjuje. Zbog toga čitamo knjige o pravilnoj ishrani i slušamo nutricioniste i lekare, ali smo još više zbunjeni i ne znamo kada, koliko i šta jesti. Moda u ishrani se menja brzo kao i u odevanju. Ono što je bilo dobro, ubrzo postaje pogrešno, a odeća postaje tesna. Tada počinjemo sa dijetama, koje kratkoročno pomažu, a dugoročno smo sve teži.

Pećinski čovek nije imao savetnike za ishranu, već je jeo hranu iz okruženja u skladu sa potrebama organizma, a izbor hrane je zavisio samo od čula mirisa i ukusa. Prvobitno smo bili biljojedi i to se zna po obliku vilice i zuba, ali smo s vremenom postali svaštojedi. Tokom naseljavanja planete ljudski rod se prilagodio hrani u raznim podnebljima, pa se menjao i sistem za varenje.

Mi smo svaštojedi, ali ni naš stomak ne može istovremeno da vari razne namirnice. Nekada nije postojalo obilje hrane, već se jela jedna namirnica tokom obroka. Sada u modu ulazi pravilno kombinovana hrana, a pračovek je jeo prosto jer je pronalazio jednu po jednu namirnicu. Savremeni čovek ima razne namirnice, ali bi morao da jede kao što je jeo pračovek. Naš želudac ne može u istom obroku da vari proteine i ugljene hidrate, a voće se jede zasebno i čak se ne meša sa drugim voćem. Ako vam je ovo komplikovano, onda svoj jelovnik uprostite i jedite po jednu namirnicu. Možda vam tako neće prijati, ali će prijati vašem stomaku.

Savremeni čovek se razlikuje od pećinskog čoveka, ali je njegov sistem za varenje ostao isti. Ako želite da budete zdravi i vitki, onda prilagodite ishranu svojoj krvnoj grupi. Ova ishrana možda izgleda kompikovano, ali i to je jednostavno.

Osnovna hrana čoveka je sveže voće i povrće, a sva ostala hrana je dodatak ishrani. Meso je dodatak nultoj krvnoj grupi, a žitarice su dodatak A krvnoj grupi. Ljudi sa krvnim grupama B i AB mogu da jedu sve vrste namirnica, ali ne treba da jedu meso i žitarice u istom obroku. Krvna zrnca vezuju hranljive čestice i raznose ih do ćelija u organizmu, a kada se jede hrana koja ne odgovara krvnoj grupi, tada su hranljive čestice slabo vezane uz krvno zrnce, pa otpadaju i skladište se u organizmu. Zbog toga su gojazni bolesniji i nesrećniji od ostalih. Većina ljudi jede hranu koja im odgovara prema krvnoj grupi i zato su vitki, a manjina je u detinjsvu ili tokom života navikla na hranu koja im ne odgovara, pa su zato gojazni.

Posle nameštanja atlasa metabolizam se svima poboljšava zbog oslobođenih signala za probavu hrane, ali i pored toga je neophodno da se ishrana uskladi prema krvnoj grupi i da se namirnice pravilno kombinuju. Osnovno pravilo je da se meso i hleb ne jedu u istom obroku. Kada je atlas namešten, konačno može da se jede više a da se kilaža smanjuje.

Nekom se gojazni ljudi dopadaju, ali gojaznost nije pitanje estetike, već zdravlja. Poslednji pršljen nosi dve trećine tela, a nosi i dodatni teret koji držimo u rukama. Nije samo taj pršljen opterećen, već i pršljenovi iznad njega, pa je zato i pre nego što nastanu diskus hernije smanjen protok nervnih signala prema pripadajućim organima i nogama.

Sa previše hrane mi u stvari hranimo bakterije i parazite, kojih u telu zdravog čoveka treba da ima oko pola kilograma. Sada prosečan čovek nosi više od jednog kilograma bakterija

i parazita, ali nosi i hranu za njih. Zapitajte se ko je domaćin, a ko gost u vašem telu.

Vegetarijanska i veganska ishrana sada ulaze u modu, a naši daleki preci su se tako hranili desetinama hiljada godina. Neki su jeli samo biljke, neki biljke i meso, a neki samo meso. Oni nisu znali za različite vrste ishrane, već su jeli u zavisnosti od vrsta namirnica različitih podneblja. Krvne grupe su nastale zbog raznih vrsta hrane. U zavisnosti od preovlađujuće hrane, drugačiji je spoj krvnog zrnca i hranljive čestice.

Vegeterijanci ne podnose ljude koji jedu meso, a oni koji jedu meso kažu da su vegetarijanci slabići. Ovaj sukob se još više komplikuje veganskom ishranom, koja preporučuje da se namirnice jedu u sirovom stanju. Ti sukobi su besmisleni, jer su svi u pravu. Naš sistem za varenje je izuzetno prilagodljiv, pa smo i zbog toga mogli da se nastanimo svuda po planeti.

Vegani tvrde da su naši preci jeli samo sirovu hranu, ali nije tako. Da bismo to razumeli, vratimo se u vreme dok su sisari bili mali, a dinosaurusi veliki. U to vreme su dinosaurusi gospodarili, a hranili su se i sisarima. Tada su na Zemlji živele razne vrste dinosaurusa. Ogromni dinosaurusi nisu bili pretnja sisarima, jer su bili biljojedi. Manji dinosaurusi su lovili i jeli meso, pa su jeli i male sisare. Sisari su utočište pronašli u krošnjama drveća i jeli su voće, koje je davalo dosta energije za naporno veranje uz stabla drveća.

Sa nestankom dinosaurusa sisari su postajali veći, jer su počeli da jedu i druge namirnice, ali voće je i dalje bilo osnov njihove ishrane. Kada je prestala opasnost od dinosaurusa, neke vrste sisara su se vratile na zemlju, a neke su ostale u krošnjama drveća.

Prolazile su desetine miliona godina i od sisara koji su živeli u krošnjama nastali su majmuni, kojima je voće bilo glavna hrana. S vremenom su i majmuni postajali veći, pa su silazili sa drveća, jer im je veličina omogućila da se manje grabljivice plaše od njih.

Vatra se koristila i pre homo sapijensa, ali je on usavršio njenu primenu. Između ostalog, vatra je homo sapijensu služila za pečenje i kuvanje hrane. Nisu samo pekli i kuvali meso, već su na taj način omekšavali i korenje raznih biljaka. Termički obrađena hrana se lakše žvaće i smanjuje se potrošnja energije za žvakanje, a takva hrana je lakša i za probavu. Vegani nisu u pravu kada tvrde da se u davno doba jela samo sirova hrana. Od kada postoji čovek, hrana se priprema i pomoću toplote.

Pronalaženje i spremanje hrane bilo je u to drevno doba osnovna ljudska aktivnost, koja je razvijala misaone procese i mozak, pa se može reći da nas je odnos prema hrani uzdigao do savremenog čoveka.

Sakupljanje i priprema hrane dovode do podele poslova na ženske i muške, i do veze jedne žene sa jednim muškarcem. Žena je sakupljala voće i krtole, a muž je lovio i sakupljao med. Tako su imali razne vrste namirnica za sebe i decu, a zajednički obed je razvio porodične odnose.

Pojedinci su se udruživali zbog sakupljanja hrane i lova, pa je na taj način nastala sakupljačko-lovačka zajednica, koja je pravila rezerve hrane za godišnja doba kada je nema u prirodi.

Razvoj misli je doprineo da se počne i sa zemljoradnjom. Višak hrane je omogućio višak slobodnog vremena. To je dovelo i do novih aktivnosti koje su olakšavale uslove za život, ali i do kreativnosti, od koje kasnije nastaje umetnost.

Lupanje u šuplje stablo i crtanje po pećinama u to vreme nije imalo uticaja na preživljavanje, ali mi danas ne možemo živeti bez muzike, slikarstva i drugih vrsta umetnosti. Sada je, pored uživanja u hrani, potrebno više uživati u pokretima tela tokom igara. Tako bi se višak hrane pretvarao u energiju, a ne u višak sala. Nekada se svako veče igralo, a mi sada sedimo ispred televizora, uživamo u grickalicama i posmatramo gipke plesače.

Početkom dvadesetog veka na našoj planeti je živelo dve milijarde ljudi, a na početku dvadeset prvog veka živi sedam milijardi. Taj brzi porast populacije omogućili su pesticidi koji se dobijaju iz nafte.

Da bi se zadovoljila sve veća potreba za hranom, obrađuje se skoro sva plodna zemlja. Prirodni resursi su jedva dovoljni, a broj ljudi se i dalje povećava. Zbog toga tehnolozi izmišljaju veštačke vrste hrane i za sada se ne zna kako će to uticati na sistem varenja kod budućih generacija.

Nekada se živelo jednostavno, ali se iz najboljih namera život zakomplikovao. Razvoj misli je omogućio da se namirnice sakupljaju i čuvaju, a da bi se zaštitila od bakterija i štetočina hrana se danas skladišti i hemijski tretira, iako takva hrana nanosi štetu i nama.

Problem je i termički obrađena hrana, grejanje i hlađenje namirnica. Zamrzavanje usporava truljenje, ali se zbog niske temperature gubi hranljiva vrednost. Prženjem i kuvanjem se hranljiva vrednost još više umanjuje, a da bi se to nadoknadilo, potrebne su veće količine hrane.

Jedan od razloga dobrog zdravlja Japanaca je što koriste dosta sveže ribe. Oni imaju sreću da ih okružuje najveći okean, koji još uvek nije zagađen. Japanci ne spremaju hranu u kući, već obeduju u obližnjim restoranima i druže se sa komšijama.

Zbog privrednog rasta, ljudi u zapadnim zemljama nemaju vremena za druženje. Sve je više usamljenih i depresivnih ljudi, a čovek je društveno biće. Zbog ubrzanog načina života samo nedeljni ručak spaja članove porodice, a porodica se oduvek okupljala za trpezom nekoliko puta dnevno. I u Japanu se živi ubrzano, ali Japanci u restoranu jednom dnevno jedu zajedno sa članovima porodice i sa komšijama, pa na taj način razvijaju porodični duh i ljudske odnose. Depresivni ljudi previše jedu dok se druže sa komičarima na televiziji.

Nagon za jelom je najveći od svih nagona. Poneko jede iz dosade ili da popravi raspoloženje, ali se najviše jede da bi se zadovoljilo čulo ukusa. Bolje bi bilo da se smanji nagon za jelom i da se poveća seksualni nagon. Tako bi ljudi bili raspoloženiji, a poznato je da je seks dobar i za utrošak viška kalorija.

Kulinarstvo je postalo i više od nauke. Spremanje hrane je postalo umetnost. U kuhinjama su gomile hrane koja je lepa na izgled, ali je njena hranljiva vrednost mala i zbog toga moramo jesti više da bismo dovoljno uneli u telo. Hrana je sve ukusnija, ali i opasnija. Prehrambena industrija uz pomoć hemije može da kopira prirodne ukuse i proizvodi veštačke ukuse koji su bolji od prirodnih.

Naš organizam je savršen prirodni motor koji stvara puno energije sa malim unosom goriva. Nauka još ne zna kako se u ćelijama stvara energija, ali se zna da veći deo energije koju dobijamo iz hrane odlazi na probavu te iste hrane.

Osnovni izvor energije je Sunce. Biljke dobijaju energiju samo od Sunčeve svetlosti i vode. Energija koju biljke sakupe u sebe je početak lanca ishrane. Mi smo na kraju lanca ishrane, ali i mi dobijamo dosta energije od Sunca i vode. Ipak, moramo se hraniti da bismo se regenerisali. Za izgradnju novih ćelija potrebne su materije koje dobijamo iz hrane.

Od sedam milijardi ljudi postoji samo nekoliko njih koji mogu da žive bez vode i hrane. Naučnici proučavaju kako je to moguće i ta istraživanja prave zbog budućih kosmičkih letova, a ne da bi ostalima dokazali da previše jedu.

Najviše energije za fizičke i moždane aktivnosti dobijamo iz voća, i zato je najbolje da se voće jede izjutra. Ptice jedu voće jer im je za letenje potrebno puno energije. Gojazni ljudi ujutru

ne treba da jedu voće da bi trošili energiju iz viška sala, ali uveče mogu da ga jedu kako bi poboljšali metabolizam.

Prvi i Drugi svetski rat su doneli patnju ljudskom rodu, ali je najgore što je ženama izmenjen prirodni način života. Dok su muškarci bili na ratištu, žene su proizvodile oružje, a kada su ratovi završeni, žene su ostale da i dalje rade. Od tada žene rade u dve smene, na poslu i kod kuće. Ostvarile su pravo na rad, ali su sebi i porodici nanele štetu. Dok su na poslu, neko drugi im vaspitava i hrani decu, pa je tako iskorenjen dobri stari način života koji je oduvek postojao.

Tokom ratova zarobljenici su izgladnjivani, ali su ostajali živi. Kada su oslobođeni, poneki bi umro zbog prejedanja, i to je pokazatelj da hrana može biti opasna.

Žene zadržavaju svoje muževe seksom i ukusnom hranom. Na početku bračnog života seksualna aktivnost je veća, a tokom braka se smanjuje, jer se ženama smanjuje seksualni apetit, a muževima povećava apetit za hranom. Žene žele da udovolje muževima pa prave raznovrsnu hranu, ali tako samo štete sebi i bližnjima. Spremanje hrane raznovrsnih ukusa je gubljenje vremena i života. Statistička istraživanja su pokazala da muževi profesionalnih kuvarica žive kraće.

Svima bi bilo bolje kada bi se spremala jednostavna jela, a žene pogrešno misle da bi to muževima bilo monotono. U stvari je ženama monotono da kuvaju slična jela i na taj način svima komplikuju život.

Voće i povrće su najvažnije namirnice. U tradicionalnoj kineskoj kuhinji povrće je veoma zastupljeno. Kuva se kratko, tek da bi se odstranile bakterije i paraziti, a zadržala hranljiva vrednost. U Kini je u toku ubrazan ekonomski rast, a sa novim tehnologijama stiže i zapadni način ishrane, pa oni koji jedu takvu hranu postaju bolesni. Zabluda je da se u Kini jede sve. Kinezi ne jedu proizvode od pšeničnog brašna i ne koriste mlečne proizvode, i zato imaju dobro zdravije.

Statistički podaci pokazuju da su danas ljudi nekoliko puta bolesniji nego pre pola veka, ali tome nije razlog više izmešten atlas, jer je izmešten isto kao i pre pola veka. Ljudi su iz godine u godinu sve bolesniji zbog sve veće upotrebe mleka i mlečnih proizvoda životinjskog porekla. Porast oboljenja se podudara sa porastom korišćenja mleka.

Bez obzira na vrste namirnica i načine ishrane, niko ne bi smeo da koristi mleko i mlečne proizvode životinjskog porekla. Mi jesmo iz roda sisara, ali smo jedina vrsta koja koristi mleko i kada se završi period dojenja. Uz to, jedino mi koristimo mleko

drugih životinja. Ne piju sve mačke mleko, već samo one koje su naviknute i zato postaju bolesne.

Bebin sistem varenja ne može da vari životinjska mleka, a posle treće godine gubi sposobnost varenja i majčinog mleka. Jedino majčino mleko može da omogući imunološku zaštitu i da pokrene razvoj mozga, kostiju i mišića. Kada majka pije mleko, tada beba dobija grčeve u želucu i zbog toga neke bebe prestaju da sisaju. Zato u dojkama nestaje mleka, pa bebe moraju da piju veštačko mleko, ali ništa ne može da zameni majčino mleko. Hranljiva vrednost mleka je mala, ali je dovoljna za bebino telo. Od prve godine više nije dovoljno samo majčino mleko, i zato se dodaje i ostala hrana.

Hranljiva vrednost životinjskog mleka takođe je mala, tako da bi odraslim osobama trebalo nekoliko litara mleka ili kilograma mlečnih proizvoda umesto nekoliko stotina grama druge hrane. U mlečnim proizvodima nema mleka zato što su ga bakterije već iskoristile za svoj metabolizam.

Sadržaj mlečnih proizvoda uglavnom čine ostaci mrtvih bakterija, manji deo su žive bakterije, a ostalo je izmet mrtvih i živih bakterija. Smrdljivi sirevi su delikates koji se skupo plaća, a u želucu se sir vari nekoliko sati duže od mesa. Kupovinom mlečnih proizvoda ljudi plaćaju da bi se razboleli. Jogurt, kiselo mleko, pavlaka, sirevi i ostali mlečni proizvodi samo nanose štetu organizmu.

Mleko i mlečni proizvodi su veoma opasna hrana. Imunitet zbog viška bakterija iz mleka postaje sve gori. Naš organizam prepoznaje proteine mlečnih proizvoda kao viruse i bakterije, pa reaguje tako što proizvodi više antitela. Prirodni mehanizam odbrane na taj način slabi i zato smo sve bolesniji. Antitela se usmeravaju i prema zdravim tkivima. Pankreas može biti trajno oštećen za pet godina i zato se insulin mora doživotno koristiti.

Mleko i mlečni proizvodi izazivaju dijabetes, osteoporozu, okoštavanje, artritis, propadanje zuba, uvećanje štitaste žlezde, gojaznost, srčane smetnje, karcinom dojke, materice, debelog creva i prostate. Mleko izaziva dijareju, a mlečni proizvodi opstipaciju. Nedovoljno svarljiv kalcijum stvara naslage na tkivu arterija i zato se povećava krvni pritisak. Zbog naslaga nastaju proširenja arterija, a kada tkivo arterije postane krto ono puca, i zbog toga nastupa smrt od infarkta srca ili od izliva krvi u mozak. Jetra i bubrezi su više opterećeni, ali ne uspevaju da prečiste otpad od mlečnih proizvoda, pa polako obolevaju. Belančevine iz mleka se opasno talože u telu, a u očima stvaraju

kataraktu. Sada čak i deca dobijaju kataraktu, a to se ranije nije dešavalo.

