Predrag Đorđević
atlasolog

HumanUP

NAMESTITEV ATLASA

ZDRAVI BREZ ZDRAVLJENJA

DOLGO ŽIVLJENJE BREZ BOLEZNI

PRIPOROČILA

RENESANSA UMETNOSTI ZDRAVLJENJA

Če je medicina umetnost zdravljenja, kar je in če v medicini potrebujemo nove metode dela, in jih, potem je ta knjiga renesansa umetnosti zdravljenja. Dejstva, ki so predstavljena v knjigi nasprotujejo različnim avtoritetam, hipotezam in teorijam in kot takšna utrjujejo temelje znanosti, kot uporabne logike. Podprta s podrobnimi in studioznimi analizami, že dokazanimi tudi na področju klasične, medicine, so našla svojo teoretično in praktično oživitev tudi skozi pričevanja tisoče zadovoljnih klientov. Veseli me, da sem tudi sam eden od njih.

Naravna medicina nas uči, da se ukvarjamo z vzrokom problema in ta problem zaznavamo skozi prizmo tako medicinskih, kot nemedicinskih metod, da lahko odkrijemo vzrok problema, ga razumemo in pravočasno rešimo. Ukvarjajoč se z vzrokom problema zamaknjenosti atlasa in posledicah, katere ta zamaknjenost povzroča, se v tej knjigi avtor Predrag Đorđević razumljivo in preprosto približa bralcem. Potrebno je izraziti priznanje in spoštovanje velikemu pogumu in odgovornosti avtorja, ki si nesebično prizadeva deliti z nami pridobljena znanja ter izkušnje.

Verjamem, da bo ta knjiga pustila močan in globok vtis na vsakega bralca, ljudem, ki pa bodo avtorjeva spoznanja uporabili, pa zagotovila posvečeno pot k ozdravitvi.

Doktor naravne medicine Dragan Oljača

PRISPEVEK RADOSTI ŽIVLJENJA

Življenje je čudež, vse kar je pomembno človeku pa je nevidno, neslišno in nerazumljivo. HumanUP nam širi vpogled, prispeva zdravju ter nam vrača harmonijo in radost življenja.

Zaradi tega, NAZDRAVJE s HumanUP metodo, dragi moji!

Dr. Časlav Miladinović

PODPRIMO VELIKO IDEJO

Koga naslavlja pisec te neobičajne knjige?

Običajnemu, »navadnemu« človeku ponuja zdravje na dostopen in preprost način. Zdravnikom specialistom z različnih področij, temelj, da z medicinsko metodologijo in raziskavami zagotovijo tudi znanstveno potrditev te metode ponastavitve organizma v naravno harmonijo in uravnoteženost oziroma poti do ZDRAVJA.

Učinkovitost metode Predraga Đorđevića se potrjuje dnevno vendar to ni dovolj, da bi metoda pridobila enakopravno pravico do množične uporabe in postala sočasno zaščitena pred zlorabami šarlatanov ter posnemovalcev, ki bi jo uničili. Žal so številne velike ideje šle na teh prostorih, na škodo ljudi. Ne smemo dovoliti, da se enako ponovi tudi v tem primeru, zaradi česa je potrebno iskreno podpreti človeka in njegovo humano ter veliko idejo.

Dr. Duško Ristivojević

ČUDEŽ JE MOŽEN

Povsem jasno je, da je človek čudež…

Leta trpimo za bolečinami, leta pomagamo najbližjim, leta jim poskušamo blažiti trpljenje bolečin in pri tem leta zanemarjamo ter pozabljamo nase. V bolečinah in bolezni nismo dobri niti sebi, kaj šele drugim. Tistim, ki jih imamo radi je najboljše z osebnim primerom pokazati, da upanje obstaja in da so čudeži možni. Ta knjiga je plod dragocenih izkušenj Predraga Đorđevića, pa tudi nas, ki smo z njegovo pomočjo rešili svoje težave in se odločili pomagati tudi drugim. Na dosegu roke imate bolj srečno in zdravo prihodnost, tista v kateri boste s ponosom lahko povedali, da ste naredili najbolje zase, ker ste posegli za rešitvijo-namestili ste si atlas in dobili svoj čudež!

Magistra biologije Bojana Čopik

PREDHODNICA SPLOŠNE OZDRAVITVE

Predrag Đorđević je sodeč po tej knjigi in delom, ki ga opravlja, plemenit vizionar, pogumen in vztrajen entuziast, človek, ki odpira jeklena vrata in počasi vendar zagotovo vstopa v eno novo dimenzijo. Kot mitski junak Atlas, ki je na hrbtu nosil ves svet, se avtor zaveda, kaj vse ga na njegovi poti čaka, vendar kljub temu vztrajno gre naprej proti svojemu cilju, ob tem pa nas navdušuje z izvirnostjo in globino znanja. Uči nas, da se z namestitvijo prvega vretenca lahko sproži energija ozdravitve, vitalnosti in pozitivnih vibracij v človeku in da je to način, da se prepreči uporaba zdravil in skalpelov.

Dr. Biljana Jevtić

Knjigo posvečam sinovom
Vladislavu, Filipu in Matiji,
vnuku Ognjenu, vnukinji Janji
in prihodnjim vnukinjam in vnukom.

Otroci moji,
s srečo vzgajajte svoje otroke,
ker bodo živeli v boljši prihodnosti.

PREDGOVOR

Nova znanja predstavljena v knjigi omogočajo obstoj in nadaljnji razvoj človeške vrste. Trditev se zdi preveč drzna vendar, ko boste prebrali knjigo boste dojeli, da trditev povsem drži. Gre za zdravje, zdravje pa je najbolj pomembno v življenju.

Seznanil vas bom z odkritjem, ki končno ponuja možnost živeti bolj zdravo, kakovostno in dlje. Do danes ste verjetno že prebrali veliko o zdravju, vendar rešitve niste našli in še vedno ne veste, kako naj ozdravite. O človeškem organizmu, zdravju, boleznih in zdravljenju je bilo napisano na deset tisoče knjig. Vendar v nobeni od teh knjig niste mogli najti tisto kar vsebuje ta knjiga. Predvsem zaradi dejstva, da so v tej knjigi prvič predstavljena nova znanja, katerih do sedaj nismo imeli niti smo se jih zavedali.

Povsem razumem vaš dvom, da boste morda izgubili čas z branjem, vendar vam zaupam, da ga ne boste. Gre za resnično pomembno odkritje z velikim in trajnim pomenom za napredek človeštva, kar pomeni, da vam bo ta knjiga zelo koristna v življenju. Morda se vam bo zdelo, da berete najlepšo možno pravljico, ki pa ni pravljica temveč popolna realnost. Odkritje omogoča bolj zdravo življenje vsakemu posamezniku, globalno pa celotnemu človeštvu.

Informacije so vedno imele ključen pomen za uspeh. Prave informacije, ob pravem času pa so največja vrednost. Danes lahko kdorkoli, kadarkoli izve vse kar si želi. Vendar smo včasih v dvomih in dilemah sproženih z dezinformacijami, katere se nam ponujajo zaradi neznanja ali še huje manipulacij, predvsem zaradi tistih, ki imajo zaradi tega predvsem lastno korist. Zaradi tega so dvomi v vse kar je novo po svoje upravičeni. Tisto kar boste izvedeli, se prvič predstavlja človeštvu in številni boste dvomili, kljub dejstvu, da gre za informacije največjega pomena.

Moj namen ni bil napisati medicinsko knjigo, znanstveno delo ali roman temveč predstaviti **HumanUP** metodo na vsem razumljiv način, navsezadnje ima vsak pravico do boljšega zdravja. Vendar kljub poljudnemu stilu pisanja, bodo tudi največji strokovnjaki na teh straneh prvič slišali za nova znanja, ki jih bodo spodbudila, da na nov način ali z drugačne perspektive dopolnijo obstoječa in zagotovo nepopolna znanja ter izkušnje.

Opravljenih je bilo že nekaj znanstvenih študij povezanih z novim odkritjem. Večji del zapisov na teh straneh bo skoraj zagotovo

tema prihodnjih znanstvenih del in doktorskih disertacij, s katerimi bodo presežena številna dosedanja tudi napačna znanja.

Prihodnost bo potrdila, da gre za največje odkritje, ker se nanaša na človeško zdravje. Brez ognja, brez kolesa, električne energije in na stotine drugih odkritij se je lahko in se lahko živi, brez zdravja pa ni možno živeti, če pa že pa praviloma zelo slabo in trpeče. Zdravje je predpogoj za vse drugo in je zaradi tega za vsakogar na prvem mestu temeljnih potreb v življenju.

Če iščete ozdravitev, boste na teh straneh končno tudi odkrili način zanjo. Morda vam bo dolgočasno brati o boleznih in težavah, ki vas osebno ne pestijo, vendar boste spoznali, zahvaljujoč odkritju, da ne veste veliko stvari o sebi in vašem zdravju ne veste ali pa se še ne zavedate. Največ koristi bodo imeli tisti, ki so še dobrega zdravja, saj gre za najboljšo možno ter naravno preventivo.

Vse okrog nas in v nas samih je v stanju spreminjanja in sprememb, katere premika naravni zakon vzrokov in posledic. Zakoni narave se ne morejo spreminjati, vplivajo pa na človeštvo. Včasih se spremembe zgodijo na slabše, žal se človeštvu to dogaja že nekaj deset tisoč let. Sedaj končno obstaja prava rešitev, s pomočjo katerega je moč odpraviti vzroke bolezni, brez posledic, da lahko živimo bolj zdravo.

Niti največja odkritja ne pridejo v uporabo zlahka. Številni so bili nezaupljivi in celo prestrašeni ob pojavu električne energije, danes pa si življenja brez nje težko predstavljamo. Enako bo tudi s **HumanUP** metodo.

Nova vizualna doba ustreza hitremu načinu življenja, vendar se mi zdi, da je nova znanja bolje predstaviti na stari, tradicionalen način. O odkritju se lahko hitro informirate tudi s pomočjo svetovnega spleta, vendar ko boste knjigo prebrali boste dejansko razumeli za kaj pravzaprav gre.

Na začetku boste pomislili, da berete nekaj kar že poznate in o tem veliko veste, vendar se bo z vsako naslednjo stranjo to spreminjalo, ker boste z novimi znanji dobili informacije s katerimi boste lahko zamenjali obstoječa tudi napačna znanja ter vedenja. Ni ne prvič, ne zadnjič, da nova znanja zamenjajo obstoječa znanja, vse pa v prid človeštvu. Določene zadeve se vam bodo zdele odveč, kot, da nimajo nobene povezave z zdravjem, vendar vse česar smo se in v čem smo, deluje tudi na naš organizem. Vsi pojavi imajo medsebojno povezavo in vplivajo na življenje, spremembe, ki so se odvijale od nastanka življenja pa delujejo in vplivajo tudi na naše življenje v sedanjosti.

Nekaj deset tisoč let se je človeštvo učilo z bolečinami, boleznimi in krajšo življenjsko dobo zaradi bolezni, sedaj pa je končno nastopil trenutek konca tem težavam.

Z branjem boste porabili nekaj časa vendar bo to najboljša naložba, ki vam bo omogočila desetletja zdravega življenja. Ne boste izgubljali časa z branjem, z vsako novo stranjo pa boste vse bolj razumeli, da je vse zapisano dejansko možno. Nova znanja bodo sprožala dvome in skoraj zagotovo se boste vprašali, kako je možno, da se do sedaj ni vedelo kaj sproža obolenja, bolni pa bodo obžalovali, da že pred boleznijo niso izvedeli za predstavljeno odkritje.

Živimo v informacijski dobi in menimo, da vse vemo, vendar je to iluzija. Če ne vemo, da nekaj obstaja, to ne pomeni, da ne obstaja. Vse že obstaja, nova pa so spoznanja o že obstoječem. Največji problem človeškega rodu obstaja nekaj deset tisoč let vendar do sedaj ni obstajalo zavedanje o tem problemu, prav tako pa ni obstajala niti prava rešitev.

V sodobni družbi nova, boljša odkritja hitro zamenjujejo obstoječa vendar se bo rešitev za največji problem človeštva uporabljala vse dokler se, v prihodnosti, ta problem trajno, za vedno ne odpravi.

Ko se želite rešiti svojih bolezni, se najprej seznanite z zdravljenjem, kar je v našem primeru ključno, ker gre za popolnoma drugačen pristop. Pojasnil bom nastanek bolezni, ko boste to razumeli, pa boste zlahka razumeli tudi, kako po odpravi vzrokov, bolezni izginejo brez zdravljenja, ki ga poznamo danes.

Izkušnje v delu so me spodbudile, da preučim iz novega zornega kota obstoječa znanja o človeškem telesu, rezultat teh razmišljanj pa so nova znanja, ki vam jih podajam.

Da bi lažje razumeli naravni zakon vzrokov in posledic, vas knjiga povezano vodi skozi preteklost, sedanjost in prihodnost, vendar ni moč vedno dosledno kronološko spremljati dogodkov, ker preteklost vpliva na sedanjost, sedanjost pa na prihodnost.

Poskušam pisati strnjeno, da bi kar najhitreje odkrili rešitev svojih zdravstvenih težav, pa tudi, da vas obseg knjige ne bi odvrnil od branja, posledično pa tudi od želje ter odločitve, da si namestite atlas.

Do sedaj niso obstajala znanja o težavah, ki nastanejo zaradi zamaknjenosti prvega vretenca pod glavo, zaradi česar ima ta knjiga za javnost tudi izobraževalni namen, pa tudi za tiste, ki bi se želeli ukvarjati s tem humanim delom.

Motiv, ki me vodi, je, da človeškemu rodu podarim nova znanja do katerih sem prišel, to pa bo vsakemu posamezniku omogočilo bolj zdravo in uspešnejše življenje. Srečen bom če bo knjiga pospešila uporabo **HumanUP** metode, zaradi boljšega zdravja pa boste srečo z menoj delili tudi sami.

Uživajte v branju, ko pa knjigo preberete, bodite iskreno hvaležni tistemu, ki vam jo je priporočil v branje.

ISKANJE

Ljudje so tisoče let spontano ali pa tudi ne, iskali vzroke obolenj. Moje iskanje je trajalo trideset let in se na razlikuje od tistih iskanj milijarde ljudi, ki so poskušali odkriti zakaj in zaradi česa so bolni.

V otroštvu sem bil bolj izpostavljen boleznim, kot moji vrstniki, zaradi česar sem s staršema pogosto obiskoval zdravnike, večkrat pa so me zdravili tudi bolnišnično. Med dvajsetim in petdesetim letom sem iskal vzrok obolenj in po letih razmišljanj zakaj in kje obolenja nastanejo, sem dojel, da ne izvirajo iz okolja temveč iz organizma.

Nisem se poskušal sam zdraviti, ker pač nimam medicinske izobrazbe. Zdravljenja sem prepuščal strokovnjakom, okoli tridesetega leta starosti pa sem spoznal, da mi ki sodobna medicina ne more zagotoviti pomoči, zaradi česar sem pomoč iskal tudi v naravni medicini, vendar tudi z njeno pomočjo nisem doživel želenih učinkov. Zaman sem tratil tako čas, kot denar. Izguba časa me je bolela bolj, kot izguba denarja, kar je logično saj izgube dragocenega časa, ko je človek bolan ni mogoče z ničemer nadomestiti, kaj šele povrniti.

Videti je bilo, kot da sta naravna in sodobna medicina prevari, vendar sem dojel, da povečini ne gre za načrtni prevari, temveč za neznanje. V vsakem primeru nisem želel še naprej ostati žrtev svojih bolezni ter načrtnih ali nenačrtnih prevar.

Od štiridesetega leta starosti sem prenehal z zdravljenji, predvsem, ker ni bilo izboljšanj, pozneje pa so se že obstoječim zdravstvenim težavam pridružile še nove. Mučile so me bolečine, vendar me te niso odvrnile od iskanja odgovora na preprosto vprašanje: »Zaradi česa v mojem organizmu nastajajo bolezni?«

V pogovorih z zdravniki sem želel izvedeti več o vzrokih zaradi katerih nastanejo bolezni. Pediater, ki je dvajset let zdravil moje otroke je postal moj osebni prijatelj. Vedel je za moje bolezni in občasno bi ga povprašal o vzrokih zanje. Podajal mi je odgovore za katere pa tudi sam ni bil prepričan, da so točni.

Bilo je preveč nepovezanih in tudi napačnih znanj o vzrokih bolezni, zaradi česar sem prenehal brati obsežne zapise o tem, vendar sem še bolj pozorno pričel spremljati svoj organizem v upanju, da bom dojel zakaj in od kje izvirajo bolezni.

Zanesljivo sem vedel, da je ključ moje ozdravitve v odkritju o tem kje nastanejo obolenja-saj je jasno, da je bolje odpraviti vzroke, kot pa zdraviti posledice. Vendar, me niti tri desetletja iskanj niso pripeljala do zaključka zakaj sem bolan, pa sem izgubljal upanje ter se pričel pripravljati na surovo starost.

Iskal sem kraj na planetu z najugodnejšo klimo, kjer bi preživel starost in vsaj ublažil nevzdržne revmatske bolečine, ki so trajale več kot dvajset let in se iz leta v leto še krepile. Ugodnejša klima morda ne bi odpravila ostalih mojih obolenj vendar bi jih lahko vsaj ublažila. Do takrat sem petdeset let živel v zmernem klimatskem področju, ki ustreza zdravim ljudem, ne pa tudi meni, saj so mi njegovi toplotni kontrasti povzročali bolečine.

Odločil sem se, da starost preživim na Kubi, pa ne zaradi tega, ker so Kubanci med najbolj trdoživimi ter zdravimi ljudmi na svetu, temveč zaradi tople klime, ki naj bi mi zmanjšala bolečine. Nisem želel starosti preživeti daleč od družine, vendar mi bolečine niso ponujale druge možnosti.

Ljudje, ki živijo v zmernem klimatskem pasu severne Amerike imajo pogosto težave primerljive mojim in zaradi tega starost preživijo praviloma na Floridi. Pripravljal sem se na, da odpotujem na Kubo, kjer je klima primerljiva tisti na Floridi, vendar se je na srečo zgodilo, da sem odkril tisto, kar sem iskal večji del življenja. Rešitev se običajno najde tam, kjer jo najmanj pričakujemo.

Ko sem pediatra zadnjič vprašal o vzroku bolezni, mi je odgovoril, da sem bil »rojen s tovarniško napako«. Ni mi znal povedati za katero napako gre, vendar je imel popolnoma prav. Listajoč časopis »Atlas« z besedili o Kubi, sem povsem naključno zagledal naslovnico revije o zdravju. Že zdavnaj sem jih nehal brati, vendar mi je beseda »atlas« pritegnila pozornost: »NAMESTITE ATLAS – PODALJŠAJTE SI ŽIVLJENJE«.

Nisem imel namena podaljševati bolnega življenja in nisem razumel, kakšna je povezava geografskega atlasa z dolžino življenja, pa sem z očmi zdrsnil še k podnaslovu: »ZAMAKNJENO PRVO VRETENCE JE VZROK BOLEZNI.«

Naslov in podnaslov sta mi popolnoma spremenila življenje. Takoj sem dojel, da je atlas prvo vretence. Končno se našel tisto, kar sem iskal trideset let. To je bilo tisto, kar sem vztrajno iskal v svojem telesu ali knjigah in časopisih o zdravju vendar nikoli nisem niti pomislil na atlas, niti je bil kjerkoli omenjen, kot možen vzrok bolezni.

Dogovoril sem se za obravnavo in z nezaupanjem pričakoval izboljšanje. Velikokrat sem bil pretentan s strani različnih medicin, pa mi je bilo zaradi tega še bolj presenetljivo, da je v besedilu pi-

salo, da ne gre za zdravljenje temveč za odpravo vzrokov bolezni. Odločil sem se preizkusiti, saj bom le na ta način izvedel ali gre za popolno laž ali popolno resnico.

Dve minuti po obravnavi sem začutil, da lažje diham. Pet minut zatem sem izpil najboljši požirek vode v življenju, deset minut po obravnavi pa sem začutil neustavljivo željo po hrani.

ZDRAVJE SE JE PRIČELO VRAČATI VAME.

Zdravi ljudje ne razumejo trpljenja, ki pesti bolne, pa zaradi tega ne razumejo velike sreče ljudi, ki po namestitvi atlasa ozdravijo. Želel sem, da mi izgine tretjina bolezni, vendar sem se v nekaj prvih mesecih po obravnavi osvobodil večine bolezni, ki so me dobesedno »mučile« petdeset let.

Mesto v katerem živim ima sedemdeset tisoč prebivalcev. Članek je v časopisu je mogoče prebralo dvesto ljudi, katerim pa ni pomenil nič posebnega. Po naključju sem prvi iz mesta odšel na namestitev atlasa. Opravljal sem javno delo in številni ljudje so vedeli za moje zdravstvene težave.

Po moji obravnavi, je odšlo na namestitev atlasa še okoli dvesto ljudi. Zadostovalo je, da so me videli in so dojeli vse. Tudi sam sem opazil, da so pri vseh nastopile izboljšave, zaželel sem si, da bi lahko tudi sam drugim nameščal atlas. Danes opravljam to plemenito delo in sem zelo srečen, ker pomagam bolnim.

Dokončno sem ozdravel v enainpetdesetem letu življenja, vendar nikoli ni prepozno. V preteklih tridesetih letih sem vztrajno iskal vzrok zdravstvenih težav, katerega pa sem imel ves čas na dosegu roke oziroma bolj natančno prsta. Nekaj deset tisoč let so ljudje s prsti pritiskali področje zatilja, da bi zmanjšali bolečine vendar niso dojeli, da je zamaknjenost atlasa vzrok skoraj vseh obolenj.

Naključje življenjskih okoliščin mi je omogočilo, da dosežem epohalno odkritje o namestitvi prvega vretenca. Hodil sem v srednjo tehnično šolo in študiral za filmskega snemalca. Zaradi tehnične izobrazbe ljudsko telo razumem, kot tehnično napravo, med študijem pa sem okrepil svojo moč zaznave. Vendar, največ mi je pripomoglo iskanje vzrokov obolenj.

OBSTOJ

Kdo smo, kje smo in zaradi česa obstajamo?

Odkar obstaja človeška zavest, je prisotno prizadevanje, da izvemo odgovore na omenjena vprašanja, ker pa čas teče, se postopoma bližamo točnim odgovorom.

Obstajamo zato ker obstaja vesolje okrog nas in mi smo samo delček obstoječega sveta, vendar tudi za najbolj droben delec, ki je v nas veljajo enaka pravila, kot za vse in kjerkoli v vesolju.

V človeški naravi je prizadevanje, da dojamemo iz česa je sestavljeno vse okrog nas in v nas samih. Morda tega nikoli ne bomo popolnoma izvedeli, vendar je vredno poskusiti. V vsem obstoječem je edina neobičajnost obstoj živega sveta. Nemogoče je, da življenje obstaja samo na našem planetu vendar trenutno ne vemo, kako je na vseh planetih. Še ne tako dolgo nazaj nismo vedeli za obstoj številnih pojavov, četudi so obstajali ne glede na naše zavedanje o njih. Če še niste slišali, da obstaja namestitev prvega vretenca, to ne pomeni, da ne obstaja.

Po naših merilih je to začetek tretjega tisočletja. V preteklih dvestopetdesetih letih je bilo odkrito več kot v vseh obdobjih skupaj. Homo sapiens je ena od najmlajših vrst, vendar najbolj uspešna. Zato se moramo zahvaliti našim prednikom in njihovim težavam, ki so jih premagala na razvojni poti.

Vendar, vrnimo se k našemu obstoju, ker smo sebi najpomembnejši. Naše življenje najbolj otežujejo bolezni. Nepoznavanje glavnega vzroka obolenj je ustvarilo zablodo, da je normalno, da živimo z obolenji in da zaradi njih tudi umiramo.

Zahvaljujoč odkritju HumanUP metode, je končno nastopil konec omenjenih zablod.

ZABLODE

Zabloda je napačno dojemanje realnosti. Spoznanje, da nam zablode povzročajo škodo je neprijetno vendar koristno zaradi tega ker jih lahko odpravimo. Znanstvena odkritja vse bolj odpravljajo zablode.

Gospodarimo s planetom, kar nam ustvarja vtis, da smo najpopolnejša vrsta. Na tisoče rastlinskih in živalskih vrst je milijone let

starejših od nas in to v nespremenjeni obliki. Ena od največjih zablod je, da smo popolni in da je končano ustvarjanje človeka. Zaradi homocentričnosti je z zablodami lažje živeti, četudi je realnost povsem drugačna.

Mi nismo ne popolni, niti razvojno »dokončno« ustvarjeni. Spremembe se dogajajo v sedanjih generacijah. Izgubljamo modrostne zobe in dlako, brez katerih lahko živimo, najnovejše znanstvene raziskave pa potrjujejo, da se nam glava že od preteklih dvajset tisoč let zmanjšuje. Če to drži, potem je to dobro zaradi trenutka prihoda na ta svet, ker večja glava otežuje porod.

Homo sapiens je najbolj bolna vrsta. Bolezni nastajajo zaradi zunanjih infekcij in notranjih vplivov. Infekcije iz okolice so zunanji sprožilci bolezni, vendar je neprimerljivo več obolenj, ki nastajajo v nas. Kako je to možno, boste izvedeli v tej knjigi, ki bo odpravila številne napačne poglede in trditve o tem kako nastanejo obolenja.

Obstaja zabloda, da je sodobni način življenja znižal verjetnost prevar na najnižjo možno raven (minimum). Nezaupanje je sestavni del človeške narave in tisto nujno, da se zavarujemo od namernih prevar. Zaradi napačnih znanj so pogostejše nenamerne prevare, enako pa velja tudi za zdravljenja. Ni težava porabiti denar za napačna zdravljenja, temveč je težava v tem, da se bo bolezen poslabšala zaradi izgube časa in ker po vsem ostanemo še vedno bolni (ne ozdravimo).

Znanost se je izločila, kot vrhunski ocenjevalec kaj je dobro in kaj ni, vendar tudi znanosti ne gre verjeti brez zadržkov, številna znanstvena odkritja so bila napačna in tudi škodljiva. Znanost je logični miselni produkt, vendar je logika spremenljiva in pogosto netočna. Znanost o človeškem zdravju bi morala biti najbolj točna saj je zdravje najpomembnejše.

Nekoč je veljalo, da je Zemlja ravna plošča in da se celotno vesolje vrti okrog nje. Tedaj je bilo logično, da bi tisti, ki bi se nahajali na drugi strani padli z Zemlje. Milijarde ljudi je tisoč let videlo okroglo senco Zemlje na Luni med njenim mrkom vendar so iz strahu spoštovali vsiljeno dogmo, da je Zemlja ravna plošča, tisti, ki pa bi se drznil trditi, da je okrogla pa je bil razglašen za blaznega. Nikolaj Kopernik je odkril, da ima Zemlja obliko krogle in da se premika okrog Sonca, Giordano Bruno pa se ni odrekel Kopernikovemu odkritju niti za ceno izgube lastnega življenja.

Težko je bilo sprejeto, da nismo center vesolja, pozneje pa je bilo dokazano, da to ni niti Sonce. Danes se ve, da niti ta galaksija ni v centru vsega, še več, da sodi med mlajše in da obstajajo milijarde galaksij, ki so del vesolja. Znanstveniki domnevajo, da je to vesolje del multivesolja.

Za življenje posameznika ni pomembno ali je vesolje neskončno, temveč mu je pomembno, da mu nihče ne povzroča škode in ne manipulira z njegovim življenjem. Žal smo vsi žrtve zablod, katere so nam zaradi tekme po vse večjem dobičku vsilile različne industrijske grupacije oziroma skupina.

Mleko s svojo belino deluje čisto in koristno za zdravje, vendar je to popolna zabloda. Že desetletja je znano, da je živalsko mleko izredno škodljivo za zdravje, vendar nihče ne naredi nič, da bi preprečil njegovo uporabo. Mi smo iz rodu sesalcev vendar smo edini, ki uporabljamo mleko živali in si tako sami povzročamo veliko škodo. Človeški sistem prebavnih organov ni prilagojen za obdelavo mleka in mlečnih izdelkov živalskega izvora. Z mlekom hranimo parazite in bakterije v nas, le ti pa s svojimi izločki dvigujejo kislost organizma, zaradi česar smo bolni. Zabloda je, da je kalcij iz mleka dober za kostna tkiva. Prav nasprotno, ker višek bakterij in parazitov zmanjšuje kalcij v kosteh, vendar mlečne industrije to ne skrbi, ker kuje velike dobičke.

Vzgoja otrok v vrtcih je videti, kot dober način vendar gre za zablodo. Prva leta življenja so odločilna za oblikovanje osebnosti in otroci za vzor potrebujejo odrasle osebe iz družine, ne pa svojih vrstnikov.

Psihologija je dokazala, da je idealno okolje za razvoj otrok lovsko-nabiralna skupnost. Ne moremo se vrniti k temu modelu življenja vendar je potrebno najti pravi način, da v sebi zadovoljimo jamskega in sodobnega človeka.

Zaradi povečanja dobička, interesne grupacije ustvarjajo iluzije. Na primer, že dolgo nas preko medijev prepričujejo, da ljudje s svojimi aktivnostmi dvigujejo raven ogljikovega dioksida v atmosferi in da se zaradi tega dogajajo klimatske spremembe. Z mednarodnim protokolom je predpisano koliko mora katera država v prihodnosti zmanjšati izpuste ogljikovega dioksida, pa zaradi tega na borzah obstaja trgovanje s kvotami, realnost pa je popolnoma nasprotna. Od časov, ko se je planet oblikoval, se v atmosferi odstotek ogljikovega dioksida stalno zmanjšuje, ker se planet počasi hladi, vulkanske aktivnosti pa se umirjajo. Večji del površja planeta predstavlja vodna masa, voda pa zbira ogljikov dioksid iz atmosfere, pa zaradi tega obstaja možnost, da v prihodnosti ogljikov dioksid izgine, posledično s tem pa bi izginile tudi rastline. Rastline uporabljajo ogljikov dioksid in proizvajajo kisik, kar pomeni, da bi z izginotjem kisika prišlo do izumrtja živega sveta. In če bi porabili celotno fosilno gorivo, bi s tem samo upočasnili naravne procese. Prava resnica je, da je klima odvisna od aktivnosti Sonca in krivulje zemlje okrog Sonca, vendar smo vsi mi žrtve manipulacij.

Večina pojavov okrog nas in v nas samih ni takšnih, kot se nam zdi. Iluzija je, da je kisik samo koristen. V vsaki celici ob pomoči kisika izgoreva delec iz hrane in tako dobimo energijo za življenje, vendar se med omenjenim procesom osvobajajo prosti elektroni, ki poškodujejo gene in zaradi tega večina celic odmre. Ljudje, ki živijo na nadmorski višini nad 1.500 metrov so bolj zdravi in trdoživi zaradi manjše količine kisika v zraku.

Tisoče let se je konoplja uporabljala za človekove potrebe. S tehnološko predelavo se iz konoplje dobi material, ki je bolj vzdržljiv in lažji od jekla. Konoplja se lahko uporabi kot gradbeni material, za izdelavo pohištva in v avtomobilski industriji. V posameznih državah se še vedno uporablja v prehrani, medicini in v proizvodnji tkanin. Konoplja je poceni surovina, vendar je prav to težava industrije, ker s poceni konopljo ne more doseči želenih visokih dobičkov. Industrija, ki ima dobičke od kemične industrije trdi, da so sintetični izdelki zdravi. S plastiko smo nenehno v stiku, od otroštva do starosti, plastika pa je vzrok dodatnih zdravstvenih težav.

Kajenje marihuane je najbolj preprosta oblika uporabe konoplje glede na njene številne možnosti. Obstaja celo dvesto dvanajst vrst konoplje, vendar je kanabis zakonsko prepovedan, zaradi tega pa se ljudje izogibajo vzgoji drugih vrst konoplje.

Izjemno smo agresivni do narave. S sečnjo gozdov vse bolj ogrožamo lastni obstoj, s pesticidi pa zemljišča trajno onesnažujemo. Naši predniki so oboževali »mater zemljo«, mi pa se do nje obnašamo, kot do mačehe. Ne obstaja boljši način za čiščenje zemljišč od sajenja konoplje.

V preteklih dvesto letih človeštvo žaga vejo na kateri sedi. Sistematično se uničuje amazonski pragozd, vendar je uveljavljena iluzija, da se to počne samo zaradi lesa. Rastline iz Amazonije so najbolj zdravilne, zaradi česar ni v interesu farmacevtske industrije, da se ta pragozd ohrani.

Od nastanka naše vrste je prisotna nenehna težnja k čim lažjemu in udobnemu življenju, vendar pretirana udobnost vse bolj izpodriva zdravje. Stol je uporaben izum vendar zdravstvene težave so večje zaradi preveč sedenja in pomanjkanja fizične aktivnosti. Otroci vse več sedijo, starši jih pošiljajo na športne aktivnosti, ena od zablod pa je tudi ta, da so vse vrste športov koristne zdravju. Prav nasprotno, organizem se z napačnimi športi v mladosti preveč izrabi, kar v starosti povzroča več zdravstvenih težav in bolezni.

Zabloda je, da prehranska raznolikost živil v enem obroku prispeva k boljšemu metabolizmu. Več deset tisoč let smo jedli eno živilo v enem obroku, pa zaradi tega prebavni sistem ni prilagojen za sočasno obdelavo različnih vrst živil. Prav tako je zabloda, da so

diete rešitev za debelost, veliko bolje se je odreči različnim okusom med enim obrokom.

Na tisoče let obstajajo različne zvrsti zdravljenja in potreb, da nas zdravi nekdo drug. Zdravljenja so videti učinkovita zaradi tega, ker se odpravljajo simptomi bolezni, ne pa tudi bolezni. Sodobna medicina še posebej obravnava simptome, zaradi česar je uspešna vendar to ustvarja zablodo, da nismo bolni, zaradi tega pa smo s časom vse bolj bolni. Znano je, da številna zdravila proti glavobolu povzročajo še hujše glavobole.

V dvajsetem stoletju se je v Nemčiji vse bolj vgrajevalo talno gretje, vendar se je s časom s tem početjem prenehalo, ko so se pojavile zdravstvene težave z nogami. Nemci so se odrekli še eni zablodi. Dojenčkom so odstranjevali mandlje in slepo črevo, da bi bili bolj zdravi, vendar so hitro spoznali, da je to napačno.

Sodobni mediji, od časopisov, radia preko televizije do interneta so v službi različnih industrij, ki nam povzročajo škodo. Večina medijev je lastništvu industrij, ki ustvarjajo iluzije ter nas prepričujejo, kaj je dobro. Dezinformacije so vedno bile prisotne, enako velja za podeljevanje prednosti in ugodnosti določenim skupinam ter organizacijam. Živimo v času hitrih komunikacij in menimo, da imamo prave informacije, vendar je to zabloda, resnica pa je, da živimo v času popolnih dezinformacij.

Zabloda je, da živimo vse bolje. V določenih zadevah nam je bolje, vendar gledano celovito ne. Zakoni, ki prepovedujejo dotik drugega telesa pod sumom, da gre za spolno zlorabo, so naperjeni proti človečnosti in humanosti. Tisoče let smo v pristnem stiku med različnimi aktivnostmi ali med spanjem, saj gre za povezavo, ki je zagotavljala občutek skupnosti in pripadnosti. Zakoni se spreminjajo, najboljši pa so zakoni, ki jih piše življenje. Osnovni naravni zakon je nadaljevanje vrste, ljudje pa ostajajo prikrajšani dotika in stika zaradi nehumanih zakonov. Objem je zdravilen, pa se zaradi tega objemajte ne glede na to, da obstaja verjetnost, da boste plačali kazen.

Glavna tema te knjige je človeško zdravje. Morda se vam na trenutek zazdi, da nekaj kar sem zapisal nima povezave z zdravjem, vendar vse okrog nas vpliva tudi na zdravje. Na primer, zabloda je, da je dobro, da ženske nosijo čevlje z visoko peto. Ženske v takšnih čevljih so videti lepše, vendar s takšno obutvijo še bolj ukrivljajo telo in hrbtenico. Dekle bo zapeljalo fanta, vendar bo bolna po poroki. Pred nekaj stoletji so moški prvi nosili obutev z visoko peto, ker so pri njih pete v spodnjem delu hrbtenice naredile normalni zavoj naprej in zaradi tega, ker so v tistih časih bili bolj zdravi. V dvajsetem stoletju je ženska želja po raznovrstnosti spremenila modo zaradi česar je prišlo tudi do težnje, da se ženske tudi po višini izenačijo z

moškimi, vendar dejanske potrebe po takšni raznovrstnosti ni. Ženski princip je prevladujoč in ženski spol je nosilec vrste, zaradi česa ima vedno prednost.

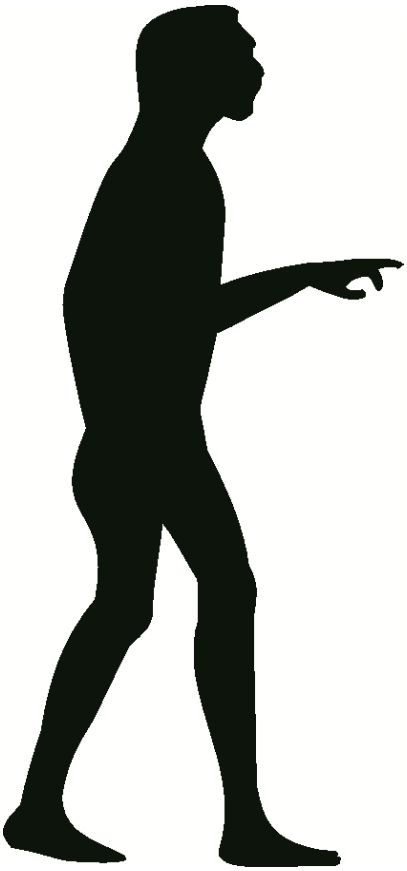
Dejstvo je, da se je v preteklih dveh stoletjih življenjska doba podaljšala, vendar je zabloda, da se je to zgodilo zaradi razvoja medinske znanosti. Pred tem so ljudje množično umirali zaradi infekcij, pa je zagotovitev boljših higienskih in sanitarnih razmer privedla do podaljšanje življenjske dobe.

Predhodni primeri kažejo, da je logika spremenljiva in da zablodam ni konca, vendar jih je s časom vse manj.

Takšnih primerov je skozi zgodovino na stotine, prihodnja zgodovina pa bo pisala o današnjih zablodah. Ena od največjih zablod je, da je normalno, da smo bolni in, da se temu ni moč izogniti.

Človeštvo ni pričakovalo rešitev pred boleznimi, vendar bo odkritje o namestitvi prvega vretenca odpravilo zablodo, da je normalno, da smo bolni in, da zaradi bolezni umiramo.

Zaradi zamaknjenega prvega vretenca nas je do sedaj gravitacija pomanjševala in z boleznimi poniževala, odkritje metode Human-UP pa omogoča, da se dvignemo nad omenjeno, tako fizično, kot psihično.



PRETEKLOST

Preteklost in prihodnost, sedaj ne obstajata, ker obstaja vedno samo sedanjost. Kje smo mi v tej večni igri časa?

Slabe posledice preteklosti obstajajo v našem organizmu in zaradi tega nas pestijo obolenja. Končno je odkrita rešitev, kako lahko živimo bolj zdravo tako v sedanjosti, kot v prihodnosti.

Ta knjiga opisuje preteklost, sedanjost in prihodnost naše vrste iz kota največjega odkritja za človeško zdravje.

NASTANEK

Spoznanja, ki jih imamo niso končna, vendar so približno točna. Na teh spoznanjih so zasnovana moja spoznanja o nastanku vsega, pa tako tudi homo sapiensa. Če so ta spoznanja napačna, potem so tudi moja spoznanja napačna.

Zahvaljujoč odkritju o namestitvi prvega vretenca, je tisto, kar je v mojih odkritjih zagotovo točno in to je razvoj homo sapiensa v nekaj preteklih deset tisoč letih. Dokaz za to je prisoten v vsakem od nas, to pa je majhna anatomska napaka. Ta napaka je majhna, vendar usodna za zdravje in je od nekdaj največji problem človeškega rodu.

Nemogoče je vrniti čas nazaj in biti popolnoma prepričan, kako je vse nastalo, o nastanku sveta tako obstajajo različna verovanja in mišljenja. Vsak ima pravico in svobodo, da misli s svojo glavo, ta pravica pripada tudi meni. S svojimi mislimi ni potrebno vplivati na druge in zaradi tega nimam namena škodovati ali spreminjati drugačnih verovanj. Vendar je različnost, po nekaterih, kar spopad mišljenj, dragocen, ker vodi do resnice od katere pa imamo korist vsi.

Obstaja več teorij o nastanka sveta. Ena izmed njih je, da pred nastankom sveta ni obstajalo nič razen ene majhne točke, ki je eksplodirala in iz katere je zatem nastalo vse drugo. Znanstveniki so prišli do tega zaključka tako, da so zaznali, da se v vesolju vse od vsega oddaljuje oziroma odmika. To je eksplozija, ki traja že trinajst milijard sedemsto milijonov let in bo trajala vse do razpada zadnjega atoma, tako, da bo na koncu ostalo nič.

Najnovejša teorija pravi, da obstaja neskončno število vesolj, ki so različna. Ta druga vesolja je nemogoče opazovati, ker v njih veljajo popolnoma drugačne dimenzije in zakoni fizike. Ta vesolja z medsebojnim delovanjem ustvarjajo neskončno število kombinacij v neskončnem multivesolju, ki obstaja v večnosti brez začetka in konca. Vse omenjeno si je težko predstavljati, vendar je kljub temu relativno lahko možno razumeti, če se vzamejo za primerjavo milni mehurčki med lebdenjem. Včasih se zgodi, da mehurčki trčijo, pri čemer pride do različnih posledic. Obstaja verjetnost, da se mehurčka združita v večji mehur, prav tako pa tudi verjetnost, da se eden od obeh, včasih pa kar oba mehurčka razpočita, ostanki pa združijo s sosednjimi mehurčki. Nekaj primerljivo s tistim, kar se dogaja med ognjemetom.

Vendar, vrnimo se v realnost tega vesolja, ker bomo lažje živeli, ko vemo kje smo in iz česa smo.

Kot pri ognjemetu, po eksploziji v vrtincih ostaneta dim in prah. Eksplozija je vzrok, vse ostalo dogajanje pa posledice. Galaksija v kateri živimo je nastala pred šestimi milijardami let iz enega ogromnega vrtinca prahu. Podoben obrazec dogajanj se prenaša tudi v galaksijo, pa iz manjših vrtincev prahu nastajajo zvezde in njihovi spremljevalci. Pred štiri in pol milijardami let je nastalo Sonce, nekaj pozneje še Zemlja.

Obstaja več teorij o tem kako je nastalo življenje na našem planetu. Verjetno je, da je z medsebojnim delovanjem kemičnih, fizičnih in električnih reakcij nastal kalček življenja. Odkritje iz leta 2002 je zasenčilo vse ostale teorije, saj je projekt »Zvezdni prah« dokazal, da začetek življenja izvira izven našega planeta. Vesoljski letalnik je prinesel malo prahu z repa enega od kometov, v prahu pa so bile odkrite organske snovi.

Pred tremi milijardami let so na dovolj ohlajeno Zemljo padle organske snovi in aminokisline. Kometi so prinesli tudi vodo, brez katere ne bi moglo nastati življenje. Potrebni so posebni pogoji, da bi nastalo življenje, da pa bi obstalo in se razvijalo, pa je potreben čas in to veliko časa.

Planet Zemlja je idealna zibelka za razvoj življenja, ker se nahaja na ugodni oddaljenosti od Sonca, saj na njem ni preveč toplo niti preveč mrzlo. Magnetno polje Zemlje zagotavlja zaščito pred radiacijo Sonca, kemična sestava planeta pa zagotavlja pogoje za številne kemične reakcije. Luna stabilizira os rotacije Zemlje, to pa omogoča ugodnejšo klimo.

Ko so bili doseženi potrebni pogoji, se je lahko pričela avantura živega sveta.

Iz aminokisline nastane ribonukleinska kislina, iz nje pa nastane DEZOKSIRIBONUKLEINSKA KISLINA oziroma DNK. Že samo naziv slika veličastnost te največje naravne molekule, ki se nahaja v vsaki naši celici.

RAZVOJ

Da bi si zagotovila čim daljši obstoj, DNK okrog sebe oblikuje membrano v katero umesti molekule vode, tako pa nastane prva celica. Nekaj milijard let so obstajali enocelični organizmi v vodnem okolju. Življenje je lahko nastalo v vodi, zaradi tega, ker je zagotavljala zaščito pred radiacijo Sonca, ki je bila tedaj izjemno močna.

Vpliv Lune na razvoj življenja je bil izjemen. V tistem času se je Luna nahajala bližje Zemlji in jo je hitreje obkrožila, zaradi česar so bili plimni valovi oceanov bili visoki nekaj deset metrov. Njihov dotok na kopno in odtok s kopna je bil zelo silovit, zaradi česar so se nekateri enocelični organizmi poskušali in tudi uspeli ujeti na skale.

V tistem času v atmosferi Zemlje ni bilo kisika, spontani nastanek fotosinteze pa se je odigral v enoceličnih organizmih, ki so bili izpostavljeni svetlobi Sonca.

Kisik je nastajal s fotosintezo in v naslednjih treh milijardah let se je atmosfera počasi polnila s kisikom, ki je postal smrtonosen za tedanje organizme, takšne razmere pa so preživeli samo organizmi v katerih se je ustvarjal kisik.

Zaradi nestabilne orbite Zemlje okrog Sonca je prišlo nekajkrat do zaledenitve vse vode, in planet je postal bela žoga. Že na začetku pojava življenja je obstajala verjetnost, da se življenje ugasne, vendar se je potrdilo pravilo, da tisto, kar nas ne uniči, nas okrepi. To pravilo bo med razvojem živega sveta še nekajkrat potrjeno. Zaledenel planet je predstavljal nevarnost, da bo občutljivi živi svet uničen, vendar je prav to omogočilo nastanek večceličnih organizmov. V ekvatorialnih priobalnih območjih je led debeline deset metrov prepuščal premalo svetlobe. Da bi vpili čim več skromne svetlobe so se enocelični organizmi združevali v večcelične in dobili zeleno barvo. Tako je nastal klorofil, zatem pa še rastline.

Zaradi splošne dobrobiti, so se skupine celic organizirale v specializirano za določeno funkcijo vzdrževanja telesa.

Rastline so statične, pa so živali zaradi mobilnosti hitreje napredovale na razvojni poti. Členovitost telesa je omogočila večjo mobilnost oziroma gibljivost pri iskanju hrane pa tudi zaradi opravljanja posebnih nalog, ki so v službi celote.

Podoben obrazec organizacije celic pripelje do združevanja v organe, kar omogoči boljšo prilagodljivost in obstoj. Najprej so nastale vrste z mehkim telesom, pozneje pa organizmi z oklepom, ki varujejo mehka tkiva.

Nastanek hrbtenice pri vretenčarjih je omogočil, da se telo od znotraj ohrani, kot celota, to pa je privedlo do pojava udov in do še večje mobilnosti oziroma gibljivosti, ki je zagotavljala prednost v preživetju.

Vse omenjeno se je odvijalo v vodnem okolju. Voda se nahaja v celicah, pa tudi medcelični prostor je povečini sestavljen iz vode, ki celicam omogoča izmenjavo snovi.