Uvećanje triglicerida, holesterola i masnoća u krvi nastaje od mlečnih proizvoda. Ovi proizvodi izazivaju alergije, sinusitis, astmu, bronhitis i neplodnost kod oba pola.

Mleko je idealan prenosnik bakterija, parazita i virusa. Korišćenje mlečnih proizvoda povećava bolove, glavobolje i umor, a diže i kiselost organizma.

Rešenje za većinu zdravstvenih problema je da se svi mlečni proizvodi potpuno izbace iz ishrane.

Izmešten atlas uvrće i krivi telo, pa se smanjuje protok hranljivih materija, a dodatno smanjenje protoka nastaje zbog taloženja mlečnih nečistoća i zato smo bolesniji od predaka. Poremećen je protok hrane između organa, a u organima nema pravilne razmene materija. Zbog različitih prignječenja krvnih i nervnih puteva nastaje razlika u varenju pojedinih namirnica, a različito su prignječena tkiva za razmenu hranljivih materija, pa zbog toga svako drugačije reaguje na mlečne proizvode. U zavisnosti od toga kako je prignječen centar za cirkulaciju krvi, nekome počinje okoštavanje, a nekome osteoporoza.

Kada nastane neki poremećaj, organizam pokušava da se uskladi i zato se pojedinim organima smanjuje ili povećava funkcija, a korišćenjem mleka se ti procesi ubrzavaju. Zavisno od vrste poremećaja, poneko zbog mleka dobije osteoporozu, a poneko osteopatiju. Štitastoj žlezdi se povećava ili smanjuje funkcija, u zavisnosti od toga kako je, zbog izmeštenog atlasa, poremećen metabolizam.

Informacije o korišćenju mlečnih proizvoda su zbunjujuće. Čas je mleko preporučljivo, a čas nije. Žene su često zbunjene, pa iz straha prave grešku. Deci daju mleko i zato su bolesna, a zbog mlečnih proizvoda smanjuju im se mentalne sposobnosti i zbog toga su loši đaci. Ženama se kosti češće lome jer koriste mlečne proizvode više od muškaraca.

Velika je zabluda da je kalcijum iz mleka samo koristan. Četvrtina kalcijuma se iskoristi, a veći deo troši energiju tokom izbacivanja preko kože ili iz hrskavica i mekih tkiva. Bolovi u mišićima su jači i duže traju zbog toga što kalcijum usporava cirkulaciju krvi.

Nama je kalcijum iz mlečnih proizvoda suvišan, jer ga već unosimo hranom i vodom. Deca i starije osobe treba da jedu što više svežeg povrća, ali i suve smokve i susam, jer sadrže kalcijum koji je dobar za gradnju koštane mase.

Sistem za varenje ne može da izbaci iz tela produkte koji nastaju varenjem mlečnih proizvoda, pa se uglavnom izbacuju kroz kožu. U pubertetu i mladosti su bubuljice veliki estetski problem, a ponekad i zdravstveni. Kozmetičari pokušavaju da reše problem, ali ne uspevaju. Kada se prestane sa korišćenjem mlečnih proizvoda, potrebno je još nekoliko meseci da iz kože iscure mlečni produkti. Toliko je vremena neophodno i da se smanje bolovi u mišićima, a još više vremena treba da se izbaci kalcijum iz hrskavica i tkiva koja su zahvaćena artritisom.

Gastritis i nadimanje stomaka su poteškoće koje uglavnom nastaju zbog mlečnih proizvoda. Te poteškoće su problem, ali su manji problem od leukemije ili multipla skleroze koje se pogoršavaju zbog korišćenja mlečnih proizvoda.

Izgleda da mlekarska industrija postoji da bi medicinska industrija imala više posla, a ljudi plaćaju i mlečne proizvode i lečenja. Nauka je potvrdila izuzetnu štetnost mleka, ali niko ništa ne preduzima da se ukine mlekarska industrija. U mašti reklamnih kreatora „mleko je zdravo", a u realnosti je mleko izazivač bolesti.

Zdravstveni fondovi su previše opterećeni i u siromašnim i u bogatim zemljama, a jedno od rešenje je – ukinuti mlekarsku industriju. Finansijski stručnjaci mogu dokazati da će država tako više dobiti nego što će izgubiti, a bolje zdravlje stanovnika ne može da se proceni novcem. Ukidanje mlekarske industrije neće ugroziti stočare, jer zbog mesa treba da uzgajaju stoku. Ipak, uzgajivači se moraju strogo kontrolisati i sprečavati da stoci daju hormone, zato što takvo meso nanosi štetu i deci i odraslima.

Krave prirodno daju dnevno tri do pet litara mleka, koliko je teletu dovoljno, a sada krave primaju sintetički hormon zbog kojeg daju više od četrdeset litara mleka. Hormoni ih iscrpljuju i postaju bolesne, pa ih leče antibioticima, a mi pijemo mleko od bolesnih životinja i unosimo bakterije, hormone i antibiotike koji nam pogoršavaju zdravlje.

Zbog zagađene atmosfere nema čistih pašnjaka, pa zato mleko nije kao nekada. Pasterizovano mleko ima više bakterija i parazita od sveže pomuženog. Tele koje pije pasterizovano mleko umire za nekoliko meseci, a mi ne umiremo zato što jedemo i drugu hranu, ali se zbog takvog mleka razbolevamo. Mlekadžije ne koriste mleko, jer znaju čime hrane krave.

Navika korišćenja životinjskog mleka može se nadoknaditi raznim vrstama biljnog mleka. Takva mleka postoje u prodaji,

ali sigurnije je da ih pravite sami. Domaćice mogu da nađu recepte na internetu, a prave se jednostavno i brzo.

Biljna mleka poboljšavaju zdravlje i štede novac zato što su jeftinija od životinjskih. Ta mleka se prave od ovsa, heljde, prosa, susama, badema, oraha, lešnika, ječma, raži, konoplje, pirinča, kokosa, semenki suncokreta i tikve. Ove namirnice su korisne, jer sadrže sastojke koji su potrebni organizmu, a još uvek nisu hemijski zagađene. Biljna mleka se dobijaju hladnim ceđenjem, da bi im se sačuvala prirodna vrednost. Te namirnice sadrže i vitamin B17.

Biljna mleka su ukusnija od životinjskih, a da bi ukus bio bolji treba dodati meda i staviti neku voćku, pa sve izmiksati. Deca će biti oduševljena raznim prirodnim ukusima i zato će izbegavati veštačke ukuse mlekarske industrije.

Ne treba piti biljna mleka od pšenice i soje. Seme pšenice se hemijski tretira, a zemljište se hemijski priprema. Pšenica se u silosu pesticidima štiti od bakterija i zato ne treba koristiti mleko od pšenice niti jesti pšenični hleb. Sada se ne može naći prirodna soja, pa zbog toga treba izbegavati mleko i proizvode od soje.

Kroz hiljade godina selekcijom smo sebi prilagodili biljke i životinje, a zatim smo ih za samo nekoliko decenija genetskim inženjeringom modifikovali. Insekti ne jedu takve biljke, pa su zbog toga prinosi povećani, ali takve namirnice nanose štetu našem organizmu. Modifikovanim biljkama je mala prirodna hranljiva vrednost i moramo jesti više da bismo zadovoljili potrebe organizma.

Modifikovanjem se menja molekularna struktura biljaka, ali se prilagođava i oblik zbog tehnološke prerade. To odgovara mašinama za preradu, ali ne odgovara našem sistemu probave. Ispravljene šargarepe se lakše gule, ali se teže vare.

Margarin se pravi od biljnih masti i čini se da je manje štetan od mlečnih proizvoda, ali margarin je još štetniji, jer više zapušava tkiva.

Hrana može biti uzrok mnogih bolesti, ali može biti i lekovita ako se pravilno unosi. Kiselost ili baznost organizma zavisi od vrste namirnica i njihove pripreme. Naš organizam treba da bude blago alkalan, jer ako je previše kiseo, tada se pokreću bolesti. Kiselost organizma odgovara bakterijama koje žive u kiselom okruženju, pa se množe i oštećuju nam telo.

Međućelijski prostor nije ni kiseo ni bazan, a u nama žive korisne bakterije kojima odgovara takva sredina. Organizam uspešno održava količinu bakterija, ali problem nastaje kada

je prostor između ćelija previše kiseo, jer smo tada podložni štetnim bakterijama koje žive u kiseloj sredini, pa obolevamo, a ukoliko organizam ne može da se odbrani, nastupa smrt.

Životni ciklus bakterija je kratak i one brzo mutiraju, pa antibiotici koji su pre nekoliko decenija bili efikasni, sada više nisu. Farmaceuti prave sve jače antibiotike, ali tako sve više slabi prirodni imunitet. Taj način borbe sa bakterijama može dovesti do ponora iz kojeg nema spasa. Ljudska vrsta je na ivici ponora, a ako ovako nastavi, može upasti u ponor.

Savremena industrijska proizvodnja i obrada namirnica previše zakiseljuju hranu, a takva hrana je u kombinaciji sa mlečnim proizvodima smrtonosna. Niko ne umire brzo, ali se godinama i decenijama muči sa oboljenjima, a za to vreme prehrambena, mlekarska i farmaceutska industrija dobro zarađuju, pa izgleda kao da dobro sarađuju.

Takvom hranom u stvari hranimo bakterije, a antibiotici nam slabe imunitet. Hrana, mleko i lekovi nas uništavaju, a ako želimo da živimo, moramo što pre izaći iz tog začaranog trougla.

Čovečanstvo sebi kopa raku. Nekada su osuđenici na smrt morali sebi da iskopaju raku, a mi ne moramo, ali je kopamo. Dovoljno je da iz ishrane izbacimo mlečne proizvode i bićemo zdraviji, i pored toga što u čokoladama i slatkišima ima mleka. Možemo lako izbaciti mlečne proizvode, ali nešto moramo jesti, a sada je teško napraviti dobar izbor hrane, jer je sve zagađeno.

Najsigurnije je da sami uzgajamo namirnice, ali ne znamo kako se uzgajaju, a zakonima je zabranjeno da u svom dvorištu gajimo voće i povrće. U Kini ne važe zapadni zakoni, a Kinezi znaju da gaje useve, pa su i zbog toga zdraviji od zapadnjaka. Kineza ima najviše, ali nemaju dovoljno obradive zemlje i zato su vekovima usavršavali vrtove, od kojih godišnje imaju i po tri roda raznih namirnica.

Uzgajanje biljaka je višestruko korisno po zdravlje i život. Kontakt sa zemljom i vazduhom je lekovit, odnos sa biljkama je smirujući, a kvalitet namirnica bolji i zato takva hrana prija organizmu.

Da bismo shvatili kako, koliko i šta treba da jedemo, nije nam potreban vremeplov da nas vrati nekoliko hiljada godina unatrag, već je dovoljno otputovati nekoliko hiljada kilometara do raznih plemena u kojima se ljudi još uvek pravilno hrane. I njihove useve zagađuje vazduh od naših prljavih industrija, ali oni ne jedu lepo upakovanu hemijski zagađenu hranu i zato su zdraviji od nas.

Mi smo ono što jedemo. Sada jedemo prekiselu hranu, ali takvu hranu ne možemo izbeći i zato moramo smanjiti obroke, a kiselost neutralisati alkalnim namirnicama. Ako vam je to komplikovano, onda svaki dan pijte limunadu. Limun je kiseo, ali se u želucu alkalizuje i smanjuje kiselost organizma.

Procesom varenja hrana se u stomaku zakiseljuje, a kada pijemo limunadu ili jabukovo sirće, hrana se alkalizuje.

Zbog međućelijskog prostora treba uskladiti unos slanog, slatkog, kiselog i gorkog. Previše unosimo slano i slatko, a premalo kiselo i gorko, pa je narušena hemija međućelijskog prostora. Čulu ukusa ne prijaju kiselo i gorko, ali se moraju unositi u telo. Svako jutro pre doručka treba popiti dva gutljaja prirodnog jabukovog sirćeta razblaženog vodom.

Organizmu je za bolji metabolizam potreban magnezijum, a u hrani ga nema dovoljno. Magnezijum iz tableta ili iz vode ne vezuje se u tkiva, pa zato oko osamnaest časova treba popiti dva gutljaja magnezijum hlorida rastvorenog u vodi. Neće vam prijati njegov gorak ukus, ali će vam poboljšati regeneraciju.

Jedemo previše slatkiša, ali i u slanim proizvodima ima šećera koji se ne oseća, a proizvođači ga dodaju da bi nam izazvali zavisnost. Deca su aktivnija od odraslih, pa zato vole slatkiše i sokove koji im daju energiju, ali ta se energija brzo potroši, a kada je potroše tada su nervozni i postaju zavisnici od šećera. Roditelji treba ujutru deci da daju med, jer se šećer iz meda polako oslobađa, a deca imaju dovoljno energije za aktivnosti i neće biti nervozna i tražiti slatkiše. Arheolozi su nalazili ćupove sa medom koji je star nekoliko hiljada godina i potpuno jestiv.

Cimet je savršeni prirodni antibiotik koji ne slabi imunitet, a uništava bionapadače. U Indiji je klima povoljna za bakterije, viruse i parazite, a Indijci su zdravi zato što koriste cimet.

Da ne biste zalazili u apoteke, napravite sirup od jednog litra jabukovog sirćeta, kilograma meda, šest kašika cimeta i dve kašike narendanog đumbira, pa svaki dan pre doručka uzmite dva gutljaja. Sa ovim sirupom i nameštenim atlasom bićete trajno zdravi zbog toga što je ta kombinacija savršen prirodni eliksir.

Smanjite unos hrane i prilagodite ishranu, pa ćete biti još zdraviji i vitkiji, a jabukovo sirće će gojaznima topiti višak sala. Ne zaboravite da pre doručka popijete sirup, a tokom ručka se setite da je depresija veća kada je veća težina.

Ručak treba da bude najobilniji obrok, ali signal o sitosti iz želuca do mozga stiže za dvadeset minuta, pa zato jedite sporije.

Nekada je hrana okupljala porodicu, a sada svi žure i ne stižu zajedno da jedu. Iskoristite vreme tokom ručka da poboljšate porodične odnose.

Uskladite unos hrane sa uzdizanjem i zapadanjem Sunca. Hiljadama godina je sistem za varenje bio tome prilagođen i ne može se promeniti kroz nekoliko generacija. Pre i posle podne jedite malo, a u podne najviše. Dovoljna su tri obroka, a između pijte samo vodu. To je potrebno da bi se organi odmorili i da bi sakupili neophodne sastojke za varenje sledećeg obroka. Gojazni treba da jedu jedan obrok dnevno sve dok ne smršaju, a za večeru da uzimaju malo voća.

Naš metabolizam je usklađen sa ciklusom dana i noći. Organizam nije aparat, ali i on ima svoje vreme za punjenje, korišćenje i pražnjenje. Aparati ne zavise od doba dana, a organizam zavisi. Savremeni način života je pomerio dnevni ciklus metabolizma i zato organizam radi nepravilno, a već dugo radi nepravilno zbog pomerenosti atlasa.

I kada se prvi pršljen vrati na mesto, zbog metabolizma je neophodno da ustalimo ciklus dana i noći po ugledu na pretke. Tokom dana se radi i jede, a noću se spava. To je jednostavno, ali izgleda komplikovano zbog savremenog načina života. Sve je više dece i odraslih koji su noću budni a pre podne spavaju, pa je i to jedan od razloga što smo bolesniji.

U podne treba pojesti najveći i najkaloričniji obrok, kako bi hrana na vreme stigla do tankog creva, a to vreme je oko deset sati uveče. Tada treba zaspati, jer se tokom noći iz tankog creva uzimaju materije za regeneraciju organizma.

Svi nam pričaju kako da se hranimo, a o značaju pravilnog pražnjenja se malo priča, možda zbog nelagode, ali i to je deo metabolizma. Ako se unese više hrane nego što se odstrani, onda to postaje smetnja metabolizmu. Mokrenjem se izbacuje manje vode nego što se unese, jer se voda gubi znojenjem i izdahom, ali višak čvrste materije ne može da izađe preko kože i kroz nos.

U debelo crevo može da stane dosta otpadnih materija, ali je bolje kada je prazno. Pravo vreme za pražnjenje je pre podne. Ko se prazni više puta tokom dana, živi zdravije i duže. Ptice se često prazne da ne bi nosile višak tereta, a kada bismo mi tako mogli, živeli bismo zdravije. Jedite više voća i to će omogućiti da se svaki dan praznite.

Opstipacija je ozbiljan problem savremenog čoveka, zato što ujutru žurimo i ne stižemo da ispraznimo debelo crevo, a u školi ili na poslu ne želimo, i tako prođe vreme za pražnjenje.

Sutradan isto, pa onda čekamo subotu, ali već je suviše kasno. Tako prođe nekoliko godina ili decenija, i to je jedan od uzroka raka debelog creva.

Fiziološki položaj za pražnjenje je čučeći, a mi smo sedeća civilizacija, pa moramo i tada da sedimo. Tokom sedenja se kraj debelog creva savije i zaustavlja izmet. U Japanu nemaju šolje na kojima se sedi, već se čuči, i zato Japanci manje obolevaju od raka debelog creva i imaju manje problema sa hemoroidima. Dok se čuči butine pritiskaju donji stomak i zbog toga se izmet lakše izbacuje.

Nije dovoljno da pojedini organi za varenje rade dobro, već je potrebno da se iz prvog mozga uskladi celina. Varenje se poboljšava posle nameštanja atlasa, jer je oslobođen centar za varenje i signali kroz nervus vagus. Atlas treba namestiti zbog dobrog zdravlja, ali i da bi se lakše podnosila zagađena hrana.

Naši preci su preživeli dvesta hiljada godina sa malo hrane, a jeli su jednostavna jela. Ako su oni uspeli u surovim uslovima, onda možemo i mi u mnogo boljim uslovima. Ipak, sada više ljudi umire zbog prevelike količine hrane nego od nedostatka hrane.