Rastline so prve prišle na kopno in stotine milijonov let oddajale kisik v atmosfero. Dvoživke zapustijo vodno okolje, razvijejo se živali, ki dihajo kisik. Izhod iz vode ni bil načrtovan temveč spontan.

Znova je to omogočila Luna in sicer tako, da je ustvarjala plimo in oseko, pa so različni organizmi ostajali na kopnem po nekaj ur in pričeli dihati zrak.

Geni prenašajo informacije v naslednjo generacijo živega sveta. Prvi geni so imeli enostavno strukturo, da pa bi sebi zagotovili pogoje za daljši obstoj, so se tudi sami spreminjali. Struktura genov je postajala vse bolj zapletena oziroma kompleksna zaradi večjega števila DNK v njih, to pa je omogočilo ustvarjanje novih rastlinskih in živalskih vrst.

Znanstveniki vedo za nekaj milijonov vrst, obstaja pa jih nekajkrat več, ki jih je šele potrebno odkriti. Razvoj genov je omogočil to neverjetno raznovrstnost, homo sapiens pa ima najbolj kompleksno strukturo genov.

Iz generacije v generacijo ves živi svet gre skozi cikluse rojevanja in umiranja. Od tedaj, ko so nastali prvi geni, so samo oni nesmrtni, ker se neprekinjeno klonirajo. Skozi milijarde let so tudi geni postajali vse bolj kompleksni, zaradi tega, ker so se prilagajali pogojem, ki na tem planetu niso vedno bili idealni.

Desetkrat in več so se odvile kozmične ali zemeljske katastrofe, ki bi lahko uničile obstoječe življenje, vendar so prav te katastrofe tudi največ prispevale k razvoju genov in življenja.

Geni se nahajajo v središču vsake celice vsake oblike življenja. Samo človek se tega zaveda, pa vendar se tudi ljudje ne zavedamo, da si mi ne lastimo genov ampak si geni lastijo nas. Ne služijo geni nam, temveč mi služimo njim. V tej neverjetni povezavi iz obojestranske koristi, gost misli, da je gostitelj, vendar temu ni tako. Gen je temelj življenja in ima svoje nesmrtno življenje, mi pa smo samo svojevrstni parazit, sploh pa nismo tako posebni, kot povečini menimo, da smo. Zavedanje o tem, nam bo omogočilo, da bolj uživamo v izjemnosti lastnega življenja.

Tudi v sedanjosti obstajajo razlike v strukturi genov pri različnih oblikah življenja, vendar so te razlike minimalne. Razlika med geni krompirja in geni človeka je majhna, razlika med človeškim in svinjskim genom pa je minimalna.

Geni so ustvarili organizme, da bi jim zagotovili zaščito in da bi jih prenašali skozi generacije živih bitij. Klonirajoč sami sebe, imajo samo geni eno generacijo od kdaj in do kdaj bo obstajalo življenje.

OBSTOJ

Proces nastajanja in izginjanja novih vrst se dogaja tudi v sedanjosti, to pa se bo dogajalo tudi v prihodnosti. V tem procesu je neobičajno edino to, da naša vrsta povzroča uničenje številnih vrst, vendar so geni preživeli že veliko večje katastrofe od te kakršno predstavljamo mi. Žal, prvič odkar obstaja življenje, ima ena vrsta možnost uničiti celo samo sebe ob tem pa tudi na tisoče drugih vrst. Vendar, bi geni preživeli tudi, ko bi ljudje povzročili katastrofo s celotnim jedrskim oborožitvenim arzenalom.

Zaradi nerazumevanja kozmičnih pojavov v preteklosti, so kometi vseskozi veljali za glasnike smrti. Kometi so na zemljo prinesli vodo in kalčke življenja, sočasno pa so bili in so lahko znova vzrok iztrebitve. Pred petinšestdeset milijoni let je na Zemljo padlo telo premera deset kilometrov. V tem katastrofalnem trku je bila uničena večina rastlinskih in živalskih vrst, prišlo je do iztrebitve dinozavrov, ki so bili do tedaj gospodarji planeta.

Do omenjena katastrofe so bili sesalci majhni in na nižji razvojni stopnji v primerjavi z dinozavri. Iztrebitev dinozavrov je omogočila nadaljnji razvoj sesalcev.

Rod sesalcev je relativno maloštevilen v primerjavi z ostalimi vrstami. Danes obstaja okoli osem tisoč vrst sesalcev, dvoživk, plazilcev, rib, insektov in ostalih vrst pa je neprimerljivo več. Kljub temu pa sesalci dominirajo, zaradi boljše prilagojenosti in prilagodljivosti. Nekatere vrste sesalcev so se vrnile v vodno okolje, posamezne so razvile možnost letenja, tako, da sesalci obstajajo tako na kopnem, v vodi in zraku.

Zaradi sprememb, ki so se dogajale, je obstoj življenja neverjeten,vendar so prav omenjena dogajanja omogočila, da se življenje prilagaja, izboljšuje in traja.

NAPAKE

Med prenosom informacij z gena na gen občasno pride do napake. Med mnogoštevilnimi mutacijskimi napakami se zgodi tudi napaka, ki je koristna za prihodnje generacije in to omogoča obstoj in nadaljnji razvoj genov. Takšne napake niso načrtovane in namerne temveč spontane in slučajne oziroma naključne.

Pri prvih primitivnih večceličnih organizmih je obstajala ena živčna celica, ki je nadzorovala delo vseh ostalih celic. Z naključno mutacijsko napako sta nastali dve živčni celici, kar se je izkazalo za zelo koristno. Zahvaljujoč tej napaki je prišlo do nastanka tudi najbolj

kompleksnih možganov homo sapiensa. To je primer samo ene od številnih napak, ki so postopoma pripeljale do vse uspešnejših vrst.

Živalski svet je bil na začetku enospolen, pozneje pa je postal dvospolen. Ženski spol postane nosilec vrste, moški pa služi mutacijskim napakam. Ko se skozi nekaj generacij napaka izkaže za dobro, tedaj jo ženski spol posvoji in prenese v nove generacije. Moški spol je vodil k vse boljšim rešitvam, ženski spol pa jih je izbiral. Ta princip izbora se je ohranil milijone let, prisoten pa je tudi v naši vrsti.

To kar ste do sedaj prebrali je spomin na eno od najbolj znanih teorij o nastanku in razvoju življenja. Vsakdo ima lahko osebno mnenje o preteklosti, vendar je to najbolj približno zaporedje dogodkov. Ne obstaja časovni stroj, ki nas lahko vrne sto milijonov let nazaj v preteklost, zaradi česar ne moremo biti absolutno prepričani, da je vse potekalo na opisani način. Prihodnje raziskave preteklosti lahko deloma spremenijo obstoječa znanja, vendar bo bistvo ostalo podobno.

Milijarde dogodkov iz preteklosti je omogočilo, da mi danes obstajamo. Spopadi, boj za obstoj, prilagajanja, trpljenje, mučenje, naključja, selekcija, izkušnje, napake… Vse kar se je dogajalo je vtkano v nas in je pripeljalo do tega, da mi lahko uživamo v življenju. Ko nismo srečni ali zadovoljni, se spomnimo mučne razvojne poti, ki so jo prehodili naši predhodniki, zavest o žrtvovanju skozi katerega so šli, nam bi morala biti dovolj, da spoznamo veličastnost življenja.

Občasno se zgodi, da so napake usodne za neko vrsto, zato ker lahko pripeljejo do degradacije ali izumrtja vrste. Žal, se to dogaja človeški vrsti že nekaj deset tisoč let.

Pri vsakem človeku obstaja mala anatomska napaka, ki se lahko otipa med dnom ušes in čeljustjo.

Ta napaka je zamaknjenost prvega vretenca.

To je uvod v zgodbo, spoznanja do katerih sem prišel pa menjajo obstoječa znanja o razvoju človeške vrste.

PRITISK

Res je, da je težnost oziroma gravitacijska sila obstajala tudi pred Isaacom Newtonom, vendar jo je on prvi dojel in definiral. Tristo let pozneje je Albert Einstein s svojo splošno teorijo relativnosti znova definiral pojem gravitacije-gravitacijsko silo razlaga kot posledico ukrivljenosti prostora-časa. Kozmična telesa s svojo materijo ukrivljajo prostor, ki posledično postane zgoščen. Eden od osnovnih pojavov je prostor, ki je prisoten povsod v vesolju. Največ prostora

obstaja tam, kjer ni ničesar, najmanj pa v najgostejših kozmičnih objektih, ki jih imenujemo črne luknje.

Več kot znamo, vse bolj jasno se zavedamo, kako malo vemo. Znanstveniki danes še ne vedo, kaj sestavlja večji del vesolja. To neznano in nevidno s sodobnimi instrumenti trenutno imenujemo temna energija. Znanost se pospešeno razvija in v prihodnosti bo odkrila kaj sestavlja to energijo, odkritje pa bo dobilo ustrezen naziv. Po mojem mnenju, gre za pritisk eksplozije, ki traja že trinajst milijard in sedemsto milijonov let.

Povezujoč ta znanja sem prišel do odkritja kako pritisk vesolja vpliva na vzravnan položaj človeškega telesa in kako zaradi tega pritiska zbolimo.

Pojem težnosti oziroma gravitacije naj bi pomenil, da večji objekt privlači manjši objekt vendar je v bistvu prav nasprotno. Odvisno od količine materije oziroma snovi, katero ima neko telo, prostor postane zgoščen in to ustvari podpritisk v razmerju na pritisk, ki vlada v vesolju. Zdi se nam, da nas teža Zemlje vleče od zgoraj, vendar temu ni tako, ker vesolje od zgoraj pritiska na nas. Temna energija ni nekje tam daleč. Prisotna je povsod v vesolju in se razširja skozi nas, pa vpliva na naš obstoj in zdravje.

Pred milijon in petsto tisoč leti je razvoj sesalcev nekomu omogočil, da vse vzravna in se zoperstavi pritisku najmočnejše sile v vesolju.

Mi smo tega heroja poimenovali HOMO ERECTUS oziroma pokončni človek.

DVIG

Homo erectus se ni lahko postavil pokonci. Dvig se je lahko zgodil zaradi določenega zaporedja in pod vplivom predhodnih dogajanj. Seveda nisem bil opazovalec teh dogodkov, vendar sem prišel do novih spoznanj, katera spreminjajo obstoječa znanja o razvoju naše vrste.

Pred sto milijoni let so tektonske aktivnosti pričele ločevati prvotno celino na več celin, za sesalce pa je pomembno, da se je to odvijalo z Afriko, ker so na njej živeli. Nekoč se je Afrika nahajala bolj južno, vladala je zmerna klima z bujno vegetacijo in raznovrstnim živalskim svetom, ti ugodni pogoji pa so sesalcem omogočili nadaljnji razvoj in pojav novih vrst.

Opičje vrste so živele na tleh, hodile pa so po vseh štirih. V begu pred plenilci so s plezanjem našle zatočišče na drevesih, v krošnjah katerih pa so odkrile sladke plodove, ki so jim zagotovili več

energije za plezanje in skakanje z drevesa na drevo. Med plezanjem, skakanjem, visenjem in obiranjem sadnih plodov so raztegovale telo, vse omenjeno pa jim je postopoma preoblikovalo tudi zglobe sprednjih in zadnjih udov. Tako je bila omogočena pokončna drža telesa, vendar je samo stanje pokonci tedaj bilo zelo boleče.

Četudi opice v tistem času niso mogle dlje časa stati pokončno, pa so lahko sedele. Obstaja rek, da je delo ustvarilo človeka, vendar bo prej držalo, da sta lenoba in počivanje ustvarila človeka. Med sedenjem se je hrbtenica privadila na vertikalni položaj in obremenitev, ta položaj pa je privedel tudi do drugačne razporeditve notranjih organov.

Nihče z gotovostjo ne more vedeti zakaj so se hominidi vzravnali oziroma postavili pokonci in so shodili po dveh nogah. Ko se je zaradi klimatskih sprememb pragozd umaknil proti zahodu, so posamezne vrste opic ostale v grmovju, pa so se postavile pokonci morda zaradi boljše orientacije in zaradi lažje hoje skozi grmovje in visoko travo. Obstaja verjetnost, da so se postavile pokonci zaradi hoje skozi močvirja, če pa to drži, tedaj je voda še enkrat v pomoč na razvojni poti, saj je zmanjševala težo telesa, kar je posledično pomenilo manjšo obremenitev zglobov. Meni je najljubša teorija o vzrokih postavitve v pokončno držo, tista, ki pravi, da so matere z zgornjimi udi držale mladiče medtem, ko so jih dojile ter varovale v naročju pred plenilci. Odnos in ljubezen do potomcev sta omogočila postavitev v pokončni položaj.

Naravne in klimatske spremembe so pripeljale do izumrtja nekaterih vrst hominidov, obstal je samo homo sapiens. Pokončen položaj telesa nam je dal možnost, da postanemo gospodarji planeta, vendar ker ni nič zastonj, danes plačujemo visoko ceno tega uspeha, to pa so obolenja za katerimi trpimo.

V tistem času je bilo lažje vzdrževati stabilnost pokončne drže v stran, kot pa naprej, zaradi podaljšanega prsnega koša. S časom se je prsni koš stanjšal, zaradi česar smo mi edina vrsta sesalcev s sploščenim prsnim košem.

Pokončni položaj in stanjšan prsni koš sta pogojila drugačno razporeditev organov. V tistem času je levo-desna razporeditev organov po teži bila uravnotežena, ko pa je homo sapiens postal vsejed in začel jesti več, kot je potreboval, pa se je pojavil vzrok vseh naših problemov z zdravjem. Raznovrstna prehrana je prispevala k obstoju vendar so zaradi tega jetra postala večja in težja. Vsaka sprememba nekaj izboljša vendar sočasno nekaj drugega poslabša. Ko so se jetra povečala je to vplivalo na ravnotežje leve in desne strani telesa.

Odlika homo sapiensa je radovednost, zaradi katere je preizkušal različne vrste živil, posledično pa je prišlo do povečanja jeter. Na določen način je bilo to opisano že v Stari zavezi. Prepovedani sadež z drevesa spoznanja zagotavlja več energije za fizično aktivnost, pa tudi razmišljanje.

Homo sapiens z osvobojenimi rokami raziskuje okolico in začne uporabljati orodja, kar pripelje do procesa razmišljanja, ki poveča možgane in glavo. Zaradi gospodarnejše fizične porabe energije, mu miselni procesi pomagajo, da nekatere naloge lažje opravi, to pa lahko poimenujemo tudi lenoba. Prizadevanje za lažjim življenjem je prisotno od nastanka homo sapiensa naprej. Tedaj je lenoba omogočila nadaljnji razvoj, sedaj pa postajamo preveč leni, to pa sproža pospešeno degradacijo.

Eksplozija super vulkana, do katere je prišlo pred dvainsedemdeset tisoč leti bi lahko povzročila izumrtje človeške vrste. Na srečo je okoli dva tisoč naših prednikov preživelo, danes pa smo vsi ljudje na svetu njihovi potomci.

Od tedaj naprej se je človeška vrsta razširila po planetu in dominira na vseh njegovih celinah. Ledena doba je znižala gladino oceanov in njihovih morij, tako je tedanji človek čez led prišel tudi v Ameriko. Ko se je ledena doba končala, so ljudje ostali izolirani po celinah in to je pripeljalo do nastanka različnih ras, vendar ne glede na izoliranost, so s seboj že imeli največji problem človeštva. Vse rase in vsi ljudje na svetu imajo podobne probleme zaradi zamaknjenosti prvega vretenca.

NAZADOVANJE

Nazadovanje oziroma degradacija homo sapiensa se ne sme zgoditi. Vendar se dogaja in to že nekaj deset tisoč let, v preteklih desetletjih vse hitreje nazadujemo zaradi pospešenega povečanja jeter.

Naši predhodniki so živeli krajše, ker so življenjsko dobo nasledili, vendar so med življenjem bili bolj zdravi, kot smo mi danes. S časom se je življenjska doba podaljševala zaradi uspešnosti vrste in bi lahko bila še daljša, če je ne bi skrajševale infekcije iz okolja. Ubijali so nas mikroorganizmi, pa tudi večji plenilci. Plemenska organizacija homo sapiensa je odpravila grožnjo pred plenilci vendar je ostala grožnja pred nevidnimi virusi, bakterijami in paraziti. Boj z zunanjimi infekcijami je vodil imunski sistem, ki se je skozi čas izboljševal.

Še nekaj je skrajševalo življenje in to je bil spopad znotraj same vrste. Ko smo se osvobodili groženj plenilcev, je stekel medsebojni spopad, ki se je občasno končal s smrtjo. V začetku je spopad bil individualen, vendar je zaradi osvajanj življenjskega prostora prerasel v kolektivnega, žal pa je tako še danes. Tudi pri drugih živalih obstajajo spopadi znotraj vrste vendar se praviloma končalo zgolj s poškodbami in ranami nasprotnika. Vojna je uničujoča iznajdba homo sapiensa in zaradi tega nismo tako civilizirani, kot menimo, da smo.

Upam, da bomo kmalu končno postali civilizirani, vendar še naprej ostaja problem spopada interesov, ki s pomočjo prevar zagotavlja prednost določenim skupinam. Podajam primer, katerega se praviloma sploh ne zavedamo. V dvajsetem stoletju je naša vrsta postala višja za okoli deset centimetrov, vzrok tako hitre spremembe pa je bil v načinu prehrane. Kmetijstvo in živinoreja uporabljata veliko število hormonov, ki rastlinam in živalim omogočajo hitrejšo rast, mi pa se prehranjujemo z njimi, omenjeni hormoni so posredno pospešili tudi našo rast. Zaradi višine in zamaknjenosti prvega vretenca prihaja do še hitrejšega ukrivljanja hrbtenice in telesa, to pa je eden od razlogov, da smo vse bolj bolni.

Ni samo prehranska industrija kriva, da smo bolni, imuniteto, ki se je razvijala milijone let slabijo tudi kemične snovi iz zdravil.

Z namestitvijo prvega vretenca se nam ponuja izjemna priložnost, da ustavimo degradacijo in padanje človeške vrste.

CIVILIZACIJE

Sedanja civilizacija je podedovala na desetine civilizacij, ki so obstajale v preteklosti.

Odkritja kopenskih in podvodnih gradbenih struktur pričajo o uspehih civilizacij, ki so obstajale pred in po ledeni dobi. Natančnost obdelave in premikov ogromnih kamnitih blokov je nedosegljiva današnji tehnologiji. Presenetljivo je, da so omenjeni gradbeni podvigi nastajali na različnih celinah, sploh če se upošteva, da tedaj ni obstajala med njimi vsaj ne znana povezava, to pa odpira verjetnost, da so na razvoj naše vrste vplivali nezemljani, česar pa ne moremo zagotovo vedeti vse do dne, ko nam bodo to oni sami potrdili.

Ko se je končala ledena doba, so nastale različne civilizacije, ki so ena na drugo medsebojno vplivale. Obstajali so centri civilizacij in njihove periferije. Na periferijah so se znanja združevala ustvarjajoč nove in boljše civilizacije, občasno so se znanja izgubila, in posledično je prišlo tudi do izginotja posameznih civilizacij. Obstoj At-

lantide je za Homerja bila oddaljena preteklost, vendar je on prvi pisal o njej. Odkritje in razvoj pisav je omogočil hitrejši prenos znanj med obstoječimi civilizacijami.

Na periferijah tedanjih civilizacij je nastala grška civilizacija katere del so bili misleci Sokrat, Platon in Aristotel. Oni in njihovi sodobniki so očetje sedanjosti. Pred in za njimi so obstajali misleci, vendar so oni pustili odločilen vpliv na današnji način življenja. Kitajska civilizacija je najstarejša vendar tudi sodobna Kitajska uporablja dediščino grške civilizacije.

Hipokrat je oče medicine. Rimska civilizacija je podedovala in izboljšala dediščino grške civilizacije, to se je posledično zgodilo tudi z medicino. Srednji vek je upočasnil razvoj človeštva, vendar je obdobje renesanse pospešilo napredek, ki traja še danes.

Žal, je hitrost občasno bila tudi pogubna za našo vrsto. Zaradi hotenja po kar najlažjem življenju in zaradi pospešenega razvoja, je bilo v dvajsetem stoletju narejenih preveč napak. Zaslepljenost s tehnoloških napredkom je ustvarilo iluzijo, da je naše življenje vse boljše, vendar je dejansko popolnoma nasprotno. Podobno velja tudi za sodobno medicino, ki se vse bolj oddaljuje od Hipokratovih idej, največja napaka pa je, da so večtisočletna naravna zdravljenja razglašena za zastarela in presežena.

Udobnejše življenje nas spreminja v sedečo-prehranjevalno civilizacijo, saj sedimo med delom in zabavo. Človeški organizem se je v preteklih dvesto tisoč letih privadil na vzravnani ali ležeči položaj telesa, zaradi česar je današnje pretirano sedenje velika napaka.

Milijone let je prihajalo do naključnih napak, vendar so zaradi njih nastajale tudi boljše rešitve. Za razliko od teh naravnih, spontanih napak, sedaj posamezniki ali skupine delajo namerne napake, ki jim prinašajo ogromne dobičke, zaradi dobička manjšine pa ima večina zdravstvene težave. Naravna imunost slabi, človeški rod degradira, zaradi tega smo iz generacije v generacijo vse bolj bolni. Zaradi različnih manipulacij sedanja civilizacija zelo trpi, vendar se povečini tega niti ne zavedamo.

Od nastanka živega sveta, je ta bil nekajkrat na robu izginotja, vendar sta mu vedno uspela preporod in izboljšave. Odkritje **HumanUP** metode, naši in prihodnjim civilizacijam ponuja možnost, da se za vedno osvobodijo naravnih in namernih napak.

Poglavje o preteklosti je nekdo prebral v dvajsetih minutah, nekdo drug pa v pol ure. V kratkem času sem vas opomnil na različne dogodke, ki so se odvijali milijarde let, kateri pa so omogočili naš obstoj. Naši predhodniki so živeli primitivno, vendar so za razliko od nas spoštovali svoje prednike in izražali zahvalo naravi.

V vsakem od nas so prisotne posledice preteklosti, naša pa je izbira ali jih bomo upoštevali in spoštovali. Potrebno je oddati veliko zahvalo vsem prednikom, da bi življenje bilo boljše in da bi lažje prenašali sedanjost.

SEDANJOST

Zaradi zamaknjenosti prvega vretenca, so v preteklosti nastale zdravstvene težave. Ta napaka je podedovana od prednikov, posledice pa trpimo tudi danes.

Tisoče generacij je poskušalo popraviti oziroma odpraviti napako, vendar do sedaj ni obstajala rešitev te največje težave.

Končno je odkrit način da sedanjim in prihodnjim generacijam izboljšamo zdravje.

ATLAS

Kaj je atlas?

Na to vprašanje ni preprostega odgovora, ker se ta beseda uporablja večpomensko. O atlasu smo se učili pri zgodovini, geografiji in biologiji. Učili smo se, vendar smo pozabili, ker je kapaciteta nevronske mreže v možganih omejena. Vsak dan prejemamo nove informacije, ki izrivajo že prejete, sploh tiste nepomembne, vendar, ko boste prebrali to knjigo boste dojeli, da je znanje o atlasu največja dragocenost vašega življenja.

Odvisno od osebnih ali profesionalnih nagnjenj, posamezniki poznajo razliko med pojmi povezanimi z besedo atlas, vendar ima večina nejasno predstavo o tem, zaradi česar bom razjasnil in pojasnil prav te pojme.

Starogrška mitologija pripoveduje o velikanu z imenom Atlas. Atlas je bil eden izmed bratov Titanov, ki so se bojevali proti bogovom Olimpa. Po porazu, je bil Atlas obsojen na kazen, s katero mu je bilo naloženo nositi nebeški svod na lastnih plečih. Vsaka mitologija vsebuje dosti resnice, vendar zaradi teme o kateri govori ta knjiga, bi dodal, da Atlas nosi svet na zatilju, posledično pa ima upognjeno glavo. Za mene je Homo erectus oziroma pokončni človek večji junak od Atlasa, saj se je s pokončno držo prvi zoperstavil pritisku vesolja.

Atlas je zbirka geografskih kart oziroma zemljevidov, tako se imenuje tudi planinska veriga na zahodu Afrike. Atlas je tudi zbirka anatomskih risb človeškega in živalskih teles.

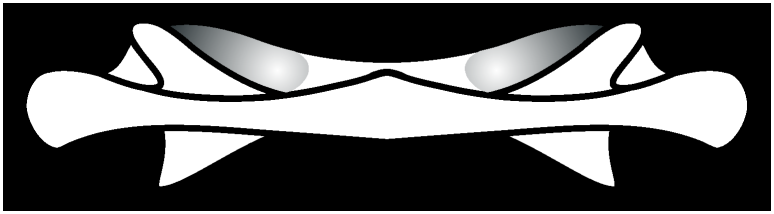
Osnovna tema te knjige je človeško prvo vretence, nameščeno pod glavo. V prevodu iz starogrškega jezika, je »atlas« oziroma prvo vretence poimenovano »nosač«, Grki so ga poimenovali tako, ker nosi glavo.

Od vseh znanstvenih spoznanjih, do te knjige ni obstajalo pravo znanje o pomenu in pomembnosti človeškega prvega vretenca, tako, da bo mi v čast, če bo ta knjiga postala temelj nove znanosti, ki bi se lahko imenovala ATLASOLOGIJA. Ko boste prebrali knjigo, boste dojeli, da obstaja izjemna potreba po atlasologiji.

V vsakem anatomskem atlasu človeškega telesa lahko najdete risbo ali fotografijo prvega vretenca.

PRVO VRETENCE – ATLAS

pogled od zadaj



pogled od zgoraj

Atlas ne nosi samo glave temveč celotno telo, kar ustvarja videz, da smo nanj dobesedno obešeni. V začetku enaindvajsetega stoletja je znanost dokazala, da nas vesolje pritiska navzdol.

Zahvaljujoč tem dejstvom, sem prišel tudi do spoznanj zaradi česa in kako nastanejo obolenja.

PRITISK VESOLJA ZAMAKNE ATLAS IN ZARADI TEGA SE POSLEDIČNO UKRIVLJATA HRBTENICA IN TELO, NERVNI OZIROMA ŽIVČNI SIGNALI IN PRETOK SNOVI SE ZMANJŠATA OZIROMA OSLABITA, OBOLENJA PA NASTANEJO ZARADI SLABŠE REGENRACIJE IN SLABŠEGA DELOVANJA ORGANIZMA.

S tem odkritjem je moč popraviti napačna znanstvena vedenja in znanja ter hipoteze, zakaj nastajajo obolenja.

Tu je še en primer kako s časom pride do popravkov napačnih vedenj in znanj. Atlas ima tudi drugo ime – Atlant. V preteklosti so ljudje menili, da je voda, ki obkroža kopno nepregledna reka, katero so imenovali ocean, mi pa sedaj ta ocean imenujemo Atlantik.

Beseda atlas se uporablja tudi za različna transportna sredstva-tovornjake, ladje, dvigala-kot tudi za turistična podjetja ali tovarne pohištva. V ruščini se prvo vretence pravilno imenuje atlant in zaradi tega prihaja do zamenjav z nekaterimi drugimi pojmi. Vendar, v Rusiji obstaja znanost Atlantologija, ki se ukvarja z Atlantskim oceanom, zaradi česar se bo v Rusiji znanost o atlasu imenovala Atlasologija.

Prvotna napačna ali nepopolna medicinska znanja so se tisoče let dedovala in spreminjala med prepisovanjem, prevajanjem in dodajanjem novih napačnih ali točnih znanj. Odkritje mikroskopa je bila prelomnica in zametek sodobne medicinske znanosti. Navdušeni s tem odkritjem, so zdravniki začeli iskati vzroke bolezni v mikroorganizmih, kar je privedlo do okoliščin v katerih se zaradi drevesa ne vidi gozda. Hiter tehnološki napredek je sodobno medicinsko znanost odpeljal na napačno pot, zaradi tega, ker je boljši vpogled podrobnosti zasenčil celoto.

Pod mikroskopom ni možno videti celotnega prvega vretenca temveč samo njegov mikroskopski delček, vendar ko gledamo cel atlas, je ta videti normalno. Bistvo ni atlas temveč njegova zamaknjenost iz anatomskega položaja.

Zaradi pretiranega posvečanja pozornosti na detajle mikroskopske in molekularne ravni je zapostavljeno nekaj, kar lahko vsakdo otipa pri sebi med dnom lobanje in vilico na levi in desni strani. To, kar se na tem mestu oziroma lokaciji lahko otipa sta bočni strani prvega vretenca. Povsem lahko se otipajo različne pozicije oziroma položaji na levi ali desni strani glede na dno lobanje in spodnjo čeljust.

Atlas zavzema ključno pozicijo oziroma položaj v telesu, pa je nepredstavljivo, da mu strokovnjaki medicine ne posvečajo posebne pozornosti. Kako je možno, da niso opazili majhne zamaknjenosti atlasa pri vsakem človeškem bitju? Zaznavali so večje zamaknjenosti pri ljudeh, ki so imeli fizične travme, kar je dobilo naziv »trajna poškodba«, vendar ni obstajala rešitev, da bi se atlas vrnil v ugodni položaj.

V človeškem organizmu je vse rahlo zamaknjeno s točne anatomske pozicije oziroma položaja in verjetno zaradi tega niso posvečali pozornosti atlasu. Vsi vidimo, da obstaja asimetrija človeškega telesa, tudi medicinska znanost. Neverjetno je, da strokovnjaki niso dojeli zaradi česa obstaja asimetrija, še bolj neverjetno pa je, da so jo razglasili za normalno samo zato, ker obstaja pri večini ljudi.

Pri ostalih sesalcih obstaja simetrija leve in desne strani telesa zaradi horizontalnega položaja. Pri naši vrsti je telo ukrivljeno zaradi pokončnega položaja, vendar nihče ni dojel kje nastane ukrivljenost.

Pri mitskem velikanu Atlasu je glava upognjena, zaradi česar ne vidimo njegovega izraza bolečine na obrazu, navsezadnje gre za napor izhajajoč iz podpiranja oziroma držanja nebeškega svoda. Ta simbolna ukrivljenost njegove glave, zatilja, tilnika in trpljenja pojasni kako je možno, da je največji problem človeštva ostal tako dolgo skrit pred človeškim znanjem.

Še nekaj je skrivalo omenjeni problem, to pa je strah za zatilje oziroma tilnik. Vsi imamo prirojeni strah za območje zatilja oziroma tilnika vendar je strah pri ljudeh medicinske stroke še večji. Njihov strah je pridobljen, ker vedo kaj vse se nahaja na področju atlasa, zaradi česar se bojijo za svoj tilnik, posledično pa jih je strah tudi za tilnike njihovih pacientov. Ko se pacient potoži na bolečine tilnika, jih napotijo k različnim specialistom, vendar oni sami ne smejo narediti nič, z različnimi posnetki snemanj pa poskušajo postaviti diagnozo, ki je v večini primerov neustrezna ali napačna.

Atlas je z rentgenom težko posneti, ker ga skriva lobanja. Zamaknjenost atlasa se lahko posname skozi odprta usta in od zgoraj skozi lobanjo vendar iz teh položajev ni moč videti oziroma razbrati vseh vrst zamaknjenosti. Dejstvo je, da radiologov ne učijo, kako naj posnamejo atlas niti kako opazovati njegov položaj.

Z razvojem magnetne resonance se vse zamaknjenosti vidijo malce bolje vendar je komaj v začetku dvajsetega stoletja odkritje 3D skenerja omogočil vpogled v zamaknjenost atlasa.

S pomočjo tako imenovanega 3D skenerja se lahko posnamejo deli fetusa še v maternici. Mogoče je videti, da je atlas minimalno zamaknjen tudi pri fetusu, vendar šele pred koncem nosečnosti.

Na področju atlasa ni opravljena niti ena operacija, ker je mesto preveč občutljivo vendar tudi zaradi tega, ker z operativnim posegom atlasa ni možno vrniti v anatomsko pravilni položaj.

Tisoče let so nadarjeni ljudje nameščali zglobe in hrbtenico drugim ljudem. »Kiropraktika« v prevodu iz starogrškega jezika pomeni »zdravljenje z rokami«, v dvajsetem stoletju pa je postala del sodobne medicine in je pomagala milijonom ljudi, vendar kljub temu ni uspela trajno odpraviti njihovih problemov. Zabloda kiropraktikov je v tem, da poskušajo namestiti hrbtenico in medenico, ob upanju, da se bo preostanek telesa sam povrnil v simetrični položaj vendar se to ne zgodi, ker se medenica in vretenca hrbtenice znova zamaknejo zaradi zamaknjenega atlasa.

Ko se omeni prvo vretence običajno pride do zmede oziroma nerazumevanja. Praviloma se misli, da se prvo vretence nahaja na dnu hrbtenice, v to so prepričani tudi nekateri medicinsko izobraženi posamezniki, ki so pozabili na položaj omenjenega vretenca v telesu. Omenjenega niti ni tako težko pozabiti, predvsem zaradi tega,

ker se učijo na milijone različnih zadev, atlas pa je zapostavljen in se o njem se učijo zelo malo. Ortopedi in fizioterapevti poznajo njegov položaj, vendar tudi oni atlasu ne posvečajo ustrezne vloge oziroma pomena. Ena od zablod je, da se zaradi gravitacije telo in hrbtenica ukrivljata od stopal navzgor, pa tudi zaradi tega nekateri menijo, da se atlas nahaja na dnu hrbtenice.

Kaj je spodaj in kaj je zgoraj? Odgovor je podal Einstein, ki je dokazal, da je vse relativno, odvisno od položaja iz oziroma s katerega se zadeva opazuje.

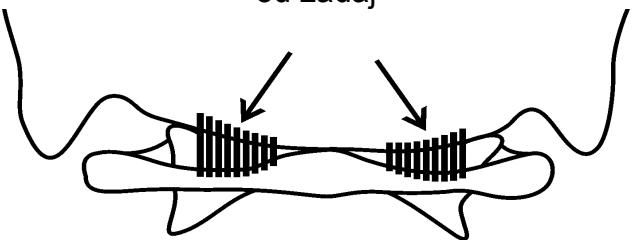
V začetku enaindvajsetega stoletja so ruski zdravniki odkrili, da bolezni nastajajo v predelu vratu, pa se s časom spustijo navzdol po telesu, vendar tudi oni niso dojeli, kje v vratu nastaja problem. Te raziskave in njihove ugotovitve so točne, ker o namestitvi atlasa bolezni izginejo skozi telo od zgoraj navzdol. Na srečo se proces izginotja obolenja odvija občutno hitreje od procesa njihovega nastajanja.

Naslednja zabloda je, da je prvo vretence sestavni del hrbtenice. Atlas je vretence vendar ni del hrbtenice, ker je z močnimi kratkimi ligamenti povezan z lobanjo in z njo tvori čvrsto celoto.

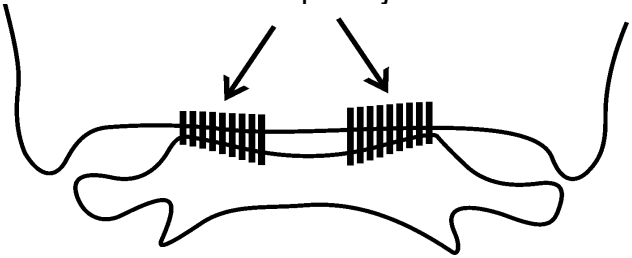
Obstajajo štirje ligamenti, ki držijo atlas v povezavi z lobanjo. Dva ligamenta sta zadaj, dva pa spredaj.

LIGAMENTI, KI POVEZUJEJO LOBANJO IN ATLAS

od zadaj



od spredaj



Osnovna naloga prvega vretenca je, da poveže glavo s telesom. Pri drugih sesalcih je atlas v razmerju do lobanje večji, kot pri nas, zaradi horizontalnega položaja telesa atlas drži glavo, ki je pred telesom, pa je zaradi tega povezava lobanje in atlasa bolj čvrsta. Pri ljudeh je zaradi pokončnega položaja atlas manjši, povezava med lobanjo in atlasom pa manj čvrsta.

V razmerju do velikosti telesa, je pri naši vrsti glava večja kot pri drugih sesalcih. Dobro je, da sta se nam glava in možgani povečali, vendar dobro ne gre brez slabega. Zaradi hitrosti povečanja glave se atlas ni uspel prilagoditi omenjeni spremembi ter se bolj čvrsto umestiti na svojem položaju. Povezava atlasa in lobanje ni dovolj močna, pa se zaradi udarca v glavo ali telo atlas še bolj zamakne.

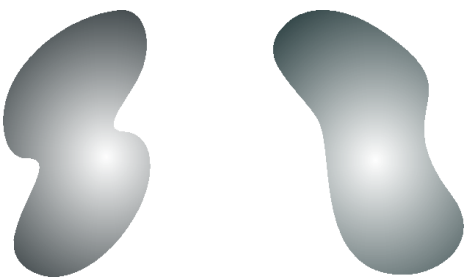
Najnovejše raziskave dokazujejo, da se nam glava v zadnjih dvajset tisoč letih zmanjšuje. Občasno se na razvojni poti zgodi napaka, ki se pozneje popravlja vendar za generacije pred nami in za našo generacijo so te spremembe prepozne, zaradi tega pa trpimo za različnimi obolenji.

Z odkritjem namestitve atlasa človeški rod lahko prvič trajno izboljša zdravje sedanji in prihodnjim generacijam.

Ko vemo, kaj sproža obolenja, je bolje odpraviti vzroke, kot pa zdraviti posledice. V knjigi podrobno opisujem vzrok nastanka obolenj, da bi se lažje razumelo, kako po odpravi njihovih vzrokov obolenja izginejo.

Na smeri pritiska vesolja se najprej znajde glava, ki z dnom lobanje neprekinjeno pritiska na atlas. Na dnu lobanje obstaja odprtina skozi katero gre hrbtenjača, ob omenjeni odprtini pa se nahajata dva koščena izrastka obložena s hrustancem. Omenjena izrastka se naslanjata na vdolbine na atlasu, ki so prav tako obložene s hrustancem. Površine stika lobanje in atlasa na levi in desni strani morajo biti enake, vendar pri nobenem stiku niso enake, zaradi česar na omenjenem mestu nastane največji problem človeškega rodu.

RAZLIKA POVRŠIN STIKA LOBANJE IN ATLASA



V dvajsetem stoletju je nekaj znanstvenih raziskav potrdilo, da pri vsakem človeku obstaja asimetrija leve in desne površine stika lobanje in atlasa. Če kjerkoli v telesu mora obstajati popolna simetrija, je to potem prav na omenjenem mestu, zaradi tega ker se z njega pričenja asimetrija celotnega telesa. Raziskave so pokazale, da je pri večini ljudi površina stika lobanje in atlasa večja na desni strani. Pri vsakem posamezniku so tudi površine stika stopal s planetom oziroma podlago sorazmerne površinam stika lobanje in atlasa. Pri večini je površina na dnu lobanje manj zaobljena na desni, kot na levi strani, vendar se do sedaj ni vedelo, kaj je temu vzrok.

Največji problem človeštva je nastal pred več deset tisoč leti, ko so se povečala jetra. Vendar bom o tem pisal v naslednjem poglavju.

Sedaj se vrnimo k anatomskemu zaporedju kosti, ki se nahajajo v smeri pritiska vesolja. Pod lobanjo se nahaja atlas, pod njim pa je drugo vretence imenovano AXSIS, ki v prevodu iz latinščine pomeni »os«. Samo atlas in axis sta zaradi svojih specifičnih nalog in oblik posebej poimenovana, vsa ostala vretenca pa imajo črkovno-številčne oznake.

Axis je dobil ime po izrastku, ki je podoben osi. Med obračanjem glave se prvo vretence skupaj z lobanjo obrača okoli izrastka na axisu. Na tem mestu je atlas v stiku z drugim vretencem, površina stika pa je majhna vendar je atlas še na dveh mestih v stiku z drugim vretencem, kjer pa so površine stikov večje, ker se na teh mestih atlas naslanja na axis. Omenjeni površini sta obloženi s hrustancem, mažeta se s posebno tekočino, da je glavo moč lažje obračati.

Pri večini ljudi se nekako od polovice življenja ob obračanju glave sliši škripanje, vzrok je v tem, da se zaradi zamaknjenega atlasa tanjša hrustanec na atlasu in axisu. Po namestitvi atlasa, škripanje postopoma pojenja, zaradi tega ker se hrustancu prvič omogoči pravilna regeneracija.

Stik atlasa in axisa je dosežen preko ligamentov in kratkih mišic, ki omogočajo obračanje glave.

Med lobanjo, atlasom in axisom ne obstajajo diski, tako, da je stik dosežen preko hrustanca. Diski obstajajo med vsemi ostalimi vretenci, njihova funkcija pa je povezovalna-povezava vretenc.

Zaradi elastičnosti diskov so možni medsebojni manjši premiki vretenc, tako, da se lahko nemoteno hrbtenica premika med gibanjem telesa. Zaradi pokončnega položaja imajo diski pri naši vrsti še dodatno vlogo in sicer nošenje delov telesa nad njimi ter blaženje pritiska na vretenca.

V medicini se ne posveča pozornost stiku lobanje in prvega vretenca, ker tam ni diska. Medicina obravnava probleme vretenc, diskov in diskus hernije, ker pa v stiku glave in telesa ni diskov, tam ni kaj zdraviti. Res je, da tam ni kaj zdraviti, vendar s tistega mesta izvirajo skoraj vsa obolenja.

Ne želim vas obremenjevati s podrobnostmi anatomije vendar vas kljub temu zanima zaradi česa ste oboleli, pa zaradi tega podajam samo osnovne informacije in podatke, da boste razumeli pozicijo v telesu iz katere nastajajo obolenja.

Stik oziroma zglob glave in telesa je po svoji sestavi unikaten zaradi tega, ker obsega tri celote-lobanjo, atlas in axis. Ta stik je najbolj obremenjen, ker se v eni uri v povprečju premakne okoli šeststokrat.

Atlas se nahaja v sredini omenjenega stika oziroma zgloba in njegova naloga je, držati v čvrsti povezavi lobanjo z axisom oziroma glavo s telesom. Grki so ga poimenovali »nosač«, vendar so nedavna znanstvena spoznanja dokazala, da atlas nosi telo in da vesolje na nas pritiska od zgoraj, zaradi česar staro poimenovanje ni več ustrezno.

Ne želim in niti ne morem spremeniti imena prvega vretenca vendar lahko opozorim na potrebo po spremembi poimenovanja, da bi se ljudje pričeli zavedati njegove prave vloge. Drži, da zaradi pritiska vesolja atlas nosi najpametnejšo glavo v do sedaj znanem vesolju vendar je njegova osnovna naloga povezati glavo s telesom, zato predlagam, da se prvo vretence imenuje POVEZOVALEC.

Dobro bi bilo, da ta predlog sproži razprave v znanstvenim krogih, ker bi bolj natančno poimenovanje omogočilo bolj jasno predstavo o njegovem pomenu za človeško zdravje.

Človek lahko visi obešen za noge vendar zelo kratek čas, ker ta položaj ni naraven. V tem primeru atlas trpi pritisk celega telesa vendar je tudi v tem primeru njegova osnovna naloga povezovanje glave s telesom. Ta primer kaže, da atlas nima ustreznega naziva.

Vračam se nazivu za atlantookcipitalni zglob. Gre za besedo, ki je sestavljena iz dveh delov: prvi je grškega, drugi pa latinskega izvora, gre pa za simbolno povezavo grške in rimske medicine. Vendar, kljub temu, da gre za dolgo besedo to ni zadosti, da bi opisala pomen tega zgloba.

Ta zglob povezuje dve kosti, lobanjo in atlas, vendar je sam le del večjega zgloba, ki povezuje tri kosti – lobanjo, atlas in axis, pa zaradi tega ni potrebno izpostavljati povezave lobanje in atlasa.

To je najpomembnejši zglob v našem telesu in bilo bi bolje, da tudi on dobi ustrezen naziv. Zaradi smeri pritiska vesolja (od zgoraj navzdol) je potrebno spremeniti zaporedje besed.

Če se spreminja naziv potem je potrebno zamenjati oziroma spremeniti tudi besedo »atlant« z besedo »atlas« in na koncu dodati besedo »axis«. Zaradi tega predlagam, da se ta zglob poimenuje OKCIPITALATLASOAKSIALNI ZGLOB. Ta naziv opisuje pravo stanje in vlogo tega zgloba.

Nova in točna terminologija je pomembna zaradi tega, ker gre za nova znanja, ki so ključna za zdravje in življenje.

Živimo v hitrem, digitalnem času v katerem se vse odvija hitreje, zdravniki imajo veliko dela med drugim tudi z administracijo, pa zaradi prihranka časa uporabljajo kratice in redko izpisujejo polne nazive. Latinska beseda za vrat je »cervix«, zaradi česar imajo vratna vretenca oznake C3, C4, C5, C6 in C7. Včasih atlas zapišejo, kot C1, axis pa kot C2. Lobanja je sestavljena iz več kosti vendar, ko pišejo o stiku lobanje in atlasa ter axisa, potem lobanjo označijo, kot C0 (nič). Tudi meni bo lažje, da za omenjeni najpomembnejši zglob uporabljam oznako C0-C1-C2.

Zglob C0-C1-C2 je neobičajen tudi zaradi tega, ker ima tri celote, ostali zglobi v telesu pa imajo dve. Atlas je vstavljen v ta zglob in videti je, kot, da tja ne sodi oziroma, da je kar odveč.

Vendar, vse v organizmu se na koncu koncev nanaša na atlas in atlas ne le, da ni odveč temveč ima njegova pozicija odločilni vpliv na to ali bomo živeli zdravo ali pa bomo bolni.

Samega atlasa zamaknjenost niti malo ne moti, tudi če je prevelika ne vendar tudi minimalna zamaknjenost prvega vretenca povzroča zdravstvene probleme zaradi tega, ker se nahaja na najbolj kritičnem mestu v telesu.

Atlas se nahaja v sredini zgloba C0-C1-C2. Vendar je zaradi čvrste povezave oziroma stika atlasa in lobanje videti, da omenjeni zglob povezuje dve celoti podobno, kot pri drugih zglobih v telesu.

Čvrsto celoto atlasa in lobanje omogočajo kratki in močni ligamenti. Ti ligamenti so v stanju neprekinjenega krča že od oblikovanja v maternici, zatem pa skozi vse življenje. Njihova osnovna vloga je povezovati atlas z lobanjo, kar bi lahko uspešno opravljali če bi se atlas nahajal v anatomskem položaju.

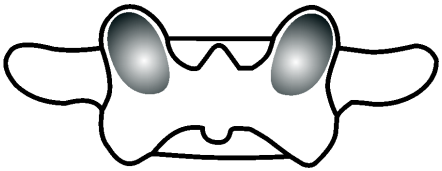
V normalnih okoliščinah je povezava lobanje in atlasa močna vendar tudi ob najblažjih udarcih v glavo ali telo ligamenti niso zmožni zadržati atlasa, zato, ker je ta že v zamaknjenem položaju. Hrustanec na atlasu in dnu lobanje je gladek, posledično pa to omogoča, da izredno lahko pride do zamaknjenosti.

Atlas je težek samo od dvajset do petindvajset gramov, nosi pa glavo težko od pet do sedem kilogramov. Razlika v teži in velikosti je občutna, zaradi tega ligamenti niso zmožni, v trenutku udarca zadržati atlas na mestu.