Hrana nas je stvorila, a previše hrane može da nas uništi. Ako nastavimo da previše jedemo, hrana će nas pojesti. U Kini postoji izreka: „Razlog bolesti leži na dnu tanjira".

Kada je propalo Zapadno rimsko carstvo Istočno carstvo je trajalo još hiljadu godina. Jedan od razloga za propast Zapadnog carstva je previše uživanja u životu i u prejedanju. Vizantija je bila moćna država u kojoj su živeli najbogatiji ljudi tog doba, ali su živeli skromno kao njihovi podanici i nisu se prejedali.

Analitičari budućnosti predviđaju da bi treći svetski rat mogao da otpočne zbog nedostatka vode i hrane, ali taj rat se ne bi odvijao između država. Bilo bi to međusobno istrebljenje i zato pojedini ljudi spremaju skloništa i kupuju oružje da bi sačuvali rezerve hrane.

Vazduh i voda su još uvek dostupni većini ljudi, ali ko bude kontrolisao hranu vladaće svetom. Da bi nas sprečili da sami uzgajamo namirnice, modifikuju biljke tako da iz semena ne može da iznikne nova generacija, a sada eksperimentišu i sa životinjama, pa ako im uspe, možda će i nas modifikovati.

Knjiga o ishrani ima na hiljade, ali i pored toga ljudi stalno greše. Žene znaju da treba uskladiti ishranu sa aktivnostima, a muškarci znaju da motorima treba uskladiti unos goriva sa potrošnjom. Muškarci znaju da održavaju mašine, ali ni žene ni muškarci ne znaju kako da usklade unos hrane sa aktivnostima.

A K T I V N O S T

Reč „aktivnost“ najčešće se odnosi na fizičke aktivnosti, ali u našoj vrsti je i moždana aktivnost veliki potrošač energije.

Uspravan položaj tela tokom hodanja omogućava manju potrošnju energije nego kretanje na četiri noge. Prilikom hoda se nesvesno naginjemo napred i to nam daje podsticaj pokretu. Uspravan stav štedi energiju, a višak energije se u našoj vrsti koristi za moždane aktivnosti.

Uspravan stav i mozak nas izdvajaju od ostalih životinja, a za rad mozga je potrebno dosta glukoze. Naši preci su živeli u klimatskim uslovima u kojima su tokom čitave godine imali voće koje im je davalo energiju za fizičke aktivnosti, ali i za misaone procese. Kao što je bilo u prošlosti, tako je i sada, jer se između voća i povrća prvo jede voće zbog toga što je slatko, a kada se zasitimo, tada nam organizam traži i povrće kako bi mogao da se regeneriše.

Kažu da je rad stvorio čoveka, ali je suprotno – lenjost je stvorila čoveka. Pojedinci su bili lenji i razmišljali su kako da nešto lakše urade, a ti misaoni procesi su razvili naš mozak. Savremeni čovek je previše lenj i zato pronalazači i naučnici izmišljaju aparate i tehnologije da bi udovoljili lenjosti, ali sada se preteralo sa lenjošću, pa je i to jedan od razloga za ubrzanu degradaciju ljudske vrste.

Nije lenjost jedini razlog što nas na radnim mestima zamenjuju robotizovane mašine. Ljudska radna snaga je skupa, a želja za većim profitom ogromna. Nekada se radilo šest dana nedeljno, a sada pet. Industrijalci to nisu uveli zato što su humani, već da bi se subotom trošila zarada i kupovali razni proizvodi.

Radno vreme se skraćuje, pa čak postoji i predlog da se radi tri dana u sedmici. Mašine nam olakšavaju život, ali nas i izbacuju iz života. Sada mašine menjaju ljudsku radnu snagu i zbog toga smo sve manje fizički aktivni. Neaktivnost je postala značajan faktor rizika po zdravlje. Istraživanja pokazuju da je fizička aktivnost tokom prethodnog veka smanjena 99 odsto.

Zbog mašina i robota smo sve manje fizički aktivni i zato mišići atrofiraju, a zbog previše hrane se talože masne naslage. Mišići nogu ne mogu da nose teško telo, pa zato previše sedimo i postajemo bolesni. To je klopka u koju je uhvaćen ogroman broj dece i odraslih.

Lenjost nas je stvorila, a preterana lenjost nas degradira. U prošlosti su vrste nestajale zbog prirodnih kataklizmi, a mi možemo nestati zbog preterane lenjosti. To u ovom času izgleda nemoguće, ali nikad se ne zna šta donosi budućnost. Ako čovek nestane, nekoj drugoj vrsti će se ukazati prilika da ga zameni.

Tehnološki razvoj je prebrz, pa se zbog brzine dešavaju greške koje mogu ugroziti opstanak ljudske vrste. Futurologija je nauka kojom se bave odgovorni naučnici. Oni predviđaju da će u budućnosti životni vek moći da se produži do sto godina, pod uslovom da ljudska vrsta opstane u sledećih sto godina.

Bez rada se ne može živeti. Rad ne postoji samo da bi se zaradio novac, već da bi telo bilo aktivno. Zbog dobrog zdravlja treba raditi do kraja života, naročito one poslove koji donose i zadovoljstvo. Nekim ljudima su bolesti nestale jer su, uprkos bolovima, radili teške fizičke poslove. Sa nameštenim atlasom u budućnosti će ljudi moći da rade čitavog života. Fizički rad je lekovit i zato je bolje imati hobi koji pokreće telo nego hobi koji pokreće samo moždanu aktivnost.

Kada muškarci odu u penziju postaju neaktivni, pa je i to jedan od razloga što žive kraće od žena. Veći deo vremena sede gledajući televiziju, pa zbog neaktivnosti obolevaju i leže, a u ležećem položaju postaju još bolesniji. Raznim lečenjima život im se produži nekoliko godina, a zatim umiru. Za razliku od muškaraca, žene su aktivne i kada odu u penziju.

Dok igraju virtuelne igre, deci je potrebno dosta energije za moždane, a malo za fizičke aktivnosti. Deca ne jedu voće da ne isprljaju tastaturu, nego su im pri ruci slatkiši. Rafinisani šećer se teže pretvara u glukozu, a lako se skladišti u masnim tkivima i deca postaju sve deblja. Na tastaturi ima neuporedivo više bakterija nego na klozetskoj šolji i zbog toga deca češće obolevaju.

Današnja deca ne znaju igre koje su njihovi roditelji igrali u detinjstvu. U virtuelnim igrama je sve moguće osim da deca imaju pravilan fizički razvoj, jer se tokom sedenja pokreću samo prsti po tastaturi i aktiviraju jedino mišići podlaktice. Mišići nogu omogućuju hod, a sada deci mišići atrofiraju. Kada odrastu, zapošljavaju se i rade u sedećem položaju, pa zato sve više ljudi odlazi u invalidsku penziju.

Fizička aktivnost je danas potrebnija nego ikada, zbog toga što previše jedemo i puno sedimo. Roditelji upućuju decu na razne sportove, ali time prave grešku.

Mišićima i zglobovima je potrebna fizička aktivnost, ali im preterana aktivnost šteti. Tokom mladosti većina sportova

oslabi organizam i u starosti su profesionalni sportisti bolesniji od vršnjaka. Košarkašima, odbojkašima i ostalim sportistima se zbog skokova tanje diskovi u donjem delu kičme i hrskavice u zglobovima kukova, kolena i stopala.

Nekada su najsnažnije mladiće vežbanjem pripremali za ratnike, a sada za vrhunske sportiste. Sportisti su iskorišćeni od vlasnika klubova, a medalje i novac im ne mogu nadoknaditi štetu koju nanose svom organizmu. Prilikom padova ili udaraca prvi pršljen se sportistima izmešta više nego drugim ljudima, a preterane fizičke aktivnosti iscrpljuju telo.

Mnogi rekreativno vežbaju da bi ispravili telo, ali im to ne uspeva zato što je atlas izmešten. Bolje je za jedan minut namestiti atlas nego godinama vežbati.

Tokom trčanja i vežbanja u mišićima se sakupljaju kristali kiseline, a zbog naslaga kalcijuma iz mlečnih proizvoda teže se odstranjuju, pa su zato bolovi intenzivniji i duže traju. Čovek ima sposobnost da potrči, ali ne da trči. Previše trčanja nije dobro za zdravlje. Naši preci su ponekad bežali od opasnosti ili jurili dok love, ali nisu svaki dan trčali po nekoliko kilometara.

U starosti se ne može trčati i zato neko ide u duge šetnje, ali to je gubitak vremena i hrskavica u zglobovima. Idealan sport za mlade i stare je brzo hodanje. Dovoljno je svaki dan brzim hodom preći jedan kilometar. Mišićima će to koristiti, a znojem će se izbacivati štetne materije.

Ne morate odvajati posebno vreme za brzi hod, već možete iskoristiti odlazak do prodavnice. Komšijama će to biti čudno, ali zato ćete imati bolje zdravlje od njih. Poneko izvodi psa u šetnju i tako aktivira svoje mišiće, ali to nije dovoljno. Pas želi da trči, ali ne može, jer čovek ide polako. Psima bi bilo bolje kada bi njihovi vlasnici shvatili značaj brzog hoda.

Ljudski mozak stalno misli, a kod žena je to nekoliko puta izraženije nego kod muškaraca. Ženama to smeta i stalno su aktivne da bi manje razmišljale. Fizičke i mentalne aktivnosti iscrpljuju žene, pa zato imaju više glavobolja i vrtoglavica od muškaraca. Žene većinom stoje dok rade, ali se ne odmaraju. Muškarci rade teže poslove i zato se odmaraju. Zbog boljeg zdravlja žene bi trebalo da se nekoliko puta na dan odmore. Telo se tokom sedenja opušta, ali je bolje ležati na leđima da bi se uravnotežila cirkulacija.

Čovek je veliko dete, ali kada odraste, prestaje da se igra. Tokom dečijih igara se prirodno aktiviraju telo i duh, a to deci omogućava pravilan psihofizički razvoj. Kada odrastemo, telu i

dalje treba pokretljivost, a fizičke aktivnosti na radnom mestu nisu dovoljne da organizam skladno funkcioniše.

U prošlosti nije postojala televizija, a ljudi su se zabavljali na igrankama i tako su aktivirali telo i razvijali društvene veze. Ljudi su hiljadama godina plesom i folklorom slavili život, a to je sada potrebno više nego ikada, zbog statičnog života.

Sve je manje vremena i želje za seksom, a seks je i fizički i psihički lekovit. Zbog manjka fizičke aktivnosti postoji i vrsta dijete koja se naziva „Seks dijeta". Puno novca i vremena se troši na razne dijete, sprave za vežbanje i psihologe, a najbolja dijeta je voljena osoba. Muškarcima odgovara jutarnji seks, a žene više vole noćni seks. Najbolje rešenje je i ujutru i noću, pa ćete zato tokom čitavog dana biti raspoloženi. Na taj način se luče hormoni sreće, aktiviraju mišići i topi višak sala.

Žene se više oslanjaju na razum, a muškarci na prirodne potrebe. Ženski princip je nosilac vrste, a muškarci su podrška. Nauka je potvrdila da su muškaraci u pravu za jutarnji seks, jer je kod oba pola ujutru veći nivo hormona za seksualnu želju. Parovi koji dan počinju seksom srećniji su i žive duže. Čovek je jedna vrsta podeljena u dva pola i zato smo celina samo kada smo spojeni. Naravno da je jaka duhovna veza važna, ali je i telesno spajanje važno. Parovi koji imaju seks ujutru osećaju veću bliskost i radost.

Posle nameštanja prvog pršljena svima se povećava želja za seksom, a muškarcima se poboljšava potencija zbog bolje cirkulacije krvi i zbog toga što nervni putevi prema penisu nisu pritisnuti.

Samo delfini i ljudi imaju mogućnost da upražnjavaju seks iz zadovoljstva. Delfini žive prirodno i ne žure na posao, pa često upražnjavaju seks i zbog toga su veseli. Mi sve više živimo veštačkim životom i pokušavamo da budemo srećni, ali smo sve nesrećniji.

Nama je glava kao u stezi zbog napetosti u potiljku i zbog grča u mišićima donje vilice. Tokom aktivnosti se iz čitavog tela sakuplja napetost u potiljku, a mišići vilice su napeti jer nam u uspravnom stavu visi samo donja vilica. To nam stvara osećaj nervoze, mada nismo svesni. Kada je atlas nameštен, ovakve napetosti se smanjuju, a da bi se još više smanjile, treba snažno pritisnuti palčevima ispod lobanje.

Najpoznatija slika na svetu je portret Mona Lize. Leonardo da Vinči je naslikao blagi osmeh Mona Lize i time je čovečanstvu ostavio vrhunsku poruku. Nekoliko puta tokom dana podignite

uglove usana i vratiće vam se raspoloženje. Masaža potiljka i osmeh su male fizičke aktivnosti koje će vam ulepšati dan.

Aparati i mašine nam olakšavaju život, ali je nemoguće napraviti robota koji može da namesti atlas. Tretmani su slični, ali je svako nameštanje atlasa različito zbog toga što je svaki organizam drugačiji. Robot ne može da ostvari komunikaciju i ne može da daje savete kako da bolesti brže prolaze.

Roboti nemaju humane osobine i zato samo ljudi pomoću aparata mogu drugim ljudima da nameste prvi pršljen. Taj spoj mehaničke i ljudske aktivnosti će omogućiti zdraviji i srećniji život pojedincima, ali i čitavom ljudskom rodu.

U M E R E N O S T

Potrebno je u svemu pronaći pravu meru kako bi zdravlje i život bili kvalitetni. Svi smo ista vrsta, ali smo i različiti, pa zato svako treba da otkrije granice svoje umerenosti.

Greške se ispravljaju umerenošću u spavanju, vodi, hrani i aktivnostima, a time se zdravlje poboljšava.

Premalo ili previše spavanja loše utiče na organizam. Ako se ujutru probudite umorni, to je znak da nisu završeni procesi koji se svake noći odvijaju u telu, pa zato treba još odspavati. Kada se ne spava tri dana, zdravlje postaje veoma ugroženo.

Čak i vodu treba piti s merom. Premalo ili previše vode je greška koja se odražava na zdravlje.

Potrebna je umerenost u svemu, ali je umerenost u ishrani od presudnog značaja za dobro zdravlje. Usklađenost unosa i potrošnje kalorija je najvažnija. Besmisleno je da se puno jede, pa da se višak kalorija troši vežbanjem. Zbog previše hrane se uživanje u jelu pretvara u naporno vežbanje.

Aktivnosti su potrebne za mišiće i zglobove, ali ni previše ni premalo aktivnosti nije dobro za telo.

Hedonisti i askete muče telo do granica izdržljivosti, ali na taj način nanose štetu zdravlju. Da bi se pronašle granice umerenosti treba otkriti šta telu odgovara. U životu treba i uživati, pa zato ponekad možemo kraće spavati ili više jesti, ali sledećih dana treba biti umeren da se organizam oporavi. Život neće imati smisla ako se pretvori samo u disciplinu i zato treba biti umeren i sa umerenošću.

Za većinu ljudi granica života je tri minuta bez vazduha, tri dana bez vode i tri sedmice bez hrane. Uglavnom živimo u gradovima, gde su zagađeni vazduh, voda i hrana, ali i seoska sredina je zagađena. Nekada se živelo u prirodi gde su vladali surovi uslovi. Današnji uslovi izgledaju bolje, a zapravo su još suroviji zbog sveopšte zagađenosti. Gojaznost je zbog zagađene hrane postala veliki problem, pa je najbolje jedan dan u nedelji gladovati. To je način da se uvidi da je moguće jesti manje i da umerenost u jelu može smanjiti telesnu težinu.

Ponekom se gade drugi ljudi, a ima i onih koji ne vole ni svoje telo, ali ako ga ne volite, telo će vam tako i uzvratiti. Loše misli slabe imunološki sistem i pokreću bolesti. Svoje telo treba voleti, i to najviše na mestu gde postoji problem.

Organizam se mora zaštititi, posebno tamo gde je osetljiv, jer je bolje čuvati telo nego lečiti bolesti.

Tokom dana telo je zaštićeno odećom, a noću pokrivačem. Glava se greje kosom, ali je potiljak i danju i noću nezaštićen. Većina ljudi misli da je stomak najosetljiviji deo tela, ali to je u stvari potiljak. Naročito je muškaracima nezgodno, jer im je glava ispred tela zbog izmeštenosti atlasa unazad, a obično nemaju kosu preko potiljka. Poneko greje vrat kragnom, ali ni tako potiljak nije sasvim zaštićen.

Potiljak uvek treba dobro zaštititi, jer izloženost suncu, hladnoći, vetru ili kiši može dovesti do upale moždane ovojnice i tada dolazi do prignječenja prvog mozga. Ta vrsta upale se veoma retko dešava, ali ako se ne zaštiti potiljak, i najzdraviji mogu da obole i da trajno oštete zdravlje.

Organizmu ne odgovara ni vrućina ni hladnoća. Umerenost u oblačenju i pokrivanju se reguliše prema godišnjem dobu, ali je potiljak uglavnom izložen atmosferskim prilikama. Ženama je potiljak zaštićen dugom kosom, ali i pored toga oko vrata nose maramu ili šal. Nekada su i žene i muškarci imali dugu kosu, a sada su zbog mode muškarcima veći bolovi u vratu. Ranije je bilo u modi da i muškarci nose šal, ali se i ta moda promenila. Da bi tokom zime zaštitili potiljak, muškarci bi trebalo da imaju dužu kosu ili da ne izlaze na hladnoću bez kapuljače.

Naša vrsta je izuzetno prilagodljiva i to nam je omogućilo da živimo u ekstremnim vremenskim uslovima. Kada bi Eskimi i crnci zamenili staništa, brzo bi se privikli na drugačije uslove, ali kada bi to često radili, počeli bi da obolevaju. Tokom zime ulazimo i izlazimo iz toplih prostora, i tako za jedan sekund promenimo toplotno okruženje za nekoliko desetina stepeni.