Atlas je najmanjše vretence in popolnoma drugačno v primerjavi z drugimi vretenci, ki so si med seboj podobna.

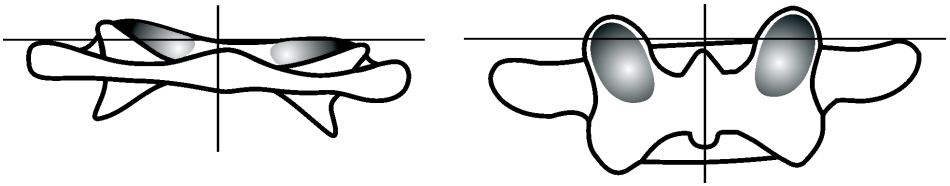
PRVO VRETENCA – ATLAS

ZADNJE VRETENCE – L5



Prvo in zadnje vretence sta nasprotno nagnjena, vendar enako obrnjena. Zadnje vretence je kot odsev atlasa v ogledalu. Napačna pozicija atlasa je vzrok, posledica pa je napačna pozicija zadnjega vretenca.

NASPROTNA NAGNJENOST ATLASA IN VRETENCA L5



V kiropraktiki in medicini je zadnje vretence najbolj pomembno zaradi tega, ker nosi zgornjo polovico telesa in je izpostavljeno največjim obremenitvam. Zadnje vretence se najbolj obravnava vendar je to napačno, ker ga ni moč trajno namestiti zaradi zamaknjenosti atlasa, ko pa se namesti atlas se zadnje vretence samo vrne v ustrezno pozicijo.

Atlas je zamaknjen pri vseh, ker je tako formiran oziroma oblikovan že v maternici. Pred rojstvom je atlas zamaknjen nazaj samo nekaj desetink milimetra, koti nagnjenosti in obrnjenosti pa so nekaj kotnih stopinj. Omenjene premiki so majhni vendar zadostni, da med življenjem povzročijo večje zamaknjenosti in večino obolenj.

MATERNICA

V maternici nastane nepravilna oblika telesa fetusa, vendar nihče ne ve zaradi česa pride do omenjenega in kakšne so posledice zaradi tega po rojstvu otroka.

Ne formira oziroma oblikuje se na napačnem mestu samo prvo vretence vendar je bolj pomembno, da se po namestitvi atlasa vse v

telesu vrne v naravni položaj, to pa je neverjetna možnost in po svoje tudi sreča. Idealno bi bilo, če bi se dojenčkom prvo vretence namestilo še preden shodijo ali pa otrokom pred puberteto, da bi njihov razvoj potekal na pravilen način vendar prepozno ni niti za najstarejše, ker bodo tudi oni zaznali občutna izboljšanja zdravstvenega stanja.

Obstaja nekaj teorij o tem zakaj nastanejo napake ob formiranju oziroma oblikovanju fetusa vendar jih ni moč dokazati znanstveno zaradi česar ostajajo na ravni špekulacij.

Fetus je v maternici dobro zavarovan, pa ne more prejeti udarca niti v primeru, ko mati prejme močan udarec v trebuh. Zaradi tega sem dojel, da ne gre za zamaknjenost temveč za formiranje oziroma oblikovanje atlasa na napačnem mestu.

Zdravstveni problemi človeškega rodu so se pričeli, ko se je pričelo povečevanje jeter in posledično motnje ravnotežja med levo in desno stranjo telesa. Fetus med nosečnostjo povečini spi obrnjen z desno stranjo proti tlom oziroma podlagi. Vsi so slišali za položaj fetusa vendar nihče ne posveča pozornosti temu, da je fetus med spanjem najbolj pogosto obrnjen z desno stranjo proti tlom. Zaradi povečanih jeter je pri fetusu desna stran težja in tako spi v tem položaju. Na fetus deluje zmanjšanja težnostna sila oziroma gravitacija vendar je zadostna, da se fetus spontano obrne na desno stran ne glede v katerem položaju je telo nosečnice.

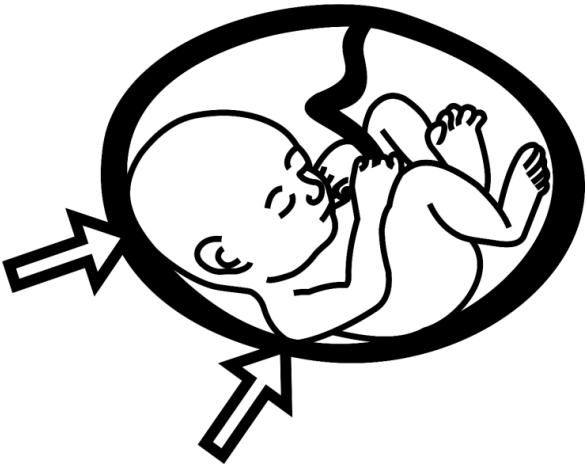
Življenje je nastalo v vodi in voda je osnovna sestavina vsakega živega bitja. V maternici se nahaja plodovna voda, sam fetus pa vsebuje več kot devetdeset odstotkov vode. Zaradi tega je dejstvo sile pritiska vesolja zmanjšano vendar je kljub temu prisotno in vpliva na položaj fetusa med spanjem, kot tudi na njegov razvoj.

Svoje večletne raziskave sem zaključil leta 2012 s teorijo o formiranju atlasa na napačnem mesu.

Atlas se formira oziroma oblikuje na napačnem mestu zaradi tega, ker so človeška jetra pretežka, posledično fetus najbolj pogosto spi z desno stranjo obrnjen proti tlom, maternica mu potiska glavo v upognjen položaj in v levo stran, desno ramo pa naprej.

To teorijo je lahko znanstveno dokazati zato ker že obstajajo milijoni posnetkov fetusov v maternicah. Potrebno je samo posvetiti pozornost položaju fetusa v razmerju do tal.

PRITISK MATERNICE NA FETUS



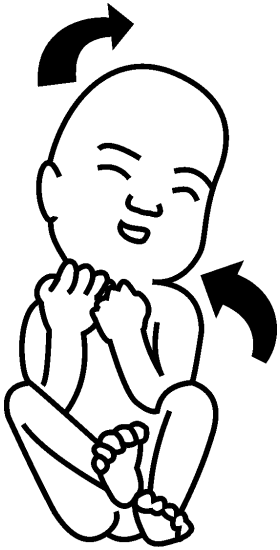
V rodu sesalcev maternica zagotavlja najboljše pogoje za razvoj fetusa, tako je tudi pri človeški vrsti. Sama maternica ni vzrok napačnega formiranja fetusa temveč je vzrok enotna podolgovata oblika človeškega telesa, ki je takšna zaradi pokončnega položaja. Drugi sesalci imajo sprednje in zadnje ude, mi pa imamo zgornje in spodnje. Pri sesalcih je prsni koš podaljšan, pri nas pa sploščen, pa smo zaradi tega najširši v ramenskem pasu. Pri drugih sesalcih je glava postavljena naprej glede na telo, pri nas pa je na vrhu telesa.

V prvih mesecih razvoja fetusa je glava večja od telesa, na koncu nosečnosti pa zavzame tretjino telesa. Med nosečnostjo maternica potiska glavo v upognjen položaj, ko pa se fetus postavi z desno stranjo proti tlom, tedaj mu maternica nagne glavo v levo stran. Zaradi pritiska maternice na glavo fetusa, se atlas formira v zamaknjenih položajih nazaj, desno in nagnjen, desno navzdol, levo navzgor.

Kot, da omenjene zamaknjenosti že ne bi bile dovolj, se zgodi še nekaj, kar povzroči tudi četrto zamaknjenost. Maternica potiska desno ramo naprej, na levi rami ni pritiska, zaradi tega nastane obrnjenost ramenskega pasu (desno-naprej, levo-nazaj) posledično pa je prvo vretence nasprotno obrnjeno (desno-nazaj, levo-naprej).

Ramenski pas je kot vzvod, katerega na enem koncu potiska maternica zaradi česa pride do dvojnega zavijanja telesa po vzdolžni osi. Opazujoč od zgoraj navzdol, sta glava in vratni del hrbtenice zavita v smeri urnega kazalca, preostali del hrbtenice in telesa pa v nasprotni smeri.

NASPROTNE ZAVITOSTI TELESA FETUSA



Ko se v maternici nahaja več fetusov, se njihovi atlasi formirajo v različnih pozicijah zaradi nezmožnosti, da se v omejenem prostoru maternice obrnejo z desno stranjo proti tlom. Zaradi tega so tudi pri enojajčnih dvojčkih pred rojstvom atlasi na drugačnih mestih.

Potrebno bi bilo opraviti posebno raziskavo, ki bi končno potrdila mojo teorijo. Pri enem od deset tisoč fetusov pride do anomalije pri kateri se organi formirajo oziroma oblikujejo razporejeni nasprotno na levi in desni strani.

Latinski naziv za omenjeni pojav je »situs inversus«. V tem primeru ima celo srce nasprotno orientacijo in smer bitja, atlas pa se formira nasprotno v primerjavi z absolutno večino fetusov in prav ta izjema bo potrdila pravilo in mojo teorijo.

Žal med razvojem fetusa nastane formiranje atlasa na napačnem mestu. Ta začetne zamaknjenosti so majhne vendar pri večini ljudi obstajajo vse življenjem in povzročajo zdravstvene težave.

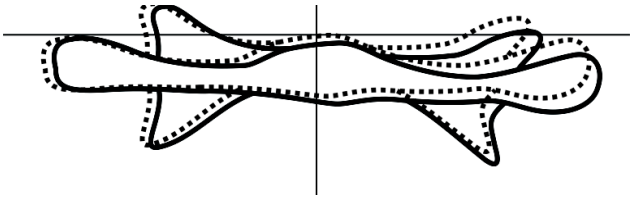
Atlas se v obdobju razvoja formira na napačnem mestu zaradi položaja glave v razmerju do telesa in obrnjenosti smeri ramenskega pasu. Ta začetna zamaknjenost je minimalna vendar ima maksimalne posledice na zdravje človeštva.

Pri absolutni večini fetusov je atlas v kombinaciji štirih položajev zamaknjenosti:

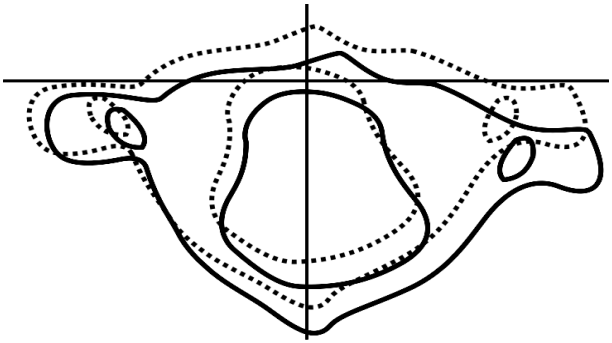
NAGNJEN desno navzdol, levo navzgor
DESNO
OBRNJEN desno nazaj, levo naprej
NAZAJ

anatomski položaj .....
napačni položaj _____

NAGNJEN IN DESNO



OBRNJEN IN NAZAJ



Te začetne zamaknjenosti atlasa so med življenjem prisotne pri večini ljudi in zaradi tega imajo podobne bolezni in podobno zaporedje pojavljanja bolezni. Pri manjšini se med življenjem atlas zaradi udarca oziroma udarcev v glavo ali telo zamakne na drugačen način oziroma v drugačen položaj zaradi česar so deležni drugačnih obolenj in deformacij.

Vse kar sem predstavil o formiranju atlasa na napačnem mestu oziroma položaju so moja osebna spoznanja, popolnoma nova za človeštvo. Nisem imel možnosti za znanstvene raziskave temveč sem do teh znanj prišel samo skozi procese razmišljanj.

V prihodnosti bodo znanstveniki preverili ta znanja in z veseljem pričakujem rezultate, ker bodo potrdili moja spoznanja, vse to pa bo v prid celotnemu človeškemu rodu.

Položaj med spanjem je osnovni vzrok ukrivljanja telesa fetusa in formiranja atlasa na napačnem mestu, v nadaljevanju pa bom omenil še nekatera dogajanja v maternici, ki lahko vplivajo na razvoj fetusa in formiranje atlasa na napačnem mestu.

Kot sem že zapisal imamo v rodu sesalcev največjo glavo v primerjavi s telesom. Med razvojem v maternici je tudi pri drugih sesalcih glava večja v primerjavi s telesom vendar je pri človeškem fetusu ta razlika bolj opazna, velikost in teža glave pa vplivata na formiranje atlasa na napačnem mestu.

Neprekinjeno bitje srca med razvojem fetusa lahko vpliva na zamaknjenost kosti fetusa, pa tudi na sam atlas. Srce se formira oziroma oblikuje konec prvega meseca in v naslednjih osmih mesecih naredi več kot štirideset milijonov utripov. Pri fetusu srce utripa občutno hitreje, kot pozneje v življenju. Ti utripi so šibki vendar je tudi organizem fetusa nežen, pa obstaja verjetnost, da ima tudi smer utripov srca vpliv na razvoj kosti fetusa. Utripi se odvijajo z desne na levo, pri tem pa vrh srca s kinetično silo udarja v levi del prsnega koša. Zaradi položaja fetusa med spanjem že obstajajo nasprotno zavijanje telesa, utrip bitja srca v prsni koš pa se odvijajo prav v smeri rotacije samega prsnega koša zaradi česar je pri večini fetusov prsna kost minimalno premaknjena v levo stran.

V rodu sesalcev srce med življenjem naredi okoli dve milijardi utripov, tako je tudi pri naši vrsti, da pa bi dojeli za kakšno silo gre, lahko naredite majhen eksperiment. Sedite na stol, vendar se ne naslonite temveč se vzravnajte. Po desetih sekundah boste začutili kako vam utripi srca premikajo telo levo-desno. Enako se dogaja pri fetusu vendar je ta vpliv še večji zaradi tega, ker se fetus nahaja v plodovni vodi v kateri vlada relativno breztežnostno stanje. Količina plodovne vode je različna od nosečnosti do nosečnosti kar lahko vpliva na položaj in razvoj fetusa.

Fetus je s popkovino povezan z maternico in sila s katero popkovina deluje na fetus je majhna vendar odvisno od položaja fetusa lahko vpliva na njegovo formiranje oziroma oblikovanje. Popkovina je ob porodu ovita okoli vratu vsakega drugega dojenčka vendar to ob porodu ni večji problem, ker porod traja relativno kratek čas, problem pa je v tem, da je popkovina med nosečnostjo vlekla vrat v eno stran zaradi česar sta se glava in telo usmerila v različne smeri. Možno je, da tudi omenjeno pogojuje formiranje atlasa na napačnem mestu, pa zaradi tega pred in po porodu nastanejo zdravstveni problemi.

Zaradi zamaknjenosti atlasa in stiskanja popkovine ovite okoli vratu slabijo živčni signali, kot tudi obtok krvi. Za fetus ne rečemo, da je bolan vendar če ima popkovino pogosteje in večkrat ovito okrog vratu, je lahko bolan.

Odvisno od tega kolikokrat je popkovina ovita okrog vratu, se atlas formira manj ali bolj zamaknjeno. Med nosečnostjo je popkovina pogosto ovita okrog vratu in se pozneje praviloma odvije, v primeru, da pa je popkovina ovita okoli pasu, nog ali rok pa pride tudi do zamaknjenosti prvega vretenca. Bolj bolni so otroci pri katerih je bila popkovina večkrat ovita na omenjene načine.

Moški fetusi so večji zaradi česar maternica bolj pritiska telo fetusa to pa je tudi vzrok, da se v maternici pri moških fetusih atlas formira na slabšem mestu.

Deset dni pred porodom se fetus postavi z glavo proti medenici nosečnice, pri večini nosečnic se medenica nahaja v napačnem položaju (nagnjena – desno navzgor, levo navzdol in obrnjena – desno nazaj, levo naprej). Medenica je minimalno zamaknjena vendar je to dovolj, da še bolj deformira telo fetusa in da zamakne atlas in to v smer v katerih je že zamaknjen.

Ena od teorij o formiranju atlasa v slabem položaju oziroma na slabem mestu trdi, da se to zgodi genetsko. Res je zadeva dedna vendar ni genetska, to svojo trditev pa bom pojasnil v naslednjem odstavku.

Človeški genom se je raziskoval že nekaj desetletij in končno so ga odkrili leta 2000. Med drugim so bili odkriti hoks geni zadolženi za formiranje oziroma oblikovanje kosti in njihovo pravilno usmeritev v telesu fetusa. Hoks geni dobro opravljajo svojo vlogo in ne morejo imeti vpliva na zamaknjenost kosti fetusa. Kosti se formirajo oziroma oblikujejo usmerjene v dobrih smereh, spreminja pa jih mehanična sila pritiska zaradi česa je oblika skeleta fetusa minimalno deformirana.

Imam še eno idejo zakaj pred rojstvom pride do dvojnega zavijanja telesa fetusa vendar jo je težko dokazati na tej stopnji razvoja znanosti. V vesolju je vse v stanju obračanja, tudi atomi. Telo fetusa je sestavljeno iz atomov in verjetno je, da ima tudi to določen vpliv. Organizem fetusa in odraslega človeka vsebuje energetske smeri obračanja, ki se imenujejo čakre. Od stopal navzgor skozi telo poteka vrtinec, ki spreminja smer in ko pride nad glavo ima nasprotno usmeritev. Slišati je neverjetno vendar je prav v teh smereh obrnjeno tudi telo fetusa.

Tisti, ki se bodo ukvarjali z raziskavami atlasa bodo morali upoštevati tudi dosedanje zaznave o možnih vzrokih njegovega formiranja na napačnem mestu.

Ni mi primarno pomembno, da se moja teorija izkaže za točno, vendar pa je za človeški rod pomembno, da se določi zaradi česa se atlas v maternici formira na napačnem mestu. Ko se bo to dokazalo, bo morda nekomu uspelo odkriti način za vpliv na razvoj fetusa, saj je vedno boljše odpraviti vzrok, kot pa obravnavati oziroma reševati njegove posledice.

Na sedanji stopnji tehnološkega razvoja verjetno ni mogoče vplivati na razvoj fetusa vendar je možno deklicam namestiti atlas. Med puberteto se jim bo medenica vrnila v anatomski položaj, tako, da se ob nosečnosti njihovi fetusi ne bodo razvijali v zamaknjeni medenici.

Med nosečnostjo nastanejo trije zamaknjeni položaji prvega vre- (nagnjeni položaj, položaj v desno, obrnjeni položaj in pomaknjen nazaj). Te kombinacije zamaknjenosti so med življenjem prisotne pri večini ljudi, s časom pa se atlas še bolj zamakne v omenjenih smereh.

Pritisk vesolja nas deformira že v maternici in to se nadaljuje skozi vse življenje, posledično pa smo iz desetletja v desetletje vse bolj bolni.

DEJSTVA

Dejstvo je neizpodbitna resnica in zaradi tega med pisanjem knjige posebno pozornost posvečam temu, da predstavljam samo resnico, zaradi spoštovanja do vas in sebe ter tega odkritja, ki je absolutno pravilno. Znanost brez težav lahko preveri nova znanja, ki jih predstavljam na teh straneh. Želim si, da se čim prej objavijo rezultati raziskav, ker bi se na ta način pospešila uporaba metode namestitve atlasa.

Dejstvo je, da se atlas formira oziroma oblikuje na napačnem mestu, dejstvo pa je tudi, da se skozi življenje dodatno zamika. Ligamenti, ki povezujejo atlas z lobanjo so raztegnjeni in ne morejo čvrsto držati atlasa, ki se zaradi omenjenega med porodom in skozi življenje še dodatno zamakne. Ko je atlas bolj zamaknjen, so ligamenti preveč iztegnjeni in ga šibkeje držijo, posledično se atlas vse lažje zamika, mi pa trpimo za vse več težavami in obolenji.

Žal, položaj nosečnice med porodom ni naraven. Nosečnice rojevajo v na pol ležečem položaju, ker je porodničarjem iz tega položaja lažje sprejeti dojenčka. Ženske so na tisoče let rojevale iz čepečega ali klečečega položaja, ker jim je v teh položajih gravitacija bila v pomoč ob porodu.

Porod je naporen za nosečnico vendar je še napornejši za fetus. Na eni strani popadki izvajajo pritisk na fetus, na drugi strani pa

je fetus izpostavljen tudi pritisku medenične odprtine. Omenjena pritiska najbolj obremenjujeta atlas fetusa, ki se ob porodu dodatno zamakne. Ko zapusti glava dojenčka telo nosečnice, nastopi trenutek v katerem se dojenčkov vrat nahaja na najožjem delu medenice matere sočasno pa pride do krajšega premora v katerem porodničarji obrnjeno glavo dojenčka, s čimer omogočijo prehod dojenčkovih ramen-porodničarji najbolj pogosto obrnejo glavo dojenčka prav v smeri v kateri je prvo vretence že zamaknjeno. Dojenček je najširši v ramenskem pasu in ko pridejo skozi ramena, je porod praktično zaključen. Moški fetusi so večji, posledično se jim že ob porodu atlas bolj zamakne.

Med porodom se temenske kosti lobanje fetusa preklopijo, kosti medenice nosečnice pa razširijo. Že nekaj deset tisoče let se dogaja, da dojenčki umirajo ob porodu zaradi velikosti glave in zaradi zmanjšane medenične odprtine. Ena raziskava je dokazala, da se nam v zadnjih dvajset tisoč letih glava zmanjšuje, potrebno pa je raziskati ali se medenica povečuje. Zaradi porodov bi bilo bolje, če bi se medenica povečevala.

Med sedmim mesecem nosečnosti je atlas fetusa manj zamaknjen, kot v devetem mesecu, telo fetusa pa je v sedmem mesecu prav tako manjše, kot v devetem. Med porodom v sedmem mesecu se atlas manj zamakne, pri dojenčkih rojenih s carskim rezom pa ne pride do zamaknjenosti atlasa. Otroci rojeni v sedmem mesecu imajo težave z zdravjem v začetku življenja vendar so skozi življenje bolj zdravi zaradi manjše zamaknjenosti atlasa.

Najbolje je, če je porod normalen in naraven. Žal, se občasno otrok rodi v medeničnem položaju pri čemer se prvo vretence še bolj zamakne, porod s pomočjo prijemalk ali vakuuma pa zadeve z vidika atlasa še samo poslabša. Znano je, da imajo otroci rojeni na omenjeni način skozi življenje resne težave predvsem zaradi večje zamaknjenosti atlasa ob porodu. Četudi je fetusu zagotovljen normalen razvoj do poroda, rodi pa se s pomočjo vakuuma, je takšen otrok pogosto bolan. Nekateri otroci zbolijo za cerebralno paralizo, tudi zaradi tega ker je ob porodu prišlo do prevelike zamaknjenosti atlasa.

V določenih državah nosečnice lahko izberejo način poroda. Vedno je potrebno poskusiti z naravnim porodom, najboljše pa je, da je telo nosečnice v čepečem položaju.

V rodu sesalcev je trajanje nosečnosti različno, mladiči pa se rojevajo manj ali bolj nedovršeni in zaradi dojenja določen čas ostanejo ob materah. Mi se rojevamo manj dovršeni v primerjavi z ostalimi sesalci zaradi velike glave fetusa in ozke medenice nosečnice.

Pri večini sesalcev so mladiči že po krajšem času sposobni stati na nogah, vendar je lažje stati na štirih, kot pa na dveh nogah. Zaradi omenjenega se dojenčki komaj po pol leta pričnejo plaziti po vseh štirih udih, tam okoli prvega leta starosti pa shodijo. Nekateri dojenčki shodijo samostojno, večina pa ob pomoči staršev.

Ko shodi, otrok navduši starše in dobi aplavz, ta radost tisoče generacij človeštva je čestitka prvemu homo erectusu, ki se je postavil pokončno.

V naši vrsti je čas vzgoje nove generacije najdaljši v primerjavi s katerokoli živalsko vrsto. V rodu sesalcev je povečini prisotna kombinacija instinkta in oponašanja staršev, v naši vrsti pa proces učenja življenja traja vse do polnoletnosti.

Starši pomagajo otrokom odrasti, otroci pa pomagajo staršem v njihovi starosti in tako na določen način vračajo ljubezen, ki so je bili deležni v procesu odraščanja. Ta neposredni odnos staršev in otrok traja celo življenje vendar nove generacije otrok skrbi in žalosti usoda ostarelih staršev, ki jih pestijo različne bolezni. Vzgoja otrok ni preprosta, vendar je še težje skrbeti za bolne starše.

Starši svojim otrokom zagotavljajo najboljše pogoje za razvoj in življenje. Ne obstaja nič boljšega od tega, da se dojenčki prinesejo, otroci pa pripeljejo na namestitev atlasa. S tem se otrokom zagotovita pravilen razvoj in dobro zdravje, staršem pa sreča v odraščanju njihovih otrok. Ko bodo otroci odrasli, bo njihovo življenje lepše, ker bodo živeli zdravi in bodo kot takšni lahko skrbeli za svoje starajoče starše, ki bodo prav tako bolj zdravi zatem, ko si bodo namestili atlas.

Povečini si pridejo namestiti atlas najprej starši, ko pa začutijo in spoznajo izboljšanje lastnega zdravja, pripeljejo še svoje otroke. Obstajajo tudi starši, ki na namestitev atlasa pripeljejo najprej svoje otroke, ker jim želijo zagotoviti zdravo odraščanje.

Do pojava dobe sodobne medicine je umrl vsak tretji otrok še v prvem letu življenja po rojstvu. Zamik atlasa med in ob porodu je zmanjšal imuniteto otrok, otroci pa so povečini umirali zaradi infekcij. Medicina je ob pomoči zdravil ohranjala življenja omenjenih otrok, vendar so tako odraščajoči otroci skozi življenje bili bolj bolni od svojih vrstnikov. Ko omenjeni otroci odrastejo imajo slabšo genetsko kodo, njihovi potomci pa jo podedujejo, zaradi tega pa je v zadnjih sto letih človeštvo iz generacije v generacijo vse bolj in vse hitreje degradirano.

V preteklosti je bila povprečna življenjska človeška doba bila okoli štirideset let. Življenje so skrajševale infekcije in vojne ter spopadi, vendar so tudi v preteklosti živeli ljudje, ki so dočakali osemdeset in več let.

Danes človeško življenje traja v povprečju petinsedemdeset let. Življenjska doba je podaljšana s pomočjo medicinske znanosti, ki je odkrila antibiotike proti infekcijam. Vendar je to podaljšano življenje v starosti obremenjeno s trpljenjem, večino ljudi pestijo različne bolezni. Žal, večina ljudi ne umira zaradi starosti temveč zaradi bolezni.

Strokovnjaki, ki se ukvarjajo z ocenami, kako dolga bi lahko bila življenjska doba človeka, pravijo, da bi lahko živeli sto dvajset let in to povsem zdravi. Vendar znanstvenikom ni jasno zakaj temu ni tako. Zamaknjenost atlasa je vzrok večine obolenj in krajšega življenja.

Neizpodbitno drži, da bolj kot je atlas zamaknjen, več je bolezni in obratno, manj, kot je atlas zamaknjen, manj je bolezni. Naš organizem ima z nameščenim atlasom ima možnost imeti življenjsko dobo sto dvajset let, vendar proti koncu življenja je neustavljiv učinek biološke ure, ki teče vse hitreje.

Dejstvo je, da tisoče let obstajajo zdravljenja in da se nenehno pojavljajo nove vrste zdravljenja vendar tudi, da so ljudje še naprej bolni, statistike pa kažejo, da smo vse bolj bolni. Statistika je znanost, ki se ukvarja z dejstvi. Včasih je ta znanost zlorabljena s strani posameznih skupin vendar ocena, da smo vse bolj bolni je popolnoma točna. Tudi brez statistike lahko vsakdo od nas to opazi v svojem okolju.

Sodobna medicinska znanost je vse bolj razvita, ljudje pa so vse bolj bolni. Nekaj glede na omenjeno ne funkcionira tako, kot bi moralo in tega logično ni možno pojasniti. Zamaknjenost atlasa sproža bolezni, medicina in farmacija pa umetno podaljšujeta življenje, vendar je to podaljšano bolno življenje. Krivca za omenjeno nista samo medicina in farmacija ampak sodobni način življenja nasploh.

Prehrana in življenjsko okolje sta vse bolj onesnažena, iz zraka, vode in hrane v enem samem letu vnesemo v telo povprečno štiri kilograme strupov.

Številni upajo, da nimajo zamaknjenega prvega vretenca. Žal, dejstvo je, da je prvo vretence pri vseh zamaknjeno, ker se že v maternici formira na napačnem mestu. Nekdo ima srečo, da je njegov atlas manj zamaknjen, drugi pa nesrečo, da je njegov atlas bolj zamaknjen. Zaradi zamaknjenosti atlasa je videti življenje, kot igra na srečo.

Dejstvo je, da obstajajo ljudje, ki živijo devetdeset let in nikoli niso bili bolni. Gre za izredno redke posameznike, edini vzrok njihovega boljšega zdravja in dolgotrajnosti pa je v tem, da so imeli srečo, da je med življenjem njihov atlas bil na boljšem mestu, kot pri drugih ljudeh. Vendar se atlas tudi pri njih ne nahaja na anatoms-

kem mestu, pa je priporočljivo, da si ga tudi oni namestijo, da bi živeli še bolj zdravo.

Dejstvo je, da so nekateri judje bolj bolni od drugih, vendar je dejstvo tudi, da ne poznamo vzroka zakaj je temu tako. Pri teh ljudeh je atlas bolj zamaknjen, posledično pa so bolj bolni. Morda ni dejstvo, da si vsi želijo dolgotrajnosti, vendar si praviloma vsi želijo živeti zdravo, žal pa ne vedo, kako to doseči.

ELIKSIR

Tisoče let je tisoče vladarjev pošiljalo tisoče predstavnikov na tisoče kilometrov in več dolge poti z namenom odkriti eliksir oziroma čudodelni napoj življenja. Vsakomur je najslajše življenje vendar je vladarjem moč oblasti ustvarila iluzijo, da so pomembnejši od podanikov.

Tudi današnji vladarji vztrajno iščejo eliksir življenja, med drugim za to plačujejo na tisoče najboljših znanstvenikov, vendar so prizadevanja še naprej neuspešna. Znanstveniki vedo, da bi lahko živeli sto dvajset let, vendar ne znajo odkriti kako to doseči. Eliksir praviloma iščejo izven telesa vendar tudi tisti, ki ga iščejo v telesu nikakor ne morejo ugotoviti, kje se nahaja. Do sedaj ni bila odkrita čarobna formula, ker pač ne obstaja. Vendar, eliksir življenja obstaja, vsi po vrsti pa ga iščejo na napačnem mestu. Eliksir ni oddaljen na tisoče kilometrov saj se nahaja v telesu. Oblastniki niso v privilegiranem položaju v primerjavi z drugimi ljudmi, ker ima vsako človeško bitje v svojem telesu še pred rojstvom popolni naravni eliksir, vendar je težava v tem, da mu nekaj omejuje, da bi deloval s polno zmogljivostjo. Zamaknjen atlas je zavora, ki upočasnjuje in ustavlja življenje.

Vse je preprosto, ko vemo za kaj gre. Zaključeno je neuspešno iskanje znanstvenikov, končno se lahko živi občutno bolj zdravo in dlje. Dojel sem, kaj je eliksir življenja in svoje znanje podarjam človeškemu rodu.

ELIKSIR ŽIVLJENJA JE NAMEŠČEN ATLAS.

Ko je prvo vretence na pravem mestu, je pretok živčnih signalov in snovi skozi telo normalno, to pa omogoča boljšo regeneracijo, zdravo in dolgo življenje.

Mlajši ljudje z nameščenim atlasom lahko živijo zdravo in dlje, ko pa se atlas namesti starejšim ljudem le ti doživijo preporod vendar morda ne bodo doživeli visoke starosti, ker je njihov organizem že desetletja trpel za različnimi obolenji.

Bistvo kakovostnega življenja je v dajanju in prejemanju ljubezni v življenjskem okolju. Uspešnost naše vrste temelji na sodelovanju, ki je nastala še v plemenski skupnosti. Zahvaljujoč številčnosti in hitrejši komunikaciji, je človeški rod postal eno ogromno pleme, katero se minimalno razlikuje od prvotnih plemen. Vsi mi izviramo iz tisoče parov, ki so preživeli naravno katastrofo pred dvainsedemdeset tisoč leti in ne glede na razlike smo vsi bratje in sestre, tako, da je med ljudmi potrebnega manj sovraštva in več ljubezni.

Vendar, ko je nekdo bolan, tedaj nima rad sebe, niti drugih, zaradi tega se vrnimo mestu v telesu iz katerega nastajajo bolezni, da bi dojeli zaradi česar obolevamo.

VZROK

Pri večini ljudi v svetu je zamaknjenost prvega vretenca vzrok skoraj vseh zdravstvenih problemov.

Atlas pritiska na živčne poti, zmanjšuje pretok snovi in ukrivlja telo. Samo ena od omenjenih nepravilnosti zadostuje za pojav bolezni, žal, pa je običajno prisotna kombinacija vseh treh nepravilnosti.

Kako je mogoče, da je ena majhna kost vzrok skoraj vseh bolezni, ogromnega človeškega trpljenja in krajšega življenja?

Odgovor na to vprašanje je preprost. Atlas se nahaja na najbolj pomembnem mestu v organizmu in zaradi tega že njegov minimalni zamik z anatomskega položaja slabi živčne signale, obtok krvi, s časom pa se posledično ukrivita hrbtenica in telo. Bolj ključno je vprašanje, kako je možno, da medicina ni posvečala posebne pozornosti atlasu, če pa je njegov položaj tako pomemben, vendar to preprosto vprašanje nima odgovora.

Sodobna medicinska znanost se ukvarja z DNK ter poskuša na molekularni ravni manipulirati z geni, poskuša nam spremeniti gentsko kodo. Operacije se izvajajo z mikroskopsko natančnostjo vendar medicinski strokovnjaki ne vidijo zamaknjenosti atlasa, ki je v povprečju širok devet centimetrov.

Medicina zdravi bolezni, atlas pa ni bolan, ker pač ne more zboleti. Od vseh kosti v telesu samo prvo in drugo vretence nimata izgube kostne mase, zaradi tega pa ohranita obliko in čvrstost do konca človeškega življenja. To je izredno pomembno mesto v telesu zaradi česa se atlas in axis pravilno regenerirata skozi vse življenje. Sam atlas ne zboli vendar njegova zamaknjenost povzroča skoraj vsa obolenja.

Kompleksnost organizma je izjemna tudi pri mikroorganizmih. Vendar tudi pri njih, velja enak princip, kot pri največjih živalih – najbolj droben delec telesa je v službi celotnega organizma in celoten organizem je v službi najbolj drobnega delca. Ko kateri koli del ne deluje, tedaj nastanejo problemi tudi v ostalih delih telesa. V naši vrsti je motena ključna pozicija – pozicija oziroma položaj atlasa, in to povzroča stalno pešanje organizma.

V mehanskih urah na desetine kolesc in na stotine njihovih zobcev postavi kazalke na mesto, ki kaže čas. Če je samo en zobec izven natančnega mesta oziroma položaja tedaj celotna ura ne deluje pravilno in kaže napačen čas.

Kje v človeškem telesu se nahaja tak pokvarjen oziroma nepravilno delujoč zobec pomembnega kolesca? Žal se nahaja, na najslabšem možnem mestu. Dno lobanje je pritisnilo atlas, posledično prihaja do okvare celotnega organizma, posledično pa se skrajša tudi življenjska doba. Povprečna življenjska doba je 75 let, kar je tretjina manj od možne.

V dvajsetem letu življenja dojamemo, kako kratko trajata dva desetletja, opazujemo pa tudi svoje babice in dedke, katere od petdesetega leta naprej vse bolj pestijo različne bolezni. Že v mladosti spoznamo, da se po treh desetletjih prične starost in predvsem zaradi tega hitimo skozi življenje.

Upamo, da bomo v starosti zdravi in da bomo uživali v tistem, kar smo ustvarili med produktivnim delom življenja, vendar praviloma do tega ne pride zaradi bolezni zaradi tega večji del pokojnine odvajamo za vztrajne poskuse zdravljenj. Celo tisti, ki doživijo sto let občutijo, da bodo ostali prikrajšani za nekaj let življenja in da niso dobili ali dali vse, kar so želeli.

Zamaknjenost atlasa je vzrok ukrivljanja telesa, to pa postane vzrok slabljenja živčnih signalov in zožitve krvnega obtoka.

UKRIVLJANJE TELESA

Do odkritja o zamaknjenosti atlasa je obstajalo napačno vedenje, da se hrbtenica in telo ukrivljata od stopal navzgor.

Zaradi česa prihaja do ukrivljanja telesa in kako je možno, da se telo pravzaprav ukrivlja od glave navzdol?

Pri dojenčkih je atlas že zamaknjen in zaradi tega je njihova glava malce nagnjena in zavita. Ko v šestem mesecu dojenčki pričnejo sedeti, se jim glava vzravna v razmerju do tal vendar se nagne v razmerju do telesa. To se dogaja, da bi senzorji za ravnotežje ostali v horizontalnem položaju, telo se ukrivlja, da bi glava ostala v vertikalnem položaju.

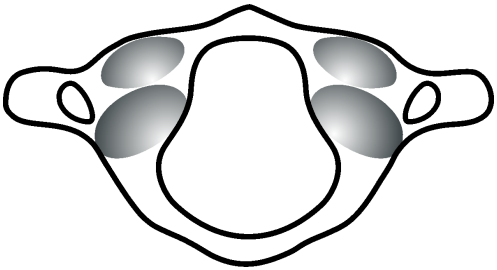
Center za ravnotežje omogoča ohranitev vzravnanega položaja brez padcev, posledice, ki se plačujejo za vzravnan oziroma pokončen položaj pa so bolečine in obolenja, ki nastajajo zaradi ukrivljanja hrbtenice in telesa.

Dojenčki in otroci čutijo,da jih na območju zatilja nekaj moti. Ko je pri dojenčkih in otrocih atlas preveč zamaknjen, ti držijo glavo spuščeno ali pa nagnjeno. Otroci pri katerih je atlas bolj zamaknjen spijo z neobičajnimi položaji glave v primerjavi s telesi, na ta način si v bistvu lajšajo bolečine v zatilju. Ko so otroci nervozni potiskajo ali udarjajo z glavo v naslone ali steno, kar nekaj otrokov sesa palec, kar se napačno tolmači, kot potreba po dojenju. Takšni otroci občutijo, da na območju zatilja pri njih ni vse kot bi naj bilo, vendar ne poznajo vzroka za omenjeno. Starši jih odpeljejo do zdravnika vendar zdravniki ne vedo za kaj točno gre, pa z napačnimi diagnozami in zdravljenji otrokom še poslabšajo stanje.

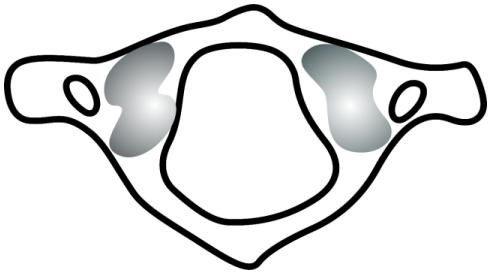
Stik lobanje in atlasa je izpeljan preko hrustancev na dnu lobanje in na zgornji strani atlasa. Na lobanji in na atlasu sta na levi in desni strani po dve stični površini, ki morata biti popolnoma simetrični tako glede oblike, kot velikosti. Tako bi naj bilo, vendar ni. Zaradi zamaknjenosti atlasa, dno lobanje izvaja večji pritisk na desno stran. Pri večini ljudi je na desni strani površina bolj razširjena.

POVRŠINE STIKA LOBANJE IN ATLASA

simetrični površini



asimetrični površini



Obstaja samo nekaj znanstvenih del, ki so se ukvarjala s hrustanci na dnu lobanje in na atlasu. Te raziskave so potrdile, da je pri večini ljudi površina stika večja na desni, kot na levi strani. To je bila samo ugotovitev, vendar nihče ni dojel zaradi česa obstaja asimetrija.

Objavljene so tudi raziskave, ki so primerjale razmerje površin stikov lobanje in prvega vretenca ob obremenitvi desnega in levega stopala. Dokazano je bilo, da obstaja povezava omenjenih površin s pritiskom stopal in da je pri večini ljudi pritisk na desni strani večji. Takoj po namestitvi atlasa, se zaradi boljše statike telesa pritiska levega in desnega stopala izenačita, hrbtenica in telo se prenehata kriviti.

STIČNE POVRŠINE STOPAL

pred namestitvijo atlasa

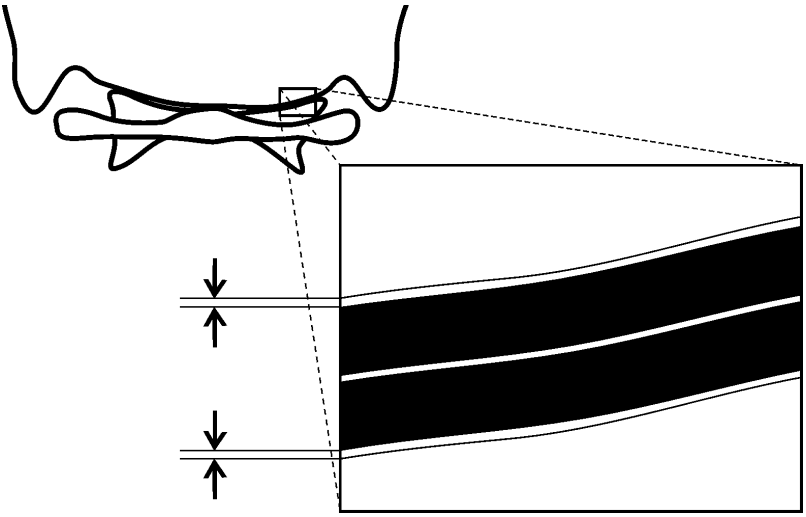
po namestitvi atlasa

Debelost hrustancev na dnu lobanje in na atlasu naj bi bila na vseh mestih enaka. Žal, pri večini ljudi to ne drži, hrustanci so stanjšani na mestih večjega pritiska.

Stanjšanje znaša samo par milimetrov vendar zaradi tega nastane največji problem človeškega rodu. To je za znanost ostalo skrito in neizmerljivo. Samo nekaj znanstvenikov se je ukvarjalo z omenjenim pa tudi ti niso dojeli zaradi česa je vse omenjeno tako, kot je.

DO SEDAJ JE BIL NAJVEČJI PROBLEM ČLOVEŠKEGA RODU SKRIT NA NAJBOLJ SKRITEM MESTU – POD GLAVO

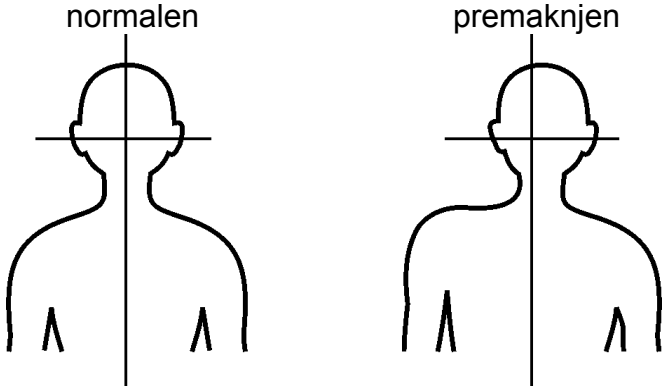
STANJŠANOST HRUSTANCEV



Zaradi popolne resnice in čim boljšega dojemanja vsega omenjenega, je pomembno poudariti, da atlas ni vzrok trpljenja, niti ni odgovoren za trpljenje človeštva. Zamaknjenost atlasa je samo posledica, vzrok skoraj vseh nepravilnosti in problemov pa je nagnjenost in zavitost glave v razmerju do telesa pri vsakem človeku. Ta trditev deluje neverjetno, ker je s prostim očesom moč videti, da skoraj pri vseh ljudeh glava stoji povsem normalno.

Res je, da pri večini ljudi glava stoji pravokotno na tla, vendar pa ne stoji normalno glede na telo. Glava fetusa je že v maternici postavljena na minimalno slabem mestu glede na telo, položaj glave pa se samo poslabšuje, ko dojenčki pričnejo sedeti ali ko shodijo, kar pa se žal nadaljuje tudi skozi življenje.

POLOŽAJ GLAVE GLEDE NA TELO



Znanstveno je potrjeno, da je najvišjo starost dočakala Jean Louise Calment (1875-1997), ki je živela 122 let in 164 dni. Njene fotografije, ki so dostopne na svetovnem spletu omogočajo, da zlahka opazimo, da njena glava stoji popolnoma pokončno glede na telo. Francozinja sodi med redke ljudi na svetu, pri katerih je bil atlas vse življenje na dobrem mestu.

Glava se zaradi zamaknjenosti atlasa vzravna, da bi senzorji za ravnotežje bili v horizontalnem položaju, s čimer se zagotovi, da ne pademo vendar se zaradi tega krivita hrbtenica in telo.

Krivljenje telesa napačno obremenjuje zglobe, kar posledično stanjša hrustance na njih. Mišice poskušajo to popraviti vendar se na ta način utrujajo, posledično pa se pojavijo bolečine. Večina ljudi poskuša bolečine ublažiti z zdravili ali masažami. Izvajajoč masaže samostojno, s pomočjo družinskih članov ali profesionalnih maserjev tratijo čas in denar za zanemarljivo lajšanje bolečin.

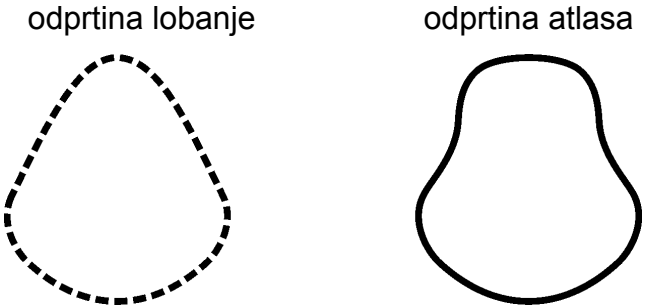
Vzravnan oziroma pokončen položaj nam je omogočil, da smo to, kar smo, zamaknjen atlas pa nam ne omogoča, da bi bili zdravi. Ne moremo se vrniti na štiri noge, vendar pa prav tako ne moremo živeti z obolenji.

Do namestitve atlasa pritisk vesolja ukrivlja telo, zaradi tega postajamo bolni, po namestitvi pa ta isti pritisk postopoma vzravna telo in postajamo vse bolj zdravi.

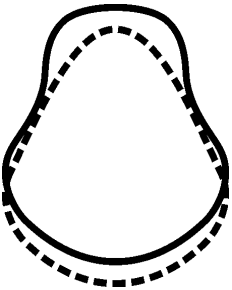
SLABITEV ŽIVČNIH SIGNALOV

Na dnu lobanje obstaja odprtina skozi katero gre hrbtenjača, odprtina pa obstaja tudi sredi atlasa. Zaradi zamaknjenosti atlasa omenjeni odprtini nista skladni, odvisno od tega kje in kako je zamaknjen, atlas nenehno izvaja pritisk na živce.