Sada nas tokom vrućina rashlađuju klima uređaji, ali smo zato preko leta bolesniji od predaka. Čovek jeste prilagodljiv, ali ne može da podnese krajnosti i zato svako treba da prilagodi uslove života okruženju u kojem živi.

Zlatna sredina je najbolja, ali je umerenost teško naći baš kao i zlato. Umerenost je vrednija od zlata, ali je zbog boljeg zdravlja moramo pronaći.

Većina ljudi obraća više pažnje na materijalne vrednosti nego na svoje telo. Bez prave potrebe se izdvaja puno novca za velike stambene prostore i stvari koje nas privremeno usreće, a kasnije samo smetaju. Malo je onih koji ulažu vreme i novac u održavanje zdravlja. Ljudi čekaju da se razbole, pa sa puno novca pokušavaju da vrate zdravlje, ali tada je kasno. Bolje je umeriti život prema stvarnim potrebama i uskladiti želje sa mogućnostima.

Zbog ubrzanog života ne stižemo da osluškujemo potrebe organizma. Treba uskladiti brzinu sa potrebama kako bismo zdraviji stigli do kraja života.

Umerenost je ključ kojim se otvaraju vrata boljeg zdravlja i srećnijeg života. Posle nameštanja prvog pršljena organizam lakše podnosi krajnosti, ali i dalje treba biti umeren.

U D O B N O S T

Od kada postoji ljudska vrsta, prati je težnja ka udobnosti. Danas se živi previše udobno i zato nam je organizam postao preosetljiv, a mi bolesniji od predaka.

Prijatno nam je da živimo i radimo u udobnim veštačkim uslovima, ali na taj način nanosimo štetu organizmu. Ne mogu nam pomoći osveživači vazduha kada živimo okruženi betonom i plastikom. To ne možemo promeniti, ali možemo nedeljom ići u prirodu i na taj način će se telo oporavljati. Bolje je tokom godine pedeset dana biti u prirodi nego dvadeset dana provesti u urbanom turističkom naselju.

Kubanci i Japanci su najzdraviji i najdugovečniji. Na Kubi i u Japanu ljudi žive skromno i pored razlike u ekonomskoj moći. Kubanci su prinuđeni da žive u manjim stambenim prostorima, a Japanci nisu, ali i oni žive skromno. Na Kubi je topla klima i to je jedan od razloga dobrog zdravlja, ali u Japanu je klima oštra. Ova dva naroda su primer da zdravlje i dugovečnost ne zavise

od novca i klimatskih uslova, pa bi zato i drugi narodi trebalo da se ugledaju na njih, bez obzira u kakvim uslovima žive.

Ljudskom organizmu najviše odgovara ležeći položaj, ali ne možemo stalno da ležimo. U stojećem stavu venski sistem je opterećen i zato sedimo, ali tako se krv slabije vraća iz vena nego kada ležimo. Zdravije je više puta prileći nego dugo sedeti.

Između jabuke i banane većina bira bananu, jer se lakše žvaće, a između voća i slatkiša većina bira slatkiše zato što su ukusniji. Svako ima pravo izbora, ali zbog ugađanja čulu ukusa većina bira ono što telu nanosi štetu. Prehrambena industrija zasniva posao na ljudskoj potrebi za prijatnošću, a na taj način se kratko zadovoljstvo pretvara u dugoročan problem.

Naši preci su živeli u toplim klimatskim uslovima i zato su mogli da spavaju na zemlji. Kada su se naselili u hladnija područja, počeli su da spavaju na drvenoj podlozi, koja je pružala toplotnu izolaciju. Zemlja i drvo su tvrdi, pa su zato poturali meke prostirke. Sada se spava na premekim dušecima, a to je loše po zdravlje.

U Japanu se većinom zadržalo tradicionalno spavanje na tvrdim podlogama. U zapadnom načinu života ljudi spavaju na mekim dušecima, pa ih zamenjuju još mekšim, ali im bude sve gore i na kraju preko skupog dušeka stave drvenu ploču i zato im se zdravlje poboljšava.

Vruće ili hladno okruženje nije prijatno, ali je lekovito zato što organizam postaje otporniji. Tokom zime odeća nas štiti od hladnoće, ali se ne treba previše oblačiti da se telo ne pregreje.

Za vreme vrućina klima uređajima se suviše hladi prostor, a to remeti zdravlje. Savremeni čovek preteranim ugađanjem sebi slabi imunitet i postaje sve bolesniji.

Ljudi su se oduvek drogirali, a to je sada postalo ozbiljan problem. Droge umanjuju predstavu o realnosti i na momente mogu da stvore utisak da je zdravlje dobro. Drogiranje je jedna vrsta ugađanja, ali to stanje traje kratko, pa se zato ponavlja. Posle nameštanja prvog pršljena kod većine ljudi se zavisnost od droge smanjuje, jer se zdravlje poboljšava i hormoni sreće normalno luče.

U nekim zemljama se bolovi legalno tretiraju medicinskim kanabisom. Ljudi bolove smanjuju i mekim foteljama i udobnim krevetima, ali se zbog te udobnosti telo još više krivi, pa bolovi postaju jači. Od bolova se telo naginje ka rupi koja se zove grob. Kada bi to naginjanje trajalo kratko bilo bi dobro, ali većina živi nagnuto nekoliko decenija mučeći se sa bolovima i oboljenjima.

Kažu da se od neke bolesti mora umreti, ali to nije tačno. Ljudi koji imaju namešten atlas neće umirati zbog bolesti, već od starosti. Naravno da život ima početak i kraj, ali je najvažnije da nas bolesti ne muče dok smo živi i da nam ne skraćuju život.

Dužina života je ograničena zato što regeneracija ima vek trajanja, a život prestaje kada telo prestane da se regeneriše.

R E G E N E R A C I J A

Od trenutka začeća počinje deoba jajne ćelije, a taj proces se nastavlja i traje čitavog života. Ćelije imaju životni vek, koji zavisi od vrste tkiva kojem pripadaju. Kada se završi životni ciklus ćelija, deobom živih ćelija se stvaraju nove, a to se naziva regeneracija.

Proces regeneracije počinje dok se fetus razvija u materici i traje sve dok smo živi. Organizam se obnavlja regeneracijom i to omogućava dugovečnost. Kada bi se regeneracija nesmetano odvijala, životni vek bi mogao da iznosi sto dvadeset godina, ali zbog izmeštenosti prvog pršljena veza mozga sa organizmom nije potpuna, pa se umanjuje mogućnost regeneracije i nastaju degenerativne promene. To je osnovni razlog zašto ne možemo živeti sto dvadeset godina.

Svake sekunde u nama umiru desetine hiljada ćelija, ali se istovremeno stvaraju nove. Proces regeneracije ima kraj i zato život ima rok trajanja.

Ćelije se deobom nekontrolisano množe i zbog toga mozak vrši kontrolu regeneracije. Na kraju puberteta se završava rast i tada u organizmu prosečno ima šest biliona ćelija. Od dvadesete godine života broj ćelija se smanjuje i već tada počinje starenje, a regeneracija se umanjuje iz decenije u deceniju.

Jedino prvi pršljen doživotno ima potpunu regeneraciju, jer je to najvažnije mesto u organizmu i zato se može nameštati i najstarijima. Zbog važnosti zgloba lobanje i prvog pršljena, to je poslednje mesto gde nastaje potpuno okoštavanje.

Posle nameštanja atlasa počinje bolja komunikacija mozga sa čitavim telom i poboljšava se cirkulacija krvi. Nervni signali iz mozga se nesmetano prostiru, a krv donosi materije za građu novih ćelija. Bolja komunikacija i cirkulacija omogućavaju bolju regeneraciju, pa se organizam oporavlja i zbog toga se dešavaju izlečenja koja se drugačije ne mogu ostvariti.

Bolja regeneracija poboljšava kvalitet kože, kose i noktiju. Ta spoljašnja poboljšanja se vide, a u telu se osećaju promene nabolje.

Kada je atlas nameštен, organizam se pravilno regeneriše, pa se zato većina planiranih operacija otkazuje. Ipak, ako se zakasnilo sa nameštanjem, tada oštećeni organ ne može da se regeneriše i mora se operisati. Operacija se lakše podnosi, a tkiva brže zarastaju, i zato je brži i oporavak.

Transplantacijom organa život se produžava, a neki organi mogu da se zamene aparatima, ali je bolje rešenje novo naučno otkriće o matičnim ćelijama zato što je najbolje da se organizam sam regeneriše. Na početku života imamo određenu količinu matičnih ćelija koje se, kada dođe vreme, aktiviraju na mestu gde je potrebna regeneracija. Tokom života smanjuje se broj matičnih ćelija i zato se u starosti gubi moć regeneracije.

Bebama se uzima deo matičnih ćelija, koje se čuvaju da bi se jednoga dana upotrebile za regeneraciju oštećenih organa. Zbog nameštenog atlasa i zbog korišćenja matičnih ćelija, ljudi će u budućnosti moći da žive dvesta godina.

Regeneracija nervnih i koštanih ćelija je dugotrajna i zato se kosti i nervni sistem najsporije regenerišu.

Svi organi se regenerišu, ali zadržavaju svoju veličinu. Jedino jetra može da se uveća, a to zavisi od toga koliko je organizmu potrebno da se čisti od štetnih materija.

J E T R A

Poglavlje o sadašnjosti sam započeo atlasom, ali je zbog uvećane jetre u prošlosti nastao najveći problem čovečanstva. Uvećana jetra je uzrok, a posledica je izmešten atlas. Ta jedna posledica je postala uzrok za previše posledica po zdravlje. Bolesti su mučile naše pretke, a i sada muče milijarde ljudi.

U organizmu su svi organi važni, ali je jetra izuzetno važna. Postoji izreka „Od jetre zavisi koliko je život vredan življenja“. Jetra je u engleskom i nemačkom jeziku dobila naziv po životu: LIVE – LIVER, LEBEN – LEBER.

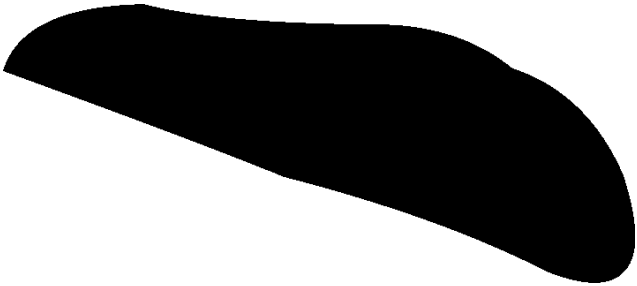
Jetra se uvećala kada je homo sapijens postao svaštojed. Sve što je novo ima dobre i loše strane. Veći izbor hrane je ljudima omogućio veće šanse za preživljavanje, ali je zdravlje postalo lošije i dodatno se pogoršalo zbog prejedanja, koje je u prošlosti bilo opravdano, jer hrane nije bilo dovoljno. Tako je

bilo u prošlosti, ali sada hrane ima dovoljno, pa je prejedanje postalo nepotrebno i još štetnije po zdravlje.

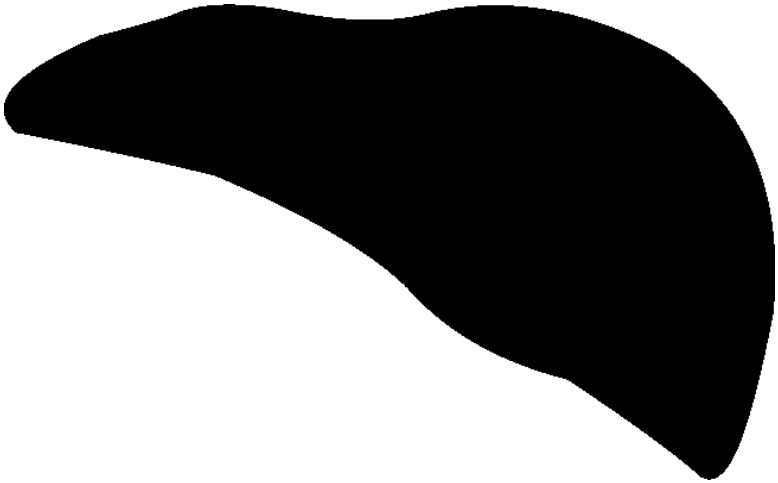
Jetra je u prošlosti bila manja, ali se u nekoliko prethodnih decenija dvostruko uvećala zbog hemijskih dodataka hrani. U prošlosti jetra nije imala zadatak da prečišćava takvu hemiju, pa se povećala i veličinom pokušava da se suprotstavi otrovima. Ni duplo uvećana jetra ne uspeva da očisti organizam, a štetne materije se skladište u telu, pa i zato postajemo sve gojazniji.

Zbog uvećane jetre, u prošlosti je poremećen raspored unutrašnjih organa, a u prethodnim decenijama je to još gore. Desni bubreg je još više spušten, a srce i desno plućno krilo još više podignuti. Uprkos naporima medicine, raste broj srčanih oboljenja i infarkta, ali i drugih oboljenja, jer jetra pritiska i ostale organe, a istovremeno organi pritiskaju jetru, pa ni ona ne može normalno da funkcioniše.

JETRA U PRAISTORIJI



JETRA U SADAŠNJOSTI



Kako bismo bili zdraviji, najbolje je da jedemo organsku hranu i da potiskujemo nagon za jelom, težeći ka umerenosti. Japansko uputstvo za ishranu glasi: „Nikad sit, nikad gladan.“

Vladama država bi bilo isplativije da prisile prehrambenu industriju da uzgaja organsku hranu, nego što izdvajaju toliko novca za lečenje stanovništva.

Jetra ne može da se izbori sa hemijom koju unosimo hranom i ne stiže da očisti telo, zbog toga što previše jedemo. Štetne materije se talože u organizmu i čekaju da ih jetra očisti, ali to se ne dešava, jer i dalje unosimo previše štetne hrane.

Da bi ćelije mogle da opstanu, međućelijski prostor treba da bude čist. Krv ćelijama donosi hranljive čestice, ali i odnosi produkte ćelijskog metabolizma. Pored toga, bela krvna zrnca čiste ostatke izumrlih ćelija i bioloških napadača.

Krv je čistač organizma, ali na kraju jetra čisti krv.

Bubrezima i pankreasu treba zahvaliti, jer po dnevnom rasporedu regulišu metabolizam, a jetri treba sedam puta više zahvaliti zato što po sedmičnom rasporedu čisti telo.

Nervi za jetru se prostiru između četvrtog i osmog pršljena grudnog dela kičme i prolaze pored rebara. Jetra se nalazi na desnoj strani, a većina ljudi spava na toj strani, pa zato pritisak rebara smanjuje nervne signale. Jetra najviše radi tokom noći, ali ne može normalno da obavlja svoju funkciju, jer su signali prignječeni.

Degenerativne promene u organizmu nastaju od taloženja toksičnih materija. Promene se vide na šakama i rukama, ali postoje i u telu. Po koži se pojavljuju fleke koje se nazivaju staračke pege, ali poneko ni u dubokoj starosti nema fleke, a ponekom se pojave u tridesetim godinama. To se dešava zbog razlike u izmeštenosti atlasa i zbog različite ishrane.

Posle nameštanja atlasa kičma dobija pravilniji oblik i propušta signale ka jetri. Zbog toga se jetra bolje regeneriše i lakše prečišćava organizam, pa se pege smanjuju ili nestaju. Fleke na licu se takođe smanjuju ili nestaju.

Velika koncentracija štetnih materija oštećuje jetru i zato ona mora i može brzo da se regeneriše. U zavisnosti od vrste i količine hrane, jetra može da se povećava ili smanjuje. Ako jetra može da se smanji kod jednog čoveka, onda je moguće da se genetski smanji i čovečanstvu, a na taj način bi se otklonio početni uzrok zdravstvenih problema. Jetra bi mogla za dve generacije da se smanji, pa bi se smanjila i fetusu, a atlas se više ne bi formirao tako izmešten.

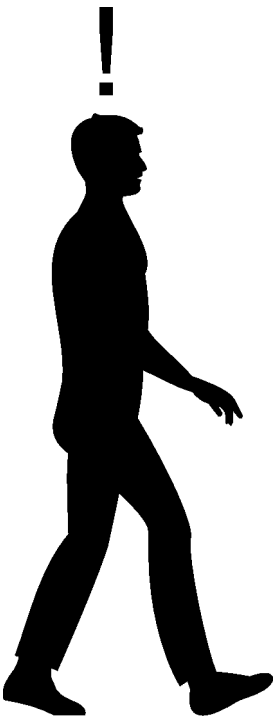
„Glup kao guska“, kaže narod. Guske previše hrane da bi im povećali težinu, pa im se jetra uvećava i postaje opasno masna. Zbog toga bi guske obolele, ali to se ne dešava zato što ih pojedemo. Nas ne goje da bi nas prodali i pojeli, ali je sve više gojaznih. Nagon za jelom i čulo ukusa su najveći neprijatelji života i nalaze se u nama, a ne na nekom ratištu.

Sami smo krivi za stanje u koje je čovečanstvo zapalo, a prehrambena industrija je samo iskoristila ljudske slabosti. Njen profit se zasniva na ugađanju potrebi za prejedanjem i uživanjem u hrani. Najbolje rešenje je da se vratimo na pravilnu ishranu, a to je – jedna namirnica u jednom obroku. U davnim vremenima ljudi su se tako hranili zato što su pronalazili jednu po jednu namirnicu, a mi danas uživamo u obilju hrane raznih ukusa i ne možemo da se suzdržimo. Životinje su zdravije od nas, jer im atlas nije izmešten i zato što jedu jednu po jednu namirnicu.

Nemoguće je prigušiti čulo ukusa i suzbiti nagon za jelom, pa je zato jedino rešenje da se sadašnjim generacijama što pre namesti prvi pršljen. To je ogroman zadatak, ali će biti lakše da se atlas namesti kod sedam milijardi ljudi nego da se vratimo na pravilnu ishranu. Posle nameštanja prvog pršljena varenje se poboljšava i zbog toga jetra počinje bolje da funkcioniše i da čisti zagađeni organizam.