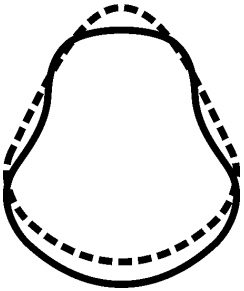
NESKLADNOST ODPRTIN LOBANJE IN ATLASA



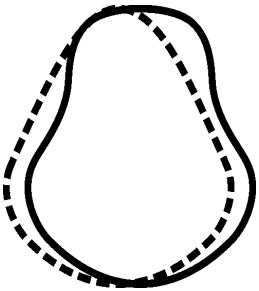
odprtina atlasa od spreda



odprtina atlasa od zadaj



odprtina atlasa z desne



Te posamične zamaknjenosti so redke, pri večini ljudi pa so pristne kombinacije vseh štirih vrst zamaknjenosti.

Ko nekaj steče, tako, kot naj ne bi, se s časom vse skupaj še samo poslabša. Žal, je ta princip pri nas prisoten od formiranja oziroma oblikovanja atlasa pa vse do konca življenja.

Atlas pritiska na hrbtenjačo na najslabšem možnem mestu. Na področju atlasa se nahaja začetek hrbtenjače, tam pa gredo skozi tudi vsi živčni signali. Vendar, najhuje je to, da se tam nahaja najstarejši in najmanjši del možganov, v katerem so centri za osnovne življenjske funkcije.

Običajno velja, da so možgani ena celota vendar velja, da so možgani sestavljeni iz več celot, od katerih ima vsaka zase svoje naloge.

Rimski zdravniki so zaznali razširitev na začetku hrbtenjače in so jo napačno poimenovali »Medulla oblongata«, ne vedoč, da gre za del možganov.

To je še en primer, ki priča, kako so se prvotni napačni nazivi zadržali vse do današnjih dni. Po nepisanem pravilu obstajajo natančni nazivi, ki se razlikujejo od znanstvenih nazivov, takšen pa je primer tudi, ko gre za najmanjše možgane. Različni narodi jih imenujejo »center življenja«, »vozel življenja«, »drevo življenja«, »steblo življenja« in »križišče življenja«.

Tudi v medicini obstaja več nazivov – vegetativni, avtonomni, avtomatski in primarni možgani. Noben drugi del možganov nima toliko nazivov, kar kaže na njihov pomen. Ob izjemni pomembnosti za delovanje oziroma funkcioniranje organizma, se še naprej temu delu možganov ne posveča nujna pozornost, niti se ne ve, da atlas pri skoraj vseh ljudeh sveta izvaja manjši ali večji pritisk.

Za ta del možganov bom uporabljal naziv »prvi možgani«, ker s tem poimenovanjem najbolj točno opišem njegovo vlogo. Prav od

tam se izdajajo ukazi za delovanje srca, dihanje, obtok krvi in limfe, pritisk krvi, delovanje prebavnih organov in mišične aktivnosti.

Ob teh osnovnih nalogah iz prvih možganov se izdajajo še ukazi – za telesno temperaturo, izločanje sline, požiranje, kihanje, kašljanje, bruhanje, pa tudi ukazi za spanje in prebujanje.

Ukazi za stanje budnosti in stanje spanca se zdijo nepomembni vendar to sploh ne drži, saj se organizem med spanjem zdravi in regenerira. Mi zaspimo, ko prvi možgani izenačijo frekvenco leve in desne strani velikih možganov, zbudimo pa se ko jih ločijo. Donedavna je veljalo, da se med spanjem organizem zdravi in regenerira do okoli devetdeset odstotno, vendar so najnovejša znanstvena odkritja pokazala, da gre v bistvu za vrednost devetindevetdesetih odstotkov. Najbolje bi bilo, če bi se zbudili, ko bi se za to odločili prvi možgani, ne pa da se zbudimo s pomočjo budilke s čimer prekinemo procese, ki potekajo med spanjem.

Prvi možgani s posredovanjem dvanajstih možganskih živcev izvajajo čutilno komunikacijo z zunanjo okolico, iz telesa prejemajo informacije ter reagirajo na vse signale.

Iz prvih možganov se telo ne regulira samo fizično temveč tudi psihično. V prvih možganih se nahajajo centri za počutje, motivacijo, občutke, koncentracijo in orientacijo. Psihiatri in psihologi so jih zapostavili tako, da praviloma v velikih možganih iščejo vzroke psihičnih težav.

Zaradi horizontalnega položaja hrbtenice in odprtine atlasa prihaja do stiskanja in gnetenja hrbtenjače in ne glede na to kje je hrbtenjača pod pritiskom to posledično slabi živčne signale. Vendar je najhuje, ko so stisnjeni prvi možgani, ker v tem primeru ne morejo delovati s polno zmogljivostjo. Odvisno je kaj je v prvih možganih stisnjeno, lahko pa namreč nastanejo srčne ali dihalne motnje, poslabša se obtok krvi in limfe, poveča ali zmanjša se krvni pritisk, poslabša se prebava, porajajo se psihične težave. Zaradi večjih stiskanj in gnetenj prvih možganov pride do več obolenj.

Omenil sem, da se prvo vretence obrača okrog izrastka na axisu. Okrog tega izrastka se na treh straneh nahaja kost atlasa, na četrti strani pa je močan ligament, ki je del atlasa. Prav ta ligament izvaja stalni pritisk na prve možgane in v primeru, ko je atlas zamaknjen samo za delček milimetra to povzroča motnje organizma. Sreča v nesreči je, da omenjeni ligament ni kostni del atlasa, saj bi v takem primeru bil omenjeni pritisk še večji oziroma močnejši, posledično pa bi trpeli za še več obolenji.

Primitivni organizmi so imeli samo prve možgane. S časom so se organizmi razvijali in nastajali so novi deli možganov in nove živčne poti, ki so svojevrsten dodatek prvi živčni poti.

Z leve in desne strani prvega vretenca se nahajata levi in desni vagusni živec oziroma nervus vagus. Pri večini ljudi je atlas nagnjen in obrnjen, zaradi česa prihaja do stisnjenosti vagusnega živca. Odvisno od stopnje stisnjenosti nastanejo dodatni problemi v organizmu. Levi in desni del srca dobivata različne signale iz levega in desnega vagusnega živca in zaradi tega nastajajo aritmije ter srčne motnje. Podobno je tudi z drugimi neparnimi organi, to pa je problem tudi za parne organe. Zaradi stisnjenosti enega od vagusnih živcev je ena ledvica zdrava, druga pa bolna ali pa so v njej nastali kamni.

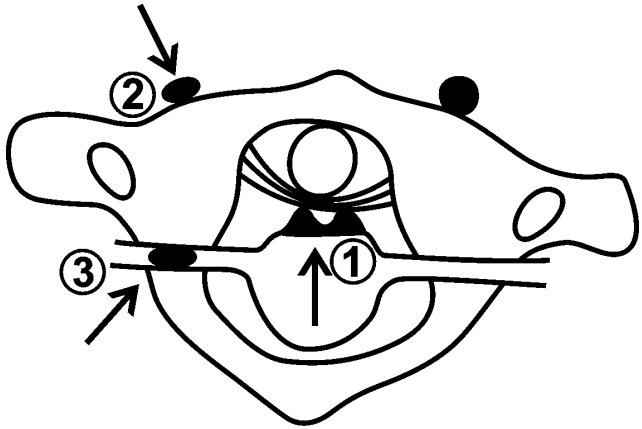
Človeška vrsta je edina, ki se poti. Z urinom iz blatom se iz organizma izločajo produkti metabolizma, pri človeški vrsti pa obstaja tudi izločanje skozi kožo. S potenjem se uravnava tudi telesna temperatura. Obstajajo ljudje, ki se potijo malo in tisti, ki se potijo preveč, te nepravilnosti pa so posledica tega, da atlas izvaja pritisk na vagusni živec v katerem se izda signal za potenje. Po namestitvi atlasa pri večini ljudi pride do regulacije potenja.

Zamaknjen atlas stiska prve možgane in nervus vagus oziroma vagusni živec stiska še eno živčno pot. Z leve in desne strani med lobanjo in atlasom se širijo živci, ki oživčujejo glavo. Odvisno od tega kako je atlas zamaknjen prihaja do različnih pritiskov na te tri živčne poti in zaradi tega obstajajo različne kombinacije težav ter obolenj. Ljudje imajo različna obolenja zaradi različne zamaknjenosti atlasa.

Med življenjem atlas vse bolj gnete in pritiska živčne poti zaradi česar se poslabšuje stanje celotnega organizma in prihaja do novih obolenj.

KOMBINACIJE PRITISKOV NA ŽIVCE

1. prvi možgani 2. nervus vagus 3. živec za glavo



Atlas nenehno izvaja pritisk na živčne poti in slabi signale, postopoma pa nastanejo tudi druge motnje.

Hrbtenica se ukrivlja zaradi zamaknjenega atlasa zaradi česar vretenca ne stojijo na ustreznem mestu. Iz hrbtenjače vodijo živci do organov, ki se širijo ob vretencih. Živčni signali so ob atlasu oslabljeni, pritisk ostalih vretenc pa jih še dodatno slabi. V starosti se hrbtenica vse hitreje ukrivlja, posledično pa nastane vse več zdravstvenih problemov.

Ko živci pridejo iz hrbtenice, gredo ob rebrih, živčni signali pa dodatno slabijo zaradi spanja v slabih položajih. To postaja veliki zdravstveni problem, zaradi tega, ker organi najbolj delujejo prav ponoči.

ZOŽENJE KRVNIH POTI

Pri drugih sesalcih je prvo vretence podobne širine, kot tudi druga vratna vretenca, pri naši vrsti pa je prvo vretence širše zaradi pokončnega oziroma vzravnanega položaja in povečane glave. Skozi atlas in ob njem gredo krvne poti proti možganom, stisnjeni in zgneteni pa so zaradi zamaknjenosti in širine atlasa.

Atlas in vratna vretenca imajo ob strani luknjice oziroma odprtinice skozi katere potekata vertebralni arteriji. Seveda so vse krvne žile v telesu pomembne vendar sta vertebralni arteriji najbolj pomembni zaradi tega, ker skozi njiju doteka kri v spodnje dele možganov, zadolženih za delovanje celotnega organizma.

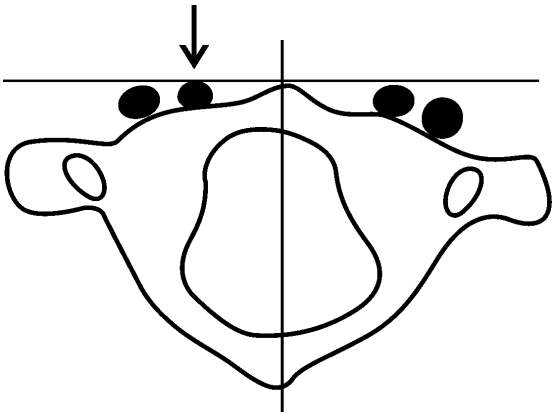
Ko leva in desna vertebralna arterija vstopita v lobanjo se združita v Willisov arterijski krog, s čimer se izenači pritisk krvi preden ta vstopi v možgane. Zaradi manjšega dotoka krvi z ene strani, se na začetku Willisovega kroga ustvari vrtinčenje krvi, posledično pride do sprostitve dušika v atomski obliki. Dušik uničuje krvne celice možganov, kar je eden od vzrokov nastanka Alzheimerjeve bolezni, ki starejšim otežuje življenje.

Plešavost je v mladosti estetski problem, številni starejši moški pa ostanejo povsem brez las. Pri moških je plešavost neprimerljivo bolj prisotna kot pri ženskah vendar ni znano, zakaj je temu tako. Zaradi zamaknjenosti atlasa je pri moških glava bolj upognjena kot pri ženskah, kar pomeni, da nimajo zadosti krvi pod kožo glave, kri pa prinaša gradbene delce za rast las. Zadnje mesto, ki ga prizadene plešavost je zatilje, zaradi tega ker je v zatilju še vedno dovolj krvi v primerjavi z drugimi deli glave. Ko se dečkom ali fantom namesti atlas, se jim občutno zmanjša verjetnost za plešavost.

Opazujoč od zadaj, sta na prvem vretencu opazna dva kostna izrastka na katera se naslanja lobanja. Pri večini je izrastek na desni

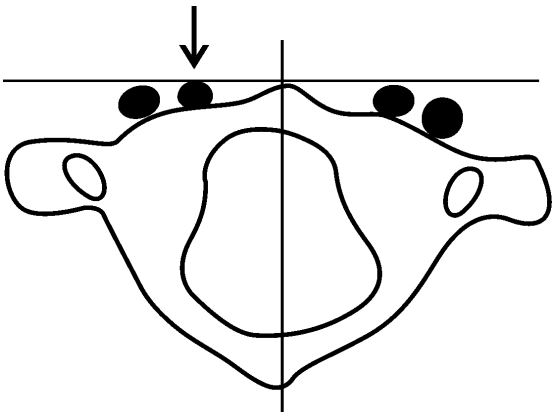
bolj nagnjen, ker na tistem mestu lobanja najbolj pritiska atlas. Ob omenjenima izrastkoma potekata vertebralni arteriji, pri večini je desna vertebralna arterija tanjša od leve, zaradi česa skozi njo doteka manj krvi v desni del spodnjih možganov.

PRITISK NA DESNO VERTEBRALNO ARTERIJO



Karotidni arteriji potekata skozi vrat in gresta ob prvem vretencu. Skozi karotidni arteriji prihaja kri v zgornji del možganov. Pri večini ljudi je atlas na levi strani dvignjen in obrnjen naprej, tako, da neprekinjeno izvaja pritisk na levo karotidno arterijo, posledično pa večina ljudi nima zadostne količine krvi v levi strani zgornjih možganov, zadolženih za racionalno razmišljanje. Atlas je zamaknjen pred rojstvom in zaradi tega skozi levo karotidno arterijo od začetka življenja teče 15 odstotkov manj krvi, kot skozi desno.

PRITISK NA LEVO KAROTIDNO ARTERIJO



Zaradi podobno zamaknjene pozicije atlasa, je pri večini ljudi zmanjšan dotok krvi v desni del spodnjih možganov ob sočasnem zmanjšanem dotoku krvi v zgornji levi del velikih možganov.

Žal velja podobno tudi z vrnitvijo krvi iz možganov. Vene so prav tako pritisnjene z atlasom, kar vodi do upočasnitve pretoka krvi skozi možgane zaradi česar pride do nalaganja nečistoč v krvnih celicah. Možgani so najbolj zaščiteni organ vendar preko krvi vanje prihajajo tudi nečistoče.

Živčni signali se širijo z elektrokemičnimi reakcijami. Ko so živčne poti motene prihaja do upočasnjenega pretoka signalov, posledično pa se zaradi tega zmanjšuje funkcioniranje oziroma delovanje organov in sistemov v organizmu. V možganih prihaja do nalaganja železa iz krvi, molekule železa pa ustvarjajo svojevrstni kratki stik in slabijo živčne signale.

Iz možganov izvirajo oslabljeni signali, ki še dodatno oslabijo zaradi stisnjenosti živčnih poti ob atlasu in ob ostalih vretencih.

POSLEDICE

V naravi običajno obstajata en vzrok in ena posledica, zamaknjenost prvega vretenca pa je en vzrok s preveč oziroma več posledicami.

Povedano v računalniškem jeziku – v spodnjem delu možganov obstajajo programi za točno funkcioniranje oziroma delovanje organizma vendar, ko zaradi zamaknjenosti prvega vretenca vsi signali ne dosežejo celotnega organizma , pride do odstopanj od normalnega funkcioniranja. Podobno je tudi s pretokom snovi skozi telo, za normalno funkcioniranje celic, organov in vseh sistemov so potrebne zadostne količine snovi, ki jih organizem potrebuje pravočasno.

Metabolizem je usklajenost različnih sistemov v organizmu, zato je normalni pretok snovi ključnega pomena. Celice za svoje življenje uporabljajo kemijske spojine iz medceličnega prostora, ko pa omenjenih ni dovolj ali pa jih je preveč, tedaj celice ne morejo funkcionirati normalno.

Likvor ali cerebrospinalna tekočina (CSF) je bistra, brezbarvna telesna tekočina, ki obdaja možgane in hrbtenjačo, njena naloga pa je zaščita možganov in hrbtenjače. Zamaknjenost atlasa ne predstavlja težav CSF okrog možganov vendar zmanjšuje njen pretok okoli hrbtenjače, zaradi česa le-ta morda ni dovolj zaščitena.

Zaradi zamaknjenosti atlasa niti žleze slinavke ne funkcionirajo v celoti. Premalo sline ali pa njena slaba sestava vplivata na pre-

bavo hrane. Pospešeni tempo sodobnega življenja nas sili, da pogosto jemo hitro, posledično pa se slina ne izrabi, kot bi se lahko.

Limfa in limfni sistem sta prva obrambna črta organizma pred virusi, bakterijami in drugimi nečistočami. Limfni sistem obstaja v celotnem organizmu vendar je najmočnejši v zgornji tretjini telesa, ker se zunanji povzročitelji bolezni večinoma vnašajo v organizem z dihanjem in hrano. Zamaknjenost atlasa ima vpliv na limfne poti in zmanjšuje naravno zaščito organizma pred biološkimi napadalci.

Upravičeno se kri imenuje »tekočina življenja«, ker ima nalogo nošenja hranljivih delcev in kisika vsem celicam, svojo vlogo pa ima tudi v čiščenju organizma. Ko atlas stisne center za obtok krvi, s tem ogrozi vse sisteme v organizmu.

Energija za funkcioniranje oziroma delovanje organizma nastaja s procesom izgorevanja delcev iz hrane iz kemijskih spojin pa se izloča material za gradnjo celic, ki omogoča popolno regeneracijo. Zaradi zamaknjenosti atlasa se poslabša metabolizem, posledično pa se zmanjša zmogljivost regeneracije.

Ko zdravje ogrozi osnovni vzrok obolenj, organizem oslabi in tedaj zunanji dejavniki še lažje vplivajo na poslabšanje zdravja. Če telo pestijo težave in obolenja, organizem porablja življenjsko energijo za poskuse ozdravitve, vendar popolne ozdravitve ni zaradi zamaknjenega atlasa. Poskusi ozdravitve terjajo in porabljajo energijo ter slabijo imuniteto zaradi česa virusi, bakterije in paraziti še hitreje in lažje izčrpajo organizem.

Motnje v funkcioniranju oziroma delovanju organizma vodijo v težave, nekatere težave pa prerastejo v obolenja.

Težave so žarišča iz katerih postopoma nastajajo obolenja. Za nekatera žarišča niti sami ne vemo, da sploh obstajajo, ni pa jih možno odkriti niti z medicinskimi preiskavami, posledično se jih praviloma odkrije šele zatem, ko se je obolenje že razvilo.

Težave so lahko estetske, psihične in zdravstvene. Estetske težave so: grbavost, debelost, celulit, škilavost,…Psihične težave so: depresije, zmanjšana pozornost in koncentracija, utrujenost, jecljanje,… Z estetskimi in psihičnimi težavami se lahko živi vendar je kakovost življenja nižja oziroma manjša. Zdravstvene težave so najbolj številne mednje pa sodijo: oslabljen sluh in vid, vnetja sinusov in ušes, krvavitve iz nosu in dlesni, oteženo dihanje, slabša cirkulacija, kila oziroma hernija, diskus hernije, mravljinčenje v rokah ali nogah, pretirano ali zmanjšano potenje, otekanje zglobov, glavoboli, omejeni gibi, ploska stopala, vnetje lojnic (mozoljavost), otiščanci,…

Težave običajno ne ogrožajo življenja vendar pa ga otežujejo. Zaradi dodatno zamaknjenega atlasa postopoma nastanejo nove težave, ki vodijo do resnega poslabšanja zdravja, kar pa že lahko ogrozi tudi življenje.

Na primer debelost je težava, ki povzroča tanjšanje diskov med vretenci, posledično pa se oslabijo signali iz hrbtenjače, kar povzroča pričetek obolevanja organov, išias in diskus hernije pa se poslabšajo. Zamaknjen atlas ukrivlja, zglobi več niso na pravih pozicijah, debelost pa dodatno stanjša hrustance kolkov, kolen in stopal.

Smrčanje je v preteklosti veljalo za težavo vendar se danes ve, da gre za obolenje. Med spanjem se zaradi smrčanja nekajkrat ustavi dihanje in nekatere življenjske funkcije. Kakovostno spanje je ključnega pomena za zdravje, s smrčanjem pa se spanje prekinja, posledično pa prihaja do motenj v organizmu. Večletno izčrpavanje organov in sistemov vodi do dodatne oslabitve organizma zatem pa tudi do razvoja drugih obolenj.

Otežen in oslabljen pretok signalov ter snovi onemogoča pravilno regeneracijo organizma in degenerativne spremembe postanejo težka kronična obolenja, ki ogrožajo samo življenje. Tumorji, ciste in artritisi dodatno slabijo imunost, telo pa je še bolj izpostavljeno infekcijam, tako, da nekdo umre zaradi gripe in zaradi karcinoma.

Težave in obolenja naj ne bi obstajala, obstajajo pa samo zaradi tega, ker se prvo vretence ne nahaja na točni poziciji.

POZICIJA

Homo erectus je s pokončnim položajem pridobil preglednost, prednost in prevlado nad nižjimi, pozicija oziroma položaj v prostoru pa je ključna za obstoj.

Organizem je kompleksen mehanizem v katerem mora biti vse natančno pozicionirano, da bi funkcioniralo usklajeno, vendar pri človeški vrsti temu ni tako. Že v maternici nastanejo premiki iz anatomskih pozicij med življenjem pa se zaradi zamaknjenega atlasa kosti, zglobi in organi še bolj premaknejo iz anatomskih pozicij.

Mišice in notranji organi so pritrjeni na skelet, zaradi tega kosti niso na svojih točnih anatomskih pozicijah, enako pa velja tudi za mehka tkiva. Medsebojno gnetenje, stiskanje in pritiskanje notranjih organov otežuje njihovo normalno funkcioniranje, tudi zaradi tega nastajajo težave z zdravjem.

Zglobi povezujejo kosti in omogočajo gibljivost vendar zaradi zamaknjenega prvega vretenca v zglobih postopoma nastanejo deformacije, posledično pa se jim zmanjša gibljivost.

Vretenca so povezana z diski, ki jim omogočajo minimalne medsebojne premike, vendar ne gre za povezave med zglobi. Edina zgloba v hrbtenici sta zgloba prvega in drugega vretenca, zaradi česa lahko obračamo glavo levo-desno. Zaradi zamaknjenosti atla-

sa se med življenjem zmanjšuje gibljivost glave, v starosti pa to postane resna težava.

Ko zaradi fizične travme pride do izpaha katerega od zglobov, je potrebno izpahnjen zglob namestiti. Izpah je stanje pri katerem kost popolna izpade iz zgloba, v prvotni položaj pa se vrne s fizično manipulacijo.

Obstaja razlika med pojmoma »izpah« in »zamaknjenost«. Zamaknjenost je stanje delnega premika iz natančne anatomske pozicije v zglobu. Občasno pride do manjše zamaknjenosti iz zgloba, v takšnih primerih se kost lahko tudi sama vrne v svojo anatomsko pozicijo.

Prvo vretence je pri vsakem človeku manj ali bolj zamaknjeno, vendar se žal samo ne more vrniti v anatomsko pozicijo zaradi ligamentov, ki ga ohranjajo oziroma držijo na napačni poziciji in zaradi izrabe predvsem stanjšanja hrustancev na atlasu in lobanji. Ligamenti čvrsto držijo atlas v poziciji v razmerju do lobanje, zaradi česa je nepremičen v omenjeni poziciji. Vendar, ko pride do močnejše fizične travme, ligamenti niso več v stanju zadržati atlas in v takšnih primerih pride do še večje zamaknjenosti, vse skupaj pa zgodi tudi zaradi tega, ker je bil atlas že delno zamaknjen.

Med prometnimi nesrečami, težjimi deli ali ob močnejših udarcih v glavo prihaja do večje zamaknjenosti atlasa, zaradi česa nastane stanje kome ali ohromelosti oziroma tetraplegičnosti. Koma nastane zaradi močnejše zgnetenosti oziroma stisnjenosti krvnih celic, ohromelost pa zaradi zgnetenosti oziroma stisnjenosti hrbtenjače. Če se izvzame smrt, je v življenju človeka zagotovo najhujša ohromelost telesa.

Prvo vretence je izpahnjeno takrat, ko popolnoma pade iz zgloba z lobanjo, do tega pa lahko pride ob najmočnejših fizičnih travmah. Pri živem človeku atlas ni nikoli izpahnjen, ker bi v primeru njegovega izpaha nastopila smrt zaradi usodne zgnetenosti oziroma stisnjenosti hrbtenjače in krvnih celic.

Ko pri vozilu eno od koles ni na točni poziciji, se to pozna preko tresenja na celotnem vozilu, zaradi česar lahko nastanejo manj ali bolj resne okvare. V tem primeru je najbolje brez odlašanja centrirati kolo. Zamaknjen atlas ne trese telesa vendar pa ga s časom ukrivi in poškoduje. Najboljše je že dojenčkom ali majhnim otrokom vrniti atlas v točno anatomsko pozicijo ter jim na ta način omogočiti pravilen razvoj ter dobro zdravje skozi vse življenje.

Zamaknjen atlas je najbolj občutljiva točka telesa iz katere izvirajo skoraj vse težave povezane z zdravjem. Verjetno ste do sedaj to dojeli, da pa bi se prepričali, se poglejte v ogledalu. Res je, da se vsakodnevno opazujete v ogledalu, vendar, da bi se videli, kot ste

dejansko videli, morate pogledati več, kot le svoj obraz, brez zanemarjanja preostalega telesa.

Vsak dan opazujemo svojo podobo v ogledalu in se navajamo na lasten videz, zaradi česar ne opazimo ničesar neobičajnega na telesu. Na naslednji način boste prvič v življenju videli sebe takšne, kot dejansko ste.

Postavite se pred večje ogledalo, v katerem boste videli celotno postavo in spustite roke ob telo. Sprostite se in poglejte na katero stran je pomaknjena vaša medenica. Pri več, kot osemdeset odstotkih ljudi je medenica pomaknjena v desno. Zatem poglejte, katero ramo imate nižjo. Pri več, kot osemdeset odstotkih primerov je desna rama nižja od leve. Pozorno poglejte katera rama je premaknjena naprej. Pri večini ljudi je to prav tako desna rama.

Med opazovanjem v ogledalu v bistvu vidite, kako je vaš atlas zamaknjen. Številni so neprijetno presenečeni, ko končno opazijo, kako so dejansko videti.

Naslednje pozicije ne morete videti sami, je pa najpomembnejša. Naj vas nekdo pogleda od strani in preveri ali imate glavo postavljeno naprej. Glava je v primerjavi s telesom postavljena naprej pri večini ljudi, ker je atlas pri večini nagnjen naprej. Ko se telo opazuje od strani se opazi, da sta uho in kolk postavljena naprej, rama in peta pa nazaj. Medtem, ko avtomobilu čakate, da se na semaforju prižge zelena luč opazujte ljudi na prehodu za pešce in opazili boste, da je pri večini glava upognjena naprej.

Opazujte svoje družinske člane, opazili boste, da je tudi pri njih vse podobno. Pri majhnih otrocih se na opazijo razlike, vendar pa so pri starejših razlike že lahko opazne.

Ena od osnovnih odličnosti življenja je gibljivost in zaradi tega so redke okoliščine, da skupina ljudi stoji mirno obrnjena proti nam, kar bi vam omogočilo, da bi primerjali njihova telesa. Vendar medtem, ko recimo poslušate kakšen pevski zbor boste zlahka opazili podobno ukrivljenost telesa pri večini članov zbora. Običajne nagnjenosti in ukrivljenosti sta nastali še pred rojstvom, pri manjšem odstotku ljudi pa so opazne drugačne pozicije, predvsem zaradi tega, ker se jim je med življenjem atlas drugače zamaknil.

Postavite se znova pred ogledalo in poglejte za koliko centimetrov imate eno ramo nižjo od druge. Pri večini je desna rama nižja za okoli dva centimetra, to pa zaradi tega, ker je desna stranica atlasa dva milimetra nižja od leve.

Ugotovite katera rama je pomaknjena naprej, katera pa nazaj. Če je atlas bolj obrnjen tedaj je večja tudi obrnjenost ramena. Pri večini je desna stran atlasa potisnjena nazaj, zaradi česar je desna rama postavljena naprej, desna stran medenice pa nazaj. Zaradi

tega ker se zavijata vratni in spodnji del hrbtenice, pa pride do nastanka diskus hernije.

Atlas je lahko nagnjen, obrnjen in nagnjen naprej. Četrta zamaknjenost je tista v stran in tudi to zamaknjenost ima veliko število ljudi. Nastane ob stranskih udarcih v telo ali glavo. Poglejte se v vrat in če je nagnjen v desno, potem je atlas zamaknjen levo, ko pa je vrat nagnjen v levo tedaj je atlas zamaknjen v desno.

Obstaja tudi peta zamaknjenost atlasa, ki je izjemno redka, običajno pa je povezana s tistimi, ki so rojeni medenično, s pomočjo prijemalk ali vakuuma, zaradi česar imajo bolj daljšo lobanjo, posledično pa tudi enako dno lobanje. S časom lobanja dobi pravilnejšo obliko vendar to ni dovolj, atlas se namreč postavi nižje v primerjavi z lobanjo. Zaradi tega so ligamenti podaljšani in ne morejo čvrsto držati atlasa, posledično se atlas lažje zamakne, ljudje s to težavo pa so bolj bolni od drugih.

Žal, sta le pri manjšem številu ljudi prisotni ena do dve vrsti zamaknjenosti. Pri večini so prisotne tri in več zamaknjenosti, tiste, ki nastanejo med razvojem fetusa in četrta vrsta – nagnjen naprej, ki nastane ko shodimo.

Skozi življenje se navajamo na zmanjšano gibljivost glave in zaradi tega večina ljudi nima občutka, da manj obrača glavo v eno stran. Naj vam nekdo pomaga preveriti katera stran je to v vašem primeru. Maksimalno obrnite glavo v eno in zatem še v drugo, opazovalec pa bo zlahka opazil, kateri obrat je manjši. Pri večini je omejen obrat v levo stran zaradi podobne zamaknjenosti atlasa.

Skoraj vsakdo lahko sebi ali drugemu otipa največjo napako človeškega rodu – napačno pozicijo atlasa.

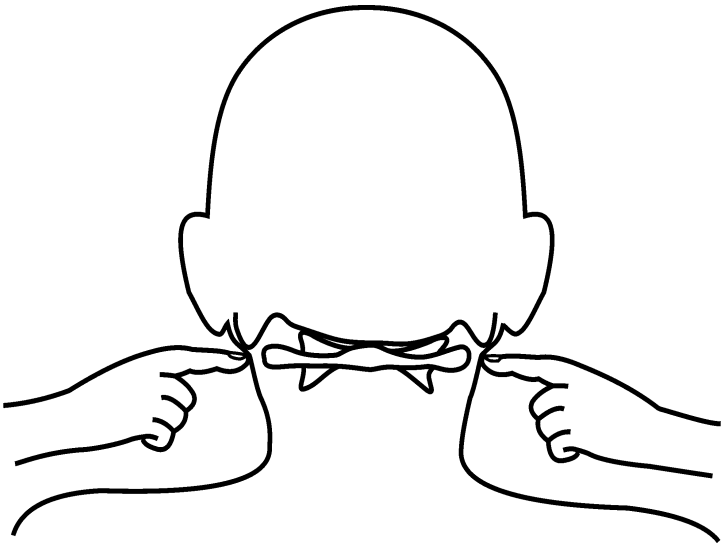
Nagnite glavo nazaj in točno na dnu ušes s kazalcema otipajte dno lobanje. To kar otipavate je čutiti, kot čvrsta oteklina od udarca oziroma buška, zatem ko prste premaknete navzdol pa začutite stranice atlasa, ker je na tistem mestu moč otipati le njega. Med dnom lobanje in stranicami atlasa obstajajo majhne vdolbine. Če primerjate tiste na levi s tistimi na desni strani zlahka zaznate razliko. Pri večini je na desni strani večji razmik med dnom lobanje in stranico prvega vretenca. Če ste omenjeno občutili in zaznali, to pomeni, da imate na desni strani atlas nagnjen navzdol.

Zamaknjenost atlasa lahko začutite ko primerjate razmik med stranicami atlasa in čeljustjo. Najpogosteje je razmik na desni strani večji. Zaradi zamaknjenosti prvega vretenca povečini nastane zamaknjenost čeljusti v desno stran. Na levi strani atlas potiska spodnji del zgloba čeljusti naprej, zaradi česar obstaja asimetrija obraza. Ženske imajo večjo obrnjenost atlasa in večjo asimetrijo obraza.

S to asimetrijo so se ukvarjali slikarji, kiparji, in morfologi vendar niso dojeli, kako do nje pride. Slikarji in kiparji nas ob pomanjkanju vedenja poskušajo prepričati, da je asimetrija zanimiva vendar asimetrija ni vprašanje estetike temveč zdravja, ker povzroča nepravilno žvečenje hrane, posledično pa pride do večje izrabe zob na eni strani čeljusti. Bolečina v čeljusti moti žvečenje, pomanjkljivo pripravljena hrana pa ustvarja težave želodcu.

Nagnjenosti atlasa ni moč otipati, vendar jo je možno določiti po obliki hrbtenice, ko se le-ta opazuje od strani. Atlas je bolj nagnjen, ko so bolj izražene povečane ukrivljenosti hrbtenice naprej oziroma lordoze in nazaj oziroma kifoze.

NAČIN OTIPA ZAMAKNJENOSTI ATLASA

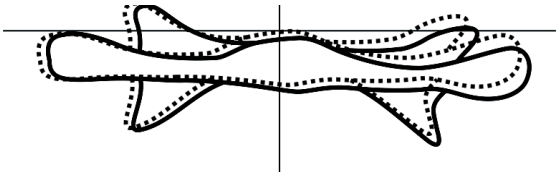


Atlas je pri večini ljudi nagnjen na desni strani navzdol, na levi pa navzgor. Ko se med življenjem doživi udarec v glavo z leve strani ali v telo z desne strani tedaj se atlas nagne nasprotno (desno navzgor, levo navzdol). Zaradi tega nastane zamaknjenost medenice v levo stan sočasno pa se spusti leva rama. Izjemno redko se zgodi, da takšen udarec ni premočan in se atlas postavi v horizontalni položaj, zaradi tega pri teh ljudeh ne obstajata nagnjenost ramena in premik medenice, nimajo pa niti skolioze oziroma ukrivljenosti hrbtenice v stran.

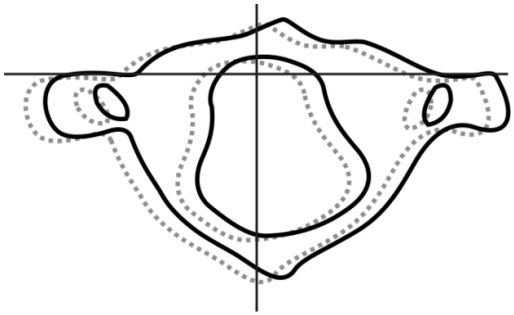
V petdesetih letih življenja je atlas v povprečju dva milimetra zamaknjen z anatomske pozicije.

NAJBOLJ POGOSTE VRSTE ZAMAKNJENOSTI ATLASA

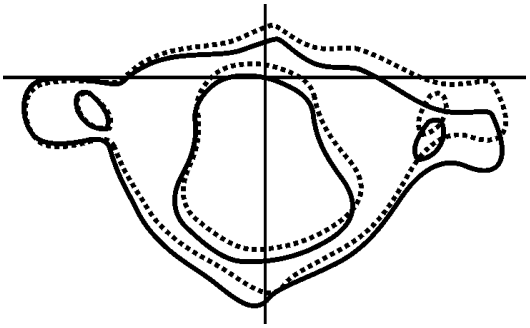
nagnjen k strani



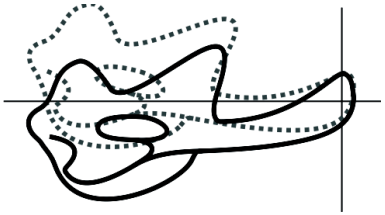
v desno



obrnjen



nagnjen naprej



Žal, so pri večini ljudi prisotne kombinacije vseh štirih vrst zamaknjenosti atlasa.

Pri dojenčkih in otrocih se prvo vretence namesti v nekaj sekundah, pri odraslih pa v eni minuti. Na ta način se popravi napaka, ki je nastala pred nekaj deset tisoč leti. Ko se dojenčkom namesti atlas, njihovo telo ne bo deformirano, pri odraslih pa po namestitvi atlasa deformacije postopoma izginejo.

DEFORMACIJE

Deformiranost je stanje odstopanja od pravilne oblike. Ko je deformiran določen predmet, se to lahko popravi, vendar pa je deformacija organizma resna zdravstvena težava. Oblika telesa in delov telesa je odvisna samo od tega kako in koliko je atlas zamaknjen.

Prostor je osnovni pojav v vesolju, brez katerega nič drugega ne bi obstajalo. Pritisk prostora je najmočnejša sila v vesolju, ki deformira vse drugo vendar se sočasno deformira tudi sam prostor odvisno od količine snovi določenega objekta in njegove hitrosti gibanja.

Meter je osnovna enota mere za dolžino. S pomočjo metra se definira velikost prostora vendar je sam prostor raztegljiv in zaradi tega en meter povsod v prostoru ni samo en meter dolžine. Odvisno od stanja prostora je meter lahko krajši ali daljši.

Mars je podobne velikosti, kot Zemlja vendar je dvakrat lažji. Če bi se človek lahko naselil na Marsu bi bil visok okoli štiri metre, zaradi podolgovate oblike telesa, pa bi gledano z našimi očmi bil videti smešen. Marsovci sedaj ne obstajajo vendar bodo obstajali v prihodnosti, to bodo naši potomci, njihovi potomci pa bodo zaradi manjše gravitacije iz generacije v generacijo vse višji.

Trenutno smo tukaj in takšni, kot smo. Sile, ki obstajajo kjerkoli v vesolju se širijo tudi skozi nas. Takšni smo, kot smo, bilo pa bi veliko bolje če ne bi obstajala napaka, ki nas deformira. Ta majhna napaka je napačna pozicija prvega vretenca zaradi katere je tudi samo vretence deformirano.

Če bi katerakoli kost v telesu morala imeti idealno obliko, je to zagotovo atlas, ker se skozi njegovo deformacijo deformirajo tudi druge kosti.

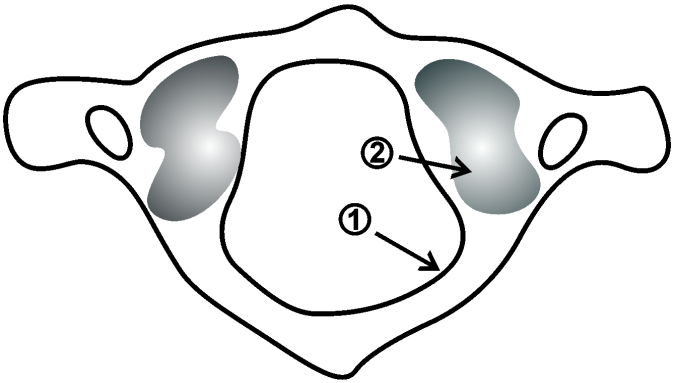
Deformiranost prvega vretenca nastane med razvojem fetusa zaradi položaja v katerem spi. Med spanjem maternica potiska glavo fetusa v dve smeri, naprej in v levo. Dno lobanje močneje pritiska na desno stran atlasa in ga deformira že med formiranjem. Pri ve-

čini ljudi so vse življenje prisotne te začetne deformacije, pri manjšini pa se zaradi udarca v glavo ali telo atlas deformira tudi v drugih smereh.

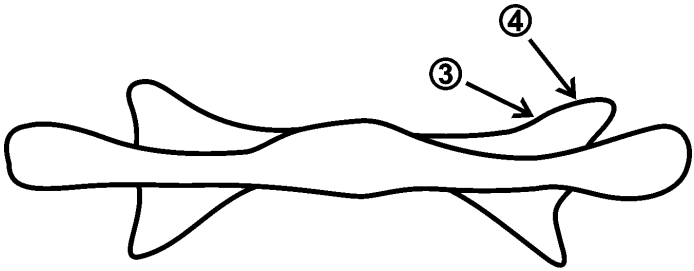
Leva in desna stran atlasa bi morali biti simetrični, vendar žal nista. Obstaja več vrst deformacij, na risbah pa so prikazana štiri mesta na atlasu, ki vplivajo na deformiranost celotnega skeleta.

DEFORMACIJE NA ATLASU

1. zadnji lok atlasa je razvlečen v desno;
2. desna površina hrustancev je večja od leve



3. hrustanci na desni strani so stanjšani;
4. desni izrastek atlasa je nagnjen.



Te štiri vrste deformacij so najpogostejše, ko pa je atlas v nekem drugem položaju, nastanejo drugačne deformacije.

Pri večini ljudi deformiranosti telesa ni lahko opaziti, manjšina, ki ima izražene deformacije, pa trpi ob iskanju ustreznih oblačil, ker se konfekcijska oblačila krojijo po pravilnih oblikah telesa. Ljudje z izraženimi deformacijami imajo oblačila sešita po lastni obliki telesa oziroma po meri, krojači pa nekako uspevajo nadoknaditi različno dolžino rok in nog.

Medenična kost je ena od večjih kosti vendar je tudi ona minimalno deformirana zaradi prvega vretenca, ki sodi med manjše kosti. Med sedenjem večina ljudi prekriža desno nogo čez levo, ker je pri večini medenica premaknjena v desno in na desni strani tudi dvignjena. Ko se noga prekriža, se medenica postavi v ugodnejši položaj in vzravna hrbtenico. Zaradi tega se signali lažje prepuščajo, pride pa tudi do olajšanja v hrbtu in v desni nogi.

Morfologija je znanost, ki se ukvarja z obliko in strukturo organizma, obstaja en pojav, katerega se ne zavedajo ni strokovnjaki morfologije.

Ko je medenica pomaknjena v desno, se v starosti prične premikati proti levi strani, proces premikanja pa traja okoli deset let, zaradi tega se ga ne zavedajo niti tisti, katerim se to v bistvu dogaja. Ko se medenica preveč premakne v levo stran, tedaj nastanejo bolečine in ljudje uporabljajo v desni roki palico, da bi zmanjšali bolečino in da bi si zagotovili oporo. Proces se nadaljuje in po nekaj letih palica več ne zadostuje, zato ljudje hodijo s pomočjo hojce. Zaradi palice in hojce se medenica še bolj zamakne, po določenem času pride do operacije desnega kolka, pozneje pa še levega. Ko je atlas nameščen se medenica vrne v sredino in ostane horizontalna, to pa pomeni, da ne potrebna pomoč palice in hojce, še manj pa operacija kolkov.

Deformacija običajno obsega izkrivljenost vendar, ko so izkrivljena stopala potem je tudi to svojevrstna deformacija. Ravna stopala ima manjše število ljudi, zaradi tega ker je pri nji atlas dvignjen naprej. Po namestitvi prvega vretenca na stopalih nastane pravilna ukrivljenost. Pri otrocih in mladih ta proces traja nekaj mesecev, pri odraslih pa nekaj let.

Pri ljudeh se izjemno redko spodnji zobje nahaja pred zgornjimi. V takšnih primerih medicinski strokovnjaki menijo, da gre za deformacijo spodnje čeljusti in predlagajo skrajšanje čeljusti. To ni podaljšanje čeljusti ampak čeljust je zamaknjena naprej zaradi tega, ker je atlas zamaknjen naprej in neprekinjeno potiska čeljust.

Ko je atlas nameščen se obstoječe deformacije zmanjšajo ali pa popolnoma izginejo, do novih deformacij pa ne prihaja.

Morfološka znanost ima mnenje, da – v kolikor je pri večini ljudi telo podobno deformirano, takšno stanje za normalno. Vprašanji za to znanost sta: Kako, da se po namestitvi atlasa telo postopoma vzravna in kako, da se deformiranost zmanjša?

Kaj je tedaj normalno in kako je možna omenjena razlika?

RAZLIKA

Razlike obstajajo v celotnem vesolju, sočasno pa so prisotna prizadevanja za zmanjšanje razlik. Ta prizadevanja so gonilna sila, ki omogočajo boljše rešitve, zaradi tega so razlike koristne. Pri ostalih sesalcih se atlas nahaja na točno določenem mestu, samo pri ljudeh je zamaknjen, tako, da nam ta razlika nam ni koristna oziroma v prid.

Raznovrstnost je želena tudi zaradi tega, ker je enoličnost monotona. Enojajčna dvojčka imata nek detajl po katerem se razlikujeta vendar tudi, ko sta fizično identična, je njuno zdravje različno. Temu je tako, ker se pri dvojčkih atlasa nahajata na različnih mestih. Še v maternici nastane razlika v poziciji atlasa, med življenjem pa zaradi različnih fizičnih travm pride do dodatnih razlik v poziciji atlasa.

Ko pri dvojčkih obstajajo zdravstvene razlike, potem ni presenetljivo, da obstajajo ljudje, ki so bolj bolni od drugih ljudi.

Ali ste se kdaj vprašali zaradi česa so nekateri ljudje zdravi, drugi pa bolni. Osnovni vzrok te razlike je v tem, da se atlas pri bolnih nahaja na slabšem mestu.

Bolj zamaknjen atlas – več bolezni.

Manj zamaknjen atlas – manj bolezni.

Te odnose se lahko potrdi s statističnimi raziskavami.

Občasno se zgodi, da je človek zdrav, vendar če pade s kolesa, v naslednjem letu dni prične bolehati. Med padci pride do poškodb, ki se postopoma zacelijo, padci se sčasoma pozabijo vendar od tedaj naprej pričnejo nastajati zdravstvene težave, ker je atlas še bolj zamaknjen.

Nihče, celo medicina ne povezuje zamaknjenost atlasa z zametkom obolenj, vzrok je v tem, da je disfunkcija posameznih organov po zamaknjenosti postopna. Odvisno od tega kaj je v prvih možganih zgneteno oziroma stisnjeno, posamezni organi ne prejmejo vseh signalov za normalno delovanje in postopoma pričnejo izgubljati funkcijo. Zaradi zamaknjenosti atlasa se hrbtenica prične kriviti, kar dodatno slabi signale, in je to tudi eden od vzrokov, da se bolezen prične porajati kasneje.

Ne glede na rase, vsi ljudje imajo podobno obliko telesa vendar je nemogoče najti dva popolnoma enaka človeka. Raznovrstnost obstaja tudi pri drugih živalih vendar je neprimerljivo manjša, kot pri nas. Ko se opazuje čreda živali in jata ptic ali rib so opazne telesne podobnosti. Zakaj samo v človeški vrsti obstajajo velike razlike in čemu je tako?

Zamaknjen atlas zamika skoraj vse kosti in zaradi tega nastanejo razlike v njihovi poziciji, dolžini in obliki. Pri večini ljudi je leva noga videti krajša.

Dolžina nog se meri od kolka do tal oziroma podlage. Pri večini je krajša leva noga, ko jo merimo v stoječem položaju, ko pa se pri istem človeku v ležečem položaju primerja dolžina nog tedaj je krajša desna noga. Kako je možna ta razlika in zaradi česa je v ležečem položaju pri večini ljudi desna noga krajša en centimeter? Pravo stanje pa je, da sta nogi v bistvu enake dolžine vendar je zaradi nagnjene medenice videti, kot, da je desna noga krajša. Zaradi nagnjenega atlasa je medenica nasprotno nagnjena in vleče desno nogo. Pri večini je atlas na desni strani spuščen, zaradi česa je medenica na desni strani dvignjena.

Pri absolutni večini ljudi obstaja razlika v dolžini in obliki parnih kosti. Ta asimetrija nastane še med razvojem fetusa in to se nadaljuje skozi vse življenje.

Desna ključna kost je krajša od leve in ima bolj zaobljeno obliko, podobno pa je tudi s kostmi prsnega koša. Minimalna razlika obstaja tudi pri kosteh nog. Zaradi zamaknjenosti atlasa, je pri večini ljudi na desni stani telesa večja obremenitev in zaradi tega so kosti desne noge minimalno krajše od kosti leve noge, vendar ta razlika ni en centimeter ampak en milimeter.

Samo kosti v levi in desni roki so podobne velikosti, ker se edino roki nahajata ob telesu, pa na njiju ne deluje sila deformacije telesa.

Razen razlik med parnimi kostmi tudi pri neparnih kosteh obstaja asimetrija leve in desne strani.

Lobanja je pri večini ljudi podobno deformirana. Temenska kost je na levi strani bolj izbočena, kot na desni, na čelni kosti pa obstaja nasprotna izbočenost. Deviacija v nosu je manj ali bolj izražena pri vseh. Pri večini je pregrada v nosu premaknjena v desno stran, iz nje pa raste hrustančni del, kar je vzrok, da večina ljudi težje diha skoz desno nosnico.

Odprtina na dnu lobanje je pri večini minimalno premaknjena v desno. Ta premik je minimalen vendar povzroča maksimalni problem, zaradi tega, ker s tega mesta nastajajo zdravstvene težave. Odprtina na dnu lobanje je malce premaknjena v desno, odprtina na atlasu pa v levo, zaradi tega prihaja do pritiska na hrbtenjačo.

Sredina prsne kosti je minimalno premaknjena v levo vendar to ne vpliva na zdravje ter na funkcijo pljuč in srca. Dno prsne kosti je izredno redko zvito navznoter proti solarnem pleksusu oziroma pleksus solarisu, to pa pri ljudeh povzroča nervozo in slabše delovanje želodca.

Vretenca sodijo med neparne kosti. Razlika med levo in desno stranjo posameznih vretenc vpliva na zdravje. Organi ne prejmejo dovolj signalov iz možganov in s časom se zmanjša njihova funkcionalnost zaradi zgnetenosti oziroma stisnjenosti živcev, ki potekajo ob vretencih, to pa je vzrok, da pri parnih organih obstaja razlika v funkciji na levi in desni strani.

Tak primer je pri ščitnici, pljučih, srcu, ledvicah, jajčnikih ali testisih. Zaradi genetsko povečanih jeter je desna ledvica spuščena, leva pa se nahaja na anatomskem mestu. Zaradi obrnjenosti atlasa je levi vagusni živec stisnjen, zaradi tega leva ledvica sprejema šibkejše signale in funkcionira slabše od desne ledvice, posledično pogosteje nastane kamen na levi ledvici in to kljub temu, da je na anatomskem mestu.

Če je manjša razlika v funkciji parnih organov, so manjše tudi težave vendar v človeški vrsti občasno nastanejo prevelike razlike. V več kot osemdeset odstotkih primerov se najprej pojavi bolečina v desnem kolenu in pri teh ljudeh obstaja išias v levi nogi.

Po štiridesetem letu življenja večina ljudi občuti razliko med levo in desno stranjo telesa. Več problemov imajo na desni stani, vzrok za to pa je večja obremenitev desne strani telesa, ki nastane zaradi atlasa ukrivljenega v desno.

Živimo v svetu desničarjev. To je prisotno celo pri živalih in pticah vendar je v človeški vrsti bolj opazno. Čez devetdeset odstotkov ljudi je desničarjev, nihče pa ne ve čemu je tako. Dojel sem, da do tega pride med razvojem fetusa, kot posledico zamaknjenosti prvega vretenca.

Zaradi nagnjenosti in obrnjenosti atlasa, desna rama stoji nižje in naprej, posledično je tudi desna roka minimalno bližja tistemu, kar naj bi prijela oziroma ujela. Od majhnega otroci lovijo predmete z desno roko, zaradi tega postanejo desničarji. Možgani jim vsakič opredelijo s katero roko reagiramo in odločijo se za tisto, ki je bližje predmetu, to pa se ponavlja stokrat na dan ter postane navada. Dečki so v otroštvu bolj nemirni in atlas se pri njih zamakne malo drugače, kot pri deklicah, pa je to zaradi tega več levičarjev med moškimi, kot med ženskami.

Med ljudmi obstaja velika razlika v dvigovanju rok na hrbet. Absolutna večina desno roko lahko dvigne manj kot levo. Med življenjem razlika v višini dviga postaja vse večja, pozneje pa se obe roki vse manj dvigujeta, ker se zaradi zamaknjenosti atlasa telo v starosti vse bolj krivi.

Ko se opazuje od strani ni razlike v obliki telesa pri deklicah in dečkih vendar razlika nastane med puberteto, ko se deklicam pričnejo razvijati dojke. Razlika v silhueti telesa se ne zgodi toliko zaradi

izbočenosti, kot zaradi teže dojk, katere ženskam spremenijo statiko in obliko telesa.

Človeška telo je kot vzvod, ki je v pokončnem položaju s spodnjim delom pritrjena na tla. Povprečne dojke so težke en kilogram, to pa ženskam spremeni statiko telesa in potegne telo iz ravnotežja. Kakšna od deklet zaradi spolne privlačnosti postavi ramena nazaj, vendar je to pogosto spontano, da telo zaradi teže dojk ne bi sililo naprej. Ob tem glava ostane na svojem mestu vendar se prsni koš in medenica postavita naprej in zaradi tega se ženskam v vratnem delu hrbtenice ustvari večja ukrivljenost.

Pri ženskah pri katerih je atlas preveč nagnjen naprej, obstaja izražena spondiloza v vratnem delu hrbtenice. V takšnih primerih se pri večini žensk pojavi izboklina v ramenskem delu hrbtenice vendar je ta grbica bolj estetski, kot pa zdravstveni problem. Po namestitvi atlasa se spremeni težišče glave in od tedaj naprej gravitacija vrne normalno statiko telesa, hrbtenica pa dobi pravilnejšo obliko, izginejo pa tudi povečana lordoza, spondioza in grbica.

Obolenje ščitnice je petkrat pogostejše pri ženskah, kot pri moških. Signali za ščitnico gredo ob vretencih v vratnem delu hrbtenice, vratna lordoza pa je pri ženskah večja in zaradi tega so pri njih živci bolj stisnjeni. Pri ženskah običajno najprej zboli desna stran ščitnice, ta razlika pa nastane zaradi tega, ker je pri večini žensk atlas podobno zamaknjen. Deklice in ženske so bolj mirne od dečkov in moških, pa zaradi tega pri njih atlas pogosteje ostane v položaju, ki je nastal pred rojstvom. Zaradi teže dojk in zaradi začetne zamaknjenosti atlasa, imajo ženske v vratnem delu hrbtenice imajo večjo lordozo, skoliozo in zavitost, kot moški.

Za razliko od žensk, se moških grbica pojavi na sredini hrbtenice, v tem predelu pa se nahajajo najbolj vitalni organi. Ti organi ne funkcionirajo pravilno zaradi stisnjenosti živcev, ki gredo mimo vretenc in to je eden od razlogov zakaj moški živijo krajše, kot ženske.

Obstaja razlika v poziciji atlasa pri moških in ženskah, zaradi tega pa tudi razlika v zdravju. Med življenjem moški dobijo več udarcev v glavo in telo, zaradi česar je njihov atlas bolj zamaknjen, posledično pa so bolj bolni, kot ženske.

Ob razliki v poziciji, obstaja tudi razlika v širini atlasa. Ženske imajo ožji atlas, kot moški in to je eden od razlogov zaradi katerega ženske živijo bolj zdravo in dlje. Ožji atlas manj pritiska na živce in krvni obtok, ki potekajo ob in skozi atlas.

Ali ste se kdaj vprašali zaradi česa nekateri ljudje živijo manj, drugi pa bolj dolgo oziroma dlje? Osnovni vzrok je ta, da je bil pri ljudeh, ki so živeli manj oziroma krajše atlas bil bolj zamaknjen.

Bolj zamaknjen atlas – krajše življenje.

Manj zamaknjen atlas – daljše življenje.

Tudi te odnose je možno statistično potrditi.

Zaradi zamaknjenosti atlasa je videti, da sta zdravje in dolžina življenja vprašanje sreče. Najboljši dokaz za to so ljudje, ki živijo čez devetdeset let. Ti ljudje so večji del življenja imeli atlas na boljšem mestu pa so zato dolgoživi. Vendar, tudi oni potrebujejo namestitev atlasa, da bi živeli še bolj zdravo in dlje.

Pri otrocih, katerim se atlas namesti do pubertete se uredi simetrija telesa, tako, da ne bo razlike med levo in desno stranjo, še bolj pomembno pa je, da bodo živeli bolj zdravo.

V nekaj preteklih tisoč letih so nastali različni načini namestitve atlasa, v preteklih sto letih pa je nastalo še več načinov, ki so si medsebojno konkurenčni. Razlika med različnimi vrstami namestitve je koristna zaradi tega, ker se končno lahko izbere najboljša rešitev.

Ko bo vsem ljudem v svetu nameščen atlas, se bodo zmanjšale razlike v obliki telesa in razlika v odnosu bolnih in zdravih.

V prihodnosti se bo preteklost delila na dve dobi – dobo bolnega človeštva in na dobo zdravega človeštva. Ta razlika med dobama je zaželena.

Razlika ustvarja stanje neravnotežja.

NERAVNOTEŽJE

Neravnotežje je prisotno v celotnem vesolju vendar je sočasno prisotno tudi prizadevanje po ravnotežju. Če ne bi bilo neravnotežja, bi se vse ustavilo, zaradi tega ker je ravnotežje gonilna sila. Neravnotežje je koristno povsod razen v človeškem telesu.

Povečana jetra so vzrok neravnotežja leve in desne strani telesa, gre pa za posledico, da se nam atlas že v maternici formira na napačnem mestu, zaradi česar smo večji del življenja neuravnoteženi in bolni.

Zaradi pokončnega položaja telesa, je pri človeški vrsti prizadevanje po ravnotežju vseskozi prisotno. Da ne bi padli, mišice neprekinjeno delajo medtem ko stojimo ali hodimo ter nam omogočajo stanje ravnotežja.

Ko je določen podaljšan predmet postavljen pokonci, tedaj ima oporo v eni točki zato lahko pade na katerokoli stran. Predmet, ki ima dve točki opore lahko pade na dve strani. Šele s tremi točkami opore se doseže trajno stanje ravnotežja.

Homo erectus je naredil velik podvig v trenutku, ko mu je uspelo ostati v pokončnem položaju zgolj z dvema opornima točkama. Gibanje je odlika življenja, zaradi tega so zasluge homo erectusa še večje, ker je med hojo uspel ohraniti stanje ravnotežja na eni sami nogi.

Lažje je stati, kot hoditi, ker smo medtem, ko stojimo oprti na dve nogi, med hojo pa samo na eno. Medtem, ko se gibljemo imamo povečini oporo zgolj v eni točki, to pa je že na meji nemogočega. Od nekaj milijonov vrst, ki so obstajale ali obstajajo, edino človeška vrsta lahko uživa v prednostih pokončnega položaja oziroma drže.

Center za ravnotežje se nahaja v možganskem deblu, ki se nahaja pri dnu možganov. Da bi telo ohranilo ravnotežje, center za ravnotežje sprejema informacije od celotnega organizma in se nanje hitro odziva. Obstajajo tri osnovne informacije, ki jih center za ravnotežje neprekinjeno sprejema. V srednjem ušesu, se z leve in desne strani nahaja parni organ, katerega osnovna funkcija je zaznavanje delovanja gravitacijske sile. Čutilo vida je, ob glavni funkciji zagotoviti vid oziroma sliko zadolženo tudi za to, da centru za ravnotežje posreduje informacije o prostorski orientaciji. Tretja informacija prihaja iz stopal in posreduje podatke o stanju tal pod nogami.

Parni organ v srednjem ušesu je podedovan od praprednikov, ki so stali na štirih nogah. Dve nogi spredaj in dve zadaj so omogočale večjo stabilnost naprej-nazaj, kot pa v stran, zato je zaradi tega v stoječem položaju lažje ohranjati ravnotežje naprej-nazaj, kot pa v stran. Ta dva senzorja tudi nam omogočata, da lažje ohranimo ravnotežje v stran, kot pa naprej-nazaj, zaradi tega imamo podaljšana stopala. Človeški vrsti bi zaradi pokončnega položaja bilo bolje če bi imela še dva senzorja za ravnotežje, na vrhu nosu in zadaj na zatilju.

Naša glava nosi deseti del teže telesa. Zaradi pozicije na vrhu telesa in zaradi sil, ki delujejo na telo, je v bistvu dejansko tako, da je naša glava četrti del teže telesa. Zaradi te razlike center za ravnotežje večino informacij sprejema iz glave.

Če bi se atlas nahajal na točno določenem mestu, ne bi bilo težav z ravnotežjem, tudi ob dejstvu, da imamo glavo težjo, kot pa je dejansko težka.

Senzorji za ravnotežje so nameščeni v srednjem ušesu, center za vid pa v temenskem delu možganov. Tudi senzorji ravnotežja in center za vid se nahajajo v bližini malih možganov, katerega glavna naloga je izdajanje ukazov mišicam. Ta medsebojna bližina je potrebna zaradi situacij nepričakovanih nestabilnosti, ko je ključen hiter prenos informacij, da bi se celoten sistem za ravnotežje hitreje odzval.

Medicinska znanost se hitro razvija vendar še naprej ne more najti vzroka vrtoglavici in nestabilnosti in celo oba pojava uvršča v enega samega. Ni lahko povezati vrtoglavice in nestabilnosti, zato ker obstaja odvisnost senzorjev za ravnotežje, centra za vid, signalov iz stopal in pretoka krvi skozi možgane.

Vrtoglavice nastanejo zaradi pomanjkanja krvi v enem delu možganov, do nestabilnosti pa pride zaradi pomanjkanja signalov iz enega od stopal. Zaradi zamaknjenosti atlasa nastane nezadostna prekrvavitev spodnjih možganov sočasno pa tudi pomanjkanje signalov iz enega stopala, zaradi tega pa verjetno medicinski strokovnjaki ne morejo dojeti medsebojne povezave omenjenih dveh pojavov.

Homo erectus ni prvi, ki se je uspel postaviti na dve nogi in shoditi ter hoditi s samo eno oporno točko vendar je prvi, ki je obvladal pokončni položaj telesa.

Številne vrste dinozavrov so se desetine milijonov let pred homo erectusom uspele postaviti na dve nogi in hoditi vendar niso imele pokončnega položaja telesa. Ptice so vrsta dinozavrov, ki je pred petinšestdeset milijoni let preživela padec asteroida. Pticam ni težko stati na dveh nogah zaradi tega, ker imajo lahko telo vendar njihova prioriteta ni hoja ampak letenje. Večina ptic uspeva stati v eni točki opore in pri tem ne pasti v stran. Dolge kremplje imajo razporejene v različne smeri tako, da ustvarjajo veliko oporno površino.

Komu se morda zgodi, da v pokončnem položaju ne občuti nestabilnosti vendar v ležečem položaju nastane močno nelagodno stanje, zato številni spijo v napol sedečem položaju. Podobno nelagodje se pojavi tudi pri odprtih in zaprtih očeh. Na to stanje ne vpliva pomanjkanje signalov iz stopal niti iz centra za vid temveč pomanjkanje krvi v možganih.

Krvne celice so stisnjene z zamaknjenim atlasom, ki se občasno z naslanjanjem glave na blazino dodatno premakne in zaradi tega se še bolj zmanjša dotok krvi v možgane. Vrtoglavica nastane tudi, ko se glava nagne nazaj. Kri skozi možgane steče v treh sekundah, zaradi zamaknjenega atlasa pa je ni dovolj in zato se v položaju nagnjene glave nazaj ali med ležanjem pojavi vrtoglavica. Zaradi pomanjkanja krvi pride do izgube zavesti, kar sproža stanja strahu in panike.

Ko v spodnjih možganih ni dovolj krvi, se mu zmanjša funkcionalnost in ne pošiljajo več signalov v mišice, zaradi tega tudi v ležečem položaju nastane neravnotežje, ki je izjemno neprijetno.

V primerih nestabilnosti se izvajajo preiskave glave, možganov ali ušesih vendar vzrok nestabilnosti ni na omenjenih mestih temveč pod lobanjo ali pri dnu hrbtenice. Živec skozi katerega pride signal iz enega stopala je stisnjen z zamaknjenim atlasom, katerim od vretenc na dnu hrbtenice ali pa kar z obojim. Če iz enega obstaja signal iz drugega pa ga ni tedaj pride do nestabilnosti oziroma neravnotežja.

Pri večini ljudi vrtoglavice izginejo takoj po namestitvi atlasa, zaradi tega ker je odpravljena zgnetenost krvnih celic, nestabilnost

pa izgine takoj po namestitvi v primerih, ko je signal iz stopala blokiral atlas vendar če je bil pritisnjen živec v spodnjem delu hrbtenice, nestabilnost izgine šele ko se vretenca v lumbalnem delu hrbtenice postavijo v boljši medsebojni položaj.

Po namestitvi atlasa se lahko pojavi blažja nestabilnost, ki je prehodna, to pa se zgodi zaradi izboljšanja statike telesa.

Da bi določen daljši predmet lahko stal v pokončnem položaju, mora biti težišče v vzdolžni osi, ki je pravokotna na tla oziroma podlago. Na dnu predmeta je točka opore, na vrhu pa je točka, ki se mora postaviti natanko nad točko opore, da bi predmet ostal v pokončnem položaju. Tudi mi imamo v pokončnem položaju spodnjo oporno točko, ki se nahaja med stopali, zgornja pa je na temenu glave. Žal, zaradi zamaknjenega atlasa se naša oporna točka na temenu ne nahaja nad spodnjo oporno točko.

Odkar shodimo, si vse življenje prizadevamo držati zgornjo oporno točko nad spodnjo oporno točko, vendar nam zaradi zamaknjenega atlasa to ne uspeva. Stalni poskusi uravnoteženja ukrivljajo telo in hrbtenico, posledica pa so bolečine v mišicah in zglobih.

Naše telo ni čvrst predmet, vendar enaki naravni zakoni veljajo tudi za nas. Zaradi elastičnosti telesa mi lahko stojimo pokonci vendar se telo ukrivlja, da ne pademo. Težišče telesa se nahaja v sredini trebuha, mi pa si prizadevamo ostati v pokončnem položaju, položaj težišča se neprekinjeno korigira. Žal, pri večini ljudi je večji del življenja atlas zamaknjen v položaju zaradi katerega se težišče nahaja desno od vzdolžne osi, to pa je tudi vzrok, da pri njih nastane podobno ukrivljanje telesa in hrbtenice.

V dvajsetem stoletju se je znanost hitro razvijala, vendar je bil komaj ob koncu stoletja izdelan dvonožni robot. Da bi ostal med hojo na dveh nogah, je bil izdelan na način s katerim posnema človeško hojo. Znanost je potrebovala sto let, da doseže tisto, ker je homo erectus uspel pred milijon petsto tisoč leti.

Robot nima atlasa,vzvodi v robotu pa so iz čvrstih materialov zaradi tega se ne morejo ukriviti. Pred tem je homo erectus imel atlas na mestu in ni imel ukrivljenega telesa, posledično pa ni imel niti notranjega vzroka bolezni.

V večini borilnih veščin tekmovalec poskuša z udarcem v glavo povzročiti motnje nasprotnikovega centra za ravnotežje. Za razliko od nasilnih borilnih veščin, aikido temelji na modrosti, da je zmagovalec tisti, ki ostane na nogah in ne tisti, ki je močnejši. Tekmovalci v aikidu uporabljajo gravitacijo na tak način, da zadržijo svoje telo v ravnotežju, sočasno pa poskušajo nasprotnika spraviti iz ravnotežja. Pri aikidu menijo, da se težišče telesa ne nahaja v trebuhu temveč v

področju atlasa. Tekmovalec aikida zadržuje telo v ravnotežju tako, da glavo drži v smeri sredine med stopaloma.

Težišče glave je zamaknjeno zaradi zamaknjenosti atlasa, to pa zamakne težišče telesa na tisto stran v kateri je težišče glave, posledično medtem, ko stojimo obstaja stanje neravnotežja.

Zaradi zamaknjenega prvega vretenca imajo vsi ljudje manj ali bolj ukrivljeno telo, tako, da se skoraj nič ne nahaja v pravilnem anatomskem položaju. Edino kar se pri vsakem človeku nahaja v točnem položaju je prvo prsno vretence vendar se nekaj centimetrov nad njim nahaja zamaknjen atlas, ki postopoma povzroča skoraj vse nepravilnosti.

Človeški rod bi bil pokončnejši in neprimerljivo bolj zdrav, če atlas ne bi bil premaknjen iz svojega ležišča.

V preteklosti so jetra oteževala in motila ravnotežje telesa. Pri odraslem človeku razlika v teži leve in desne strani telesa ni velika in to je manjši problem, v primerjavi s tem, da med razvojem fetusa nastane zavitost telesa in zamaknjenost prvega vretenca.

Rojevamo se z glavo nagnjeno v levo, da pa bi zatem, ko shodimo senzorji za ravnotežje bili v horizontalnem položaju pride do procesa vrnitve glave v pokončen položaj v razmerju do tal. Ko shodi, večina otrok nagne glavo v desno, da bi jim center za ravnotežje omogočil pokončen položaj oziroma držo.

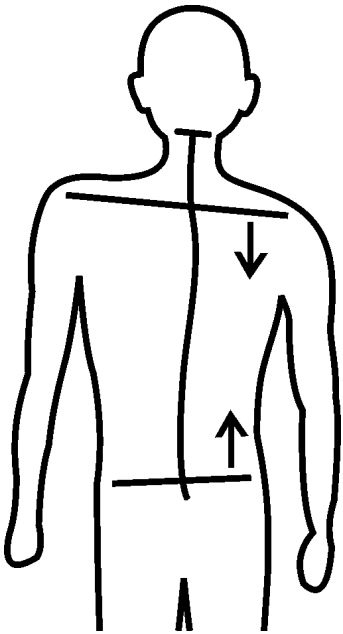
Če je potrebno, da se ena stran vzvoda pritegne k isti strani drugega vzporednega vzvoda, potem mora obstajati sila, ki bo omogočila medsebojno privlačnost. Da bi nagnili glavo v desno, se mišice od dna lobanje do medenice neprenehoma stiskajo, zaradi česar je desni del medenice dvignjen, desno rama pa spuščena.

Pokončen položaj je mogoč zaradi medsebojnega približevanja desne rame in desne strani medenice. Dobra posledica tega je v tem, da ostanemo vzravnani, slaba pa, da pride do ukrivljanja telesa ter bolezni.

Človeški organizem ni stroj vendar je sestavljen iz kosti, ki so kot vzvodi v določenem mehanizmu, pa zaradi tega v našem organizmu velja Arhimedov zakon o sili vzgona.

Mehanizem za meritev teže je vzvod, ki se nahaja v stanju ravnotežja. Da bi meritev bila natančna, mora biti točka opore na svojem mestu, da bi bil vzvod v ravnotežju. Teža predmeta se meri s primerjavo teže telesa in predmeta. Trgovci, ki goljufajo pri meritvah premikajo oporno točko za delček milimetra ter tako oškodujejo kupce. Ko je atlas premaknjen en ali več milimetrov, pride do škode organizma, poskusi ozdravitve pa praznijo denarnico.

NASPROTNA NAGNJENOST RAMENA IN MEDENICE



En milimeter zamaknjenosti atlasa zamakne sredino telesa za dva milimetra. Tako se oporni točki na temenu in med stopali zadržita ena nad drugo, vendar v starosti to več ni možno in telo se vse hitreje ukrivlja, posledično pa so starejši ljudje vse bolj bolni.

Različne kombinacije zamaknjenosti atlasa drugače ukrivljajo hrbtenico in telo vendar pri večini ljudi atlas zadrži zamaknjen položaj, ki nastane še med razvojem v maternici.

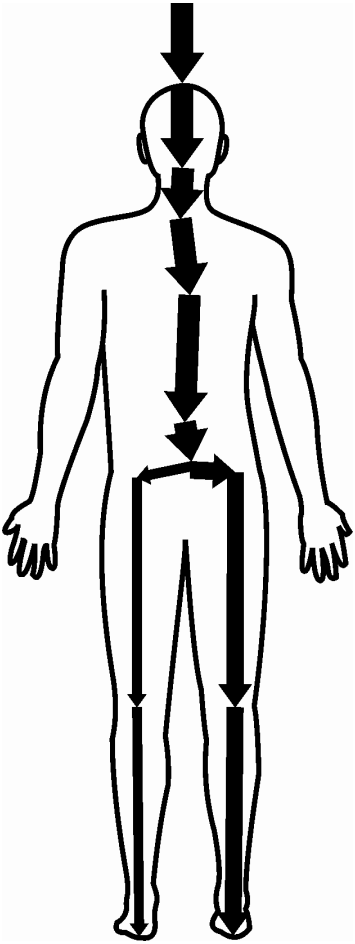
Zaradi podobno premaknjenega atlasa, pri večini nastanejo podobne nagnjenosti in obrnjenosti telesa. Tako je glava postavljena naprej in diagonalno v desno stran, to pa je bolj izraženo pri moških, kot pri ženskah.

Človeško telo je po obliki edini »nebotičnik« med vsemi ostalimi pritlehnimi živalmi. Obstaja samo nekaj vrst živali, ki se poskušajo postaviti v pokončni položaj. Kenguruji se postavljajo pokonci, da njihovi mladiči ne bi padli iz kožne membrane oziroma vreče, zajci in mungi pa zato, da bi pravočasno opazili nevarnost. Kenguruji in mungi uporabljajo rep, kot tretjo oporno točko, zajci pa imajo kratek rep in se naslanjajo na spodnji del noge pod kolenom, da bi se postavili v pokončen položaj. Zaradi postavljanja v pokončni položaj se pri teh živalih atlas razlikuje od atlasov drugih sesalcev.

Zaradi zamaknjenega atlasa je težko nositi vesolje na glavi, po namestitvi pa se človek lažje upira tej največji sili zaradi česar mu telo ostane v ravnotežju.

Na naslednji risbi so predstavljene sile obremenitve, ki potekajo skozi telo in obstajajo pri večini ljudi.

RAZPOREDITEV SILE PRITISKA VESOLJA



V naši vrsti je atlas popolnoma drugačen, kot pri ostalih sesalcih vendar nam ne povzročajo težav velikost in oblika atlasa temveč njegova zamaknjenost.

Atlas imamo manj ali bolj enakomerno zamaknjen, kot pred petdesetimi leti, vendar smo danes bolj bolni. V preteklih petdesetih letih je človeški rod postal višji za deset centimetrov, zaradi višine pa

se telo lažje ukrivlja in hitreje zboli. Vsak dodatni centimeter lažje spravi telo iz ravnotežja in povzroča zdravstvene probleme.

Kako je možno, da se je to zgodilo samo v dveh generacijah?

Kmetijstvo in industrija dosegata večji dobiček, če rastline pridelujeta s pomočjo rastnih hormov. Na posreden način tudi mi postajamo višji, ker uživamo takšne rastline in uporabljamo mlečne izdelke ter meso živali s preveč rastnih hormov.

SKELET

Zaradi zamaknjenosti atlasa nastajajo odstopanja od točnih pozicij skoraj vseh kosti skeleta.

Človeško telo je sestavljeno in več celot vendar, ko se analizira vprašanje statike, deluje, kot, da bi šlo samo za dve celoti, glavo in trup. Glava je manjši del telesa, vendar premika telo. Misel je zavestno gonilo telo vendar obstaja nagibanje, katerega se ne zavedamo. Zaradi nagnjenosti atlasa glava vleče telo naprej, ker se le-ta nahaja na vrhu telesa.

Manjša odstopanja kosti z natančnih pozicij nastanejo med razvojem fetusa, med življenjem pa zamaknjenost atlasa pripelje do večjih odstopanj. Atlas se nahaja med glavo in trupom, zaradi česar je podoben kretnici, ki odloča o njunem medsebojnem odnosu.

Tisoče znanstvenikov se je ukvarjalo z videzom, držo, obliko, proporci in različnimi pozicijami človeškega telesa vendar niso dojeli iz katerega mesta v telesu izvirajo nepravilnosti. Predavanja o namestitvi atlasa izvajam že nekaj let in pregledal sem pet tisoč otrok ter odraslih. Ker sem zaznal povezavo med zamaknjenim atlasom z zamaknjenostmi pozicij skeleta, sem prišel do novih spoznanj, eno od njih pa se nanaša na obrnjenost ramenskega pasu.

Pri večini ljudi je desna rama premaknjena naprej, leva pa nazaj. Zlahka sem dojel, da obrnjenost ramena ne nastane zaradi tega, ker je obrnjen atlas, težje pa sem razumel naslednjo situacijo: pri nekaterih ljudeh, pri katerih je v stoječem položaju desna rama pomaknjena naprej, se med sedenjem pomakne nazaj. Kako je možno, da pri istem človeku obstaja razlika v obrnjenosti ramena v stoječem in sedečem položaju?

Glede, da sta sedalo stola in tla horizontalna, sem zaključil, da omenjena razlika nastane zaradi zamaknjene medenice.

Atlas se med namestitvijo vrne v horizontalni položaj in zaradi tega se po nekaj mesecih tudi medenica vrne v horizontalo. Ta proces omogoča, da se hrbtenica vzravna ter, da se zmanjšajo skolioze. Vendar, obrnjenost in nagnjenost ramenskega pasu izgineta še-

le po nekaj letih. Vzrok za počasnejšo vrnitev ramen je v tem, da so kosti prsnega koša že prej formirane v napačnem položaju telesa, kosti pa se regenerirajo najpočasneje. Zaradi tega je za vrnitev ramenskega pasu v boljšo pozicijo potrebnih nekaj let.

Večina ljudi ne opazi niti pri sebi, še manj pa pri drugih, da imajo ramena nagnjena in obrnjena, pa to ni estetski problem. Premaknjena ramena niso niti zdravstveni problem, ker imajo v tem delu hrbtenice, vsi na dobrem mestu postavljeno zadnje vratno ter prvo in drugo prsno vretence, zaradi česar ni stisnjenih živcev, ki se nahajajo ob njih.

Sodobno gradbeništvo kopira naravne procese na ta način, da se najprej izdelajo stebri in prečne preklade, šele ko so dovolj čvrste pa se prične gradnja zunanjih sten ter notranjih pregrad. Mišiče so kot stene, organi kot pregrade vendar mišice nimajo vloge nosilca temveč to opravljajo kosti in skelet. Obstaja zabloda, da mišice držijo skelet in zaradi tega številni poskušajo z vadbo in športom okrepiti mišice. Tako dosežejo malce boljšo držo telesa, vendar pa ko prekinejo vadbo se telo znova hitro ukrivi.

Notranji organi so obešeni na skelet, mišice pa pritrjene na kosti. Zaradi zamaknjenega atlasa skelet in kosti niso na mestu, zaradi tega pa tudi organi in mišice niso na točnih mestih. Po namestitvi atlasa, skelet pridobi boljšo konfiguracijo, organi pa se vrnejo v anatomski položaj ter pričnejo funkcionirati pravilneje. Osvobodijo se živčne poti ob atlasu in drugih vretencih, zaradi tega pa se izboljša delovanje notranjih organov.

Starejše generacije so igrale domino, mlajše pa igrajo video in računalniške igrice in običajno niti ne vedo, kaj pomeni »domino efekt«, zaradi tega ker v virtualnem svetu ne obstaja vpliv gravitacije. Ko so domine postavljene pokonci in ko se potisne prva tedaj vse preostale ena za drugo padejo. V našem telesu je lobanja, kot prva domina, ki se zaradi zamaknjenosti atlasa nagiba in zaradi česar skelet počasi in postopoma »pada«.

V starosti zaradi zmanjšanja višine telesa ob pritisku slabijo živčni signali in organi propadajo, to pa povzroči predčasni konec življenja. Po smrti, pokojnika položijo v horizontalni položaj na hrbet in tako ostane na stotine let, dokler ne razpadejo kosti. Bolje bi bilo, da bi ta človek med življenjem spal na hrbtu, ker bi živel bolj zdravo in dlje. Med spanjem se regenerirajo tudi kosti, spanje na hrbtu pa omogoča boljšo regeneracijo. Žal, najmanj je tistih, ki lahko spijo na hrbtu.

Skelet oziroma okostnjak je simbol smrti. Pa ne bomo o tem, ker gre za knjigo o preporodu življenja.

Leto dni po korekciji položaja atlasa ljudje postanejo višji, to se zgodi tudi starejšim od osemdeset let. Seveda drži, da so ti ljudje prenehali rasti pred šestdesetimi leti, tako, da oni niso zrastli, temveč se jim je telo po vrnitvi prvega vretenca na pravo mesto postopoma podaljšalo.

Skelet nosi sebe in mehka tkiva vendar ob tej osnovni funkciji se v kosteh odvija še ena izjemno pomembna funkcija. V kostnem mozgu se ustvarjajo rdeča krvna telesca. Do dvajsetega leta življenja kri nastaja v vseh kosteh, pozneje pa samo v kosteh trupa in hrbtenice.

HRBTENICA

Hrbtenica se je razvila z namenom zaščite glavne živčne poti, ko pa so se pojavili večji organizmi, pa je hrbtenica dobila tudi povezovalno vlogo za celotno telo.

Pri živalih je hrbtenica podobna mostu med sprednjimi in zadnjimi udi, na katerega so obešeni deli organizma. Hrbtenica ima tudi pri naši vrsti omenjeno funkcijo vendar ima zaradi pokončne drže ima tudi dodatno nalogo – vsako vretence nosi del telesa, ki se nahaja nad njim.

Splošno velja, da se hrbtenica razteza od lobanje do medenice vendar če to opredelimo bolj natančno, velja, da lobanja, hrbtenica, medenica in repni del hrbtenice predstavljajo eno celoto.

V tem nizu, je lobanja kot lokomotiva, ostali deli pa kot vagoni različnih velikosti in funkcij. Ko lokomotiva iztiri s tirov za seboj potegne tudi vagone, pri človeški vrsti pa je pri vseh lobanja premaknjena. Repni del hrbtenice je zadnji v omenjeni celoti in se mu ne posveča pozornost glede njegove oblike, nepravilna oblika pa povzroča hemoroide.

Žal, pri naši vrsti je manj ali bolj pri vseh glava nad vzdolžno osjo telesa in zaradi tega je celotno telo asimetrično. Glava je usmerjena v eno smer, vrat pa v drugo smer. Atlas povezuje glavo s telesom, postavljen pa je tako, da s svojim položajem omogoči različne smeri glave in vratu.

Med življenjem atlas poskuša uravnotežiti glavo s telesom, vendar mu to ne uspe, ker je tudi sam zamaknjen.

V naši vrsti rast traja do dvajsetega leta starosti, rast pa se odvija med spanjem, ko je telo v horizontalnem položaju. Vendar obstaja tudi vraščanje med rastjo. Za ta pojem še verjetno niste slišali, vendar je to realnost pri otrocih v puberteti, pri katerih je atlas preveč nagnjen naprej. Ponoči otroci rastejo, podnevi pa se vraščajo

zaradi delovanja gravitacije. Takoj po puberteti se prične zraščanje, ki se v starosti odvija vse hitreje, ker se atlas sam od sebe vse bolj nagiba.

Iz spodnjih delov možganov izvirajo ukazi za normalno funkcioniranje organizma, da pa bi možgani reagirali na stanja v organizmu, pa nujno potrebujejo povratne informacije. Zaradi zamaknjenega atlasa, v možganih ni dovolj krvi, posledično ne morejo popolnoma funkcionirati, zaradi česar se organizmu posreduje premalo signalov. Zamaknjenost atlasa dodatno zmanjšuje signale že na začetku hrbtenjače, signali pa še bolj slabijo zaradi nepravilnih oblik hrbtenice.

Skozi odprtine se širijo živci iz hrbtenjače, ki se nahajajo med vretenci. Nepravilna oblika hrbtenice zmanjšuje odprtine in zaradi tega vretenca izvajajo trajni pritisk živcev. Iz organizma se posredujejo signali k možganom vendar le-ti gredo po isti poti, ki je na več mestih zaradi pritiska ožja, tako, da možgani ne dobijo vseh informacij in ne morejo reagirati na potrebe organov.

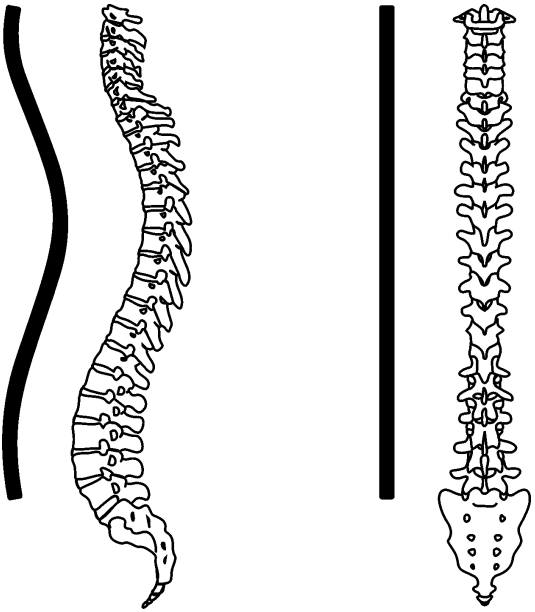
Med vretenci obstajajo diski, katerih vloga je da povezujejo vretenca. Zaradi pokončne drže, imajo diski pri človeški vrsti dodatno vlogo in sicer, blažiti morajo pritisk med sosednjimi vretenci. Podnevi diski postopoma izgubljajo tekočino, ponoči pa jo obnavljajo. S tanjšanjem diskov se zmanjšujejo odprtine skozi katere se raztezajo živci in to je eden od razlogov, da smo zjutraj bolj zdravi in višji, kot pa zvečer. Mladost je jutro življenja, starost pa je večer. V starosti oslabi proces izgube in obnove tekočine diskov, posledično pa se zmanjšata debelina diskov in pretok signalov, organi hitreje obolevajo.

Zakaj ne obstaja človek, ki bi imel oziroma trpel vse bolezni? Zaradi tega, ker ima vsaj del hrbtenice pravilno obliko in signali potujejo nemoteno. Povsem drži japonski rek »ukrivljen vrat je znak kratkega življenja«, vendar bi morda samo še dodal, da je tudi ukrivljena hrbtenica vzrok obolenj in predčasnega konca življenja. V rodu sesalcev, pri pripadnikih iste vrste, ima hrbtenica podobno obliko, pri naši vrsti pa obstajajo različne oblike. Vzrok za omenjeno sta različna zamaknjenost lobanje in pokončna drža.

Pravilna oblika hrbtenice se lahko zasledi samo na risbah v anatomskih enciklopedijah.

PRAVILNA OBLIKA HRBTENICE

od strani od zadaj



Vsi imamo zamaknjen atlas in skoraj nemogoče je najti človeka, ki ima povsem pravilno obliko hrbtenice. Pri večini ljudi ima večji del hrbtenice pravilno obliko vendar se hrbtenica v starosti vse bolj ukrivlja in zaradi tega se pojavijo nova obolenja.

Hrbtenica od lobanje do medenice obsega štiriindvajset vretenc, vendar je to trditev potrebno na novo opredeliti, ker atlas ni del hrbtenice. Atlas je čvrsto povezan z lobanjo od trenutka, ko se formira in vse dokler smo živi. Žal, ta povezava ni dovolj čvrsta, da ob udarcu prepreči zdrs, zaradi tega ker je atlas že zamaknjen. Hrustanci na atlasu in lobanji so gladki in zaradi tega atlas lahko zdrsne. Ob udarcu v glavo ali telo se atlas dodatno zamakne in tako ostane do naslednjega zamika, hrbtenica pa medtem dobiva nepravilne oblike.

Koliko je na svetu ljudi, toliko je tudi različnih oblik hrbtenice zaradi tega, ker se med odraščanjem in življenjem atlas večkrat zamakne v neko drugo pozicijo. Hrbtenica ohranja prejšnje nepravilne oblike, vsakič, ko pa se atlas znova premakne oziroma zamakne pa pridobi nove nepravilnosti. Po obliki hrbtenice je moč ugotoviti v katerem življenjskem obdobju je prišlo do različnih zamikov atlasa.

Žal, če je v mladosti atlas bolj zamaknjen, že tedaj pride do večjega ukrivljanja hrbtenice in posledično več zdravstvenih težav, tako, da je opravičen strah staršev za obliko hrbtenice otrok.

Če opazujemo od zadaj, naj bi bila hrbtenica bila povsem ravna vendar je skoraj nemogoče najti človeka, ki ima takšno hrbtenico. Ukrivljanje hrbtenice v levo ali desno stran se imenuje skolioza. Do odkritja zamaknjenosti atlasa se ni vedelo zaradi česa nastanejo skolioze, vzrok skolioz pa so nagnjenost atlasa, zamaknjenost atlasa v stran ali oboje.

Zaradi nagnjenega atlasa v desno stran pri večini ljudi obstajata dve skoliozi in to v prsnem delu hrbtenice v desno stran ter v spodnjem delu v levo stran.

Pri manjšem številu ljudi je atlas nagnjen v levo stran. Ta nagnjenost nastane zaradi udarca v glavo z leve strani ali udarca v telo z desne strani, leva rama je nižja od desne, medenica pa je premaknjena v levo. V teh primerih nastanejo drugače usmerjene skolioze in drugačna obolenja, predvsem zaradi tega, ker nekateri drugi organi ne prejmejo vseh signalov iz možganov.

NAJPOGOSTEJŠA SKOLIOZA

pogled od zadaj

Moški imajo prvo vretence zamaknjeno v stran pogosteje, kot ženske. Že od otroštva so dečki bolj aktivni in nemirni od deklic, zaradi udarca v glavo s strani, se atlas zamakne v nasprotno stran od smeri iz katere je bil udarec prejet. Zaradi tega se vrat nagne v nasprotno stran od zamaknjenosti atlasa, v srednjem delu hrbtenice pa nastane skolioza usmerjena v isti smeri, kot je zamaknjen atlas.

SKOLIOZA NA SREDNJEM DELU HRBTENICE

pogled od zadaj

Skolioze so zdravstveni problem vendar so neprimerljivo večji problem oblike hrbtenice, ki so opazne, ko se telo opazuje od strani, pa bom zaradi tega do konca tega poglavja posvetil izključno omenjenim ukrivljenostim.

Pravilna hrbtenica je v vratnem in spodnjem delu ukrivljena naprej, v prsnem delu pa nazaj.

Normalne ukrivljenosti naprej se imenujejo pravilne lordoze, normalne ukrivljenosti nazaj pa se imenujejo pravilne kifoze.

PRAVILNA LORDOZA IN KIFOZA

pogled od strani

Žal, je zelo malo ljudi pri katerih so vse tri ukrivljenosti pravilne oblike, ker nimajo atlasa ne nagnjenega, niti dvignjenega. Pri večini ljudi ima del hrbtenice nepravilno obliko, vendar v starosti vse tri ukrivljenosti pridobijo še slabšo obliko.

Med razvojem fetusa in vse do šestega meseca življenja ima hrbtenica obliko črke S. Vendar, ko se dojenčki pričnejo plaziti nastanejo lordoze v vratnem in lumbalnem delu hrbtenice, ko pa shodijo

se le-te še samo povečajo. Že tedaj položaj atlasa vpliva na oblikovanje hrbtenice.

V otroštvu vretenca in diski med vretenci še niso zadosti močni, na formiranje posamičnih oblik pa vplivajo obstoječe oblike hrbtenice. Ko se atlas zamakne na drugem mestu, se vretenca in diski formirajo po drugačni obliki hrbtenice, to se zgodi zaradi gravitacije, ki deluje skozi celotno telo.

Kifoskolioze in lordoze nastanejo v zgodnjem otroštvu, kot posledica več nasprotnih zamaknjenosti atlasa. Te izjemno velike ukrivljenosti hrbtenice ima majhno število ljudi, ker se v zgodnjem otroštvu redko zgodijo tako veliki zamiki prvega vretenca.

Ortopedi poskušajo s pomočjo posebnih pripomočkov otrokom med puberteto zravnati hrbtenico vendar neuspešno, ker se na omenjeni način zgolj upočasni ukrivljanje hrbtenice ali pa se le malenkost popravi njena oblika. Na ta način ni možno trajno rešiti problema, kirurgi ob hrbtenico operativno vgrajujejo kovinska držala.

Odkritje namestitve atlasa omogoča bolj human pristop k trajni rešitvi izkrivljene hrbtenice. Najbolje je, da se dojenčkom namesti atlas, da ne bi prišlo do omenjenih težav. Vendar, če so težave že nastale in so njihova posledica večje deformacije, je najbolje otrokom, kar najhitreje namestiti atlas ter z iztezanjem hrbtenice trajno odpraviti njeno obliko.

Ko nekdo trpi bolečine v telesu ali ima težave z zdravjem, tedaj se običajno zaključi, da so omenjene težave nastale zaradi hrbtenice. To je točna trditev vendar nihče ne dojame zaradi česa ima hrbtenica nepravilno obliko. Vedno je bolje odkriti od kje izvirajo zdravstveni problemi, to pa je do odkritja o zamaknjenosti prvega vretenca bila nerešljiva uganka.

Pri boksarjih je atlas pogosteje zamaknjen, kot pri drugih ljudeh. Atlas sem namestil nekaj nekdanjim boksarjem, ki so v trenutku namestitve bili stari čez sedemdeset let. Pri njih je bil atlas postavljen na boljšo pozicijo, kot pri njihovih vrstnikih in zaradi tega so bili bolj zdravi. To me je presenetilo vendar sem dojel, da so imeli srečo in so prejeli večino udarcev v glavo s sprednje strani. Ti udarci so premikali dno lobanje nazaj, zaradi tega pa je njihov atlas bil manj nagnjen. Pri boksarjih, ki so prejeli močne udarce v glavo od strani ali od zadaj, pa so nastajale bolezni prej in umirali so zaradi bolj zamaknjenega atlasa. Za nekatere boksarje je ta šport usoden, za večino pa plemenita veščina.

Prvo vretence je pred rojstvom zamaknjeno nazaj, vendar se v drugem letu starosti pri kakšnem od otrok zamakne naprej, zaradi tega ker otroci nenadzorovano padajo in prejemajo udarce v glavo od spredaj. Kašnemu od otrok udarec dvigne atlas naprej, pa se za-

radi gravitacije glava postavi nazaj, prsni koš pa naprej. Zaradi tega se hrbtenica preveč vzravna, stopala pa ne oblikujejo loka in ostanejo ravna oziroma ploska. Od tretjega leta naprej se otroci med padci že znajo ujeti na roke, sunek glave pa tedaj povzroči, da se atlas nagne naprej.

V Afriki matere nosijo dojenčke in otroke na hrbtu. Zaradi tega položaja otroci držijo glavo nazaj pri tem pa se atlas zamakne naprej, zaradi česa hrbtenica pridobi preveč vzravnano obliko, glava in zadnjica pa se postavita nazaj. To je vzrok, da imajo črnci povečini ploska stopala.