P R E P O R O D masaža potiljka omogućava da se zdravlje poboljša ne samo sadašnjim nego i svim budućim generacijama.

Problem čovečanstva je nastao u davnoj prošlosti, pa zato sada i mi ispaštamo. Otkriće o nameštanju atlasa konačno može uskladiti prošlost i sadašnjost zbog bolje budućnosti.



B U D U Ć N O S T

Zbog grešaka koje smo počinili, do sada smo se menjali nagore, a od sada ćemo se, zbog nameštanja atlasa, menjati nabolje.

Mi smo jedina od nekoliko miliona vrsta koja može svesno uticati na svoj razvoj, ali ako sada pogrešimo, ispaštaćemo i mi i naše potomstvo.

Svesnost o nameštanju atlasa može i mora poboljšati ljudski rod u budućnosti.

M A Š T A

Mašta pokreće ljude, ali nije dovoljno samo maštati, nego zamišljeno treba i ostvariti. Zahvaljujući otkriću o nameštanju atlasa, bolje zdravlje konačno može postati realnost za sve ljude, ali nažalost, to nije u interesu mnogih industrija, pa će se teško ostvariti.

U budućnosti niko nije bio, i zato je nemoguće znati kako će se jednoga dana živeti. Većina ljudi mašta o vlastitoj boljoj budućnosti, poneko mašta o boljoj budućnosti ljudskog roda, a ima i onih koji ne maštaju nego planiraju kako će drugi živeti. Problem je što kreatori planiraju zbog sopstvenih interesa, a ne da bi drugima bilo dobro. U prošlosti su pojedinci kreirali sadašnjost, a sada njihovi naslednici uživaju u privilegijama i planiraju da tako bude i njihovoj deci.

Izgleda da je teško maštati o svetu u kojem svi dobijaju i, što je još važnije, niko ne gubi. Za sada prehrambena industrija dobija, a ljudi više obolevaju zbog hemijske pripreme hrane. Medicinska industrija se bavi lečenjem, ali joj nije u interesu da izleči većinu ljudi. U farmaceutskoj industriji postoji izreka „Izlečen pacijent je izgubljen potrošač".

Teško je živeti u svetu u kojem oni što treba da vode brigu o ljudskom zdravlju brinu o svojim interesima, a za sada se čini da je nemoguće živeti u humanijem svetu. Pokušaji ostvarenja boljeg društvenog uređenja su sprečeni od raznih industrija. Ti pokušaji su proglašeni utopijama, ali utopija je već postojala u prvobitnoj zajednici, a ako je nekada postojala, može ponovo da se ostvari.

Ne želimo i ne moramo živeti u prvobitnoj zajednici, ali kada namestimo atlas možemo živeti zdravije i duže. Sa boljim zdravljem i sa više krvi u mozgu postaćemo svesniji, pa nećemo zavisiti od raznih industrija.

Možete li zamisliti život bez bolova, bolesti, patnje, lečenja, operacija, kvarenja zuba, naočara, ćelavosti, bez bora po licu i

svih ostalih zdravstvenih i estetskih problema? Zamislite svet u kojem će ljudi živeti zdravo i srećno sto dvadeset godina.

Neko će se zapitati šta raditi i zašto živeti toliko dugo, ali ako pusti mašti na volju poželeće da živi i dvesta godina. U prvih sto godina ljudi bi mogli da ispune većinu svojih želja, a kasnije bi mogli da žive i uživaju na drugim mestima ove prelepe planete. Tako bi u jednom životu proživeli nekoliko sadašnjih života.

Kreatori budućnosti ne treba da brinu, jer će zdravi ljudi biti produktivniji i neće biti bolovanja. Poneko će želeti da radi doživotno, a radiće se i zbog zarade i zbog zadovoljstva.

U budućnosti će biti dovoljno vremena za lični i porodični život, ali i za zabavu i hobije. Nije potreban vremeplov da bi se shvatilo da život bez oboljenja omogućava zadovoljstvo, sreću i uživanje.

A S T R O L O G I J A

Ova knjiga je zasnovana na činjenicama i možda će se neko upitati kakve veze sa temom knjige ima astrologija. Svaki atom u organizmu je iz ovog Sunčevog sistema i zato sve može uticati na naš život. Najveći uticaj ima Sunce, a da nema Meseca život ne bi mogao postojati u ovom obliku. Mi smo minijaturni, ali ostale planete utiču na nas preko planete na kojoj živimo.

U čitavom univerzumu sve istovremeno međusobno utiče jedno na drugo. Mi smo mali, ali je razvoj misli doveo do toga da možemo menjati putanje asteroida, a u budućnosti ćemo moći da menjamo i putanje planeta. Naši potomci će približiti Mars Suncu i tako će čovečanstvo dobiti još jedan dom.

Reč „astrologija" nastala je spajanjem dve reči – „astra" i „logos", a to znači – nauka o zvezdama. Sada većina ljudi smatra da je filozofija nauka iz koje su nastale sve ostale, ali astrologija je prva nauka, iz koje je nastala i filozofija.

Pračovek je gledao u zvezde i tako je razvijao misaone procese koji su začeli filozofiju. Astrologija se i sada razvija, ali ni sada nije priznata kao nauka.

Vreme menja sve, pa i odnos prema nauci. U zavisnosti od interesa, neke nauke se potiskuju, a neke se iskorišćavaju. Zbog interesa se prave greške u oba slučaja, ali se s vremenom greške ispravljaju. Tako će biti i sa astrologijom, a za sada se u nekim zemljama izučava na fakultetu.

Astrologija je smetala raznim religijama, a većina religija je nastala iz astrologije. Ni raznim naukama nije odgovarala, a i one vode poreklo od astrologije. Danas je astronomija priznata nauka o kosmosu, ali i ta nauka je nastala iz astrologije. Nije ni prvi ni poslednji put da zbog interesa budemo nezahvalni tim prvim misliocima, a da oni nisu postojali ne bi bilo ni njihovih naslednika koji su nas za sada uzdigli do Meseca, a u budućnosti će nas uzdići i do drugih planeta.

Religijama ne odgovara astrologija zbog toga što se bavi predviđanjem budućnosti. Naročito bi žene želele da znaju šta će se desiti u budućnosti, a muškarci su realniji. U većini religija su sveštenici muškarci, pa su astrologija i religija u sukobu zbog različitih ženskih i muških interesa.

Astrologija objašnjava pojave, događaje, prirodne cikluse, mogućnosti i predodređenosti. Zbog svega ovoga astrologiju ni ne treba koristiti za predviđanja, već za razumevanje zbog čega se šta dešava. Civilizacija Maja se bavila astrologijom i znali su da će im doći kraj, ali nisu znali zašto. Stotine španskih vojnika nisu mogli da ubiju desetine miliona domorodaca, već virusi i bakterije koje su sa sobom doneli u Ameriku.

Hiljadama godina su Kinezi i Indijci znali koja oboljenja pripadaju pojedinim astrološkim znacima, a savremena nauka je to statistički potvrdila. Najčešće su bolesni ljudi iz znaka Škorpije, ali i najlakše ozdrave zbog toga što imaju izuzetnu moć regeneracije. Nije slučajno što u medicinskoj profesiji ima najviše onih koji su rođeni u znaku Škorpije.

Ere pojedinih znakova traju dve hiljade godina. Završava se era Ribe, a sledećih dve hiljade godina trajaće era Vodolije. Pred kraj ere Ribe vođena su dva svetska rata, a gore od toga je što je u dvadesetom veku došlo do velikog zagađenja prirode. Prelazi iz ere u eru su dramatični i traju sto četrdeset godina, a mi živimo u tom vremenu.

Nema boljih i gorih astroloških znakova, pa zato nema ni dobrih i loših era, već svaka sa sobom nosi prednosti i mane. Era Ribe je omogućila manipulacije i zbog toga je većina bila iskorišćena od strane manjine. Prirodni zakoni kosmosa streme ka stanju jednakosti i zato će tokom ere Vodolije biti manje eksploatacije među ljudima.

Element znaka Vodolije je u stratosferi. Nije slučajno što su ljudi počeli da lete u kosmos na početku prelaza u Vodoliju. Nameštanje prvog pršljena konačno omogućava da gravitacija ne krivi ljude i zato možemo uspravljeni i zdravi krenuti ka drugim planetama.

Astrologija nagoveštava mogućnosti – koje ljudska volja može da promeni. Izmešteni atlas otežava dotok krvi u mozak, pa je tako i kod onih koji odlučuju kako će drugi živeti.

Atlas treba da nameste svi na svetu, ali je možda najbolje da ga najpre nameste političari i kreatori naše stvarnosti, pa će imati više krvi u mozgu i donosiće bolje odluke. Voljom onih koji odlučuju i uz pomoć ere Vodolije, ljudski rod će konačno biti oslobođen od problema sa zdravljem i od eksploatacije.

U univerzumu postoje periodi sličnosti, ali nikada ništa nije isto. Ljudi se hiljadama godina bave atlasom i konačno se planete i zvezde postavljaju u položaj koji će omogućiti bolju budućnost ljudskog roda.

Došlo je vreme da se najstarijoj nauci, astrologiji, i ostalim naukama, pridruži najmlađa nauka – atlasologija.

A T L A S O L O G I J A

Atlas je najmanji od svih pršljenova i po veličini pripada manjim kostima. U ljudskom telu ima dvesta šest kostiju, a u kičmi se nalaze dvadeset četiri. Izgleda neverovatno da se, od toliko kostiju, pravi nauka o samo jednoj kosti, ali zbog značaja za život i ljudsko zdravlje, postoji izuzetna potreba da se stvori nauka o atlasu.

Predlažem da se osnuje nauka ATLASOLOGIJA. Ova knjiga i teorija o prenatalnom izmeštanju atlasa su početak te nauke. Već postoji dosta nauka, a ubrzano se stvaraju nove. Neke od nauka su važne, a neke manje važne, ali zbog značaja za život atlasologija će postati jedna od najvažnijih.

Morfološka studija koju je uradio dr Rajner Zajbel je osnov za atlasologiju, ali je potrebno da i drugi medicinski stručnjaci naprave naučne radove i kliničke studije o bolestima pre i posle nameštanja atlasa. Ti radovi bi doprineli da se P R E P O R O D masaža potiljka što pre primeni kako bi čovečanstvo najzad počelo da živi zdravije.

Ljudi su hiljadama godina pokušavali da nameste atlas. Najčešće su sami sebi masirali potiljak i ne znajući da tako u stvari pokušavaju da nameste atlas, a pojedinci su tražili način kako da drugima vrate atlas na mesto. U prošlosti nije postojao naziv za tu delatnost, iako je to jedna od najstarijih ljudskih aktivnosti. Tokom dvadesetog veka nastalo je nekoliko naziva, ali nijedan nije postao poznat.

Atlas se može namestiti samo P R E P O R O D masažom potiljka, pa zbog toga ta profesija treba da dobije naziv, kako bismo se razlikovali od onih koji ga nekontrolisano pomeraju. Odgovarajući naziv je ATLASOLOG, a to zvanje se dobija kada se završi obuka. Postati atlasolog je izuzetna čast i privilegija, ali i velika odgovornost. Atlasolog je sada nepoznato zanimanje, a to će uskoro postati najpoštovanija i jedna od najplemenitijih profesija, jer pomažemo ljudima u onome što im je najvažnije. Ima i medicinski obrazovanih atlasologa, ali mi se ne bavimo lečenjem, pa zato nismo ni lekari ni nadrilekari. Ipak, kod nas dolaze i lekari i nadrilekari da im namestimo atlas.

Sve je manje poverenja u institucije i sisteme koji treba da omoguće bolji život pojedincu i društvu. U nauku se još uvek veruje, i to je dodatni razlog da se što pre ustanovi nauka o atlasu. Na taj način će se javnost upoznati zbog čega nastaju problemi sa zdravljem, a još je važnije da se sazna da postoji rešenje za poteškoće i oboljenja.

Da bi se atlasologija razvijala, medicinski stručnjaci treba da prave naučne studije, i tako će neki od njih postati slavni. Atlasologija će poboljšati ljudsko zdravlje i medicinsku nauku, a s vremenom će postati najvažnija oblast medicine, zato što je nameštanje atlasa najbolja preventiva. Pored toga, atlasologija treba da ispravi greške anatomije, nauke o ljudskom telu.

Kada se sve to dogodi, biću zahvalan svima koji su uzdigli atlasologiju, a već sam srećan što sam pokrenuo te procese.

P R O C E S I

Ono što je u prošlosti izgledalo nemoguće, sada je moguće, a ono što sada izgleda nemoguće, u budućnosti će moći da se ostvari. Da bi se nešto ostvarilo potrebni su procesi koji će to omogućiti. Na primer, pre dvesta godina nismo mogli leteti, a sada avionima svakodnevno leti nekoliko miliona ljudi. Nama izgleda da je nemoguće živeti bez bolesti, ali za dvesta godina bolesti više neće postojati.

Buduće generacije će živeti zdravo i neće shvatati kakve smo mi to bolesti imali. Dobro zdravlje budućeg čovečanstva će biti moguće zbog nameštanja atlasa, prirodnih načina lečenja, proizvodnje organske hrane, korišćenja matičnih ćelija i daljeg razvoja medicinske nauke.

Osnovni uzrok oboljenja se otklanja nameštanjem atlasa, a to je najbrži način da ljudi konačno postanu zdraviji. Za sve je potrebno vreme, ali u ovom slučaju je naročito važno da što pre počne bolja budućnost.

Mnoga otkrića nisu ni lako ni brzo prihvaćena. Potreba za boljim zdravljem je sada veća nego ikada, i zbog toga je nužno da se otkriće o nameštanju atlasa što brže realizuje, ali da bi se to dogodilo potrebno je nekoliko paralelnih procesa.

Pre svega je potrebno da ljudi čuju za ovo otkriće, a kada se dobra vest razglasi, biće problem što još nemamo dovoljno atlasologa. Ovo znanje može brzo da se prenosi, ali je potrebno neko vreme za proces obuke novih atlasologa.

Postoje desetine načina nameštanja atlasa. Da bi se došlo do najboljih rešenja poželjna je konkurencija, pa je tako i u ovom slučaju. Atlas može da se namesti jedino P R E P O R O D masažom potiljka, ali trebaće vremena da to medicina dokaže. Samo atlasolog može da namesti prvi pršljen, pa je izuzetno važno da proces dokazivanja traje što kraće, jer se drugim načinima atlas izmešta i ljudi postaju bolesniji.

U medicinskoj i farmaceutskoj industriji sada je zaposleno desetine miliona ljudi. Još desetine miliona radi u industrijama koje proizvode aparate i pomagala za te industrije, a ljudi koji rade u svim tim industrijama od zarade odgajaju još desetine miliona dece. Sa nameštenim atlasom biće sve manje bolesnih ljudi i zato će te industrije u budućnosti imati sve manje posla. Potrebno je vreme da sadašnje generacije medicinskih radnika pronađu drugi posao, a to je još jedan razlog što će proces nameštanja atlasa svim ljudima na svetu trajati decenijama.

To sada izgleda nemoguće, ali je neophodno, da bi se u budućnosti živelo bez bolesti. Oni koji imaju želju da studiraju medicinu verovatno neće imati dovoljno posla i zato je bolje da razmišljaju o nekom drugom zanimanju, a najbolje je da završe obuku za atlasologa, jer će tako zaista pomoći ljudima da žive zdravije.

Profesori medicine studentima stvaraju iluziju da su „mali bogovi" jer drže ljudske živote u rukama. Kada se mladim ljudima tako nešto „usadi" u glavu, to nije dobro za njih. Lekari se kroz život osećaju kao nadljudi i ne mogu ostvariti ljudski kontakt sa pacijentima.

Deluje neverovatno da je čak devedeset sedam procenata operacija nepotrebno i štetno po ljudsko zdravlje, ali to je činjenica koju su objavili oni medicinski stručnjaci koji su napustili svoj posao. Milioni hirurga su naporno studirali i

rade ono što su naučili, ali to nije opravdanje da nepotrebnim operacijama pacijentima pogoršavaju zdravlje.

Kada većina ljudi namesti prvi pršljen, živeće se zdravije i biće manje povreda, zbog bolje koncentracije i orijentacije. Ipak, medicina će i dalje biti potrebna, ali manje nego sada. Povrede tkiva će operisati hirurzi, a lomove kostiju će lečiti ortopedi.

Zbog raznih oboljenja medicina se sada bavi lečenjima, a u budućnosti će se baviti održavanjem zdravlja. I ljudi sa nameštenim atlasom su ugroženi od virusa, bakterija i parazita, pa će i ubuduće biti potrebe da se zaraze sprečavaju i leče. Stanje organizma će se proveravati laboratorijskim nalazima, a u institutima će se obavljati istraživanja da bi se medicina i dalje razvijala. Sada je preventiva zapostavljena, a u budućnosti će medicinski radnici obučavati ljude kako da žive zdravije.

Dok se svi ti procesi budu odvijali, milijarde ljudi će se mučiti sa bolovima i oboljenjima. Sada postoji rešenje za njih, a neophodni procesi ne smeju dugo da traju.

Zaposleni u medicinskoj industriji ne treba da brinu za svoju budućnost, jer će proces nameštanja atlasa svim ljudima na svetu trajati nekoliko decenija i za to vreme većina će otići u penziju, a nove generacije onih koji bi želeli da se zaposle u medicini radiće u drugim industrijama.

Sa nameštenim atlasom ljudi su zdraviji, pa imaju više potreba od onih koji su bolesni. Stvaraće se drugačija tržišta i otvarati stotine miliona radnih mesta za nove tehnologije i za proizvodnju organske hrane. Zbog boljeg zdravlja ljudi će želeti da se bave putovanjima i hobijima, pa će se u industrijama zabave i turizma zapošljavati sve više radnika.