VZRAVNANA LORDOZA

pogled od strani

Vsa odstopanja od pravilnih oblik hrbtenice so slaba vendar, ko bi se lahko izbiralo, je bolje imeti vzravnano lordozo. Znano je, da so vzravnani ljudje bolj zdravi od drugih vendar je majhno število tistih, ki imajo večji del življenja takšno obliko hrbtenice.

Drži, da so ti ljudje bolj zdravi, vendar tudi preveč vzravnana hrbtenica ni dobra, ker vretenca tudi v tem primeru ne ležijo normalno in zmanjšujejo odprtine skozi katere se raztezajo živci. Takšni ljudje imajo zdravstvene probleme z organi, ki ne prejemajo vseh signalov vendar nimajo novih obolenj zaradi tega, ker se ne spreminja oblika hrbtenice. Vendar, starejšim se diski med vretenci tanjšajo in organi prejemajo manj signalov, to pa pomeni poslabšanje obolenj, ki so že prisotna.

Ko je hrbtenica preveč vzravnana tedaj obstaja lordoza na dnu hrbtenice in zaradi tega nastanejo problemi z organi na dnu trebuha in z nogami.

Najslabše oblike so kifoskolioze in lordoskolioze, vendar obstajajo tudi oblike, kot so kifoze na mestih kjer bi morale biti lordoze ali ko je lordoza nastala namesto kifoze.

ZAMENJANI MESTI LORDOZ IN KIFOZ

pogled od strani

Zamenjava mest kifoz in lordoz nastane v primeru, ko je v zgodnjem otroštvu atlas bil nagnjen naprej, pa se zaradi udarca v glavo ni dvignil. Po namestitvi atlasa tudi te oblike hrbtenice postopoma postanejo pravilnejše.

Prvo vretence je pri čez devetdeset odstotkih otrok in odraslih nagnjeno naprej, kar je vzrok nastanka večjih lordoz in kifoz, ki povzročajo tudi največje zdravstvene težave.

Obstaja veliko razlogov, da je atlas pri večini ljudi nagnjen naprej. Že med razvojem fetusa se atlas zamakne nazaj, pri tem se dno lobanje in sam atlas oblikujeta po tem položaju. V otroštvu in mladosti, ko se učimo imamo glavo dvignjeno, ko se zaposlimo je glava manj ali bolj v upognjenem položaju. Med življenjem lovimo predmete, ki se nahajajo nižje od glave in zaradi tega jo upogibamo, medtem ko jemo ali spimo, pa imamo glavo spet najpogosteje v upognjenem položaju. Oči so spredaj in zaradi tega ne vidimo predmetov, ki nas udarijo v glavo od zadaj. Vendar, najhujši so udarci v čelo, ker dno lobanje zdrsi navzdol in naprej. Zaradi vseh omenjenih situacij se atlas nagne naprej in odvisno od nagnjenosti, hrbtenica trpi za manjšimi ali hujšimi lordozami in kifozami.

Po tridesetem letu smo vsako desetletje nižji za en centimeter, tako, da smo v osemdesetem letu povprečno nižji pet centimetrov. Tisti, pri katerih je atlas zamaknjen naprej imajo vzravnano obliko hrbtenice in zaradi tega se ne vraščajo, vendar so zaradi stanjšanih diskov v starosti nižji za en centimeter.

Žal obstaja preveč slabih oblik hrbtenice zaradi tega, ker je atlas zamaknjen naprej in nagnjen, vendar je atlas pri večini ljudi tudi obrnjen, zaradi tega pa nastane zavitost hrbtenice. Pri nekaterih

je celotna hrbtenica enakomerno zavita in zaradi tega vretenca ne pritiskajo živcev, vendar je pri večini hrbtenica v spodnjem delu preveč zavita, organi na dnu trebuha in noge slabše funkcionirajo.

Na dnu hrbta ima hrbtenica skoliozo in lordozo, ko pa je še zavita, tedaj nastane tudi diskus hernije. Po namestitvi atlasa diskus hernije postopoma izgine, signali pa se lahko nemoteno izmenjujejo. Zaradi tega organi pričnejo bolje funkcionirati, v nogah pa izginejo bolečine in mravljinci.

Osnovni namen obstoja živih bitij sta ohranitev in nadaljevanje vrste. Vse je podrejeno tej osnovni biološki nalogi, pa je tako tudi pri naši vrsti, vendar nam zaradi stisnjenosti in oslabljenih signalov pri dnu hrbtenice reprodukcijski organi slabše funkcionirajo. Vse več je mladeničev, ki ima težave s potenco.

Med erekcijo se penis napolni s krvjo vendar, ko je stisnjen center za cirkulacijo oziroma obtok v prvih možganih, tedaj se zmanjša tudi dotok krvi v penis. Problemi z nastajanjem in obnovo spermijev imajo izvor pri dnu hrbtenice, zaradi stisnjenosti živcev, ki vodijo do testisov.

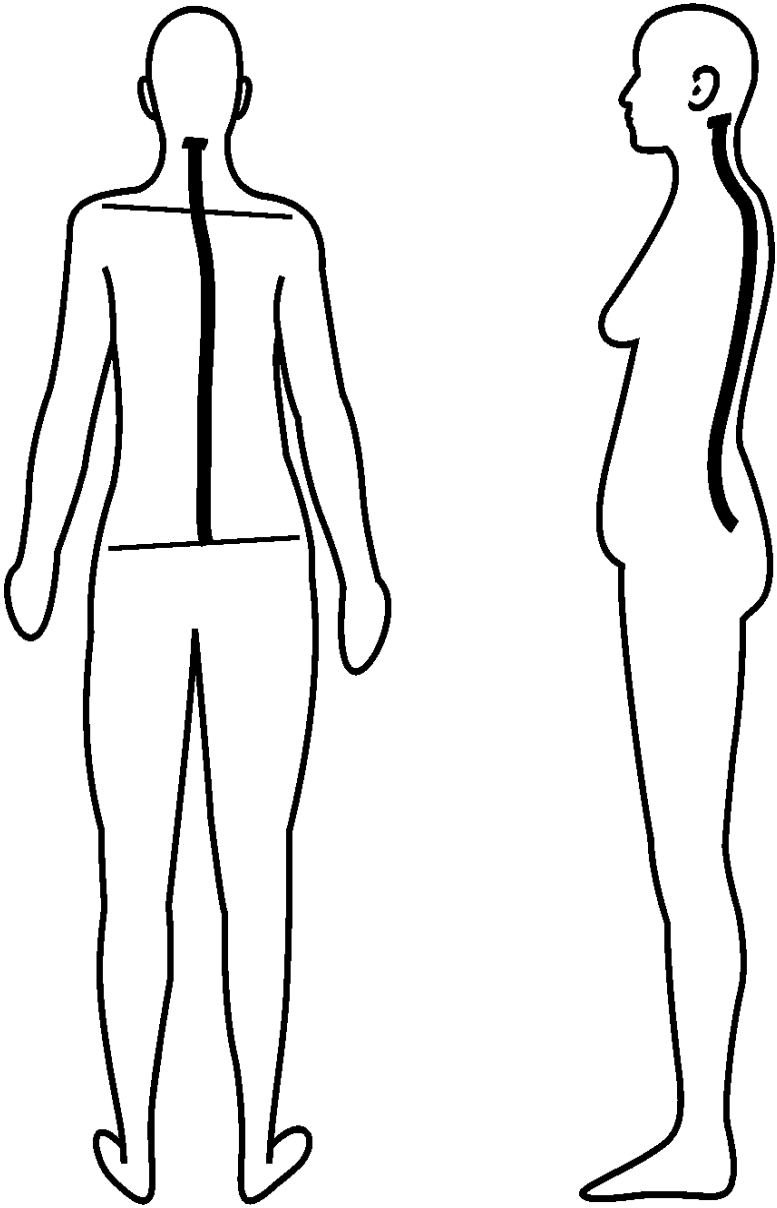
Večja lordoza v spodnjem delu hrbtenice je pri ženskah osnovni vzrok nastanka problemov s ciklusom in predčasnim izostankom menstruacije. Po korekciji položaja atlasa, se ženskam zmanjšajo menstrualne bolečine, ciklusi pa hitro postanejo redni. Namestitev atlasa zmanjša veliko lordozo in signali znova pridejo v jajčnike in maternico. Posameznim ženskam, ki niso zmogle zanositi ali pa zaključiti nosečnosti, zmanjšana lordoza omogoči ponovno rojevanje.

Osnovna vloga ženske je rojevanje in materinstvo, pa izostanek ciklusa v zgodnjih štiridesetih letih privede do hormonskih motenj in težav z zdravjem. Po namestitvi atlasa, se večini žensk, ki so v predčasni menopavzi, ciklusi vrnejo.

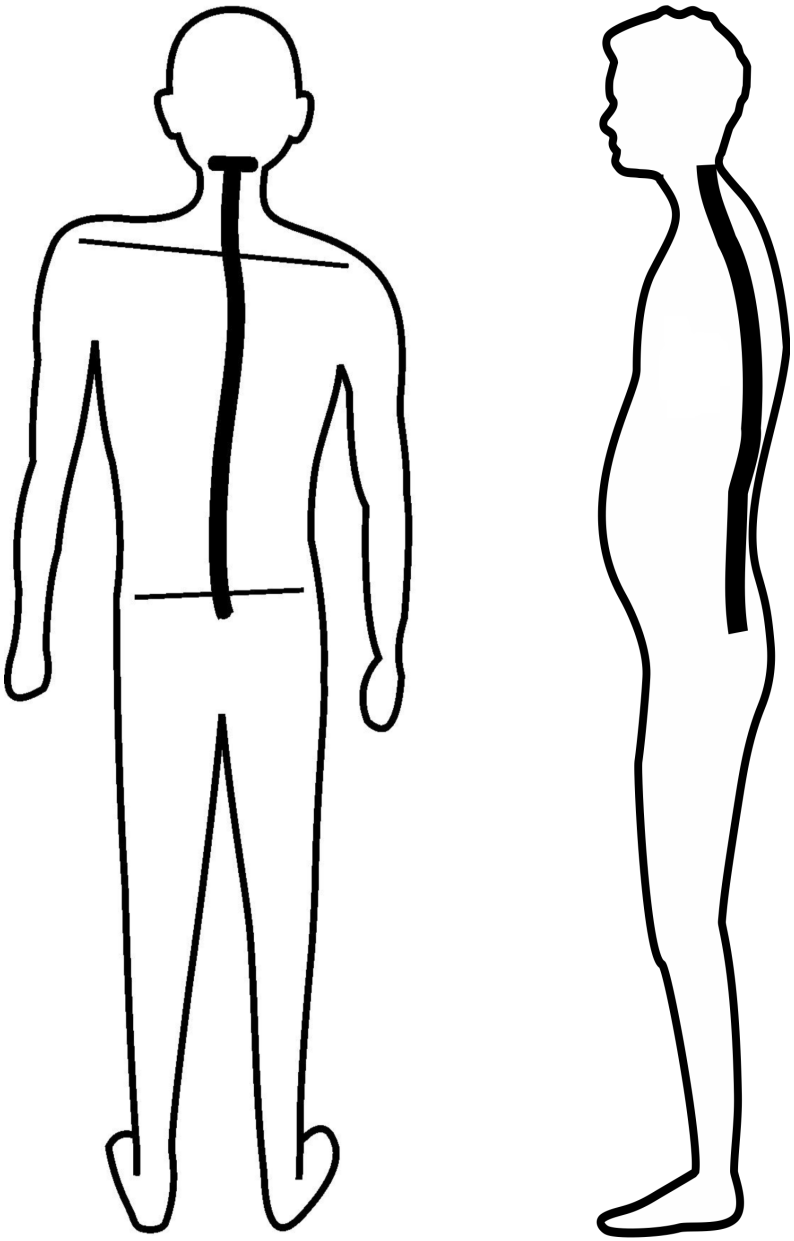
Nosečnost se imenuje »drugo stanje«, ker se spremeni zdravje. Večina žensk postane bolj zdravih, nekaterim pa se po porodu zdravje poslabša, vendar na to ne morejo vplivati hormoni, zaradi tega ker je nosečnost normalen, naravni proces. Do poslabšanja zdravja pride pri ženskah, pri katerih je med porodom bil zamaknjen atlas.

Znano je, da so ženske, ki so večkrat rojevale bolj zdrave, vendar ni znano zaradi česa je temu tako. V zadnjih mesecih nosečnosti fetus postaja večji, pa od znotraj potiska hrbtenico zaradi česar se lordoza zmanjša, signali pa lažje potujejo ob vretencih. Med več nosečnostmi hrbtenica dobi pravilnejšo obliko in to osnovni vzrok boljšega zdravja. Nekaterim nosečnicam se stopala podaljšajo, vendar ne zaradi večje teže temveč zaradi drugačne statike telesa.

SPLOŠNI VIDEZ ŽENSKEGA TELESA IN HRBTENICE
V ŠTIRIDESETEM LETU ŽIVLJENJA



SPLOŠNI VIDEZ MOŠKEGA TELESA IN HRBTENICE
V ŠTIRIDESETEM LETU ŽIVLJENJA



Ne obstaja pomembnejša razlika v poziciji atlasa pri ženskah in moških, vendar obstaja razlika v oblikah ženske in moške hrbtenice. Pred puberteto je atlas podobno nagnjen naprej tako pri deklicah, kot dečkih, razlika v obliki hrbtenice pa nastane zaradi teže dojk, ki spremenijo statiko ženskega telesa. Med puberteto se pri deklicah pojavi večja lordoza v vratnem delu hrbtenice.

V dvajsetem stoletju dekleta in ženske pričnejo množično nositi nedrčke, dvig dojk pa še bolj spremeni statiko ženskega telesa, zdravje se poslabša. Ob tem nedrček stiska limfne žleze in poti, zato so danes ženske neprimerljivo bolj bolne, kot nekoč. Zaradi lepšega videza mlečne žleze nezadostno funkcionirajo, dojenčki pa ostanejo prikrajšani za materinsko mleko.

Moškim je glava nagnjena naprej, pri ženskah pa je pravokotna na telo, zato se zaradi teže glave pri ženskah povečajo lordoze. Še posebej se poveča vratna lordoza in zaradi tega ženske že v tridesetem letu začutijo težave s ščitnico. Pri večini žensk najprej nastane motnja ščitnice na desni strani, ker je desna stran pri večini spuščena in obrnjena nazaj. Posledica tega je lordoza in zavitost vratnega dela hrbtenice, zaradi tega oslabijo signali k desni strani ščitnice.

Zaradi poudarjene vratne lordoze, so pri ženskah pogostejši glavoboli, vrtoglavice, obolenja ščitnice ter bolečine v rokah. Vendar, pri ženskah sta kifoza v prsnem delu hrbtenice in lordoza v spodnjem delu pravilnejše oblike, večina organov v ženskem telesu pa prejema dovolj signalov, zaradi česar so bolj zdrave, kot moški.

Moški imajo na sredini hrbtenice kifozo, ki slabi signale k najpomembnejšim organom. To je eden od vzrokov zakaj živijo krajše,kot ženske.

Po namestitvi atlasa postopoma izgine ukrivljenost, zavitost in levo-desna asimetrija telesa, hitrost s katero pa hrbtenica pridobi boljšo obliko je odvisna od starosti in od tega, koliko je telo pred tem bilo ukrivljeno.

Pri večini moških je atlas nagnjen naprej in zaradi tega sta uho in kolk postavljena naprej, rama in peta pa nazaj.

Ni dobro, da imajo moški glavo upognjeno, ženske pa v smeri telesa, ker se pri enih in drugih pojavi nepravilna oblika hrbtenice. Po namestitvi prvega vretenca se pri vseh glava postavi v pravi položaj – v sredino med omenjeni dve skrajnosti.

Zamaknjenost lobanje je edini vzrok nepravilnih oblik telesa in hrbtenice. Ni lahko nositi najpametnejše glave v vesolju.

Možgani neprenehoma pošiljajo in sprejemajo informacije. Živčni signali se sočasno širijo skozi živčne poti od možganov k telesu

in od telesa k možganom, signali pa se lahko nemoteno širijo, ko živci niso stisnjeni.

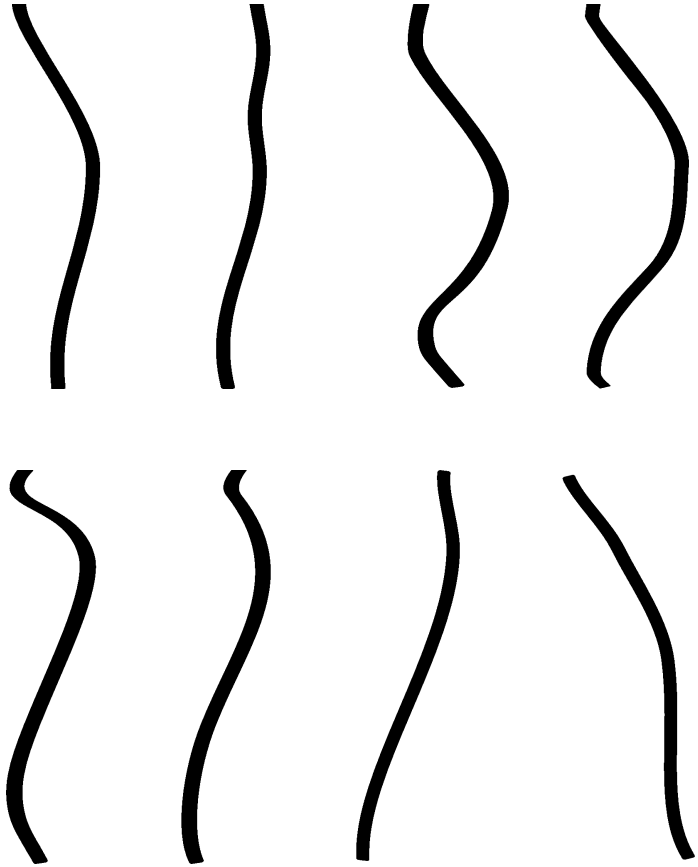
V možganih zaradi slabe prekrvavitve nastaja manj signalov, na poti proti organom pa zaradi pritiska prvega vretenca še dodatno oslabijo. To stanje poslabšajo nepravilne oblike hrbtenice, tako da povzročajo še tretje zmanjšanje in oslabitev signalov.

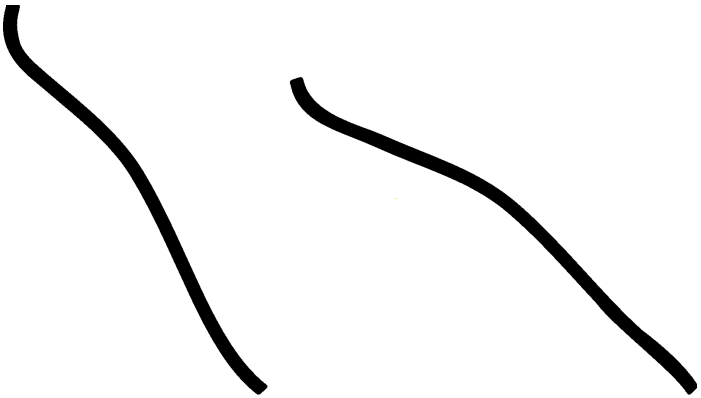
V smeri signalov proti možganom so nepravilne oblike hrbtenice prva ovira, zamaknjen atlas pa jih dodatno ovira. Možgani ne prejmejo vseh potrebnih informacij in ne morejo pravilno reagirati, zaradi tega organi postopoma izgubijo funkcijo in obolevajo.

Od takrat, ko se v otroštvu atlas nekajkrat naglo nagne in dvigne, se porajajo čudne oblike hrbtenice, ki so prikazane na naslednjih risbah.

IZREDNO NEPRAVILNE OBLIKE HRBTENICE

pogled od strani





Vsak človek ima manj ali bolj nepravilno obliko hrbtenice, edina rešitev pa je namestitev atlasa.

Mlado drevo se zvija, starejše je vse bolj je čvrsto. Za razliko od drevesa, se človekova hrbtenica v starosti vse hitreje ukrivlja zaradi vse večje zamaknjenosti prvega vretenca. Ko se atlas namesti dojenčkom, hrbtenica hitro dobi pravilno obliko in takšna ostane vse življenje.

Hrbtenica je steber življenja, ko pa je hrbtenica nestabilna, se življenje sesuva zaradi vse slabšega zdravja.

ZDRAVJE

Popolno zdravje ne obstaja vendar obstaja stalna potreba za boljšim zdravjem. Ta princip je prisoten pri vseh živih bitjih in nič drugače ni niti pri človeški vrsti. Mi menimo, da smo najpopolnejša bitja, kar drži v številnih segmentih življenja vendar je naše zdravje slabše, kot pri živalih.

Dobro zdravje je usklajenost in funkcionalnost organov ter sistemov v organizmu. Nekdo ali nekaj mora upravljati procese, da bi vse funkcioniralo usklajeno. Organizem lahko primerjamo z orkestrom. Ključno je, da so vsi inštrumenti uglašeni ter, da glasbeniki v istem trenutku igrajo po notnem zapisu, vendar, ko samo eden od inštrumentov ne da pravega zvoka ali pa v primeru, da eden od glasbenikov ni pravočasen, tedaj orkester ne igra dobro. Glasbeniki ne vidijo eden drugega, vendar slišijo druge ter se lahko vključijo v izvedbo svojih etap. Človek je vizualno bitje, zaradi usklajenosti glasbenikov v orkestru in usklajenosti glasbe je nujen obstoj dirigenta, ki vodi glasbenike in orkester.

V našem telesu imajo vlogo dirigenta spodnji možgani, ki vse življenje dajejo navodila in spremljajo delo organov in sistemov. Med spanjem so spodnji možgani najaktivnejši, ker se povečini prav tedaj odvijata regeneracija in samozdravljenje.

Zgornji možgani so zadolženi za zavedanje in zaradi tega smo mi edina vrsta, ki ima možnost, da s pomočjo miselnih procesov vzdržuje ali izboljšuje zdravje. Veliki možgani skrbijo za zdravje, ko se zavedo določenega problema, spodnji deli možganov pa neprenehoma ohranjajo zdravje.

Če glasbeniki ne zvenijo usklajeno, jih dirigent ustavi in vse se prične znova oziroma od začetka, z vajo pa se orkester uspe uglasiti. Spodnji možgani nimajo te možnosti, ker ne morejo prekiniti življenja in ga začeti znova. Ko pride do zdravstvene motnje, spodnji možgani nadaljujejo z ohranjanjem življenja, sočasno pa poskušajo izboljšati stanje na mestih, kjer je prišlo do nepravilnosti.

Spodnje možgane sestavlja nekaj delov, ki neprenehoma sodelujejo. To je popolnost narave, ki se je razvijala stotine milijonov let, pa še naprej se izpopolnjuje. Znanost, ki preučuje človeške možgane poskuša dojeti veličastnost tako kompleksne strukture, vendar še ne dojema, kako delujejo možgani. Trenutno se ve, da možgani vsebujejo 90 odstotkov vode.

Voda je osnova življenja, najnovejša znanstvena dela pa dokazujejo, da ima voda sposobnost pomnjenja. Za nas je voda običajna snov, vendar bolj, kot se preučuje vse bolj se spoznavajo njene izjemne zmožnosti. Razvoj prihodnjih generacij računalnikov temelji na organskih komponentah v katerih je voda osnovna sestavina.

Povedano v računalniškem jeziku, spodnji deli možganov imajo popolne programe za ohranjanje dobrega zdravja. Naši zgornji možgani so najpametnejši v znanem vesolju vendar tudi ob pomoči najmočnejših računalnikov še vedno ne dojamemo, kako funkcionirajo možgani. Nevrološka znanost se pospešeno razvija in morda bo rešila to največjo uganko.

Spodnji možgani so ob osnovni vlogi, ki je ohranjanje funkcij organov in sistemov, zadolženi tudi za obrambo pred biološkimi napadalci. Ko iz zunanjega okolja v telo prispejo virusi, bakterije in paraziti, spodnji možgani aktivirajo obrambni sistem in praviloma jim uspe dobiti spopad za dobro zdravje. V preteklih nekaj tisoč letih so poskušali pomagati tudi veliki možgani vendar bi včasih bilo bolje, da se ne bi ukvarjali s tistim, za kar niso usposobljeni. Še posebej je naravnim procesom škodovala sodobna medicinska znanost.

Ko je načeto zdravje, si želimo čim prej ozdraveti, vendar ob pomoči zdravil mi v bistvu oslabimo imunski sistem, ki se je izpopolnjeval milijone let. Hitra ozdravitev privede do tega, da zdravje dolgoročno postaja vse slabše.

Zavedanje velikih možganov je oblikovalo medicinsko znanost, da bi se zdravili bolni, vendar se je razvil tudi niz postopkov, da se vnaprej izboljša stanje organizma in da se na ta način zagotovi dobro zdravje v prihodnje. Zavedanje se opira na logiko in res je logično, da bi se s krepitvijo telesa lahko ohranilo zdravje.

Desetine milijonov let, se ljudje vsakodnevno po nekaj ur ukvarjajo s športom, rekreativno vadbo, tekom, plavanjem, aerobiko, pitjem čajev, pravilno prehrano ter uživanjem naravnih in umetnih snovi s katerimi bi preložili staranje. Za povečanje mišične mase bodibilderji uporabljajo steroide, ti kemični preparati pa škodujejo zdravju. Vse omenjene aktivnosti so modna muha nove dobe in se najbolj pogosto izkažejo za napačne. Navsezadnje ni dobro porabiti časa in denarja za preventivo, ker ta ni smisel življenja.

Kratkoročno preventiva pomaga vendar dolgoročno poslabša zdravje. Človek lahko teče, vendar mu ni treba teči, ker se s tekom poškodujejo diski v hrbtenici in hrustanci kolkov, kolen in stopal. Joga ni šport vendar tudi pretirano ukvarjanje z jogo lahko deformira obliko hrbtenice.

Poklicni športniki so v starosti bolj bolni od svojih vrstnikov, vendar tudi ob tem dejstvu, starši vztrajajo, da se otroci ukvarjajo s športnimi aktivnostmi. Ritmičnim gimnastičarkam se v bistvu deformira oblika hrbtenice zaradi tega, ker se od zgodnjega otroštva ukvarjajo z omenjenim športom. Dejstvo je, da so otroci fizično neaktivni, vendar niso vsi športi koristni. Preveč sedenja v šoli in doma otrokom poslabšuje zdravje, vendar je boljše sedenje zamenjati z otroškimi igrami, kot pa s športom.

Vsak ima v sebi popolnega zdravnika, ki je močnejši od celotne medicine. Ta popolni zdravnik so spodnji možgani, ki so se »izobraževali« nekaj milijonov let.

Spodnji možgani bi lahko vzdrževali zdravje samo, če ne bi bilo onemogočeno njihovo normalno funkcioniranje. V njih obstajajo »programi« za nemoteno funkcioniranje organizma vendar je zamaknjen atlas ovira med možgani in organizmom. Spodnji možgani lahko vse, ne morejo pa namestiti atlasa.

Namestitev atlasa omogoča temu popolnemu zdravniku, nemoteno opravljanje njegovega dela. Spodnji možgani v vsaki sekundi opravijo milijarde aktivnosti, ki nam vzdržujejo življenje in zdravje, zato je potrebno biti hvaležen za vse kar nam ponujajo in zagotavljajo skozi vse življenje.

Beseda »zdravje« ima samo ednino, beseda »bolezen« pa ima tudi množino. Zdravje je eno, zaradi zamaknjenega atlasa pa nastanejo številne bolezni.

BOLEZNI

Če so spodnji možgani tako močni, kako je potem možno, da smo bolni? Spodnji možgani ne morejo vplivati na bolezni, ki nastanejo zaradi zamaknjenega atlasa, ko se ne more vzravnati telo in izboljšati pretok signalov ter snovi skozi organizem.

Zgornji možgani lahko prvič pomagajo spodnjim možganom in telesu. S svojim zavedanjem lahko sprejmejo odločitev o namestitvi atlasa, vendar absolutna večina človeštva ne ve, da je zamaknjenost atlasa prvega vretenca vzrok bolezni. Sedaj obstaja rešitev, ljudje pa še naprej nepotrebno trpijo bolezni. Problem je neinformiranosti, vendar tudi tisti, ki so slišali, da je možno živeti bolj zdravo, ne verjamejo, da je rešitev tako preprosta.

Težko je verjeti, zaradi tega, ker vsi obljubljajo zdravljenja odrešitve, ki so povečini neuspešna. V takšnih okoliščinah se vse kar je novo vnaprej primerja z obstoječim. Zveni pravljično: mi ne zdravimo, ljudje pa bodo ozdraveli. Videti je preprosto vendar se težko dojame, da je bolje odpraviti vzroke, kot zdraviti posledice. Po namestitvi atlasa, se ljudje prepričajo in dojamejo, da je namestitev atlasa popolnoma drugačno in močnejše zdravljenje v primerjavi z drugimi zdravljenji, sami pa postanejo najboljši vzor oziroma reklama, ki namestitev atlasa priporoči tudi drugim ljudem. Ta način informiranja je najučinkovitejši vendar tudi najpočasnejši, v vmesnem času pa bolni trpijo.

Ko v organizmu pride do določene motnje, pomislimo, da smo bolni, vendar bolezni, težave in obolenja niso eno in isto, zato je potrebno pojasniti omenjene pojme.

Bolezni so prehodne, težave in obolenja pa kronična in trajna stanja, ki se s časom poslabšajo. Bolezni nastanejo zaradi zunanjih dejavnikov – bakterij, virusov in parazitov, obolenja pa nastanejo zaradi notranjih vzrokov – zamaknjenosti prvega vretenca. S procesi samozdravljenja in zdravljenja bolezni izginejo, težave in obolenja pa ne morejo izginiti, zaradi zamaknjenega atlasa.

Pri živalih so zunanji dejavniki povzročitelji bolezni, ker one ne morejo vplivati na življenjsko okolje. Pri živalih je atlas na mestu in zaradi tega nimajo notranjega vzroka bolezni. Pri naši vrsti je atlas zamaknjen, zaradi tega v organizmu nastanejo skoraj vse težave in obolenja, iz leta v leto vse težje.

Homo sapiens je našel rešitve, kako se zavarovati pred pogoji, ki vladajo v okolju ter je zunanje povzročitelje bolezni zmanjšal na minimum. Sodobni človek je pod mikroskopom zagledal parazite in bakterije ter se ustrašil njihovega videza in ta strah nas je potisnil v drugo skrajnost. Pričeli smo spopad z njimi, tako v naši okolici, kot v

našem telesu. Oni so res videti zastrašujoče vendar nekateri od njih v nas živijo in imajo pomembno vlogo v procesih metabolizma.

Skrajnosti in velika vmešavanje v naravna stanja niso dobra. Kemijski sterilizatorji onesnažujejo življenjsko okolje in ne pomaga nam če se stanovanja in hiše bleščijo od čistoče. Pretirana higiena oslabi naravno imuniteto, ki je nastajala milijone let, zaradi tega pa smo mi in naši otroci vse bolj bolni. Vsako pretirano vmešavanje v naravne procese nam zgolj škodi.

Osemdeset odstotkov živega sveta predstavljajo bakterije. V naravi je veliko vrst bakterij vendar naj jih bo še toliko, jih je moč razvrstiti v tri osnovne skupine, ki poskušajo živeti v medsebojnem ravnotežju. Te tri skupine živijo usklajeno tudi v našem organizmu vendar odvisno od hrane, ki jo uživamo in zdravil, ki jih uporabljamo, občasno pride do motenj v njihovem ravnotežju, zaradi tega pa zbolimo.

Prevladuje mnenje, da so obolenja genetsko podedovana, vendar genetika ni krivec. Atlas je pri večini ljudi podobno zamaknjen in zaradi tega se pojavljajo podobne bolezni. Tudi člani družine imajo podobno zamaknjen atlas, zaradi tega pa se meni, da so obolenja dedna. Med življenjem se atlas vse bolj zamika in zaradi tega je podobno tudi zaporedje nastanka obolenj.

Ko zdravniki ne poznajo vzroka obolenja, predvidevajo, da je dedno, vendar, ko jim poveste, da nihče od vaših prednikov ni imel tega obolenja, tedaj menijo, da ste v otroštvu preboleli katerega od virusov, ki je za seboj pustil posledice. Ko se preveri zdravstveni karton in ugotovi, da niste preboleli virusnega obolenja, se zaključi, da je vzrok problema stres ali pa gre za katero od avtoimunskih bolezni. Najboljši dokaz napačnih predvidevanj je, da so ljudje pri katerih je atlas na boljšem mestu, kot pri drugih članih družine ter so bolj zdravi od njih.

Vendar obstajajo dedna obolenja in vzroki bolezni, ki so posledica virusnih infekcij iz otroštva, a je to neprimerljivo manjšega pomena, kot zdravstveni problemi, ki nastanejo zaradi zamaknjenega atlasa.

Življenje nikoli ni bilo lahko. Za stresom so trpeli tudi naši predniki medtem, ko so bežali pred plenilci, vendar sodobni pospešeni način življenja in strah za eksistenco pogojuje še večji stres, ki povzroča obolenja. Naši predniki so se bali plenilcev, mi pa doživljamo stres pred avtomobili, tako v vlogi pešcev, kot voznikov. Pračlovek se ni pustil ustrahovati prepogosto, mi pa stres doživljamo vsakodnevno.

Znano je, da stres vpliva na zdravje, vendar se ne ve kako. Ob nevarnosti moramo hitro sprejeti odločitev in se odzvati, da pa bi ve-

liki možgani lahko v nekaj sekundah sprejeli pravilno odločitev morajo imeti dovolj krvi. Organizem posreduje kri možganom in tedaj se dvigne raven adrenalina, ki pripravi telo na stresno situacijo. Atlas pritiska in gnete krvne celice, posledično pa ne pride zadosti krvi v možgane, pojavijo se psihosomatska obolenja. Ljudje, ki imajo nameščen atlas so še naprej izpostavljeni stresu, vendar ko kri nemoteno doseže možgane je stres manjši.

Praksa namestitve atlasa mi je omogočila, spremljanje, kako po namestitvi izginejo obolenja, ko pa sem dojel omenjene procese, sem spoznal tudi kako obolenja izginejo.

Atlas se postopoma sam premika, a so ljudje iz desetletja v desetletje vse bolj bolni. Obolenja počasi nastanejo tako, da organi prejemajo vse manj signalov in izgubljajo funkcijo, zaradi tega pa se razvijejo žarišča novih obolenj. Posameznih težav se ne zavedamo vse dokler se ne pričnejo močnejše bolečine, od katerih vseh ni moč odkriti z medicinskimi preiskavami. Ko izgine motnja, sta simptoma utrujenost in zaspanost, pozneje pa se pojavijo tudi bolečine.

Telo nas utrudi, z zaspanostjo in bolečinami opozarja, da nekaj ni tako, kot bi naj bilo, mi pa ne dojemamo teh sporočil in težave počasi prerastejo v obolenja, ki nam jemljejo energijo in slabijo imuniteto.

Pri moških na naslednji način pride do obolenja prostate. Zaradi nagnjenega atlasa, v petdesetem letu življenja se zgornji del telesa postopoma prične nagibati naprej in zaradi tega se hrbtenica v spodnjem delu preveč vzravna, kar oslabi signale k prostati. Med šestim desetletjem vzravnana lordoza pri nekaterih preide v kifozo in vse se konča z operacijo prostate.

Ženske imajo petkrat več problemov s ščitnico, ker imajo večjo lordozo v vratnem delu hrbtenice, kot moški.

Zaradi postopnega zmanjšanja signalov, se obolenja prostate in ščitnice razvijajo počasi, zaradi ukrivljanja hrbtenice pa ta obolenja postanejo bolj izražena.

Motnje v delovanju drugih organov in sistemov v organizmu prav tako nastanejo počasi, zaradi oslabljenih signalov in pretoka snovi, slabši metabolizem pa onemogoča uravnotežen dotok in odtok snovi, posledično nastanejo ledvični in žolčni kamni ter težave z žlezo slinavko. Po namestitvi atlasa se izboljša metabolizem, kamni se stopijo v nekaj mesecih in ne nastanejo znova.

Če v organizmu pride do motnje, celota še naprej funkcionira tudi ob dejstvu, da slabo ali pa sploh več ne funkcionira, kateri od njenih manjših delov, vendar zaradi tega majhnega dela celota vse bolj peša.

V dvajsetem stoletju se je medicinska znanost pospešeno razvijala in logično bi bilo, da smo bolj zdravi, a je dejstvo prav nasprotno, smo vse bolj bolni. Glavni razlogi za ta paradoks so kemijska onesnaženost okolja in tehnološka priprava živil.

Posledice humanosti so občasno tudi slabe. Zemljišča v Afriki so manj onesnažena vendar so črnci postajali vse bolj bolni, ko so v prehrani pričeli uporabljati moko, ki je bila poslana iz razvitih držav. Njihov prebavni sistem ni prilagojen hrani iz pšenice in zaradi tega so se pojavile bolezni, katerih do tedaj niso poznali. Hitro so se pošiljkam moke pridružila še »humanitarna« zdravila, to pa je črncem le poslabšalo zdravje. Zaradi eksperimentalnih zdravil so pričeli tudi umirati.

Vse omenjeno se je zgodilo v dveh desetletjih in je samo krajša verzija tistega, kar se je v dveh stoletjih zgodilo delu človeštva. Včasih je bolje biti nehuman in ne vplivati na naravne tokove. Tisto, kar je videti, kot napredek občasno povzroča škodo.

Večina obolenj sploh naj ne bi obstajala, obstajajo pa samo zaradi tega, ker se atlas ne nahaja na ustreznem mestu. Ko bi si, vsi ljudje na svetu v naslednjih dveh generacijah namestili atlas, bi večina obolenj prenehala obstajati, zato, ker bi se odpravil notranji vzrok, postali pa bi tudi odpornejši na zunanje povzročitelje obolenj. Na omenjeni način se bo človeški rod v prihodnosti osvobodil zdravstvenih problemov.

Po namestitvi atlasa težave in obolenja izginejo, nova pa ne nastajajo.

SAMOZDRAVLJENJE

Samozdravljenje obstaja od nastanka živega sveta.

Sčasoma so se oblikovali vse bolj kompleksni organizmi, skozi proces samozdravljenja pa so se tudi izpopolnjevali. Tudi rastline in živali imajo to možnost, človeški organizem pa ima izjemno sposobnost samozdravljenja, vendar zamaknjenost atlasa zmanjšuje to možnost.

Ob ohranjanju življenjskih funkcij, vsak organizem skrbi za ohranitev zdravja, ob pojavu bolezni, pa organizem aktivira procese samozdravljenja.

Termin »izceliti« je nastal iz besede »iz-celiti«, to pa asociira na »izvreči iz celote« tisto, kar ne pripada telesu in kar poslabša zdravje. Pri živalih se izločanje praviloma odvija z urinom in blatom, zaradi tega imajo živali od ust do konca prebavnega sistema, občutno močnejše antiseptike, od človeka.

Človeški organizem razpolaga z več načini izceljenja vendar za razliko od živali, se pri nas izceljenja povečini izvajajo preko zgornje tretjine telesa. To je ena od prednosti človeške vrste, ker je bolj preprečiti infekcije, kot pa organizem spraviti v stanje, ko mora aktivirati procese samozdravljenja. Z izločanjem bioloških napadalcev iz zgornjega dela telesa se preprečuje, da bi le ti šli skozi notranje organe, še posebej pa, da ne bi prispeli v tanko črevo od koder bi se s krvjo prenesli do celic v celotnem organizmu.

Zaradi omenjenega so pri človeški vrsti usta najmanj čist del prebavnega sistema, urin in blato pa sta lahko zdravilna.

Biološki napadalci poskušajo vstopiti v telo skozi kožo, vendar jim ne uspe, zaradi tega povečini vstopijo vanj s hrano, vodo in zrakom. Moramo dihati, piti vodo in jesti, pa se zaradi tega prva obrambna črta nahaja v zgornjem delu telesa. Slina ima razen priprave hrane za prebavo tudi vlogo, da s pomočjo antiseptikov uniči del bakterij in virusov. Zaradi tega je pomembno žvečiti dlje časa, da bi klorovodikova kislina v želodcu najlažje uničila preostanek virusov in bakterij. Nekoč so ljudje s prvim jutranjim izpljunkom namazali ranice in ekceme, ki so se hitreje zarastli, kjer slina izpljunka vsebuje limfo s protitelesi.

Pri nas so sinus in pljuča del digestivnega oziroma prebavnega sistema. Ko je v sinusu več sekreta je to znak, da je v hrani bilo veliko bioloških napadalcev in da jih je organizem vrnil navzgor, da bi se izločili skozi nos. Nekdo ta sekret pogoltne vendar je to napaka. Sekret iz sinusa in pljuč je potrebno vedno izpljuniti.

Od vseh vrst sesalcev imamo samo mi možnost potenja. To je videti nepomembno, včasih je tudi neprijetno. Mislimo, da je potenje namenjeno samo hlajenju, vendar gre za veliko več.

Poleti je v našem okolju več virusov, bakterij in parazitov, mi pa smo poleti bolj zdravi. Ta paradoks je možen samo zaradi tega, ker se poleti bolj potimo. Res je, da se na omenjeni način telo hladi vendar se s potom iz telesa izločijo nečistoče in biološki povzročitelji bolezni. Ta način je boljši, kot pa da bi biološki napadalci šli skozi telo in se izločili z urinom ter blatom.

Ko napadejo virusi, je najbolje zmanjšati vnos hrane, piti več vode in se ponoči večkrat prepotiti. Ko smo bolni izgubimo tek, da kri ne bi šla proti prebavnim organom, raje jo izrabimo za samozdravljenje. Med boleznijo se iz rezervnih masnih tkiv ustvarja energija za samozdravljenje in življenjske funkcije, pa je dobro imeti nekaj kilogramov več od idealne teže.

Proces potenja poteka preko celotne kože vendar je najbolj obilen preko dlani in stopal. Homo sapiens je hodil bos, v novejšem času pa je kot obutev uporabljal živalsko kožo. Zemlja in koža sta vpi-

jali nečistočo, ki sta se izločala s potenjem iz telesa. V najnovejšem času smo usnjeno obutev zamenjali s plastiko, kar pa je slabo za zdravje.

Človek vse bolj deluje proti sebi. Dezodoranti preprečujejo potenje in povzročajo škodo organizmu.

V modo je prišlo britje pod pazduhama. To je lokacija kjer mora telo izvreči nečistoče, ne pa vstopna točka za njihov vnos v telo. Kemijske dišave, ki se nanašajo pod pazduhi so toksini in zaradi tega je vse več karcinoma dojk. Dojenčki vse manj sesajo materino mleko, ki je nujno, da bi se jim izboljšal imunski sistem.

Od devetih strupov na telesu, se jih sedem nahaja na glavi in zaradi tega biološki napadalci v telo povečini vstopajo skozi usta, nosnici, ušesi in oči. Čiščenje oči se odvije vsakič ko pomežiknemo. Povprečno podnevi pomežiknemo deset tisočkrat in se niti ne zavedamo koliko energije oko porabi za vedno čiste oči. Solzna tekočina nastaja v solzni žlezi in po čiščenju se usedlina odloži v kotičke oči. Solze vsebuje antiseptik in zaradi tega se govori, da so solze zdravilne.

Na dnu zatilne kosti se z leve strani nahajajo mastoidni nastavki, ki so porozni. V njih nastaja ušesna mast, ki vsebuje antiseptike. Med infekcijo ušes se poveča izločanje ušesnega masla, sekret pa kaplja iz ušes.

Koža je naš največji organ, s katerim telo meji na zunanje okolje ter preprečuje vstop biološkim napadalcem, vendar je namenjena tudi izločanju nečistoč iz organizma. Včasih nastanejo manjši gnojni procesi, katere nasilno odstranjujemo in tako poškodujemo kožo, bolje pa bi bilo spoznati svoje napake v prehranjevanju.

Preprečevanje infekcij je izjemno pomembno zaradi tega, ker je bolje, da ni potrebnega zdravljenje, vendar se v primeru razvoja bolezni aktivira proces samozdravljenja. Medicina poskuša pomagati omenjenemu procesu vendar včasih naredi prav nasprotno, več škode, kot koristi.

Če biološkim napadalcem uspe prebiti sisteme zaščite, jih uničujejo bela krvna telesca. Ob krvi, v boju proti infekcijam ima vlogo tudi limfa, ki zbira biološke napadalce in jih odnaša na mesta, kjer jih uničijo protitelesa.

Ta strategija zbiranja oziroma izoliranja vsiljivcev na posameznih mestih omogoča obkoliti biološke napadalce in jih uničiti, kar je najučinkovitejši način, v primerjavi z vodenjem razpršenih spopadov z njimi. Omenjenih mest je v telesu več, najpomembnejši so mandlji zato jih ni priporočljivo operativno odstraniti. V nekaterih evropskih državah se je določeno obdobje obvezno vsem dojenčkom operativno odstranjevalo mandlje in slepo črevo. Zaradi tega so otroci vse bolj obolevali in so omenjeno obveznost ukinili.

Ko bakterije prebijejo sisteme zaščite, tedaj prispejo v medprostor vendar ne morejo vstopiti v celice, ker so večje od njih. Bakterije nanašajo škodo organizmu na način, da iz medprostora uporabljajo snovi, ki so potrebne za življenje celic. Virusi so manjši od celic in zaradi tega lahko vstopijo v njih, če pa do tega že pride se aktivira zadnja obramba samozdravljenja, ko same celice poskusijo premagati viruse.

Virusi in bakterije sodelujejo vendar, ko nas sočasno napadejo, je proces samozdravljenja na največji preizkušnji.

Naša koža je mehka in dogajajo se poškodbe. Ureznine so mesta skozi katera v organizem lahko vstopijo biološki napadalci in zaradi tega se aktivira proces celjenja. Celjenje je vračanje celovitosti telesa in mora se odviti hitro, da bi se preprečil vstop bioloških napadalcev. Če pride do poškodbe, se aktivira zavedanje iz velikih možganov in podpre proces celjenja. V takšnih primerih je sodobna medicina v veliko pomoč.

Zaradi zamaknjenosti atlasa naše telo ni usklajena celota. Vsi ki slišijo za probleme, ki nastanejo kot posledica zamaknjenega atlasa, prej ali pozneje pridejo na namestitev. Zavedanje velikih možganov ima vlogo aktiviranja volje za namestitev, s to odločitvijo pa veliki možgani najboljše pomagajo spodnjim možganom.

Z nameščenim atlasom se vzpostavi celovitost telesa oziroma vrnitev vsega v nas na pravilna mesta. Zaradi odločitve, ki jo sprejmejo veliki možgani, da se namesti atlas, spodnji možgani lahko prvič v celoti opravljajo svojo funkcijo.

Ljudje z nameščenim atlasom opazijo, da se jim ureznine hitreje celijo. Kirurgi zaznavajo, da so operativni posegi lažji, da se anestezija lažje prenaša in da je okrevanje po operativnem posegu hitrejše. Proces regeneracije se odvija občutno hitreje, ko se signali iz spodnjih možganov nemoteno širijo skozi telo in ko je krvni obtok boljši.

Kri gre skozi telo gre v šestindvajsetih sekundah in zbira nečistoče, kar prispeva procesu samozdravljenja. Skozi večje krvne celice kri hitreje teče, v kapilarah pa počasneje, da bi se celice lahko oskrbele s kisikom in hranilnimi snovmi. To upočasnjeno gibanje je potrebno tudi zato, da bi se pobrale nečistoče, ki se v ledvicah in jetrih očistijo ter nato izločijo iz organizma.

Skozi sistem kapilar se kri premika s kontrakcijo oziroma krčenjem mikronskih tkiv, te kontrakcije pa lahko primerjamo z milijardo majhnih src. Povečini se pozornost posveča srcu in krvnim celicam, manj pa na kapilarni cirkulaciji, ki je izjemno pomembna za zdravje. Med drugim je od nje odvisen krvni tlak.

Kri je zdravilna in zaradi tega bi morala nemoteno teči po celotnem telesu. Artritisi nastanejo, ko v rokah ali nogah ni dovolj krvi. Krvi je v telesu točno toliko, kolikor je potrebuje, ko pa nastane obolenje, se kri usmeri k žarišču in zaradi tega je ni dovolj za periferno cirkulacijo. Pri zdravih ljudeh se periferna cirkulacija izboljša hitro po namestitvi atlasa, pri bolnih pa komaj po nekaj mesecih, ko se v telesu zaključi samozdravljenje.

Veliki možgani so največji porabnik energije in zaradi tega se imenujejo »luksuzni organ«. Kri prinaša v možgane posebno vrsto sladkorja in kisik, z njuno reakcijo pa se ustvarja energija za aktivnosti možganov.

Samozdravljenje se odvija neprenehoma vendar med spanjem najbolj intenzivno. Tretjino življenja prespimo, medtem, ko spimo pa se odvijajo procesi samozdravljenja in regeneracije. Da bi se omenjeni procesi odvijali lažje, je ključno, da je telo v stanju mirovanja, da veliki možgani takrat ne bi rabili energije, jih prvi možgani »izklopijo« med spanjem oziroma njegove aktivnosti minimizirajo.

Med spanjem se ne zavedamo, da so za primer nevarnosti v pripravljenosti edino čutila sluha in dotika. Medtem, ko spimo je možganska aktivnost neprimerljivo večja, kot v stanju, ko ne spimo. To je aktivnost spodnjega dela možganov, ker veliki možgani spijo, med tem časom pa spodnji možgani oskrbujejo šest bilijonov celic in opravljajo regeneracijo in samozdravljenje.

Stanje izgubljene zavesti je podobno spanju, ker se tedaj odvija proces samozdravljenja. Ob izgubi zavesti prvi možgani hitro uspavajo velike možgane, da bi dotekalo več krvi tja kjer je nujno potrebna, vendar tudi zaradi tega, da ne bi nastopilo stanje panike v katerem bi se lahko poškodovali z napačnimi postopki.

Prvi možgani so najstarejši in najmanjši vendar oni poveljujejo tudi najmlajšim, velikim možganom, ki uporabljajo največ krvi in energije. Šele ko prvi možgani povrnejo življenjske funkcije se zbudijo zgornji možgani.

To o čem pišem se ne dogaja tam nekje izven našega telesa temveč v vsakem od nas, odvija se v vsakem trenutku, pa če se mi tega zavedamo ali pa ne. Šest milijard je veliko število, šest bilijonov pa je večje še za tri ničle. Vsakdo od nas ima v telesu okoli šest bilijonov celic, ki funkcionirajo popolnoma usklajeno, v dobrobit celotnega organizma.

S procesom samozdravljenja se povrne normalno stanje življenjskega okolja celic. Vsi omenjeni procesi se odvijajo samostojno, brez udeležbe zavesti. Namesto, da bi bili hvaležni procesom, ki nam vzdržujejo zdravje, se mi vedemo kot, da iščemo meje vzdržljivosti ter na način, kot, da ne bi šlo za naš organizem. S kemijo

zastrupljamo bivališča in sebi nanašamo škodo z vnašanjem zastrupljene hrane, vode in zraka. Meje vzdržljivosti iščemo v napornih fizičnih aktivnostih, ki prav tako povzročajo škodo organizmu.

Prehranska in farmacevtska industrija zaradi večjih dobičkov zadovoljujeta naše potrebe vendar te potrebe niso realne, temveč so vsiljene z reklamnimi kampanjami. Vsiljuje se nam potreba pa ukvarjanju s športom zato ker proizvajalci športne opreme morajo imeti zaslužek in dobiček.

Mi, ki vam nameščamo prvo vretence vam omogočamo, da živite zdravo, vendar morate sami pravilno vzdrževati organizem. Po namestitvi prvega vretenca je dovolj če ne grešite, pa boste imeli dobro zdravje. Najbolj pogoste napake so: premalo spanca in pitja vode, napačna prehrana in neprilagojena fizična aktivnost.

Iskanje eliksirja življenja traja nekaj tisoč let in se intenzivno nadaljuje, ta eliksir pa obstaja v vsakem od nas. Eliksir življenja je izjemna možnost samozdravljenja, po namestitvi atlasa, pa eliksir še bolje funkcionira.

Pogoj za normalno delovanje organizma je, da je vse na svojem oziroma pravem mestu, po namestitvi atlasa se postopoma vse vrne na svoje oziroma pravo mesto. Od tedaj naprej tudi proces samozdravljenja prvič popolnoma funkcionira in nam vrne dobro zdravje.

Zgornji možgani bi morali opravljati svoje pametno delo, ne pa, da se ukvarjajo z zdravljenjem. Ideal je ne zdraviti temveč podpirati in vzdrževati dobro zdravje, zaradi tega pa je podnaslov te knjige »Zdravi brez zdravljenja«.

ZDRAVLJENJA

Tisoče let obstajajo zdravljenja, toliko časa pa obstaja tudi navada, da nas nekdo zdravi. V preteklosti so matere na naraven način zdravile svoje otroke, nekatere od njih so bile bolj uspešne, pa so zdravile tudi ostale člane družine in ljudi iz okolice. Nekoč se zdravljenja niso plačevala, sedaj pa je zdravniški poklic eden izmed najbolje plačanih. Zdravljenja so najdražja zaradi tega, ker so trojna izguba. Najprej tratimo denar za zdravljenja in ko smo bolni ne moremo služiti denarja. Tretji strošek pa predstavlja izguba časa, ki se ne more izkazati skozi denar, ker je življenje največja vrednost.

Obstaja že preveč vrst zdravljenj, nezadržno pa se pojavljajo tudi nove vrste in načini. Ob takšnem številu zdravljenj bi morali biti vse bolj zdravi, pa nismo, še slabše, vedno bolj bolni smo. Atlas je podobno zamaknjen danes, kot v preteklosti, pa to ni vzrok, da smo

danes bolj bolni. Nepravilen način življenja, slaba prehrana in napačna zdravljenja nam prinašajo vse več bolezni.

Hipokrat je postavil glavni princip medicine, ki je, ne poslabšati stanja bolnika. Sodobna medicina iz najboljših namenov stanje pacienta kratkoročno izboljša, dolgoročno pa poslabša. Ko zdravi človek nekaj dni preleži v bolnišnici, zares zboli.

Diagnostika je napredovala vendar je porazno netočna. Statistični podatki potrjujejo, da je točnost diagnostike le zgolj pet odstotna, ta podatek pa se skriva pred javnostjo. To konkretno pomeni, da se vsakemu dvajsetemu pacientu postavi natančna diagnoza, ostalih devetnajst pa zaradi napačnih zdravljenj postaja vse bolj bolnih. Specialisti iščejo bolezen za katero so specializirani in jo včasih tudi odkrijejo, tudi če je pacient nima.

Najbolj pogosto se napačno diagnosticirajo Parkinsonova bolezen, angina pektoris, multipla skleroza in možganske kapi – predvsem zaradi tega, ker so njihovi simptomi podobni tistim, ki se pojavljajo v primerih stisnjenih živčnih poti zaradi zamaknjenosti atlasa. Bolečine v prsih se napačno tolmačijo, kot srčne motnje, te bolečine pa nastanejo zaradi tega, ker se telo ukrivlja in pritiska na prsni koš.

Zaradi napačne diagnostike nas napačno zdravijo in tako nam samo poslabšujejo zdravje, z zdravili pa se ustvarja napačna slika o stanju organizma. Bolni ljudje že uporabljajo preveč zdravil, kot pa da to ni dovolj, se zdravila tudi zdravim predpisujejo preventivno. Na ta način se zmanjšajo funkcije organov tako pri zdravih, kot bolnih ljudi, vsi pa postajajo vse bolj bolni.

Včasih obstajajo težave vendar medicinski izvidi kažejo, da težav ni in, da je vse v redu. Zaradi tega ni možno postaviti diagnoze. V takšnih primerih je premaknjen atlas vzrok simptomov vendar medicinska znanost nima znanja niti o večjih problemih, ki nastanejo zaradi tega premika.

Celo tedaj, ko ugotovijo zaradi česa smo bolni, nas pogosto niso sposobni ozdraviti temveč z zdravili vzdržujejo obolenja pod nadzorom. Tudi ob zdravljenju nastajajo nova obolenja, zaradi tega, ker se sčasoma atlas vse bolj zamika.

Zdravljenje je poskus odprave simptomov vendar ni dovolj zdraviti posledic, ker je zamaknjen atlas trajni vzrok.

Neprimerljivo je bolje odpraviti vzrok, kot pa zdraviti simptome.

Zaradi želje po večjem zaslužku, je sodobna medicina nekatere simptome razglasila za obolenja, da bi lahko zanje na trg spravila zdravila.

Povečini se v organizmu zdravi mesto na katerem obstaja problem vendar je to napačen pristop, zaradi tega, ker se na omenjen

mestu problem izkazuje, v bistvu pa je nastal na nekem drugem mestu in običajno je slednje ob atlasu.

Vsak poklic oziroma profesija manipulira zaradi večjega lastnega zaslužka. Nihče ne more biti strokovnjak v vseh poklicih in normalno je, da obstaja strokovna terminologija, ki je laiki ne razumejo. Medicina uporablja latinščino, kar omogoča, da se zdravniki po vsem svetu razumejo vendar se zdi, da ta način nekaj pacientom prikriva.

Vsak poklic oziroma stroka mora razumljivo pojasniti laikom, kako bo nekaj vplivalo na njihovo življenje, to pa je še posebej pomembno, ko gre za zdravljenje. Natančno moramo vedeti, kaj z zdravili vnašamo v organizem. Zdravila so dvorezen meč, ker slabijo naravno imunost.

Pacienti prejemajo napisane diagnoze, odpustne liste in recepte, jih berejo vendar jih ne razumejo, zaradi tega pa so prestrašeni. Pregledi in odvzem krvi povzročajo strah in stres, kar pa so lahko povzročitelji novih obolenj.

V organizmu ima vsak organ svojo pomembno vlogo vendar so možgani najpomembnejši in to je vzrok, da imajo nekaj ravni zaščite. Kemijska znanost je uspela prebiti prve ravni zaščite možganov in zaradi tega s kemijskimi snovmi v zdravilih povzročamo škodo možganom. Znanost je iz najboljših namenov poskušala pomagati vendar se tudi iz najboljših namenov dogajajo usodne napake. Z zdravili se ustvarja vtis, da nimamo oziroma ne čutimo bolečin, bolečine pa so koristna informacija za proces samozdravljenja. Sodobna zdravljenja so prelaganje ozdravitve.

Medicina ni povezala zamaknjenosti atlasa z začetkom nastanka bolezni, zaradi tega ker bolezni ne nastanejo takoj po zamiku, temveč šele po nekaj mesecih ali letih. Obolenja nastajajo počasi, zaradi postopne disfunkcije organizma.

Ko nastane zdravstvena motnja, se za pomoč obrnemo na zdravnika, ki nas napoti naprej k različnim specialistom. Če se s pregledi in analizami ne odkrije obolenja, se včasih oceni, da gre za namišljene bolnike, pa se jim na koncu napoti k psihiatrom, ki jim predpisujejo pomirjevala.

Zamaknjen atlas je že zmanjšal in oslabil živčne signale, z zdravili pa se omenjeni signali še bolj oslabijo, posledično pa organizem še hitreje propada. Pacienti ne občutijo simptomov, možgani pa ne morejo sprožiti procesa samozdravljenja.

Kljub pomoči medicine večina ljudi umre zaradi bolezni in zaradi starosti. Z namestitvijo atlasa se to spremeni. V prihodnosti bodo ljudje živeli dlje in umirali bodo zaradi starosti in ne bolezni. Cilj

je, da življenje traja dlje in da človek umre zdrav, ne pa da trpi bolezni v času življenja in umre predčasno.

Medicina je s pomočjo antibiotikov zmanjšala infekcije vendar je s tem porušila ravnotežje treh skupin bakterij in na ta način oslabila naravno imunost. Z neodgovornim in pretiranim predpisovanjem antibiotikov se zmanjšuje naravna flora v organizmu, ko pa se v telesu uniči večina bakterij, glivice pričnejo prevladovati in omogočijo nastanek karcinogenih obolenj.

Baterije in glivice so v naravi prisotne povsod in tako tudi v našem organizmu. Ko obstajajo v ustreznem obsegu so koristne za proces metabolizma, če pa pride do motnje, postane življenje ogroženo.

Nihče z gotovostjo ne ve zaradi česa in kako nastanejo tumorji. Trenutno se ve, da se tumorji razvijejo iz celic organizma, ki so se pričele nenadzorovano deliti. Celice se razmnožujejo z delitvijo vendar ta proces možgani nadzorujejo, da ne pride do pretirane delitve. Ko ni komunikacije z možgani, se to tkivo obnaša, kot da ni del organizma.

Ni še znano kaj v tem primeru blokira signale od možganov do celic. Po mojem mnenju, ko obstaja v organizmu preveč glivic, le te blokirajo komunikacijo z možgani, celice pa se pričnejo nenadzorovano razmnoževati. Organizem se poskuša braniti na ta način, da okrog tega tkiva naredi izolacijo v obliki membrane vendar ta zaščita včasih ni zadostna. Glivice razgrajujejo tumor in ustvarja se gnitje. Tumor se še naprej povečuje, prebije membrano in zastruplja zdrava tkiva, če pa se ta proces nadaljuje ogrozi celotno telo in življenje.

Da bi se po namestitvi atlasa nemoteno odvijal proces okrevanja organizma je potrebna komunikacija možganov s telesom. Namestitev atlasa ne more pomagati pri raku zaradi tega ker živčni signali ne morejo doseči tega tkiva. Tudi pri drugih težkih dolgotrajnih obolenjih se dogaja, da ni izboljšanj zaradi tega, ker so tkiva že preveč degenerirana.

Tisti, ki se ukvarjamo z namestitvami atlasa nismo vsemogočni, pa zaradi tega najtežje bolnike napotimo na zdravljenje uradni medicini. Če je atlas nameščen pa so zdravljenja uspešnejša.

Paradoks, da mi ne zdravimo in da bolezni izginejo, je možen ker odpravljamo vzrok bolezni in tako ustvarimo organizmu pogoje, da se vrne v funkcijo in stanje boljšega zdravja. Namestitev atlasa je idealna naravna preventiva in zaradi tega je najbolje, da se atlas namesti že dojenčkom ali otrokom, prepozno pa ni niti za starejše ljudi.

Preventiva bi morala biti najpomembnejši del medicine, vendar se zdravniki ukvarjajo z boleznimi in nimajo časa za izobraževanje ljudi, kako naj ohranijo zdravje.

Ruska medicina je najuspešnejša, ker je ob sodobnih medicinskih odkritjih zadržala izkušnje naravnih zdravljenj in ker izobražuje ljudi v preventivi pred boleznimi.

Vendar, tudi zdravniki so ljudje in so tudi sami bolni, ker je atlas tudi pri njih zamaknjen. Zdravniki bolje kot drugi vedo, kako vzdrževati svoje zdravje, vendar so zdravniki bolj bolni od pacientov ker uporabljajo več zdravil, ker so jim ta pač dostopna. Ko se zdravnikom namesti atlas, so navdušeni z nepričakovanim izboljšanjem zdravja. Končno dojamejo, da je možno živeti zdravo s pomočjo tako preproste masaže in na namestitev atlasa pripeljejo še otroke in starše.

Potreba po boljšem zdravju je ogromna in zaradi tega se je medicina preoblikovala v dobičkonosen posel. Podobno je s farmacevtsko in mlečno industrijo, ki zaradi večjega dobička poslabšujeta zdravje ljudi. Zdravniki in lekarnarji vedo, da ko se uporablja eno zdravilo, lahko pride do izboljšanja, vendar, ko se uporabljata dve zdravili ali celo več zdravil, pa se njihov učinek zmanjšuje in postane škodljiv.

Vendar so zdravniki vztrajni v predpisovanju zdravil, kot trgovci, ki ponujajo nepotrebne izdelke. Neomejeno zaupanje v medicino se spreminja v ogorčenost. V enem angleškem časopisu je že leta 1973 objavljeno besedilo z naslovom »več ljudi umira zaradi zdravil, kot pa zaradi bolezni.«

Danes je medicina industrija bolezni, v prihodnosti pa mora postati industrija zdravja. Tako dobre, kot slabe spremembe se zapisujejo v zgodovino.

ZGODOVINA

Skozi zgodovino je možno spremljati posamične človeške aktivnosti, tema te knjige pa je atlas, zato bom v tem poglavju opisal, kako je prišlo do odkritja namestitve atlasa. Naravni zakon vzroka in posledic ustvarja zgodovino. Če v preteklosti ne bi prišlo do zamaknjenosti atlasa, se ne bi iskal način za njegovo namestitev.

Ničesar novega ni pod nebesnim svodom, tako pa je tudi z namestitvijo atlasa. To je videti, kot nekaj novega, v bistvu pa gre za eno od najstarejših človeških aktivnosti. Že deset tisoč let ljudje poskušajo sebi ali drugim namestiti atlas. Tako kot je bilo v prazgodovini, tako je tudi danes. Milijarde otrok in odraslih so poskušali in še danes poskušajo vrniti atlas na njegovo mesto, pa se tega početja niti ne zavedajo.

Večina občuti, da v njihovem zatilju ni vse, kot bi naj bilo, pa spontano pritiskajo s prsti v zatilje ali nagibajo vrat, da bi odpravili motnjo ne vedoč, kaj jih pravzaprav sploh moti.

Pred nekaj tisoč leti je spontano pritiskanje prešlo v zavestne poskuse namestitve prvega vretenca. Z razvojem znanja o človeškem telesu, se je na Kitajskem in v Indiji iskalo način s katerim bi se atlas vrnil na pravo mesto. Tedaj so nastali določeni ročni načini, ki so se ob manjših izboljšanjih ohranili do danes, tako, da se še sedaj prakticirajo vendar z rokami atlasa ni mogoče namestiti in zaradi tega se namestitve ponavljajo.

Šaolinski menihi in vaditelji joge so posvečali več pozornosti telesu, kot drugi ljudje. Dojeli so, da na področju zatilja obstaja določena motnja in so iskali načine s katerimi bi jo odpravili. S prsti in rokami so eden drugemu poskušali odpraviti motnjo v zatilju – palce so potiskali v dno lobanje, z rokama pa obračali glavo.

Sčasoma so se razvili tudi drugi načini. Vratna vretenca so se prerazporejala z iztegovanjem vratu in naglim obračanjem glave, vendar se je s tem načinom prvo vretence včasih postavilo še na slabše mesto. Obstaja tudi način namestitve atlasa, pri katerem en človek svojo glavo potiska v zatilje tistega, ki mu nameščа atlas, slednji pa ga s pestmi udarja po obrazu. Tako naj bi dno lobanje zdrselo malce nazaj, atlas pa naj bi se vrnil malce naprej. Obstajali so tudi drugi načini vendar so vsi nasilni in nevarni, ker se atlas nenadzorovano premika.

Tudi danes se uporablja iztegovanje hrbtenice, ki je nastalo pred nekaj tisoč leti. Vaditelji joge uporabljajo trakove, katere postavijo pod zatilje in spodnjo čeljust in določen čas visijo obešeni na ta način. Na ta način popravijo obliko hrbtenice, prvo vretence pa zadržijo na boljšem mestu. Atlas se tako ne more namestiti vendar se lahko zadrži na boljšem mestu in zaradi tega so vaditelji joge bolj zdravi in živijo dlje od drugih ljudi.

Skrivnost dobrega zdravja in dolgega življenja je že davno odkrita vendar se je varovala zaradi večih razlogov. Šaolinski menihi in vaditelji joge so bili elita družbe in zaradi tega tudi najbolj izobraženi ter razgledani. Tudi če so želeli, teh znanj niso mogli posredovati neposvečenim. Za namestitev kosti in atlasa je potrebna posebna veščina. Skrivnost so varovali tudi zaradi tega, ker so manipulacije z atlasom izjemno tvegane.

Po srednjem veku so se znanja hitro razvijala, pa je tako bilo tudi z znanji o človeškem organizmu. Nekatera od teh znanj so prerasla v medicinsko znanost. Pred koncem devetnajstega stoletja so živeli ljudje, ki niso imeli medicinskega znanja vendar so dali svoj prispevek razvoju medicine. Med njimi je bil tudi David Danijel Palmer.

Palmer je bil zelo talentiran v namestitvi kosti, dojel pa je, da so vse kosti premaknjene samo zaradi tega, ker atlas ni na svojem mestu. To odkritje je izjemno, še bolj pa je pomembno, da je odkril,

da večina težav in obolenj nastaja zaradi zamaknjenega atlasa. Do konca svojega življenja je poskušal odkriti način, s katerim bi mu uspelo atlas vrniti na pravo mesto, vendar mu ni uspelo.

Kiropraktiko so poznali že v stari stare Grčiji, Palmer pa je ustanovitelj sodobne oziroma moderne kiropraktike. Navkljub izjemnim rezultatom, je bil obsojan, ker njegova veščina in znanje nista bila sprejeta s strani tedanje uradne medicine.

Danijelov sin, Bartlett Joshua Palmer je bil zdravnik in je nadaljeval s prizadevanji, da bi odkril način namestitve atlasa ter izpopolnil kiropraktiko. To prizadevanje je poimenoval »VSE V ENEM«, ker bi samo z eno terapijo preprečil nastanek bolezni ali omogočil boljše zdravje brez zdravljenja, vendar tudi njemu ni uspelo odkriti pravega načina za namestitev atlasa. Vendar, je tudi po njegovi zaslugi kiropraktika sredi dvajsetega stoletja postala del uradne medicine.

Kiropraktika je postala del medicine ne glede na to, da zagovarja zdravljenje brez zdravil in operacij.

Žal, tudi sama zgodovina dela napake – zaradi nepoznavanja dejstev ali zaradi manipulacij z zgodovinskimi podatki.

Potrebna je časovna distanca, da bi zgodovina ocenila, ali je kiropraktika koristna. Kot tudi druge vrste zdravljenj, je tudi kiropraktika kratkoročno pomagala na stotine milijonom ljudi vendar jim je dolgoročno povečini naredila škodo. Kiropraktiki na koncu terapije z naglimi sunki obrnejo glavo in na ta način namestijo vratna vretenca, vendar pogosto zamaknejo prvo vretence. Kiropraktika se najbolj uporablja v Združenih državah Amerike, posledično so Američani med najbolj bolnimi narodi. Četudi imajo najboljše medicinske storitve.

Znano je, da – koliko je kiropraktikov, toliko je tudi vrst kiropraktike, zaradi tega to ni natančna znanost. Vendar zasluge kiropraktike so v tem, da je na stotine samoukih kiropraktikov ali tistih z medicinsko izobrazbo poskušalo odkriti način za namestitev atlasa. Omenil bom samo tiste, katerih prispevek je bil največji.

Dr. Albert Arlen je odkril tehniko, s katero se atlas namesti s sredincem. Tehniko je poimenoval »atlasterapija«.

Dr. Peter Huggler je odkril možnost namestitve atlasa, katero je poimenoval »vitalogija« izvajala pa naj bi se z enim udarcem dlani v območje zatilja.

Dr. Roy Sweat je razvil postopek »ortogonal«, pri katerem se s pomočjo naprave, ki ima vzmet in enega udarca atlas malce premakne. Pred in po terapiji se opravijo rentgenska slikanja. Potrebno naj bi bilo nekaj terapij, vsaka pa se posname, da bi se ugotovilo, za koliko se je atlas premaknil.

Dr. Richard Barlett je odkril metodo namestitve prvega vretenca, katero je poimenoval »matrix energetics«, ki temelji na nekontaktni, energetski oziroma energijski namestitvi atlasa.

Dr. Aslam Khan je razvil kompleksno tehniko namestitve atlasa, pri kateri se prvo vretence premakne z blagimi udarci posebne naprave. Terapija se izvaja od šest do devet mesecev, potrebnih je veliko rentgenskih posnetkov.

Dr. William Blair je izumil način, ki ga je poimenoval »Blair tehnika« vendar gre v tem primeru še samo za eno variacijo »vitalogije«.

Izumitelji različnih načinov namestitve atlasa so sprejemali učence in nekateri od učiteljev so usposobili na desetine, drugi pa na tisoče ljudi v svojih metodah nameščanja atlasa. Kakšen od učencev je razvil svoj način vendar so to bili v bistvu samo delno spremenjeni izvirni postopki. Neprimerljivo je več tistih, ki niso poimenovali svojih načinov namestitve atlasa, saj je šlo praviloma za kopije osnovnih načinov.

Kot, da to ne bi bilo dovolj, da s padci, udarci ali športnimi aktivnostmi otroci in odrasli zamaknejo svoj atlas, je še nekaj deset tisoč ljudi manipuliralo s prvim vretencem in praviloma so ga zamaknili. Da je ironija še večja, ljudje plačujejo, da bi bili še bolj bolni.

V preteklih sto letih so kiropraktiki premikali atlas več sto milijonom ljudi, večini pa sploh niso povedali, da jim bodo namestili atlas.

Celo manualni terapevti se ne zavedajo, da z naglimi zasuki glave ljudem nenadzorovano zamaknejo prvo vretence.

Ti terapevti, ki na različne načine atlas premikajo na temelju predhodne analize rentgenskih posnetkov, trdijo, da so to znanstveni načini. Pred in po terapiji potrebujejo po tri rentgenske posnetke, da bi določili, za koliko se je atlas premaknil vendar je problem v tem, da naj glave ne bi pogosto izpostavljati rentgenskemu sevanju. Na rentgenskem posnetku zadnje strani glave, se atlas povečini ne vidi, zaradi tega, ker ga zakriva dno lobanje, na posnetku glave od strani pa se ne more določiti, katera je leva in katera desna stran atlasa. Po treh mesecih se naredijo novi posnetki vendar se atlas več ne nahaja na mestu na katerega je bil premaknjen, zaradi tega ti načini niso zanesljivi. Ljudje se jim izogibajo, ker se v kratkem časovnem obdobju glava prevečkrat izpostavlja rentgenskemu sevanju.

Ob fizičnih travmah se prvo vratno vretence včasih postavi na boljše mesto, to pa se dogaja tudi pri različnih vrstah namestitve atlasa. Zaradi premikanja atlasa se sproščajo določene krvne poti in posledično izginejo posamezne težave vendar odvisno od tega kje je nastal nov pritisk na krvne poti, pride do drugačnih zdravstvenih težav.

Pri večini omenjenih načinov se atlas v razmerju do drugega vretenca postavi v boljši položaj, vendar je napaka v tem, da se tedaj dodatno zamakne v razmerju do lobanje, tam pa se že tako nahaja največji problem človeštva. Po terapiji pri določenih ljudeh pride do izboljšanja, pri drugih pa tudi do poslabšanja. Ljudje pa se znova napotijo na namestitev, ker so pri predhodni terapiji doživeli olajšanje. Atlas pa se na ta način še bolj zamakne in zdravje postane še slabše, kot je bilo.

Za vsak nov način namestitve atlasa se trdi, da je boljši od predhodnih. Normalno je, da vsakdo hvali svoj način, vendar so učinki podobni. Kot so se v preteklosti skrivale skrivnosti o nameščanju tako tudi tvorci sodobnih načinov namestitve atlasa skrivajo pred javnostjo in konkurenco, kako izvedejo terapijo. Zaradi teh razlogov medicinska znanost ni sprejela nobene metode oziroma načina.

Kiropraktiki potiskajo vretenca in iztegujejo hrbtenico, pa so podobno poskusili še z atlasom.

Palmer je leta 1895 objavil svoje odkritje o zamaknjenosti prvega vretenca, vendar je komaj po sto letih Švicar Rene Schümperli dojel, da atlasa ni mogoče namestiti s potiskanjem ampak z masažo ligamentov, ki ga držijo na napačnem mestu.

Rene Schümperli je bil praktik »vitalogije«, po tej metodi pa so tudi njemu samemu namestili atlas več desetkrat. Preizkusil je tudi nekatere druge metode, vendar mu nobena ni pomagala. Nekaj let je razmišljal o tem, kje vsi delajo napako in dojel, da prvega vretenca ni mogoče namestiti s fizično manipulacijo temveč z masažo ligamentov s pomočjo naprave oziroma aparata, ki generira hitre in majhne udarce.

Schümperli je bil na določen način prisiljen odkriti boljši način namestitve atlasa, ker je bil sam zelo bolan. Patentiral je »atlas-profilaks« metodo in usposobil na stotine ljudi po svetu za njeno uporabo. Doletela me je čast, da sem bil eden od njih.

Prakticiral sem to metodo tri mesece in ugotovil, da to ni končna rešitev. Schümperli je svoj način namestitve atlasa razvil na postavki, da je atlas zamaknjen v levo stran, vendar sem opazil, da je ta zamaknjenost redka in da je bolj pogosta zamaknjenost v desno stran. Prav tako ni vedel, da je atlas nagnjen naprej, kar pa je v bistvu najslabše za zdravje. Pričel sem popravljati napake njegove metode in rezultati so bili vse boljši.

V naslednjih treh letih sem razvijal svoj način namestitve atlasa in končno odkril, kako ga namestiti. Od Schümperlijeve metode ni ostalo nič razen majhnih udarcev naprave oziroma aparata s pomočjo katerih se namesti atlas. S tem se je zaključilo iskanje pravega načina namestitve atlasa, ki je trajalo tisoče let. Menim, da je to najpo-

membnejše odkritje človeštva, ker je povezano z zdravjem in verjamem, da bo prihodnost to potrdila.

Zaradi zamaknjenega atlasa se je problem človeškega rodu pričel pred nekaj deset tisoč leti in zaradi tega so ljudje sebi ali pa tudi drugim z masiranjem zmanjševali bolečine v zatilju. Pozneje je to tudi uradno poimenovano »masaža«.

Atlas je možno namestiti z masažo zatilja samo s pomočjo aparata. Zdravljenja so se pričela z masažami, pozneje pa je to preraslo v medicinsko znanost. Sodobna medicina se je razvijala nekaj tisoč let in danes je boljša, kot kadarkoli vendar so ljudje vse bolj bolni in se spet vračamo k masaži, krog se na ta način zapre.

Vse kar je novo mora dobiti naziv oziroma ga je potrebno poimenovati. Dojel sem, da je naziv **HumanUP** (dvignjeni človek) ustrezen naziv, ker se po namestitvi atlasa ljudje vzravnajo, zdravje pa se jim izboljša. **HumanUP namestitev atlasa** je polni naziv.

Seveda je odkritje o namestitvi atlasa ključno vendar je način kako se bo atlas namestil izjemno pomemben. Ko se nekaj odkrije, je potrebno, da se za to izve in sprejme.

To odkritje bi moralo postati del uradne medicine, saj naj bi medicina bila najbolj humana vendar po namestitvi atlasa ljudje postanejo neprimerljivo bolj zdravi, medicinski industriji pa ni v interesu uporabljati tega odkritja, saj ji zmanjšuje dobiček. Zaradi tega je najbolje, da se namestitev atlasa prakticira skozi društva, ker gre za neprofitne organizacije.

Ekonomisti in politiki nas prepričujejo, da je življenje vse boljše, vendar večina ljudi zaznava, da je življenje vse slabše. Eno znanstveno delo, ki se ukvarja s prihodnostjo predvideva, da probleme ne bodo mogli rešiti tisti, ki so jih ustvariti, zato bodo društva ali nevladne organizacije opravile tisto, kar profesionalci ne zmorejo.

Ustanovil sem Društvo Preporod življenja ter pričel usposabljati druge ljudi. Ena od najbolj pomembnih prednosti tega načina namestitve je v tem, da se znanje preprosto posreduje drugim ljudem.

Želim si, da bi si čim več ljudi namestilo atlas, zaradi tega pa izvajam brezplačna usposabljanja, da bi tudi drugi lahko pomagali bolnim.

Svojega odkritja nisem imel namena zaščititi vendar so to posamezniki zlorabili, zato sem ga naknadno kljub temu zaščitil v Zavodu za intelektualno lastnino, 26.3. leta 2014, pod zaporedno številko 5.665. s tem delom naj bi se ukvarjali ljudje, ki so humani, ne pa tisti, ki si želijo dobička.

Atlas je možno pravilno namesti samo z uporabo **HumanUP** metode. Pričakujem, da bo čas potrdil, da je to najboljša rešitev in ver-

jamem, da se bo v prihodnosti na ta način namestil atlas vsem ljudem na svetu.

Kot je s periferije obstoječih civilizacij nastala grška civilizacije, tako je tudi to odkritje namestitve prvega vretenca nastalo na periferiji uradne znanosti.

Palmer in Schümperli nista imela medicinske izobrazbe vendar je potrditev odkritja prišla z vrha medicinske znanosti.

Dr. Reiner Seibel je med letoma 2006-2010 pripravil morfološko študijo z naslovom »Naša glava je zavita« in z njo dokazal, da je atlas pri vseh ljudeh na svetu manj ali bolj zamaknjen ter, da ga je možno z masažo namestiti.

Masaža ni medicinski postopek, zaradi tega za zdravljenje niso potrebni certifikati.

Največje odkritje človeštva je nastajalo skozi tri stoletja. Brez odkritja, do katerih sta prišla Palmer in Schümperli, niti sam ne bi odkril načina za popolno namestitev atlasa in zaradi tega jima izražam najgloblje spoštovanje in največjo zahvalo.

Po **HumanUP** metodi verjetno ne bo nastala boljša metoda, vendar pustimo, da to trditev potrdi ali pa ovrže zgodovina prihodnosti.

Degradacija homo sapiensa se je pričela, ko smo se začeli preobjedati in ko smo postali vsejedi. Zaradi povečanih jeter je prišlo do motenj v telesu in do zamaknjene pozicije atlasa, pospešena degradacija pa se je pričela pred sto petdeset leti zaradi kemijskega onesnaževanja bivališč in kemijsko zastrupljene hrane. Zaradi tega se je človeško zdravje poslabšalo in začeli so nas zdraviti s kemijskimi preparati, vendar je sedaj še samo slabše. Dvojno zlo: zamaknjeno prvo vretence in kemija, tega ne more preživeti niti naša vrsta.

Če želimo obstati si moramo najhitreje namestiti atlas. Organizem se lažje razstruplja, živeli bomo lažje in lažje bomo preživeli obdobje dokler ne očistimo planeta.

Odkritje o namestitvi prvega vretenca bo izboljšala prihodnjo zgodovino človeštva. Z več krvi v možganih bomo postali pametnejši in vse bolj se bomo zavedali potrebe, po vrnitvi usklajenosti z naravo. Cvet narcise se imenuje v srbskem in hrvaškem jeziku tudi drugače in sicer »sunovrat«. Tako je poimenovan ker je videti, kot, da ima zlomljen vrat, gleda v svojo steblo in zaradi tega ne vidi drugih. Zaradi človeške narcisoidnosti in zagledanosti vase smo ustvarili probleme sebi in ostalim živim bitjem na planetu, ki so prav tako žrtve kemijskega onesnaženja.

Brez tega odkritja morda ne bi bilo prihodnjih zgodovinarjev, da bi opisali pot »sunovrata« po kateri hodimo zadnji dve stoletji.

ZAMAKNJENOSTI

Zamaknjenosti so se pojavile zatem, ko so se povečala jetra, vsi deli telesa pa bi se morali nahajati na točnih mestih, da bi organizem pravilno funkcioniral.

Odvisno od količine hrane notranji organi lahko spreminjajo obliko in velikost zahvaljujoč temu, da srednji del telesa ni omejen s skeletom. Pri drugih sesalcih trebuh visi zaradi horizontalnega položaja telesa in zaradi tega ima vsak organ dovolj prostora. Zaradi vzravnane drže, je pri naši vrsti obešenost organov rešena na drugačen način. Zaradi povečanih jeter je nastala motnja v velikosti, obliki in poziciji organov. Vsaka sprememba je za nekaj dobra vendar naši organi nekako ne funkcionirajo, ker trebuh ni omejen s skeletom.

Možgani so najpomembnejši organ in zaradi tega so dobro zaščiteni z lobanjo. Za razliko od notranjih organov so možgani prostorsko omejeni s kostmi lobanje. Ko so se možgani povečali, se je povečala tudi lobanja vendar je medtem vse normalno funkcioniralo. Problem je nastal, ko se je atlas pričel zamikati in pritiskati na krvne poti.

Zamaknjen atlas pritiska in gnete veno ter zmanjšuje odtok krvi, posledično se tudi v arteriji zviša pritisk, zaradi česa pa pokajo krvne celice v možganih. Zaradi omejenega prostora se možgani ne morejo širiti, oteklina pa pritiska na del možganov, ki zaradi pomanjkanja kisika prične odmirati. Drugi vzrok odmiranja celic v možganih nastane, ko prvo vretence gnete arterijo, posledično v možganih ni dovolj krvi.

Med razvojem v maternici se kosti oblikujejo oziroma formirajo na minimalno napačnih pozicijah, vendar se to med življenjem še bolj poslabša zaradi vse večje zamaknjenosti atlasa.

Zaradi povečanih jeter nastane napačna razporeditev kosti, to pa je problem, ker je vse obešeno na skelet. Premaknjene kosti zamaknejo notranje organe, napačne smeri kosti obremenjujejo zglobe in zaradi tega med fizičnimi travmami prihaja do izpahov.

Tudi pri drugih sesalcih je možna zamaknjenost atlasa vendar se to dogaja izjemoma med močnejšimi udarci v glavo. V tem primeru zaradi pritiska na hrbtenjačo, žival dobi obolenja odvisno od tega kaj je stisnjeno, kljub temu pa ne pride do novih obolenj, ker nima drugih stisnjenih in zgnetenih signalov v hrbtenici. Od najmočnejšega udarca v glavo se atlas preveč zamakne in žival hitro umre, ker nima dovolj krvi v možganih.

Zaradi pokončne drže in zamaknjenosti atlasa v naši vrsti med življenjem prihaja do vse večjega premikanja vsega v nas in zaradi tega postajamo vse bolj bolni. Med starostjo je to vse večji problem, problem pa se je porajal že med razvojem v maternici.

Prvo vretence se že formira delno zamaknjeno in zaradi tega je potrebno vpeljati pojem »dodatna zamaknjenost«, ki se pojavi med porodom skozi življenje pa se zaradi udarcev in padcev še dodatno zamakne.

Med porodom se atlas premakne dojenčkom vendar tudi materam. Materam pogosto potiskajo glavo v upognjen položaj, če se ji zaradi naporov atlas zamakne med porodom, se po porodu pričnejo zdravstveni problemi.

Večina porodov poteka v porodnišnici vendar do zamaknjenosti prvega vretenca lahko pride tudi v drugih zdravstvenih ustanovah. Dodatna zamaknjenost atlasa lahko nastane pri zobozdravniku, med popravilom ali med puljenjem zob iz zgornje čeljusti, prav tako se lahko zgodi med endoskopskim pregledom skozi požiralnik in sapnik.

Po svetu neprenehoma prihaja do dodatnih zamaknjenosti atlasa. Otroci med poskusi, da bi shodili ne znajo ublažiti padcev in udarcev, v tem starostnem obdobju pa se atlas zlahka zamakne. Med odraščanjem se otroci igrajo in pričnejo skrbeti za telo, vendar so tedaj udarci že močnejši. Atlas se zamakne, ko se pade z gugalnice ali pa sedalo le-te otroka udari v glavo. Da bi se pravilno razvili, se v mladosti ukvarjamo s športom vendar zaradi padcev ali udarcev prihaja do zamaknjenosti atlasa ter posledično do nepravilnosti v razvoju. Tudi udarci z žogo v glavo zamaknjeno atlas.

Prvo vretence se zamakne ko se pade na trdo podlago, pa tudi skoki v vodo ga zamaknejo. Človek lahko plava, vendar ni riba. Med plavanjem premikamo glavo v stran in tudi tako se zamakne atlas. S plavanjem se telo malo popravi vendar to ni dovolj, ker se med hojo ukrivlja zaradi zamaknjenega atlasa.

Človeški vrsti je določeno, da hodi in vse bi bilo v redu, če bi bil atlas na mestu. Ne rojevamo se s stopali na katerih so smuči, drsalke, kotalke, rolerji in različne druge igrače, katere starši kupujejo otrokom, da bi uživali v otroštvu. Ta radost se zaradi padcev pozneje spremni v žalost. Starši skrbijo za bolne otroke in niti ne vedo, da so otroci zboleli zaradi zamaknjenega atlasa.

Človek ni ptica in ne more leteti vendar lahko vozi kolo. Med učenjem vožnje kolesa otroci večkrat padejo. V mladosti je motor še večje zadovoljstvo vendar je zaradi padcev še večji problem.

Med tuširanjem mižimo, pod nami pa je vse spolzko in zaradi tega skoraj ni takega, ki ni kdaj padel pod tušem. Nekemu človeku se je zgodilo, da si je zamaknil atlas medtem, ko si je z brisačo brisal vrat in če se je to zgodilo enemu se je lahko zgodilo še komu oziroma se dogaja.

Ko mi je en človek povedal, da si je atlas zamaknil med kihanjem, sem pomislil, da to vendar ni verjetno, ko so mi pa enako povedali še drugi ljudje, sem dojel, da je vendarle verjetno oziroma možno.

Atlas se dodatno zamakne z udarci v katerikoli del telesa, vendar se najslabše zamakne ob udarcih v glavo. Nekateri celo pozabijo, da so med prometno nesrečo z glavo razbili avtomobilsko steklo. Vsi si želimo takšno izkušnjo, kar najhitreje pozabiti vendar bolezni, ki nastanejo po zamiku atlasa so opomnik na omenjeni neprijetni dogodek.

Senzorji za ravnotežje se nahajajo v srednjem ušesu in so dobro zavarovani s kostmi lobanje. Ob udarcu v glavo se kosti lobanje postavijo minimalno pa vendar v drugačen položaj in zmotijo položaj senzorjev, zanje pa so tudi mikroskopski premiki preveliki. Ko so zamaknjenosti atlasa pogostejše tedaj center za ravnotežje slabše funkcionira, pa ljudje pogosteje padajo, posledično pa prihaja do še večjih zamaknjenosti atlasa in do vse več bolezni. Pokončna drža obstaja že milijon in petsto tisoč let vendar ljudje tudi danes padajo.

Ena od posebnosti človeške vrste je smeh. Nagnjeni smo k smejanju, ko zagledamo, da je nekdo padel ali ko gledamo padce v televizijskih oddajah. To je smešno, vendar je žalostno, da bo ta oseba zbolela zaradi zamaknjenega atlasa.

Pranje las v frizerskih salonih ni videti nevarno, vendar se v položaju z glavo nazaj atlas lahko zamakne. Bolje je nekajkrat ne obiskati frizerja, ker se na ta način prihrani denar za namestitev atlasa, s katerim se dobi boljše zdravje.

Atlas se zamika tudi med dnevnimi aktivnostmi vendar se zamakne tudi ko spimo, ko menimo, da smo varni. Mehki vzglavniki nam prav tako zamaknejo atlas. Večina ljudi spi z desno stranjo telesa obrnjena proti tlom, ker na ta način zmanjšuje bolečino v zatilju, da bi lahko sploh zaspali. Med spanjem vzglavnik potiska glavo v levo stran in zamakne atlas v smer v kateri je pri večini ljudi že zamaknjen.

Najpogostejši vzrok smrti so infarkti in možganske kapi, ki se zaradi dodatne zamaknjenosti prvega vretenca, večinoma zgodijo med spanjem. Odvisno od moči pritiska na prve možgane ali nervus vagus, pride do zmanjšanja signalov proti srcu in do motnje centrov za cirkulacijo in pritisk krvi, ali pa do obojega. Te situacije se še bolj poslabšajo ko atlas pritiska krvne celice proti možganom.

Po namestitvi atlasa se zmanjša verjetnost infarkta in možganske kapi, zaradi tega, ker so živčne in krvne poti osvobojene pritiska in zgnetenosti.

Obstaja nešteto situacij pri katerih nastanejo zamaknjenosti in kot da to ni dovolj, se atlas dodatno zamakne tudi z različnimi drugimi načini namestitve.

Do odkritja **HumanUP** metode, je bil atlasprofilaks najboljši način namestitve atlasa vendar se je s tem načinom prvo vretence zamaknilo v desno stran, pri večini ljudi pa je že tako in tako zamaknjeno v desno.

Med padci ali udarci se lahko zgodi, da se atlas postavi na boljše mesto, pa nepojasnjeno izginejo dotedanje težave. Obstajajo ljudje, pri katerih je prvo vretence malce zamaknjeno vendar bi si ga morali tudi oni namestiti, da se jim ne bi še bolj zamaknilo v primeru sunka ali udarca. Atlas je potrebno namestiti najpozneje do začetka šestdesetih let življenja, ker od tedaj naprej prihaja do njegovega postopnega drsenja.

Obstaja nešteto vrst zamaknjenosti in samo nekaj deset načinov namestitve, ki so v večini primerov nenatančni, zaradi česar mora obstajati samo eden pravi način. Atlas se sam ne more namestiti, tako, da bodo v prihodnosti vsi ljudje sveta morali priti na namestitev atlasa.

NAMESTITEV

Podobno, kot je bilo v daljni preteklosti, je tudi v sedanjosti. Pri večini ljudi se v mladosti pojavijo bolečine na desni strani zatilja in številni si prizadevajo z drgnjenjem zatilja ali z nagibanjem ter obračanjem glave zmanjšati bolečine, dejansko pa si s tem poskušajo sami namestiti atlas.

Atlas se končno lahko namesti in to v eni sami minuti. Na ta način se popravi napaka, ki je nastala pred nekaj deset tisoč leti.

V medicini velja princip, da se z zdravljenjem ne sme poslabšati zdravje. Namestitev atlasa ni postopek zdravljenja, zaradi tega, ker ne zdravimo ne moremo poslabšati zdravstvenega stanja. Pri bolnih se po namestitvi lahko okrepijo težave, vendar ne gre za poslabšanje temveč za znak, da se je pričela ozdravitev in da je bolezen v zaključni fazi.

Ko se kakšen zglob izpahne ga je potrebno namestiti, ne glede ali gre za otroka starega leto dni ali pa za ženico staro sto let. Ko se atlas preveč zamakne, ga je potrebno najhitreje namestiti ne glede ali gre za dojenčka ali pa najstarejšega človeka na svetu. Atlas je pri večini delno oziroma malce zamaknjen, vendar se jim z namestitvijo ne mudi. Vendar, ko se ljudem atlas namesti, je večini žal, da si ga ni namestila že prej.

Od namestitve atlasa se prične namestitev vsega v celotnem organizmu. Sčasoma skelet dobi pravilnejšo obliko, organi se vrnejo na anatomsko mesto. Ko je vse na svojem mestu, organizem bolje funkcionira, zaradi te izjemne možnosti atlas lahko imenujemo tudi ČAROBNA KOST.