Zbog veće produktivnosti privreda i ekonomija će biti u usponu, a zbog boljeg zdravlja ljudi će voleti da rade. Poneko će svojevoljno produžiti radni vek i zato će penzioni fond biti rasterećeniji, a zbog retkih bolovanja i zdravstveni fond će biti manje opterećen. Zbog bolje ekonomije i boljeg zdravlja, države će izdvajati manje sredstava za socijalni i zdravstveni fond.

Da bi nešto ušlo u modu potreban je proces, ali modni trend ima rok trajanja, pa zatim nešto drugo postaje moderno. Moda je prolazna, ali P R E P O R O D masaža potiljka neće izaći iz mode dok svi ne nameste atlas.

Posle nameštanja atlasa ljudi žele brzo da ozdrave, ali kod bolesnijih je proces izlečenja sporiji, pa treba da budu strpljivi. Proces nastanka bolesti je trajao nekoliko godina ili decenija, a

posle nameštanja atlasa proces nestanka bolesti je znatno kraći i kod većine traje nekoliko meseci.

Da bi se bilo koji proces ostvario potrebno je vreme.

V R E M E

Nije moguće vratiti vreme i ispraviti grešku koja je nastala u prošlosti zbog izmeštanja atlasa, ali sada je konačno možemo ispraviti zbog bolje budućnosti.

Živimo u vremenima u kojima smo opčinjeni tehnološkim napretkom i novim naučnim otkrićima, ali ljudi će u budućnosti shvatiti da su neke Nobelove nagrade bile pogrešne i da su nam pojedina otkrića nanela štetu. Vreme je najbolji sudija, pa će se jednoga dana saznati da su najveću štetu nanela neka otkrića iz hemijske nauke.

U prošlosti se dešavalo da pojedina otkrića nisu na vreme shvaćena, a to se dogodilo i sa otkrićem o izmeštenosti atlasa koje je ostvario Danijel Palmer. Isto se dogodilo i sa otkrićem o nameštanju atlasa koje je osmislio Rene Šimperli. Ta otkrića su ključna za ljudsku vrstu, pa bi Nobelova nagrada bila mala za ovu dvojicu genijalnih ljudi. Trebalo bi da je Nobelova nagrada najznačajnija, ali je zbog raznih interesa ponekad dospevala u pogrešne ruke.

Palmer i Šimperli nisu pripadali zvaničnoj nauci, ali su ostvarili najveća otkrića. Da bi se ispravila nepravda prema njima, predlažem da se osnuje Nagrada PALMER–ŠIMPERLI, a tu nagradu bi dobijali naučnici čija otkrića zaista doprinose čovečanstvu.

Civilizacija Maja se nije bavila naukom, ali je najpreciznije merila vreme. Njihovo otkriće je da postoje epohe koje traju po dvadeset šest hiljada godina. Pogrešno tumačenje majanskog kalendara je najavilo kraj sveta 2012. godine, koji se, naravno, nije dogodio, nego je to zapravo bio kraj jedne i početak druge epohe.

Imao sam sreću i čast da budem među četiri stotine ljudi na planeti koje je obučio Rene Šimperli, ali sam ubrzo shvatio da njegovo rešenje nije konačno. Tokom 2012. godine nastojao sam da poboljšam metod koji je Šimperli pronašao, a u junu 2013. godine najzad sam otkrio pravi način nameštanja atlasa. Sasvim je moguće da će ovo otkriće doneti ljudskom rodu

prekretnicu koju su Maje najavile, i ako bude tako, vreme će zaista moći da se računa po njihovom kalendaru.

U sledećoj epohi ljudi će živeti bez oboljenja i vreme će sigurno pokazati da je P R E P O R O D masaža potiljka epohalno otkriće.

Degradacija naše vrste događa se u nekoliko prethodnih generacija. Otkriće o nameštanju atlasa dešava se u minut do dvanaest, odnosno u minut do ponoći, ali još nije kasno. Vreme je jedan od faktora od kojih zavisi kada će se atlas svima namestiti.

Nekada je postojalo samo prirodno lečenje, a razvoj nauke je stvorio savremenu medicinu. Zbog interesa je tradicionalna medicina proglašena alternativnom i zastarelom, a u stvari je savremena medicina alternativa prirodnoj medicini. Nekada su lečenja bila besplatna, ali to ne odgovara savremenoj medicini koja je postala jedan od najvećih biznisa.

Naučna medicina pravi greške, a najveća greška je što nisu iskorišćena iskustva u lečenjima koja postoje hiljadama godina. Kada je atlas namešten, zdravlje se poboljšava, ali i dalje smo podložni infekcijama. Ipak, zbog nameštenog atlasa imunitet je bolji i organizam se lakše leči, a uz pomoć medicine će moći još brže da se izleči. Ako se u budućnosti objedine prirodna i naučna medicina, lečenja će biti znatno uspešnija.

Na početku dvadeset prvog veka prirodna lečenja ponovo ulaze u modu, ali ni to se ne dešava slučajno. Zbog ekonomskih interesa taj proces pokreće savremena medicina, ali ga strogo kontroliše.

Nameštanje atlasa nije lečenje, i zato ne može pripadati ni zvaničnoj ni alternativnoj medicini. Ipak, ovo otkriće mora da se realizuje zato što ne postoji drugi način da se čovečanstvo oslobodi većine oboljenja. Nameštanje atlasa nije zamena ni za prirodnu ni za savremenu medicinu, ali ima neuporedivo bolje rezultate – zbog toga što otklanja uzrok oboljenja.

Svi ljudi na svetu imaju izmešten prvi pršljen, pa zato svi imaju isti problem bez obzira koje su rase. Nameštanje atlasa je svim ljudima na svetu najvažniji projekat, a da bi se ostvario, čovečanstvo treba da se ujedini bez obzira na razlike u verskim ili političkim ubeđenjima.

Ako se to ne dogodi ljudi će biti sve bolesniji, a životni vek će se skraćivati i pored toga što se medicina sve brže razvija. Iako nije važno koliko će čovek živeti, već da stalno bude zdrav, bilo bi najbolje kada bi svim ljudima biološki sat mogao da radi 120 godina.

Vreme traje jednako za sve, ali svima drugačije otkucava biološki sat. Svi ljudi u potiljku imaju živu tempiranu bombu, koja kuca brže ili sporije, u zavisnosti od toga koliko je atlas izmešten.

Kod jednog od deset hiljada ljudi prvi pršljen se nalazi na dobrom mestu, a to se poklapa sa dužinom života jednog od deset hiljada ljudi koji živi preko sto godina.

Sadašnjem čovečanstvu bi bilo bolje da za što kraće vreme svi nameste atlas, a jedan od razloga što će trebati više vremena je – strah.

S T R A H

Dve najjače emocije su strah i ljubav.

Strah za život i briga o potomstvu postoje i kod životinja, ali su najviše izraženi u ljudskoj vrsti.

Od životinja nas razlikuje ljubav prema sebi i drugima, a i samoljublje i ljubav služe svrsi produženja vrste. Od druge godine devojčicama počinje da se luči estrogen, koji im razvija potrebu da brinu o drugima, a kada postanu majke da brinu o potomstvu. Dečacima se više luči testosteron, koji pojačava agresivnost i seksualnu želju. Produžetak vrste je osnovna životna potreba, a u ljudskoj vrsti se razvija od detinjstva.

Briga o potomstvu, seksualnost i agresivnost su u funkciji produženja vrste i zaštite porodice. Zaljubljenost postoji samo kod naše vrste, a glavna svrha tog prijatnog stanja je stvaranje potomstva.

Kod naših predaka je ljubav prema potomstvu bila veća nego sada. Nekada je bilo nezamislivo da neko drugi vaspitava i odgaja decu, a sada je to normalna pojava. Porodični odnosi su pogoršani, pa su zbog nedostatka ljubavi deca nesrećna i podložna bolestima. Samo se ljubav ne može kupiti, a roditelji plaćaju da im neko čuva decu. Kada deca odrastu, plaćaju da im neko čuva roditelje i da se brine o njihovom zdravlju.

Da bi dete postalo čovek, potrebno je čitavo selo. Sada se većinom živi u gradovima, ali je tokom odrastanja ograničena komunikacija dece sa okolinom, iako su okružena sa puno ljudi. Deca retko viđaju svoje babe i dede, pa je tako ograničena čak i međugeneracijska komunikacija.

Ljubav je korisna sve dok je umerena, zato što bi previše ili premalo ljubavi nanosilo štetu drugima. Zbog samoljublja

sadašnjih generacija prirodni resursi se koriste kao da smo poslednji ljudi na svetu i kao da budućim generacijama neće trebati vazduh, voda, zemljište i nafta.

U prošlosti je strah od gladi stvorio najveći problem našoj vrsti, a taj strah postoji i danas, pa se prejedamo i pored toga što hrane ima dovoljno. Životinje žive instinktivno i ne jedu više nego što im je potrebno. I u našoj vrsti postoje instinkti, ali su kombinovani sa onim što su nas roditelji naučili u detinjstvu. Strah od gladi je instinktivan, a pomalo gladovanja je u stvari lekovito i zbog toga bi majke morale da uče decu da manje jedu. Treba imati strah od prejedanja, a ne od gladi. Zdraviji su oni koji manje jedu, a najduže žive ljudi koji jedu niskokaloričnu hranu.

Strah od bolesti je veći nego strah od smrti. Ljudi nemaju strah od smrti, jer shvataju da su rađanje i umiranje prirodni procesi. U starosti je strah od bolesti opravdan zato što potomci treba da brinu o svojoj deci, a ne o bolesnim roditeljima.

Optimizam i pesimizam su ljudske osobine. Optimizam je sastavni deo mladosti, a pesimizam je više izražen u starosti. Sadašnje generacije mladih su veći pesimisti i pored toga što imaju bolje uslove od prethodnih generacija. U srednjem dobu viđamo starije kako se muče sa oboljenjima i zato optimisti postaju pesimisti. Tokom pete decenije zdravlje se pogoršava i polagano postaje sve lošije. U budućnosti će zbog nameštenog atlasa ljudi živeti zdravije čitavog života, pa će i u starosti biti optimisti.

Naši preci nisu bili ni pesimisti ni optimisti, već su živeli jednostavno, u skladu sa prirodom. I oni su imali strah za život zato što su bili izloženi surovim uslovima, ali nisu bili zabrinuti za opstanak. Sada živimo u još surovijim uslovima i sa razlogom smo sve zabrinutiji. Mi smo zagadili staništa i mi moramo da ih očistimo da bi buduće generacije imale gde da žive.

Strah od novog i nepoznatog je opravdan, i zato je najbolje da se upoznamo sa onim čega se plašimo kako bismo procenili da li opasnost zaista postoji. Svrha ove knjige je upoznavanje sa P R E P O R O D masažom potiljka, ali je najbolje doći kod atlasologa i uveriti se da nema razloga za strah od nameštanja prvog pršljena.

Područje potiljka je osetljivo i zato svi imaju urođeni ili stečeni strah za taj deo tela. Medicinari imaju još veći strah, koji su stekli dok su učili šta se nalazi na tom mestu. Lekari se plaše za svoj potiljak i za potiljke pacijenata, pa ih šalju na snimanja i

kod raznih specijalista, ali ni oni na kraju ne znaju kako da reaguju i nemaju hrabrosti da bilo šta preduzmu.

Na medicinskom fakultetu se uči o atlasu, ali to su samo osnovne informacije iz anatomije. Rendgenologe uglavnom ne uče kako se snima prvi pršljen. Poneko ume da napravi snimke iz tri pozicije i na tim snimcima se mogu videti izmeštanja, ali ni rendgenolozi ni drugi lekari ne vide u odnosu na šta je atlas pomeren i kakav to uticaj ima na zdravlje.

Lekari ponekad traže snimke prvog pršljena, ukoliko je pacijent u komatoznom stanju. Tada se samo konstatuje stanje i vrat se imobiliše, ali se atlas ne dotiče. Stanje kome nastaje zbog previše izmeštenog atlasa koji smanjuje nervne signale i protok krvi kroz mozak. Zato tim ljudima treba što pre namestiti atlas, pa će se pojedini brzo povratiti iz kome.

Izlišan je strah od nameštanja atlasa P R E P O R O D masažom potiljka, zbog toga što ne postoji ni najmanji rizik. Ljudi ne treba da se plaše nameštanja, nego treba da imaju strah zato što im je atlas izmešten. Nemoguće je da se bilo kome dogodi bilo šta loše, a posle nameštanja atlasa najzad počinje bolji život.

Potiljak se nalazi ispod dna lobanje i to je tanak pojas između glave i vrata. U sredini potiljka se nalazi najopasnije mesto na telu. Samo koža i tetiva štite prvi mozak, i zato svi treba da čuvaju potiljak od oštrih predmeta koji bi mogli da probiju kožu. Zbog osetljivosti potiljka frizere obučavaju da budu pažljivi sa makazama da nekome ne bi ugrozili život.

Nameštanje atlasa P R E P O R O D masažom potiljka potpuno je bezopasno i bezbedno. Masaža se obavlja pomoću specijalnog masažera koji ima gumicu u obliku vrha prsta, a kontakt na koži se ostvaruje tom gumicom. Hiljadama godina ljudi su pokušavali da sebi ili drugima nameste atlas, ali nisu uspevali zato što se prstima ne može postići tako veliki broj sitnih udaraca. Atlas se može namestiti samo masažerom koji vibrira i pravi sitne udarce.

Potiljak se masira na desnoj i levoj strani, jer se tu nalaze ligamenti. Masaža se ne vrši na najopasnijem mestu zato što se tu ne nalaze ligamenati, a ne zato što je opasno. Ni kada bi se masiralo na tom mestu ne postoji mogućnost ozlede, jer je vrh gumice zaobljen tako da ne može da prodre u kožu ni delić milimetra.

Zbog izmeštenosti atlas gnječi kičmenu moždinu i ostale nervne puteve. Pomoću P R E P O R O D masaže potiljka atlas se polako vraća na mesto i od tada prestaje da pritiska nerve i

kičmenu moždinu. Atlasolozi su jedini koji odvajaju atlas od kičmene moždine. Masaža se obavlja u području potiljka gde nema nervnih puteva, pa je to još jedan od razloga što nema opasnosti od nameštanja.

Tokom masaže se ne vrši pritisak na atlas, ali i kada bi se pritisnuo, ne postoji mogućnost da se povredi, zbog toga što je kost atlasa čvrsta.

Na mestu masaže se nalazi vertebrala koja dovodi krv u donji mozak, ali se na nju ne vrši pritisak. Tokom masaže su pritisnuti koža, kratki mišići i ligamenti, ali vertebrala nije pritisnuta, pa zbog toga krv nesmetano teče.

Laži i prevare su sastavni deo ljudske prirode. Lukavstvo i prevare postoje i kod životinja, ali ih je naša vrsta usavršila. Prevare su uvek postojale, ali su sada veće nego ikada, jer se preko sredstava informisanja manipuliše čitavim narodima.

P R E P O R O D masaža potiljka je jedna od retkih pojava koje nisu prevare. Odmah posle tretmana skoro svi osećaju da im se atlas nalazi na dobrom mestu u odnosu na lobanju i vilicu. Osim toga, mogu više da okrenu glavu u stranu, a najvažnije je da većina odmah oseća razna olakšanja. S vremenom poteškoće i oboljenja nestaju i zbog toga su ljudi iz godine u godinu sve zdraviji i sigurniji da nisu prevareni, i da je nameštanje atlasa najvažniji događaj u životu.

Strah može biti koristan, ali može biti i štetan – u slučaju kada smo uplašeni pogrešnim informacijama. Nedoumica je kome se može verovati kada prave informacije nemaju ni oni koji bi trebalo da znaju nešto o atlasu.

Nažalost, zbog stečenog straha i strepnje u vezi sa prvim pršljenom, mnogi lekari, uglavnom iz neznanja, plaše pacijente i odvraćaju ih od nameštanja. Najčešće ih upozore da pored atlasa prolaze dvadeset četiri nerva i da to može biti veoma opasno. Znamo da se pored atlasa prostiru najvažniji nervni putevi, ali je neverovatno da lekari ne znaju da su ljudi bolesni baš zato što izmešten atlas smanjuje nervne signale.

Hiljadama godina postoje nameštanja kostiju, zglobova i kičme radi smanjenja bolova i otklanjanja raznih poteškoća. Ta nameštanja su većini pomogla, ali su ponekom donela još više problema. Ljudi su pomalo uplašeni i zato što upoređuju nameštanje atlasa sa nameštanjem kičme, ali to nema sličnosti. Tokom masaže potiljka ne izvode se trzaji, niti ikakvi nagli pokreti glave i ne gura se kost atlasa.

Postoje razni načini nameštanja delova tela, a zavise od talenta i osećaja onih koji nameštaju. Hiropraktika je postala

deo medicine, ali nameštanja i dalje zavise od veštine i iskustva hiropraktičara, pa zbog toga ne postoje standardne procedure, ali postoji izreka – koliko je na svetu hiropratičara, toliko je i vrsta hiropraktike.

Slično je i sa nameštačima atlasa. Postoje desetine načina nameštanja i, u zavisnosti od veštine nameštača, postoje hiljade različitih nekontrolisanih tretmana, pa se dešava da poneko padne u nesvest ili povraća. Te neprijatnosti će proći, ali će se zbog još više izmeštenog atlasa zdravlje pogoršati, i zato treba imati strah od kojekakvih nameštanja.

Nameštanje atlasa P R E P O R O D masažom potiljka je kontrolisano i ne zavisi od toga kako i koliko je atlas izmešten, pa je moj savet da vam samo atlasolog namešta atlas. Naravno da ovo izgleda kao reklama, ali je činjenica da, posle pokušaja drugim načinima nameštanja, konačno atlasolog vraća atlas na tačno anatomsko mesto.

Fobija je stanje straha koje prelazi u stanje panike kada atlas dodatno smanji dotok krvi u mozak. Izmeštenost atlasa je uzrok većine fobija, a jedino rešenje je da se atlas namesti.

Strahovi i stanja panike uglavnom nastaju zbog pomeranja atlasa koji je već izmešten. To se može desiti i u krevetu, kada se glava nasloni na jastuk, jer i tada atlas dodatno smanjuje protok krvi kroz mozak i nervne signale. Zbog toga ljudi traže medicinsku pomoć, ali ni lekari ne znaju tačno šta može biti uzrok takvih stanja.

Postoje stotine vrsta strahova, a strah od bolesti je najveći. Medicinski biznis je zasnovan na najvećem strahu. Potreba za boljim zdravljem je sve veća, a industrija lečenja je to dobro iskoristila. Lekari često postavljaju pogrešne dijagnoze, pa zbog straha od bolesti i pogrešnih lečenja postajemo još bolesniji.

Zastrašivanje i manipulacija lakše uspevaju kada se radi o pojedincu nego o grupi ljudi. Medicinska tajna čuva se sa izgovorom da su oboljenja lična stvar pacijenta.

Većina ljudi ima slična oboljenja i poteškoće, pa se zato nameštanja atlasa izvode pred grupom ljudi i tako se postiže potpuna javnost. Prijateljsko raspoloženje i opuštenost čine masažu prijatnim iskustvom.

Nameštanje atlasa nije lečenje, a za masažu nisu potrebni specijalni uslovi i zato su nameštanja javna. Ljudi su manje uplašeni kada su u grupi, a ako neko želi da tokom masaže bude sam, mi mu to omogućimo.

Starije žene gledaju nadole dok hodaju, jer se plaše da ne padnu i polome kuk, ali tako više opterećuju donji deo kičme i

dobijaju jače bolove. Kroz život treba ići uspravno, a pogled treba da bude usmeren pravo napred, jer se tako manje pada. Sa nameštenim atlasom telo se ispravlja, a padova ima manje zato što se u prvom mozgu oslobađaju centri za orijentaciju i koncentraciju.

Iz prvog i iz malog mozga izdaju se komande mišićima, a sa nameštenim atlasom ta komunikacija je bolja, pa se manje pada i manje je povreda. Prvi put možemo ići hrabro kroz život.

Većina ljudi živi u gradovima i zavisi od dobavljača svega što služi životnim potrebama. Život u gradovima izgleda lakši nego u selima, ali u gradu je veliki problem zavisnost od raznih sistema, koja stvara osećaj nemoći i straha. Kako bismo imali novca za namirnice i ostale potrebe, moramo da budemo stalno zaposleni, i zato postoji strah od gubitka radnog mesta.

Pokretačka snaga savremenog čovečanstva je nafta. Ona je naročito značajna za poljoprivredu, zato što se od nje prave pesticidi. Opravdan je strah od potpunog nestanka nafte, jer bez pesticida ne bi moglo da se proizvede dovoljno hrane.

Snalažljivost i hrabrost su odlike naše vrste. Strah izaziva potrebu da se otkloni uzrok straha i da se pronađe rešenje. Ljudski rod je hiljadama godina pokušavao da otkloni uzrok oboljenja i konačno je pronađeno trajno rešenje.

U prošlosti su predviđanja kraja sveta izazivala masovne strahove, ali svet i dalje traje. Sada postoji mogućnost da zbog nestanka nafte nestane uobičajeni način života, ali ni to neće biti kraj sveta. Pojedinci se pripremaju, ali se na zlo spremaju i bogatije države. Izgrađeni su podzemni gradovi sa rezervama vode i hrane, ali je problem što neće moći svi državljani tu da se smeste i zato se prave spiskovi ljudi za opstanak.

To su privremena rešenja, pa je bolje da se organizujemo na drugačiji, prirodniji način. Stotine hiljada ljudi i dalje žive u skladu sa prirodom, tako da nisu zavisni od proizvođača hrane. Krajnje je vreme da se ugledamo na njih.

Ljudi koji žive u urbanim sredinama mogli bi da kupe malo imanje u okolini grada, pa da subotom i nedeljom sami uzgajaju namirnice. Na taj način bi dobijali hranu koja nije zagađena i ne bi imali strah od budućnosti. Ljudi su opstali u prirodi i zato ne bi bilo strašno ako bismo opet tako živeli.

Čovečanstvo bi trebalo da iz generacije u generaciju živi sve bolje, ali savremeni naraštaji žive sve gore zato što se sve više odvajaju od prirode. Mi imamo utisak da živimo bolje od predaka, ali to je samo utisak, a realnost je sasvim drugačija – ne može biti bolje ako smo sve bolesniji. Sve više karcinoma

nastaje zbog hemijskih zagađenja, ali i zbog raznih strahova. Ajkule su jedine životinje koje nemaju strah, pa zbog toga ne obolevaju od karcinoma.

Strah izaziva i pojačava bolesti, a pozitivne misli deluju lekovito.

S I S T E M I

Ljudska vrsta se razvijala zahvaljujući zajedničkom životu u plemenskoj zajednici. Prva pravila organizacije su nastala zbog usklađivanja potreba pojedinaca sa potrebama zajednice. Cilj sistemskog organizovanja je dobrobit pojedinca i društva, ali se to pretvorilo u korist onih koji odlučuju.

S vremenom su jednostavna prvobitna pravila prerasla u zakone, koji sve više ograničavaju ljudske želje, volju i slobodu, a preterivanje sa pravilima je stvorilo komplikovane zakone, koji su postali sopstvena suprotnost. Pravni sistem bi trebalo da omogući lakši život za većinu, ali u realnosti štiti interese raznih grupacija i sistema.

U prethodnom veku su profesionalna udruženja prerasla u moćne sisteme – elektroenergetski, saobraćajni, vodovodni, ekonomski, bankarski, politički... Sistemi su postali moćni, pa nama sada izgleda kao da je nemoguće živeti bez njih.

Sistemi stvaraju monopole od kojih ljudi postaju zavisni i gube slobodu. Najveću korist od sistema imaju oni koji kreiraju naš svet i njime upravljaju, pa zato neće dozvoliti da se sistemi ukinu bez obzira što većini nanose štetu.

Svaki sistem ima specifičnosti, pa je tako i sa medicinom. Zbog toga što se bavi zdravljem, medicina bi trebalo da bude najhumanija ali, nažalost, sve više postaje biznis. Poverenje u zdravstveni sistem prerasta u ogorčenje, i zbog toga se ljudi vraćaju prirodnim načinima lečenja.

Ipak, i prirodna i savremena medicina se bave lečenjem, pa je najbolje sprečiti nastanak oboljenja da ne bi bilo potrebe za lečenjem. U ljudskoj naravi je težnja da se otkloni postojeće loše stanje i da se ne prepusti sudbini i sistemima. Hiljadama godina ljudi su pokušavali da otklone uzrok oboljenja, ali nisu bili svesni da to rade.

Konačno je pronađen uzrok većine poteškoća i oboljenja, a još je važnije što je otkriveno kako da se on efikasno otkloni. Čovečanstvo je hiljadama godina čekalo otkriće o nameštanju

atlasa i najzad dočekalo. Sada postoji rešenje kako da svi ljudi žive zdravije i to mora kad-tad da se dogodi, bez obzira što će se time smanjiti potreba za medicinskim sistemom.

Konflikt sa medicinom ne treba da postoji, već je potrebna saradnja da bi ljudi brže ozdravljali. Nameštanje prvog pršljena nije lečenje, i zbog toga ne može biti u sukobu sa interesima medicinskog sistema.

I N T E R E S I

Postoje lični interesi i državni interesi. Pojedinci žele da zadovolje lične interese, a državne institucije štite društvene interese, pa zato postoji sukob interesa.

Ustav i zakoni bi trebalo da omoguće najbolje uslove za život stanovništva, ali to u realnosti nije moguće zbog toga što se menjaju životne okolnosti i zato se postojeći zakoni menjaju ili se donose novi. U zavisnosti od okolnosti, svaka država ima sopstveni način kako da poboljša život i zdravlje stanovništva.

U Japanu postoji Zakon o gojaznosti, i to je jedina država koja ima takav zakon. Naučnim istraživanjima je utvrđeno da su gojazni ljudi bolesniji, i zato je potrebno da država izdvaja puno novca za njihovo lečenje. U Japanu su iscrpljeni prirodni resursi, pa zato japanska vlada mora pažljivije da raspolaže državnim novcem. Zakon o gojaznosti je jedan od razloga što su Japanci najzdraviji, a bez obzira na interes medicinske industrije, Japan je jedna od bogatijih država. Zanimljivo je da se protiv tog zakona nije izjasnila nijedna organizacija za zaštitu ljudskih prava.

Američka vlada zastupa ljudska prava, a njihovi građani su najgojazniji i među bolesnije nacije, i pored toga što imaju najbolju medicinsku industriju. Amerikanci sve više odlaze na Kubu da se leče, jer je tamo lečenje jeftinije, a uz to je kubanska medicina uspešnija od američke.

Kada je Kuba ostala bez inostrane pomoći, kubanska vlada je bila prinuđena da se snalazi, a tako je bilo i sa medicinom. Kubanci su se vraćali tradicionalnim lečenjima, pa su stvorili kombinaciju prirodne i naučne medicine, i to je dalo izuzetne rezultate. Kuba je i dalje među siromašnijim državama, ali ono što je loše ponekad može biti dobro za nešto drugo. Ljudi na Kubi nemaju puno novca, pa zato nemaju višak kilograma.

Svako doba donosi promene, na koje reaguju pojedinci, ali i državna rukovodstva. Pojedinci brže od državnih institucija reaguju na nova otkrića, pa je takav slučaj i sa nameštanjem atlasa. Državne vlasti imaju moć, ali su ograničene postojećim ustavom i sistemima, i zbog toga usporeno reaguju. Promene najpre zahvataju stanovništvo, a državne institucije ih kasnije prihvataju. Ako je zdravlje najvažnije, onda je najviši državni interes da se atlas namesti svim građanima. Odmah.

Kada god se dešavaju promene, neko dobija, a neko gubi. Zbog poboljšanja zdravlja, nameštanje atlasa je retka pojava kojom svi dobijaju. S vremenom će se smanjivati potrebe za lečenjem, pa će se smanjiti i broj zaposlenih u medicinskoj industriji, i zato državne vlasti treba da naprave procenu šta dobijaju a šta gube. Zaposleni u medicini plaćaju porez, ali država izdvaja više novca za lečenje građana nego što dobija od tog poreza.

Sada su vakcinacije regulisane zakonima, a bilo bi dobro da uskoro bude uvedena zakonska obaveza da se bebama i deci namešta atlas. Na taj način će se zdravstveni fond rasteretiti, a višak novca će moći da se upotrebi u obrazovne svrhe.

Samoživost je deo ljudske prirode i to je normalno, ali je u savremenom društvu samoživost previše izražena. Svi žive kao da su njihovi interesi najvažniji. Posle nameštanja atlasa ljudi postaju zdraviji i humaniji, pa pričaju drugima o ovom otkriću. Sumnjičavi polagano počinju da veruju da nije reč o nekakvoj prevari, već se stvarno može jednostavnim tretmanom zadobiti zdravlje. I lekari posle nameštanja počinju da žive zdravije, ali zbog ličnih interesa ne obaveštavaju uvek pacijente da postoji rešenje za njihova oboljenja.

Od nastanka života nekoliko puta je bio ugrožen opstanak živog sveta, a zbog kataklizmi je dolazilo do istrebljenja vrsta. Ljudska vrsta je najveća katastrofa po biljni i životinjski svet. Ne mogu interesi naše vrste biti veći od interesa neke druge vrste, ali mi se ponašamo kao da je planeta samo naša.

U prirodi je sve međuzavisno. Uništavajući druge vrste, mi smanjujemo mogućnost opstanka i naše vrste. Brzina nestanka vrsta je neverovatna. Svakoga dana nestane po nekoliko vrsta. Insekti, biljke i životinje podržavaju jedni druge. Pčele postoje stotinama miliona godina, a sada su ugrožene zbog pesticida. Pčele su ključna bića za opstanak života, a kada bi nestale uskoro bi nestalo i voća, koje je najvažnija hrana za ptice i sisare, pa i za ljude.

Prinosi industrijskih biljaka su povećani zbog toga što se pesticidima uništavaju insekti, ali se na taj način truje zemljište, a preko namirnica se toksikuje i ljudsko telo. Kvalitet zemlje je sve lošiji, ali za sada ne postoji rešenje ovog problema.

Pre dva veka je na planeti živelo milijardu ljudi, a sada ih je sedam milijardi. Naglo povećanje broja ljudi bilo je moguće zbog izobilja hrane, odnosno interesa i profita prehrambene industrije. Zbog brzih promena nastaju greške i loše posledice. Veštačko đubrivo i mehanizacija omogućili su da se od malih investicija dobijaju veliki prinosi životnih namirnica, ali je zbog toga zemljište zagađeno, a ljudi su sve bolesniji.

Oni koji planiraju budućnost misle da je jedino rešenje za oporavak zemljišta da se smanji broj ljudi na pola milijarde, pa bi se tako tokom sledeća dva veka planeta pročistila od zagađenja. Brže rešenje za čišćenje zemljišta je zasađivanje konoplje, koja je u stanju da za tri godine potpuno neutrališe hemijsko zagađenje. Tako bi na svake tri godine moglo da se očisti po deset odsto obradive zemlje, a celokupno zemljište planete za trideset godina.

Na našoj planeti može da živi dvadeset milijardi ljudi, pod uslovom da se namirnice organski proizvode i da ih ljudi sami odgajaju. To je bolji plan, ali nije u interesu prehrambene industrije.

Planeri i kreatori zbog svojih interesa nameću ljudima proizvode koji im ne trebaju. Različite potrebe postoje zbog drugačijih životnih okolnosti ili zbog razlika u podneblju.

Nekome nije potreban kaput, automobil, pozorište, kafa, cipele ili nešto drugo, ali je zbog boljeg zdravlja nameštanje atlasa svima potrebno.

Potreba za nameštenim atlasom je jedinstvena pojava zato što je atlas izmešten kod svih sedam milijardi ljudi. Za svakog pojedinca i za čitav ljudski rod je najvažniji interes da što pre svi dobiju namešten atlas.

O T P O R

Ljudi su kroz istoriju prihvatali bolja rešenja od postojećih i to je omogućilo razvoj čovečanstva. Radoznalost i obazrivost su osobine koje doprinose razvoju naše vrste, ali se zbog straha od promena ponekad pruža otpor novim pojavama.

Te osobine poseduju i sadašnje generacije, ali ljudi su sada još obazriviji zato što žive u vremenu kada ima previše prevara. Zbog toga je više onih koji žele da zadrže postojeće stanje, a manje onih koji žele da probaju nešto novo. Samo izgleda da smo otvoreni za promene, ali u realnosti nismo, jer se plašimo. Postoje lični otpori prema novim pojavama, a postoji i otpor usled uticaja okoline. Kada veruju da je postojeće stanje dobro, ljudi imaju lični otpor prema svemu novom, ali se otpor stvara i zbog uticaja onih koji nemaju dovoljno znanja.

Kao što se dešava sa ostalim novim pojavama, tako se dešava i sa P R E P O R O D masažom potiljka, ali će se zbog brojnih pozitivnih posledica to ubrzo promeniti. Jedan od razloga za nevericu je što se događaju iznenađujuća izlečenja koja se graniče sa čudom, a ljudi u čuda ne veruju.

Pre nameštanja atlasa mnogi su se podvrgavali raznim lečenjima koja su komplikovana i skupa, a ipak nisu osetili poboljšanje zdravlja.

Posle nameštanja atlasa oboljenja nestaju, a masaža je kratkotrajna i jednostavna. Sve to izgleda nemoguće, ali kada se shvati da je bolje otkloniti uzrok bolesti nego se lečiti, onda se čuda čine moguća.

Otpor prema nameštanju atlasa javlja se i zbog postojećih pogrešnih znanja. Ima dosta ljudi koji veruju medicinskoj nauci, ali, nažalost, to su nepotpuna i netačna znanja.

Skepticizam je korisna osobina – ako nije previše izražen i ako nije zasnovan na pogrešnim informacijama.

Nažalost, medicinskoj industriji nije u interesu da ljudi žive zdravije, i moguće je da će pružati otpor i sprečavati ljude da nameste atlas. Spontane promene postoje svugde u prirodi, pa se to dešava i sa ljudskim spoznajama. Veštačko zadržavanje prevaziđenih dogmi može samo usporiti proces kojim će se svim ljudima poboljšati zdravlje.

Medicina može usporiti dobrobit čovečanstva, ali je ne može sprečiti. Bilo bi bolje kada se medicinska industrija ne bi suprotstavila toj dobrobiti, jer je već nanela previše štete.

Buduće čovečanstvo će shvatiti kako je sadašnjoj nauci nedostajalo znanje o atlasu i ljudi će oprostiti fatalne greške koje su nastale zbog pogrešnih lečenja, ali ako bi medicina sprečila otkriće o nameštanju atlasa, napravila bi neoprostiv greh.

V I Z I J A

Uvek su postojali vizionari koji su menjali živote drugih ljudi i uticali na razvoj čovečanstva. Neki od njih su zbog koristi pogoršali život svojih savremenika, a neki su iz dobrih namera poboljšali uslove za život budućih generacija.

Kada su Evropljani otkrili Ameriku imali su viziju kako da stvore novi svet, ali su zbog koristi pogoršali život domorodaca koji su do tada živeli u skladu sa prirodom. U dvadesetom veku su pokušali da nametnu svoje interese i čitavom svetu, ali su u tome samo delimično uspeli. Stvaranje novog sveta ne može da se dogodi kada jedni gube, a drugi dobijaju. Bolji svet je moguće stvoriti samo ako se usaglase interesi svih naroda.

Tokom devetnaestog veka Velika Britanija je zahvatala četvrtinu kopna planete. Za to vreme je Japan, takođe ostrvska zemlja, zaostajao u razvoju, iako je postojao više hiljada godina. Zbog toga su Japanci odlazili u Britaniju na školovanje, pa su počeli da kopiraju Britance, ali su zadržali svoj tradicionalni način života.

Tokom dvadesetog veka Japanci su pokušali da osvoje četvrti deo planete, ali nisu uspeli. Za to vreme je prestala i britanska dominacija u kolonijama, a sada Britanci i Japanci žive dobro i bez eksploatacije drugih naroda. Japan ima brz ekonomski rast, a Japanci su zdravi i dugovečni, pa bi sada Britanci mogli da se ugledaju na japanski način života.

Zbog planova vizionara iz devetnaestog veka stradalo je previše ljudi u dvadesetom veku. Vizije i planovi su za većinu štetni, a ljudi žive loše dok ne shvate da su iskorišćeni. I sada smo žrtve kreatora koji su planirali da nas iskoriste da bi oni i njihovi potomci živeli dobro.

Kada su naučnici otkrili televiziju, nisu znali da će kreatori pomoću nje manipulisati ljudima. Kao da to nije dovoljno, sada nas preko interneta još lakše ubeđuju da nam je dobro ono što nanosi štetu. Televizijom se nameću tuđe vizije, i zato je bolje isključiti televizor i svojom vizijom poboljšati život.

Zbog interesa kreatora ljudi žive sve bolesnije, a bolji život nije moguć dokle god se planira da manjina dobija na nesreći većine. Robovlasnički sistem ukinut, a ipak je suština ostala ista. Mašine i roboti olakšavaju fizički rad, a ljudi ih kontrolišu i tako postaju deo mehanizacije. Nažalost, nismo svesni da se robovski sistem pretvorio u robotski način života.

Roditelji moraju da zarađuju kako bi mogli da odgajaju decu, ali zbog ubrzanog tempa života ne stižu da se posvete porodici. Vizionari su ljudima obećali bolji život, ali je sve više mrzovoljnosti, zabrinutosti, straha i nedostatka ljubavi i sreće. Naravno, kreatori su želeli srećniji život za sebe, ali ni oni nisu srećni, jer se novcem ne može kupiti najvažnije – ljubav.

Još uvek postoje plemena u kojima su svi zadovoljni bez obzira na skromne uslove života, jer je za sreću dovoljno da se ljudi druže i da žive u slozi. U gradovima je velika koncentracija stanovništva, ali su ljudi usamljeni i bezvoljni, a na selu se živi bolje zbog kontakta sa ljudima i prirodom.

Kada se namirnice uzgajaju organski, ljudski organizam i životna sredina se manje toksikuju, a smanjuje se i zavisnost od industrijske hrane. Sa dobrom hranom, vodom i vazduhom na planeti može da živi dvadeset milijardi zdravih, dugovečnih i radosnih ljudi, a sa nameštenim atlasom čitavog života može da se radi bez bolova i bolesti.

Ovo je najbolja vizija, koja se može lako zamisliti, ali da bi se ostvarila potrebno je nekoliko decenija. Atlas ne može brzo da se namesti svim ljudima na svetu, a još će biti teže da se prehrambena industrija odrekne profita.

I najbolji planovi mogu postati zabluda ako nisu zasnovani na činjenicama. Jedna od činjenica je da kada otac i majka imaju nameštен atlas mogu dobiti decu kojima se prvi pršljen nalazi na dobrom mestu. Posle nekoliko hiljada generacija konačno je moguće da se atlas ponovo formira na anatomskom mestu.

Trudnicama je zbog nameštenog atlasa bolji metabolizam, ali i pored toga žene tokom trudnoće treba da jedu hranu koja nije zagađena. Tako će i fetus dobijati kvalitetnu hranu, pa mu jetra neće biti uvećana i neće spavati desnom stranom prema planeti. To su uslovi koji omogućavaju da se atlas formira na dobrom mestu.

Postoji mogućnost da se tokom porođaja bebama atlas izmesti, pa zato treba odmah posle porođaja uhvatiti bebu za noge i jednim trzajem joj ispraviti telo i vratiti atlas na bolje mesto. Na taj način će bebe biti zdrave, a tokom prohodavanja manje će padati i brže će prohodati. Dok su deca zdrava atlas im je na mestu, a ako počnu da obolevaju to je znak da su izmestili atlas. Roditelji ne vide sve padove ili udarce dece u detinjstvu, pa čim primete da dete počne da oboleva treba da ga dovedu na nameštanje atlasa.

Ova knjiga svojom vizijom više pripada budućnosti, a ljudi uvek mogu izabrati da žive bolje i u sadašnjosti. Najbolje je ne

uticati na izbor, već ga samo podstaći pravim informacijama. Očekujem da će P R E P O R O D masaža potiljka biti pravi izbor zato što poboljšava život sadašnjim i budućim generacijama.

Sada više nego ikada možemo uticati na razvoj naše vrste, ali možemo i ugroziti sopstveni opstanak. Ugrađivanje novih tehnoloških izuma u ljudski organizam može stvoriti novu vrstu „homo-tehno-sapijens", a na taj način bi nestao čovek kakav sada postoji. Od kada postoji živi svet, prvi put bi jedna vrsta uništila samu sebe.

Bolje rešenje je da svi nameste atlas, i tako ne bi bilo potrebe da se delovi tela zamenjuju veštačkim napravama.

Poznato je da je pre sto hiljada godina postojalo devet vrsta homonida. Danas postoji samo homo sapijens, a neke od ostalih vrsta smo mi istrebili. Te druge vrste smo nazvali po lokalitetima gde su pronađeni njihovi ostaci, a sebi smo dali naziv SAPIJENS – što znači RAZUMAN. Mozak se našoj vrsti najbrže uvećao, ali zbog pogubnog delovanja na ostale biljne i životinjske vrste, naziv RAZUMAN je neodgovarajući.

U sadašnjosti postajemo opasnost i po nas same. Od trenutka začeća, pa do kraja života, postajemo žrtve raznih industrijskih grupacija. Prehrambena i medicinska industrija su nas dovele u situaciju da će u bliskoj budućnosti svaki drugi čovek umirati od karcinoma.

Medicina lakše manipuliše pojedincem, pa je doprinela rasturanju porodičnog načina života, a država se ponaša kao da su naša deca njeno vlasništvo. Zakoni koji štite decu od roditelja su neprirodni i nehumani.

U budućnosti bi zdrav homo sapijens mogao na prirodan način da poboljša samog sebe. I u prošlosti i sada pojedini ljudi ne jedu hranu niti piju vodu. Takve ljude nazivaju breterijanci, zato što energiju za život i regeneraciju dobijaju iz vazduha i okruženja. Ako pojedinci mogu tako da žive, verovatno bi mogli i svi ostali. Na taj način bismo se oslobodili hrane, a biljke i životinje više ne bismo držali u ropskom odnosu.

Zbog koristi neprekidno istrebljujemo biljne i životinjske vrste u prethodnih pedeset hiljada godina, a danas se to dešava ubrzano. Čovek koji je duboko toga svestan, stidi se što pripada vrsti homo sapijensa. Mi se nalazimo na vrhu lanca ishrane, i ako bismo, makar i u nekoj daljoj i boljoj budućnosti uspeli da se oslobodimo potrebe za jelom, prestali bismo da budemo gori i od životinja.

Homo erektus je omogućio nastanak homo sapijensa, a prvi ljudi koji ne koriste hranu omogućiće da se uzdignemo do nove vrste koja bi se mogla nazvati „homo humanus".

Ljudi manje-više imaju viziju kako da žive bolje, ali ne znaju kako da i svi ostali žive bolje. Imam viziju kako da živim dobro, ali znam kako i svi ljudi na svetu mogu da žive zdravo i srećno. Otkriće o nameštanju atlasa ostvario sam zahvaljujući otkrićima do kojih su došli Palmer i Šimperli, pa sam svestan da najveće otkriće čovečanstva nije samo moje. Još je važnije da shvatam da ovo otkriće pripada čitavom ljudskom rodu i zato pa ću početi da obrazujem ljude kako se namešta atlas, a to će svima omogućiti da žive zdravije.

0 B R A Z O V A N J E

Zbog izuzetne potrebe za boljim zdravljem najvažnije je da se obrazuje što više novih atlasologa.

Uvek su postojali iscelitelji ili lekari koji su mogli uspešno da leče, ali nisu mogli svoja znanja lako da prenose drugima, pa je zato ograničen broj ljudi koje su izlečili.

Atlas je potrebno namestiti svim ljudima na svetu, i zbog toga treba obučiti nekoliko desetina hiljada atlasologa. Srećom, znanje P R E P O R O D masaže potiljka se može lako i brzo prenositi drugima. Nisam, naravno, u stanju da obučim tako veliki broj ljudi, i zbog toga ću na početku obučiti jedan broj polaznika, a oni će posle obučavati nove kandidate, pa se tako za deset godina može obrazovati deset hiljada atlasologa.

Znanje o nameštanju atlasa je najdragocenije za ljudski rod i to je razlog što ćemo sa posebnom pažnjom birati koga obučavamo. Na obuku se mogu prijaviti svi koji veruju da mogu postati dobri atlasolozi, bez obzira da li su medicinski obrazovani. Postupak nameštanja atlasa moguće je brzo i lako savladati, ali je neophodno imati i osnovna znanja o ljudskom organizmu i oboljenjima.

Za nameštanje atlasa nije potrebna posebna veština i zato skoro svako to može da nauči. Najvažnije je da kandidati imaju želju da pomažu ljudima i da imaju humane osobine, a ne da im zarada bude osnovni motiv.

Lekari imaju različite pristupe lečenju istih bolesti, bez obzira na slično medicinsko obrazovanje, a kada atlasolozi

završe obuku, svi jednako nameštaju atlas, pa je zato nevažno koji će atlasolog vršiti masažu.

Ova knjiga je udžbenik za nove atlasologe, ali pomoću knjige nije moguće naučiti kako se namešta atlas. Da su knjige dovoljne, ne bi postojali učitelji i profesori. Poneko pokušava da shvati kako se namešta prvi pršljen dok gleda video snimak ili tokom tretmana, ali tako nije moguće naučiti već se na obuci mora direktno pokazati kako se atlas namešta. To je još jedna zaštita ovog otkrića od zloupotrebe.

Postoje ljudi koji zbog koristi žele da ukradu ovo znanje i u tome će delimično uspeti, ali neće znati kako se atlas namešta. Danas se lakše nego ikada prave lažne diplome, pa zato mi nećemo davati diplome o završenoj obuci. Da bi se pouzdano znalo ko je atlasolog, tretmani će moći da se izvode samo u prostorijama na kojima piše P R E P O R O D, a adrese mogu da se pronađu na našem sajtu www.preporod.org i na raznim oglasnim materijalima.

Obrazovanje novih atlasologa je izuzetno značajno, ali je još važnije da se stanovništvo upozna sa prednostima koje se stiču kada je atlas namešten. Živimo u vremenu prevara, a ciljevi se postižu raznim reklamama. Nameštanje atlasa nije prevara i zbog toga se uglavnom ne reklamiramo, već se kroz obrazovne kampanje oglašavamo i pomoću njih upoznajemo stanovništvo sa P R E P O R O D masažom potiljka.

Kompletan proces nameštanja atlasa traje godinu dana, a kod nas se za to vreme dolazi četiri puta. Kada je konačno na svom mestu, atlas ne može više da se izmesti, ali ima težnju da se pomalo vraća unazad. Moguće je i da se od jakog udarca u glavu malo pomeri, i zato je potrebno da se zadržava na mestu sa po jednim pritiskom na levoj i desnoj strani potiljka. Da bi atlas čitavog života ostao na dobrom mestu potrebno je jednom godišnje ponoviti te pritiske.

U budućnosti će atlasolozi besplatno obučiti milione ljudi kako da jedni drugima tokom života zadržavaju atlas na mestu i to će raditi masažerom čija će cena za većinu biti pristupačna.

„Humano“ i „humanitarno“ ne znače isto. Humanitarne organizacije besplatno pomažu ljudima, a postoje i humane profesije. Atlasolozi su humani, ali nisu humanitarni. Bave se najhumanijim poslom, ali svoju uslugu naplaćiju, jer od toga žive i pokrivaju troškove udruženja u kojem su aktivni.

Nameštanje atlasa je neprocenjivo, a cena je za većinu ljudi pristupačna. Zdravlje nema cenu, ali se tokom života za lečenja i održavanje zdravlja izdvajaju velike svote novca. Kada je atlas

namešten zdravlje se poboljšava, pa više nema potrebe da se plaćaju lečenja i lekovi, a uštеđeni novac se troši na lepše stvari.

Potreba za novim atlasolozima je velika, i zato pozivam sve ljude koji žele da se bave ovim plemenitim poslom da dođu na besplatnu obuku, ali pozivam i one koji se bave raznim načinima nameštanja prvog pršljena da ih konačno naučim. Tokom čitanja knjige shvatili su gde greše, ali čitanjem nisu mogli naučiti kako da greške otklone.

Ako je knjiga doprinela da poželite da namestite atlas, onda je ispunila svrhu, a mene ispunjava srećom zbog vašeg budućeg zdravijeg života.

Jedino nameštanjem atlasa čovečanstvo može da se za dve generacije trajno oslobodi bolova, oboljenja i patnje.

Svestan sam da ovo otkriće pripada ljudskom rodu, i zbog toga ću učiniti sve da ljudi saznaju kako mogu živeti zdravije i uživati u životu.

ŽELIM VAM PUNO USPEHA I RADOSTI
U PREPOROĐENOM ŽIVOTU

P O G O V O R

Ova knjiga dijagnostikuje stanje ljudskog roda i predlaže terapiju – nameštanje atlasa.

Nastojao sam da pišem što kraće, kako vas veličina knjige ne bi odvratila od čitanja, a time i od želje da namestite atlas. Nadam se da ste vi, koji ste pročitali knjigu, nagrađeni novim saznanjima.

Ponešto u knjizi izgleda previše smelo za sadašnjost, ali bez hrabrosti nema napretka. Predstavio sam nova znanja, koja će poboljšati budućnost ljudskog roda, a na svakome je da se odluči za nameštanje atlasa i da na taj način poboljša vlastitu budućnost.

Nikola Tesla je živeo u vreme kada su nastale industrije zbog kojih se danas uglavnom živi bolje, ali u ponečemu i gore. Savremenicima je izgledalo kao da Tesla dolazi iz budućnosti, pa nisu razumeli njegovu poruku da se ne treba lečiti hemijom već fizikom. Atlas se namešta vibracijom, a to je jednostavna fizika koja omogućava da ljudi žive neuporedivo zdravije.

U budućnosti će medicinski stručnjaci braniti doktorate i raditi naučna istraživanja zasnovana na mojim otkrićima, pa će verovatno osećati zahvalnost kakvu ja danas osećam prema svima koji su doprineli da dođem do novih spoznaja dragocenih za ljudski rod.

Neki od vas su već na početku knjige shvatili da moraju da nameste atlas, a možda ima i onih koji do kraja nisu osetili takvu potrebu. Nikoga ne nagovaram da dođe na tretman, jer svako svojom voljom treba da odluči, a bolje je da to bude pre nego što bolovi i bolesti poodmaknu.

Tokom prethodne dve godine uživao sam u pisanju knjige i to će mi nedostajati, ali sam jedva čekao da je završim kako bih, pored obrazovanja novih atlasologa, pokrenuo projekte koji će svima olakšati život i doprineti još boljem zdravlju. Članovi Udruženja PREPOROD ŽIVOTA realizovaće projekte koji vam u

prvi mah mogu izgledati čudno, ali ako razmislite, shvatićete da postoji prirodna potreba za njihovim ostvarenjem.

U decenijama koje su pred nama realizovaćemo projekte: Stop hemiji, Stop zagađenju, Stop usamljenosti, Stop televiziji, Stop sedenju, Stop prejedanju, Stop peglanju, Stop sportovima, Stop mleku, Stop medicini, Stop obdaništu... Svojim učešćem u projektima doprinećete da vaš život i život vaših potomaka bude zdraviji i srećniji.

A U T O B I O G R A F I J A

Rođen sam 23. marta 1958. godine.

Prezime Đorđević mi je u nasledstvo ostavio otac Kristifor, a majka Miljanka mi je dala ime Predrag.

Pedeset jednu godinu, šest meseci i tri dana su me mučile bolesti, a preporođen sam 26. septembra 2009. i od tada živim sve zdravije.

BOLNICA, DNO DUGOG HODNIKA

To su ta vrata
iz kojih noću
u vizitu izlazi smrt,
pregleda usnule,
kucka im po grudima,
razvrstava,
odvaja za sebe tinjalice,
blago trepereće životiće
što o tanušnim končićima vise.

Smrt ima slušalicu i kaže:
Udahni. Izdahni. Izdahni. Izdahni.
Do-bro. Pređi u moj kabinet.

Kako su poslušni umirući!
Samo se jedan nedavno odvažio,
banuo u sobu pospane smrti
i zavrnuo joj ugljen dioksid.
Imala je još toliko snage
da mu na omiljenom
mrtvom jeziku
ispiše otpusnu listu:
„Zdrav. Užasno zdrav.“

Mirjana Bulatović

DECA ZNAJU

Kod dece gornji mozak još nije preuzeo prevlast nad donjim, pa zato, kako je kazao šestogodišnji Matija Kajtez – „ODRASLI ZNAJU ONO ŠTO DECA NE ZNAJU, A DECA ZNAJU ONO ŠTO ODRASLI NE ZNAJU!“

Kao trogodišnjak, iako bolestan, odbio je da popije lek: „NEĆU LEKIĆ. JA VAS VOLIM, A VI MENI DAJETE ONO ŠTO NEĆU!“

Sa četiri godine se opirao vrtiću veoma ubedljivo: „SAMO DA NE MORAM NIGDE KAD SE PROBUDIM!“

Sa pet godina je shvatio jednu strogo čuvanu tajnu odraslog sveta:

„POSTOJI GLUPA PAMET I PAMETNA PAMET!”

Koju više koristimo?

Izdavač
Udruženje građana
PREPOROD ŽIVOTA

Edicija
ATLASOLOGIJA

Ilustracije
FILIP ĐORĐEVIĆ

Telefon za besplatne pozive
0 800 800 006