Res je neverjetno, da se zaradi vrnitve samo ene od 206 kosti vse ostale kosti in mehka tkiva vrnejo na svoje mesto. Vendar, ko se razume različno delovanje gravitacije na telo pred in po namestitvi atlasa, tedaj se razume tudi, kako je omenjeno sploh možno.

Vrnitev atlasa je kratkotrajna čarovnija, ki omogoča boljše zdravje. Vendar je nemogoče samo prejemati in nič dati. V tem primeru se da minimalno, dobi pa maksimalno, ker je dobro zdravje najvrednejše v življenju. To, da se med masažo podari malce potrpežljivosti dokler ne pojenjajo kratkotrajne bolečine, po katerih nam je iz dneva v dan vse bolje, je res malenkost.

Tisti, ki uporabljajo mlečne izdelke imajo večje bolečine v mišicah, pa tudi v mišicah zatilja. Med masažo bolečine niso močne vendar je pri ljudeh prag bolečine različen. Nekaterim masaža ugaja in pravijo, da so se sami bolj grobo in boleče masirali. Tiste majhne bolečine se hitro pozabijo, zaradi njih pa prenehajo večje bolečine, ki so trajale mesece ali celo leta.

Vrtoglavice in aritmije srca izginejo po namestitvi atlasa in se ne povrnejo, za ljudi s takšnimi težavami, pa je aparat s katerim jih masiramo prava čarobna paličica, ker odpravlja probleme, ki so trajali leta in katerih se niso mogli znebiti z nobenim zdravljenjem. Za tiste, ki imajo druge težave bo na izboljšanje potrebno počakati nekaj mesecev.

Ljudje pri katerih je prvo vretence preveč zamaknjeno običajno ne dovolijo namestitve. Pri njih so bolečine v zatilju močnejše in ne želijo, da se omenjenega mesta sploh dotaknemo. Vendar je to največja napaka, ker prav takšni ljudje najbolj potrebujejo namestitev.

Atlas se namesti z masažo mišic v zatilju in s sproščanjem ligamentov, ki ga držijo v povezavi z lobanjo. Človek ne more sam sebi namestiti atlasa, ker se masaža izvaja od zadaj in zaradi tega, ker si nihče ne želi povzročiti bolečine. Tudi če bi znal namestiti atlas mu to ne bi uspelo, ker se v trenutku bolečine roka umakne. Tisti, katere masaža boli, nas tedaj nimajo preveč radi, vendar nas bodo iz leta v leto imeli vse raje, zaradi tega, ker smo jih osvobodili trpljenja, ki je trajalo leta.

Profesionalni športniki so izjemno zdravi, fizioterapevti in zdravniki pa jim vzdržujejo zdravje. V prvih možganih se nahajajo centri za orientacijo, koordinacijo, koncentracijo, motivacijo, zato se zatem,

ko se športnikom namesti atlas še izboljšajo rezultati v aktivnostih s katerimi se ukvarjajo.

Delo, ki ga opravljamo je humano, ker ljudem pomagamo v tistem, kar jim je najpomembnejše. Z namestitvijo atlasa se najbolj izboljša fizično stanje organizma vendar tudi psihično stanje, ker se v prvih možganih nahaja center za ravnotežje. Po namestitvi atlasa se ljudje počutijo bolje tako fizično, kot psihično.

Značaja ni moč spremeniti vendar, ko izginejo bolezni se izrazi pravi značaj oziroma karakter osebe, ki je pred tem bila potisnjena v bolezni. Zveni neverjetno ampak ob izboljšanju psihičnega stanja ljudem izboljšamo tudi dušo, zato ker se v prvih možganih nahajajo centri za emocije in čutenje. Z namestitvijo atlasa duša postane razbremenjena, zaradi tega pa ljudje postanejo bolj humani.

Edino zdravja ni moč kupiti. Med življenjem gre veliko denarja za različna zdravljenja, vendar z denarjem ni moč kupiti kilogram ali meter zdravja.

Zdravje nima cene, edina vrednost s katero pa se lahko izkaže je samo življenje. Za nekoga je nekaj drago, če ne ve koliko je to vredno. Z namestitvijo prvega vretenca se dobi neprimerljivo boljše zdravje in bolj kakovostno življenje, zaradi tega je neprecenljivo.

Koliko je vredno, da izginejo bolečine, migrene, visok tlak, vrtoglavice, srčne motnje in druga obolenja in da v času življenja ni novih obolenj? Ljudje, ki jim po namestitvi izginejo zdravstveni problemi pravijo, da je to vredno več od vsega na svetu.

Tisti, ki nameščamo atlas se ukvarjamo s humanim delom vendar je normalno, da za svoje delo dobimo plačilo. Tudi mi imamo stroške, saj neprenehoma vlagamo finančna sredstva procese, da bi čim več ljudi zvedelo za namestitev atlasa. Vaše plačilo je prispevek, ki vam in drugim omogoči bolj zdravo življenje.

Ko so nekega slikarja vprašali zakaj je risba, ki jo je narisal v eni minuti tako draga, je odgovoril: » To je za vas minuta, jaz pa rišem že deset let.« Mi namestimo atlas v eni minuti vendar pred tem opravimo pregled, po namestitvi pa svetujemo, kako lahko najhitreje ozdravite. V naslednjem letu dni masiramo še trikrat, spremljamo proces ozdravitve in svetujemo, kako naj trajno ostanete zdravi. Zatem vsako leto pridete enkrat na kratko masažo, da bi se vaš atlas zadržal vse življenje na dobrem mestu in nič od tega se dodatno več ne plača.

Številni ne razumejo kako je možno, da se atlas namesti v eni minuti . Ko se atlas zamakne, to traja eno sekundo, pa ga je možno namestiti v eni minuti.

Iz estetskih razlogov na namestitev atlasa pridejo tudi ženske dobrega zdravja. Celulit izgine v nekaj mesecih in se ne povrne, ker

limfni sistem bolje funkcionira, s tem pa se zmanjšajo tudi podočnjaki in dobijo normalno barvo.

Zaradi boljšega metabolizma se obseg aken zmanjša ali pa povsem izginejo. Koža se regenerira in je videti lepša, zateguje pa se zaradi pravilnejše drže telesa. Grbica na vrhu hrbta sčasoma izgine, ker se glava postavi nazaj, prsni koš pa naprej. Prsi se izpostavijo, spodnji del trebuha pa zmanjša, zaradi tega ženske postanejo spolno privlačnejše. Nekaj mesecev po terapiji so ženske videti lepše, kar opazijo tako moški, kot njihove prijateljice.

Lepote ni nikoli preveč. Ženske tudi po namestitvi skrbijo za svoj videz vendar bodo redkeje hodile na kozmetične storitve in manj denarja bodo namenjale negi las, kože, nohtov, odpravljanju celulita in drugih posegov.

Za estetiko se namenja veliko denarja vendar za zdravila in zdravljenja gre občutno večji del dohodkov. Ko se plača namestitev atlasa, se pravzaprav prihrani denar za prihodnost, že danes.

Za večino ljudi namestitev atlasa ni tako nujna vendar je pomembna. To je najpomembnejša zadeva v življenju, zaradi česar je potrebno zbrati denar in priti na namestitev.

Na terapijo prihajajo vse generacije, Enako tako ženske, kot moški, zdravi, bolni, športniki, manj ali bolj izobraženi, prihajajo pa tudi ljudje z medicinsko izobrazbo, duhovniki in menihi.

Marsikdo razume zakaj je potrebna namestitev atlasa, vendar ne želi nič spreminjati, ker meni, da je stanje naravno. Ko zboli ali trpi bolečine, tedaj pa pride na namestitev.

Pri namestitvi ne obstajajo kontraindikacije. Če je na mestu, ki se masira poškodovana koža, se počaka, da se koža zaraste in se namestitev opravi zatem. Katerakoli indikacija je v bistvu lahko vzrok za namestitev atlasa. Ljudje imajo probleme z zdravjem, ker je njihov atlas zamaknjen, zaradi tega ne smejo biti v dilemi ali si atlas naj namestijo.

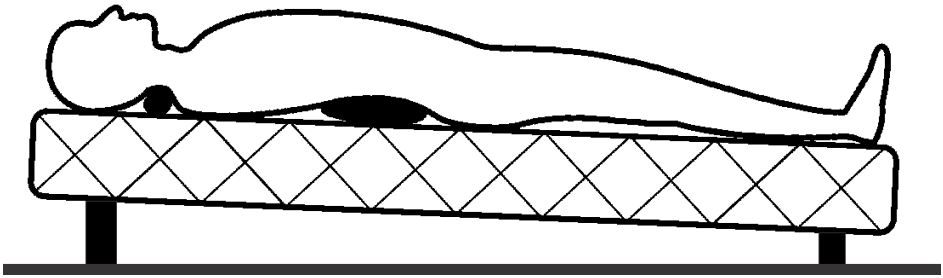
Vsi, ki so imeli možganske kapi, infarkte ali operacije bi naj prišli na namestitev, da bodo hitreje okrevali. Ljudje z anevrizmi v možganih ali tisti, ki imajo vgrajene srčne spodbujevalnike, umetne kolke ali kaj drugega, si lahko namestijo atlas. V teh primerih, tudi, ko je kdo pod vplivom zdravil ali ima nizek tlak, se masaža izvaja počasneje.

Tudi nosečnost ni kontraindikacija za namestitev prvega vretenca. Če si nosečnica, ki je že rojevala namesti atlas bo lažje prenašala nosečnost, kot prejšnjo. Izboljšan metabolizem nosečnice omogoča boljšo prehrano fetusu in zaradi tega tudi njegov boljši razvoj. Med nosečnostjo vedno obstaja verjetnost splava, če pa do njega pride, to zagotovo ni zaradi namestitve atlasa. Še vedno ne

obstajajo znanstvena dela o delovanju namestitve atlasa ob nosečnosti, vendar ko bodo izdelana bodo pokazala, da je zaradi nameščenega atlasa verjetnost splava zmanjšana.

V primeru, ko obstaja kifoza v vratnem ali lumbalnem delu hrbtenice JE OBVEZNO nekaj mesecev po namestitvi, deset minut pred spanjem ležati na hrbtu z zvito brisačo pod vratom ali zvito odejo pod lumbalnim delom hrbtenice. Zaradi tega bo hrbtenica na teh mestih dobiti pravilno obliko, brez tega pa se bi še bolj ukrivila nazaj in nastali bi resni problemi, ker bi pripadajoči organi imeli manj živčnih signalov. Ko mine deset minut se je počasi potrebno obrniti na stran, umakniti odejo in postaviti v položaj v katerem se spi.

ZMANJŠANJE VRATNE IN LUMBALNE KIFOZE



Obstaja samo en primer, zaradi katerega je potrebno pristopiti namestitvi atlasa s posebno pozornostjo in z natančnim pojasnilom o namestitvi. Ko je diskus hernija v položaju nasproti hrbtenjači, je do sedaj bila edina rešitev operacija. Po namestitvi atlasa se ustvari možnost, da pride do izboljšanja ali pa do poslabšanja. Zaradi tega je nujno, da se v sodelovanju z zdravnikom pozorno spremlja stanje. Če bo potrebna operacija bo pacient lažje prestal anestezijo in operacijo, po njej pa bo zaradi boljše regeneracije hitreje okreval.

Vsi smo podvrženi gravitaciji in silam vzvoda. Kdor ne verjame v namestitev atlasa, v bistvu ne verjame v obstoj gravitacije in Arhimedovega zakona o silah vzvoda. Normalno je, da kdo ne verjame. Za tisoč let iskani način namestitve tudi sedaj, ko je končno odkrit, človeštvo potrebuje čas, da ga sprejme.

V prihodnosti bo namestitev atlasa in zadrževanja na točnem mestu postalo del življenjske in zdravstvene kulture.

Težko je bilo odkriti, kako se atlas namesti, ker so za to potrebna tri odkritja. Prvi dve je odkril Rene Schümperli – atlas se ne potiska temveč se masirajo ligamenti in masaža se izvaja z aparatom, sam pa sem prispeval tretje odkritje – kote iz katerih se atlas nameša, število in moč pritiskov odvisno od vrste zamaknjenosti.

Atlas se ne more namestiti s prsti zaradi tega, ker ni možno izvesti zadostnega števila udarcev v sekundi in ker prsti ni dovolj moči. Na vrhu masažnega aparata – masažerja v obliki prsta je gumijasta obloga, stik na zatilju pa se doseže prav preko omenjene gume. Brez aparata se atlas ne more namestiti vendar je naša roka pomembnejša, ker je potrebno vedeti s kakšno močjo in kam usmeriti aparat.

Obstaja na stotine vrst masažnih aparatov in milijoni aparatov se uporabljajo v salonih za masažo ali pa doma. Na deset milijonov ljudi vsakdan masira svoje telo ali zatilje. Nekateri aparati so poceni, drugi zelo dragi, vendar z nobenim od njih ni moč namestiti atlasa.

Aparati, ki generirajo vibracije so bili izumljeni v času, ko je Palmer odkril zamaknjenost atlasa, šele po sto letih pa je Schümperli odkril, da je atlas možno namestiti s pomočjo vibracij.

Atlas je povezan z dnom lobanje preko štirih ligamentov. Dva ligamenta se nahajata v zatilju, dva pa sta spredaj nad grlom. Vsi štirje ligamenti z enako močjo držijo prvo vretence tesno ob lobanji. Z masažo na eni strani zatilja se sprosti ligament, medtem, pa preostali trije ligamenti vrnejo atlas na boljše mesto. Zatem se masira še druga stran zatilja in sprostitev ligamenta na tej strani omogoči, da se atlas vrne na anatomsko mesto, na katerem je bil, ko se je formiral v maternici.

Pri naši vrsti lobanja ne stoji na točnem mestu, zaradi tega nastanejo vse ostale zamaknjenosti. Pospešeni razvoj znanosti v dvajsetem stoletju je ustvaril iluzijo, da veliko vemo, nismo pa vedeli, da nam glava ne stoji, kot bi naj stala. Dr. Reiner Seibel je na začetku enaindvajsetega stoletja dokazal, da imamo zamaknjeno lobanjo.

Da bi lažje razumeli, kako je možno namestiti lobanjo, si predstavljajte zaobljen kamenček na katerem stoji kamen velik, kot glava, ki z vibracijami deluje na večji kamen. Ta se v tem primeru ne premika, vendar, ko pa se deluje na zaobljeni kamenček, tedaj pa se zaobljeni kamenček premika ne glede, da je pod pritiskom velikega kamna. Atlas je kot zaobljeni kamenček, glava, kot večji kamen, zaradi tega je z masažo moč vrniti lobanjo na anatomsko mesto.

Neverjetna je možnost, da se ne potiskata ne lobanja niti atlas, da pa vse pride na svoje mesto. To se dogaja tako, da se z masažo sprostijo ligamenti in mišice v zatilju in se z naravnim procesom atlas vrne na anatomsko mesto.

Atlas se nameščа posredno z masažo ligamentov, lobanja pa se namesti indirektno preko nameščenega prvega vretenca. Ko se nekaj odkrije, je videti preprosto, vendar je vsaj tisoče ljudi, vsaj tisoče let zaman iskalo način namestitve atlasa. Šele Rene Schümperli je dojel, da se atlas lahko namesti z masažo ligamentov, njegova genialnost pa bo omogočila človeštvu, da v prihodnosti živi brez težav in obolenj.

Med masažo se ne potiska atlas temveč ligamenti in zaradi tega je neopravičena zaskrbljenost tistih, ki si ne želijo, da se jim dotika hrbtenica. Med namestitvijo se ne dotikamo hrbtenice, niti atlasa, atlas niti ni del hrbtenice. Mi nameščamo tudi lobanjo čeprav v bistvu tudi nje ne potiskamo, temveč jo z masažo ligamentov vračamo tja, kjer naj bi bila.

Na koncu bo sprejet način namestitve, ki bo zamenjal vse ostale načine. Trdim, da je **HumanUP** metoda edini pravi način namestitve atlasa, trditev pa utemeljujem z dejstvom, da po drugih načinih namestitve ljudje prihajajo k nam, da jim končno namestimo atlas.

HumanUP

Od rojstva se štejejo dnevi, meseci, leta in desetletja življenja vendar se življenje prične ob spočetju. V prvih devetih mesecih življenja smo dobro zaščiteni v maternici vendar v tem obdobju nastane ena drobcena, skoraj nemerljiva motnja, ki nam bo skozi življenje ogrožala zdravje.

Danes obstajajo porodne procedure, stotine tisoč let pa so ženske rojevale brez njih. V tistih časih so veljala naravna pravila, ki se nam danes zdijo surova. Vendar, življenje je nastalo in obstalo v naravi, zaradi udobja in umetnega načina življenja naše zdravje postaja vse bolj občutljivo. Sedaj se nam zdi nemogoče, da bo naša vrsta izginila, vendar zaradi sodobnega načina življenja ta proces že poteka. Zaradi človeških aktivnosti in kemijskega zastrupljanja vsakodnevno izginjajo različne vrste rastlinskega in živalskega sveta. Če bomo tako nadaljevali, lahko izgine tudi naša vrsta.

Navkljub vsem težavam, se je življenje razvijalo milijarde let, rezultat tega pa je homo sapiens, ki naj bi bil boljši od vseh, vendar prav mi postajamo največja grožnja tako sebi, kot drugim.

Razlika med besedo »nastanek« in »izginotje« je ogromna. Naziv **HumanUP** pomeni obstoj, kar pa je še bolj pomembno, tudi vrnitev k naravnemu zakonu – da bodo nove generacije boljše od prejšnjih. Ta zakon omogoča razvoj naše vrste vendar je v človeškem rodu že nekaj generacij prisotna degradacija. Preobrat je končno možen in skrajni čas je za preporod življenja.

Vsak porod je spomin na prednike, ki so zapustili vodno okolje ter začeli novo življenje na kopnem in okolju obdanem z zrakom. Pred rojstvom maternica s kontrakcijami potiska fetus k porodnemu kanalu in na ta način ga nežno masira, da odstrani vodo iz pljuč.

Tisoče let ljudje vedo, da je trenutek rojstva ključnega pomena za življenje in so ga poimenovali »pečat usode«, vendar niso vedeli

zakaj je temu tako. Prvo vretence se med porodom dodatno zamakne in od tega je odvisno kakšno bosta življenje in zdravje.

Moški fetusi so večji, pa se jim med prodom atlas bolj zamakne, kot ženskim fetusom. To je eden od vzrokov zaradi česa so moški slabšega zdravja, posledično pa se jim od prvega dne skrajšuje dolžina življenja. Čeprav se, statistično, rojeva dva odstotka več dečkov, je moških dva odstotka manj, kot žensk. Vzrok je v tem, da se moškim med življenjem atlas še bolj zamakne.

Generacije človeštva so iskale način, kako atlas vrniti na pravo mesto. Usoda človeštva je prispevala, da se je končno odkril pravi način namestitve atlasa.

Moje odkritje o namestitvi prvega vretenca je končna etapa odkritij do katerih sta prišla Palmer in Schümperli, rešitve, katere sem odkril pa so originalne in se uporabljajo prvič.

Pri ostalih načinih namestitve atlasa se večinoma skriva pred javnostjo terapije. Za razliko od drugih, bom z veseljem predstavil metodo **HumanUP**. Ne morem opisati samega postopka namestitve, kar za uporabnika masaže ni niti pomembno, ker se celo ljudje z medicinsko izobrazbo ne morejo z branjem naučiti namestitve atlasa. To znanje se prenaša drugim s posebno pozornostjo, zaradi tega ker gre za epohalno odkritje o človeškem zdravju.

Najbolje je, da se preporod človeštva prične s trenutkom prihoda na svet. Pojem **HumanUP** se nanaša na novi začetek vendar je pomembno, da se ohrani vse dobro iz preteklosti. Sodobni načini porodov so vpeljali izboljšave, vendar niso zadržali tisočletnih izkušenj.

Nekoč so se novorojenčki takoj po porodu prijeli za noge in dvignili, da so viseli z glavo navzdol, pa se je z enim sunkom oziroma trzajem navzdol odstranil ostanek plodovne vode iz pljuč. To je videti nasilno, vendar so ljudje opazili, da so otroci zaradi tega bili bolj zdravi. Niso pa razumeli, zakaj so otroci bolj zdravi. S sunkom oziroma trzajem se vzravna dojenčkovo telo, atlas pa se postavi na boljše mesto. Če novorojenček danes, ne prične dihati, ga porodničarji dvignejo za noge v zrak in z umerjenimi udarci po hrbtu odstranijo plodovno vodo iz pljuč, vendar se s tem načinom atlas ne vrne na boljše mesto.

Trzanje, sunek oziroma izteg novorojenčka je videti surovo dejanje, vendar se še s tako umerjenimi udarci po hrbtu, atlas zgolj še bolj zamakne in posledično otrok postane bolan. Dojenčkovo telo je nežno, sedanji način življenja pa nam od rojstva v vsem ustreže in olajša, pa smo tudi zaradi tega vse bolj bolni. V obstoječe porodne procedure bi bilo potrebno vnesti trzaj, sunek oziroma izteg novorojenčkovega telesa. Atlas se na ta način ne more vrniti na popolnoma

natančno mesto zaradi česar je nujno, da se ga namesti preden otrok shodi.

Porodničarjem je lažje, da opravijo porod, ko so nosečnice v napol ležečem položaju, vendar se v tem položaju atlas dojenčka lahko še bolj zamakne. Potrebno bi se bilo vrniti k naravnemu čepečemu porodnemu položaju, ki je bil v uporabi sto tisoč let.

Nosečnicam med porodom potiskajo glavo naprej, da bi jim zaščitili ščitnico pred napetostjo, vendar je to popolnoma napačno. Po porodu imajo ženske probleme s ščitnico, zaradi potiskanja glave naprej med porodom, na ta način se atlas zamakne nazaj in zaradi tega se jim razvije večja lordoza v vratnem delu hrbtenice. Potiskanje glave je potrebno prepovedati, ker dojenček in otrok za vzgojo potrebuje zdravo in ne bolne matere.

Dojenčkom je najbolje namestiti atlas v desetem mesecu, ker bi se jim v fazi učenja hoje ter zatem, ko shodijo zaradi padcev še bolj zamaknil. Če je dojenček pred desetim mesecem bolan, je to zaradi tega, ker ima bolj zamaknjen atlas, pa ga je za ozdravitev potrebno namestiti. Atlas se lahko namesti celo v prvih urah po rojstvu. Dojenčkom in otrokom se atlas namesti samo s po enim nežnim pritiskom na levi in desni strani zatilja.

Starše pred tretmajem podrobno seznanimo s postopkom masaže ter jim predlagamo, da si najprej sami namestijo atlas, pozneje pa naj na namestitev pripeljejo še otroke. Ko po tretmaju zaznajo izboljšave in zatem, ko se prepričajo, kako je zadeva preprosta pripeljejo še otroke. Masaža se izvaja v ugodni, sproščeni atmosferi, kar je izredno pomembno, pri nameščanju prvega vretenca otrokom.

Da bi se otroci navadili na masažni aparat, jih starši najprej blago masirajo po telesu, tako, da so otroci med namestitvijo sproščeni, kakšen od otrok pa med masažo začuti tudi bolečino, ki pa je hitro po masaži pozabljena. Pripeljati ali pa ne pripeljati otrok na masažo, ne sme biti dilema staršev, saj otroci po masaži živijo bolj zdravi.

Med odraščanjem so otroci živahni, pa je možno, da se atlas malce premakne tudi če je nameščen. Otroke je potrebno pripeljati na tretma dvakrat letno, s tem se jim zagotovi, da je atlas vedno na pravem mestu. Če otrok med tretmaji prejme močan udarec v glavo, je atlas potrebno znova namestiti.

Da bi razumeli, kako se lahko živi zdravo brez zdravljenja je potrebno imeti predznanje o namestitvi prvega vretenca. Ko smo zdravi ne razmišljamo o zdravljenju, to pa je pravi trenutek za namestitev atlasa. V tem primeru gre za drugačen pristop k zdravemu življenju zaradi česar pa so potrebne prave informacije.

Za namestitev prvega vretenca je slišalo malo ljudi vendar so tudi tisti, ki so kaj slišali o tem slabo informirani. Obstaja veliko zablod in predsodkov, pa je zaradi tega najbolje informacije pridobiti, kar neposredno od nas.

S telefonskim pogovorom ne moremo videti oblike vašega telesa in hrbtenice, vi pa ne morete videti masažnega aparata s katerim se masaža izvaja, najbolje je če se oglasite pri nas. Ugotovili bomo koliko je vaš atlas zamaknjen, pogovorili se bomo o vaših zdravstvenih težavah in pokazali vam bomo postopek masaže.

Tretmaji so javni, na samem kraju obiska pa lahko slišite zgodbe o izboljšanju zdravja neposredno od ljudi, ki so si prvi vretenec že namestili. Ob tej knjigi lahko dobite tudi ostale tiskane izdaje: »Preporod života«, »Izkušnje prerojenih« in »Formiranje atlasa na napačnem mestu«.

O namestitvi prvega vretenca boste veliko izvedeli na spletni strani **namestitev-atlasa-humanup.si** na kateri dobite tudi informacije za vzpostavitev stika z nami, ki nameščamo atlas.

V časopisih in televizijskih oddajah prav tako predstavljamo metodo **HumanUP**. Ob vsem omenjenem, nas ljudje obiščejo na priporočilo svojcev in prijateljev, ki so doživeli presenetljiva izboljšanja zdravja po namestitvi atlasa.

Številni so preizkusili vsa možna zdravljenja na koncu pa so prišli k nam, če pa bi si najprej namestili atlas, ne bi trpeli zaradi zdravstvenih problemov.

Na tretma je potrebno priti po lastni volji, z zavestjo, da je to najpomembnejši dogodek v življenju. Ko se odločite, da si boste namestili atlas, vam bomo dali vprašalnik v katerega boste vpisali osnovne podatke o sebi in vašem zdravstvenem stanju. Nekdo se ne spomni vseh težav ali zdravstvenih problemov, pa izpostavi samo tisto, kar ga najbolj pesti, ker ne pričakuje, da se mu bo po tretmaju pričelo zmanjševati odpadanje las, starostnih peg, smrčanje, ploska stopala, bolečine in druge težave.

Na dnu vprašalnika se zavežete, da nas boste v naslednjem letu dni obiskali še trikrat, ker se bo šele tedaj zaključil postopek namestitve – zaradi naravnega procesa regeneracije hrustancev na atlasu in dnu lobanje. Besedilo vsebuje postopek vašo željo za namestitev atlasa ob opombi, da masaža ni zdravljenje, temveč proces, ki organizmu omogoči, da samostojno doseže boljše stanje in da je proces odvisen od starosti in vrste ter trajanja obolenja.

Mi niti ne potrebujemo informacije o vašem zdravstvenem stanju, ker vemo, da bo po namestitvi atlasa prišlo do izboljšanja ali prenehanja bolezni. Vendar je bolje, da vpišete vse kar pomnite, da bi lahko predvideli morebitne reakcije ter pojasnili procese, ki se pri-

čnejo odvijati po namestitvi atlasa. Iz prakse vemo, kako izginejo težave in ponujamo nasvete, kako najhitreje ozdraveti.

Po razgovoru opazujemo vaše telo v stoječem položaju, ker je ukrivljanje potekalo leta ali desetletja med stanjem in hojo zaradi zamaknjenosti atlasa. Ko si vas ogledamo od spredaj in od strani in ko otipamo obliko hrbtenice, mi povečini vemo, kako in za koliko je atlas zamaknjen. Zatem si ogledamo koliko lahko dvignete roke na hrbet, ko sedete pa z obračanjem glave v desno in levo stran ugotovimo koliko je omejena možnost obračanja. Pri večini je manjši obrat v levo stran, ker imajo atlas zamaknjen tako, da omejuje obrat v levo.

Med otipavanjem za koliko je atlas zamaknjen, sami lahko občutite razliko na desni in levi strani v razmerju do lobanje in čeljusti. Šele z otipom, smo povsem prepričani, kako je vaš atlas zamaknjen, dodatna zamaknjenost je lahko nastala v predhodnih mesecih, telo in hrbtenica pa sta drugače ukrivljena zaradi prejšnjih zamaknjenosti.

Pred masažo vam pokažemo na naši in vaši dlani delovanje masažnega aparata, povemo vam koliko bo pritiskov na desni in koliko na levi strani. Masaža se izvaja v sedečem položaju med tretmajem se je potrebno sprostiti, podobno, kot pri vsaki drugi masaži. Masaža vam bo prijetnejša, če ne boste zategovali vratnih mišic.

Ko zaključimo namestitev znova otipamo razmik med atlasom in dnom lobanje ter razmik na čeljusti. Sami boste občutili, da je prvo vretence končno na pravem mestu. Zatem boste obrnili glavo v desno in v levo stran in opazili boste, da je obrat večji. Glava se bo sčasoma vrnila nazaj, prsni koš pa najprej, vratna vretenca pa se bodo prerazporedila, posledično bo mogoč še večji obrat glave.

Med masažo se pričnejo različne izboljšave in se nadaljujejo takoj po tretmaju. Nekdo začuti tok skozi določen del telesa, kar je znak, da so se živčni signali pričeli širiti v popolnosti in da se izboljšuje cirkulacija krvi.

Nekomu se prepotijo dlani, to pa zaradi tega, ker se osvobodi živec skozi katerega se širi signal za potenje. Po masaži večina žensk trdi, da ima bistrejši vid, kar je posledica boljše prekrvavljenosti centra za vid. Bistrost vida se doseže tudi pri drugih masažah, vendar je začasna. Po namestitvi prvega vretenca se vid trajno izboljša, nekomu pa se zmanjša tudi dioptrija.

Večina ljudi takoj začuti različna olajšanja. Številni imajo občutek, kot, da bi odvrgli nekakšen tovor s hrbta. V vratu, ramenih, nogah, rokah in hrbtu popustijo bolečine, napetost izgine. Lažje sedemo in vstanemo, tisti, ki pa ni zmogel narediti počepa in vstati, takoj po masaži to zmore.

Dihanje je boljše, nekdo prvič zadiha skozi nos. Hitro po masaži se večini ljudi izboljša spanje, opazna je sprostitev telesa, kot tudi boljše razpoloženje.

Omenjene izboljšave se zgodijo pri večini ljudi, ker so imeli podobno zamaknjen atlas, pri drugih pa je zaporedje izboljšav odvisen od tega, kako je bil atlas zamaknjen in kako je bilo ukrivljeno telo.

Starejši od dvajset let v letu dni prihajajo na nadaljevanje masaže še trikrat. Najbolje je priti po mesecu dni, po štirih mesecih in po letu dni. V prvih nekaj mesecih je največ sprememb v organizmu. Ob nadaljevanju masaže se pogovorimo o reakcijah in pojasnimo različna dogajanja v telesu. Pozneje se reakcije manj čutijo vendar proces samozdravljenja traja še naprej ter prispeva svoj delež, k vse boljšemu zdravju.

Atlas je popolnoma nameščen v letu dni, to je čas, ki je potreben za naravni proces regeneracije hrustancev na atlasu in dnu lobanje. Zatem je praktično nemogoče, da bi se atlas znova zamaknil. Obstaja majhna verjetnost, da se ob najmočnejših udarcih v glavo minimalno premakne, če pa bi prišlo do takšnega udarca, lahko pridete na dodatno masažo. Da bi se vse življenje atlas zadržal na dobrem mestu je priporočljivo enkrat letno opraviti kratko masažo.

Bolnim ljudem je po namestitvi atlasa nujna podpora in mi jim jo bomo, z nasveti zagotovili, da se osvobodijo skoraj vseh zdravstvenih problemov. Zatem med življenjem ni novih obolenj, v vaših rokah pa je, da z zmerno prehrano, aktivnostmi in počitkom vzdržujete dobro zdravje. Če upoštevate nasvete, vam lahko podelimo podaljšano doživljenjsko garancijo.

Z leti in desetletji bo vaše zdravje vse boljše, vi pa boste prepričani, da je namestitev atlasa najpomembnejši dogodek v vašem življenju.

Prednosti **HumanUP** namestitve atlasa so izjemne, najbolj pomembno pa je to, da se zgolj na ta način atlas lahko vrne na anatomsko mesto. S pomočjo masaže zatilja se atlas namesti absolutno varno zaradi tega, ker ga premaknejo ligamenti, to pa je popolnoma naraven proces.

Nameščanje prvega vretenca se izvaja v upognjenem položaju glave in zaradi tega je metoda **HumanUP** najbolj nežen in najkrajši način namestitve. V tem položaju so ligamenti dostopnejši, zadostuje majhna sila pritiska, da se atlas natančno namesti.

Pred tretmajem ni potrebna medicinska diagnostika, preprostost postopka pa je še ena od prednosti tega načina namestitve atlasa.

Naše aktivnosti so javne, ker je naš cilj, da čim več ljudi izve, da obstaja rešitev za zdravstvene probleme.

Ne glede koliko boste brali o metodi **HumanUP**, boste šele zatem, ko si namestite prvo vretence občutili, da je to več od tistega, kar ste prebrali ali slišali.

Matere vas rodijo, mi vas prerodimo.

REAKCIJE

Znano je, da po vsaki akciji pride do procesov, ki se imenujejo reakcije. Ko se prvo vretence vrne na mesto, tedaj pride do vračanja vsega v organizmu na prava mesta in zaradi tega nastanejo reakcije – obratno od nastanka bolečin in obolenj.

Težave in obolenja so nastajale leta in desetletja, proces njihovega izginjanja pa je po namestitvi atlasa neprimerljivo krajši. Reakcije so pri ljudeh različne, čas trajanja je individualen. Po nekaj mesecih se reakcije več ne občutijo četudi potekajo še naprej, pri čemer organizem sebe neprekinjeno izboljšuje.

Zdravi ljudje po namestitvi atlasa občutijo olajšanje, bolni pa v prvih dneh občutijo olajšanja, pozneje nastane tudi neugodje, ki je znak, da se v organizmu odvijajo spremembe. Spodnji možgani prvič popolnoma sprejemajo signale iz telesa in pričenjajo izvajati izboljšave, ne glede na to, da so v tem procesu možne tudi nevšečnosti. Zgornjim možganom ta dogajanja ne ustrezajo vendar, ko se omenjeni procesi razumejo, se reakcije lažje prenašajo.

Po namestitvi atlasa se večini ljudi izboljša spanec in potrebujejo manj spanja, podnevi pa imajo več energije. Bolni v prvih dneh po masaži več spijo, pozneje tudi njim zadostuje manj spanja. Organizem se najboljše samozdravi med spanjem in zaradi tega najprej posvetite več pozornosti njegovim potrebam. Če začutite potrebo po vodi in hrani, potem več pijte in jejte, vendar je najpomembnejše spanje. Najbolje bi bilo, da najbolj bolni v prvih dneh po namestitvi atlasa ne gredo na delo, da se lahko posvetijo sebi in podprejo sprožene procese samozdravljenja.

Pri bolnih so reakcije najmočnejše v prvem mesecu. Procesi izginjanja bolezni so kompleksni in včasih jih ne razumejo niti medicinsko izobraženi ljudje, pokličite nas ali pa nas obiščite, da vam bomo pojasnili reakcije, ki se pri vsakem človeku lahko odvijajo na drugačen način. Po mesecu dni sledi prvo nadaljevanje masaže in tedaj se pogovorimo o reakcijah, ki so se pričele, pridobite pa tudi nasvete o tem, kako najlažje omenjene procese preživite. Odvisno od tega kako so se reakcije pričele, vam bomo povedali, kaj še lahko pričakujete.

Izjemno redko se dogajajo tako burne reakcije, da človek meni, da je zaradi namestitve atlasa zbolel. Ta vtis se ustvari zaradi tega, ker signali o boleznih pred tem niso prispeli do možganov, pa je bilo videti, da jih ni. Z namestitvijo atlasa ni možno poslabšati zdravja, ampak se ga lahko zgolj izboljša, četudi je potreben čas, da se to zgodi.

Pri bolnih se po namestitvi atlasa sprosti presežek energije, ki je namenjen samozdravljenju, ne pa tudi za večje fizične aktivnosti, zaradi tega je ključno počakati, da se proces ozdravitve zaključi. Pri nekaterih se pojavijo bolečine na mestih, kjer jih prej ni bilo, to pa se dogaja zaradi popravljanja telesa. Da bi se telo vzravnalo, se nasprotne skupine mišic pričnejo zategovati in pojavijo se bolečine, ker so bile pred tem te mišice manj aktivne. Vendar so te bolečine manj močne in trajajo manj časa v primerjavi s tistimi, ki smo jih trpeli pred tem. Zaradi teh bolečin se včasih dobi vtis, da namestitev atlasa ni pomagala in da gre še za eno izgubo denarja. Druge terapije in zdravljenja blažijo bolečine, to so kratkotrajni učinki, ki lajšajo življenje, vendar bolečin ne odpravijo trajno. Za razliko od njih pa se po namestitvi atlasa iz meseca v mesec zmanjšujejo in skoraj popolnoma izginejo.

Takoj po namestitvi atlasa, zaradi boljše statike telesa, pride do sprostitve živčnih poti in bolečine pri nekaterih izginejo v trenutku. Pri večini se proces popravljanja telesa odvija nekaj mesecev, zaradi tega je proces odprave bolečin počasnejši. Med življenjem prihaja do ukrivljanja telesa, bolečine pa se premeščajo iz vratu k dnu hrbta. Po namestitvi atlasa bolečine sprva ponehajo na dnu hrbta, pozneje pa še na sredini hrbta in v vratu.

Glavoboli se zmanjšujejo vendar je potrebno zmanjšati tudi uživanje zdravil, da bi se omenjeni proces podaljšal.

Občasno se začuti bolečina v katerem od notranjih organov, zaradi vrnitve organa na svoje mesto. Trajanje in moč bolečin sta odvisna od tega, koliko je telo bilo ukrivljeno, vendar pri večini traja manj kot mesec dni.

Pri nekaterih se pojavi bolečina v prsni kosti, nekateri se ob tem ustrašijo, ker menijo, da srce ne deluje pravilno, vendar ta bolečina ni srčna temveč je posledica postavitve oziroma vračanja prsnega koša naprej.

Prvih mesec se izboljša prebava hrane, kot reakcije pa se lahko pojavijo spahovanje, več plinov in redkejše blato. Čiri na želodcu in dvanajsterniku izginejo v prvih dveh mesecih po namestitvi atlasa. Tedaj se reakcije ne čutijo, pri nekaterih pa se pojavi sokrvica v blatu.

Redko se dogaja, da se ne občutijo spremembe v prvih dveh mesecih po namestitvi atlasa, vendar ko se prične popravljati oblika hrbtenice, se vretenca postavijo v boljši medsebojni položaj in osvobodijo živčne signale, temu pa sledijo reakcije. Spodnji del možganov prvič sprejema določene informacije in prične zdravljenje ne glede na to, da so reakcije tu pa tam tudi neprijetne.

V prvih mesecih po masaži, sta pri moških in ženskah opazna boljša kakovost kože in las, vendar ženske to opazijo ker posvečajo več pozornosti svojemu telesu in videzu. Prhljaj in zamaščenost las se zmanjšata.

Sinusitis izgine, reakcija pa je povečano izločanje sekreta iz sinusov. Ta proces se pospeši če se ustavi uporaba vseh mlečnih izdelkov.

Otekline zglobov nog in rok se občasno povečajo. To je znak, da limfni sistem bolje funkcionira in da izvaja čiščenje organizma, ko pa se ta proces zaključi, otekanja več ni. Da bi se organizem hitreje očistil, je potrebno izvreči iz prehrane mlečne izdelke, to pa je najučinkovitejši način, da se zmanjšajo alergije in ekcemi.

Brazgotine od davno zaceljenih ran po operacijah lahko pordečijo in postanejo občutljivejše, čuti se žgečkanje, vendar gre za reakcijo, ki pomeni, da se tkivo regenerira bolje. Če ste nekoč v življenju, prejeli močan udarec v katerikoli del telesa, to mesto po tretmaju lahko reagira s srbečico, kar je znak okrevanja.

V prvem letu dni po namestitvi, reakcije izginejo vzdolž telesa vse do gležnjev, ki lahko otečejo ali pa pordečijo, vendar to postopoma izgine ali pa se zmanjša zaradi boljše statike telesa.

Tisti, ki imajo ploska stopala, občasno lahko začutijo kratkotrajne bolečine, kar je znak, da se stopalo ukrivlja. Otrokom se ploska stopala popravijo v pol leta po namestitvi atlasa, pri starejših pa ta proces traja do dve leti.

Nemogoče je samo prejemati in nič dati. V tem primeru je prenašanje reakcij tisto, kar dajete, vendar je to neprimerljivo manj od tistega, kar prejmete. Dobili boste zdravje, ki se vam bom samo izboljševalo. Reakcije trajajo tudi dlje, leta vendar se ne občutijo, ker so to fine nastavitve vsega v organizmu.

Omenil sem najpogostejše reakcije in tiste, ki so lahko različne, odvisno od tega, kako je bil atlas zamaknjen in kakšne vse poškodbe je povzročil.

Najbolje je, da organizem sam sebe usmeri v boljše stanje, vendar je včasih potrebna podpora narave ali uradne medicine, da bi hitreje ozdraveli. Pri večini se vse odvija, brez posredovanj, bolj bolni pa morajo upoštevati nasvete, katere jim zaupamo v prvem delu tretmaja in pozneje med nadaljevanjem masaže.

NASVETI

Po namestitvi atlasa vam bomo svetovali, kako najhitreje ozdraveti in ohraniti zdravje. Ta podpora je izjemno pomembna, še posebej pri kroničnih bolnikih. Nasvetov ni težko upoštevati, saj so preprosti, iz prakse pa vemo, da dejansko delujejo.

Zdravstvene težave so trajale leta ali desetletja, z zdravili pa se je zdravje ohranjalo. Ozdravitve ni bilo moč doseči zaradi zdravil in zaradi zamaknjenosti atlasa. V nekaj prvih mesecih po namestitvi, se organizem vrača v funkcijo in prihaja do trajne ozdravitve. V tem obdobju kronični bolniki nadaljujejo z uporabo zdravil vendar je odvisno od izboljšanja, potrebno zmanjšati količino zdravil ob posvetu z zdravnikom. Ko se v nekaj mesecih zdravje izboljša, je najbolje prenehati z uporabo zdravil, ker le ta niso več potrebna, lahko pa motijo naravne funkcije organizma.

Ko v organizmu pride do neke motnje, se pojavi bolečina, ki nas opozarja, da nekaj ne funkcionira, kot bi moralo, pa se ustvari niz: BOLečina, BOLezen, BOLnišnica. Ko se atlas vrne na mesto, ni bolezni in bolnišnic, bolečine pa postopoma izginejo. Obstajajo preprosti načini, s katerimi si lahko pomagate, da po namestitvi atlasa najhitreje izginejo visoki tlak, sladkorna bolezen, bolezen ščitnice, bolečine, glavoboli ali psihične težave.

Da bi se ta proces pospešil, je potrebno takoj zavreči vse mlečne izdelke živalskega izvora. Bolečine v mišicah so močnejše zaradi kalcija, ki je usedlina v mehkih tkivih in zmanjšuje cirkulacijo krvi, posledično pa so bolečine močnejše in trajajo dlje.

Po prenehanju vnosa mlečnih izdelkov je potrebno nekaj mesecev, da organizem skozi kožo izloči škodljive snovi iz mehkih tkiv. Izločanje iz hrustancev, diskov in področij zajetih z artritisom traja dlje in sicer še nekaj mesecev.

Najboljše je boleča mesta, katera lahko sami dosežete, dnevno močno pritiskati s prsti nekajkrat po deset sekund, s čimer pospešite izločanje škodljivih snovi, nedosegljivih mest pa se na enak način lotite s tujo pomočjo. Bolečine se lahko ublažijo s čajem za sproščanje ali pa s koščkom volnene tkanine naslonjene na boleče mesto.

Visok pritisk je eden od največjih zdravstvenih problemov, nastane pa zaradi stisnjenosti oziroma zgnetenosti centra za pritisk v prvih možganih. V zadnjih desetletjih ljudje pijejo vse manj vode in uporabljajo preveč soli, pa tudi zaradi tega nastanejo problemi s pritiskom, sol pa je škodljiva ledvicam. V dveh rezinah kruha je dovolj soli za dnevno potrebo organizma. Po namestitvi atlasa se osvobodi center za pritisk, boljša cirkulacija pa sproži čiščenje krvnih celic. V

prvem mesecu po namestitvi se naj še naprej uporabljajo zdravila, zatem pa je potrebno zdravila zmanjševati, da se pritisk ne bi preveč znižal. Ko se po nekaj mesecih pritisk normalizira, je zdravila potrebno zavreči.

Odvisno od dnevnih aktivnosti, je normalno, da se pritisk spreminja, ko pritisk raste, zadostuje že če lakta zmočimo pod curkom hladne vode. Pritisk se bo znižal tudi, ko zaužijemo dva jabolka, najbolje pa je petnajst minut pred zajtrkom spiti dva požirka naravnega jabolčnega kisa. Tega bi naj pili tudi zdravi ljudje, ker čisti krvne celice in regulira metabolizem.

Nekaj mesecev po namestitvi atlasa sladkorna bolezen izgine in tedaj se lahko odrečemo zdravilom, tisti, ki pa uporabljajo inzulin, pa lahko zmanjšajo dozo odvisno od tega za koliko je sladkor nižji. Da bi se raven sladkorja trajno izboljšala; se ne sme jesti kuhana in pražena zelenjava; ker dviguje raven sladkorja; ampak je potrebno jesti svežo zelenjavo; ki znižuje sladkor: Najbolje je vsak dan pojesti en sveži korenček z malce cimeta, na ta način znižamo raven sladkorja.

Po namestitvi atlasa, se ščitnici vrne funkcija, a je potrebno s preiskavami preveriti njeno delovanje. Sčasoma bodo izvidi vse boljši, pa vam bo zdravnik zmanjšal vnos zdravil, ko pa se povrne njena funkcija, pa zdravil več ne boste potrebovali.

V sodelovanju z zdravnikom, ljudje, ki imajo psihične motnje postopoma zmanjšajo dozo zdravil. Da bi se organizem najhitreje razstrupil zdravil, je najbolje v vodi raztopiti medicinsko glino in pripravek piti po požirkih nekajkrat dnevno.

Eden od največjih izumov človeštva je – nagnjena postelja oziroma ležišče. Na strani kjer je glava, je ležišče višje, petnajst centimetrov. To so vedeli Egipčani pred nekaj tisoč leti, v bizantinskih bolnišnicah pa so bolniki počivali in spali na nagnjenih ležiščih. Še ne tako dolgo nazaj so dojenčki spali v nagnjenih zibkah.

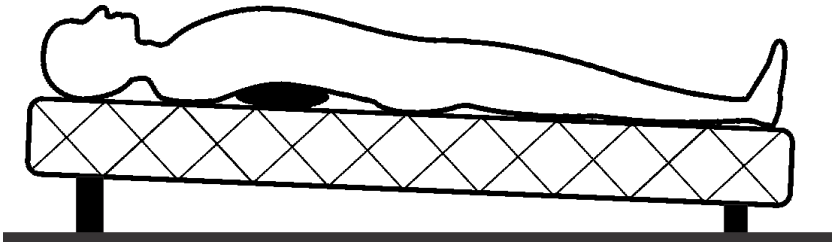
Žal, so ta vedenja in znanja izgubljena, ali pa je nekomu ustrezalo, da danes spimo na horizontalnem ležišču. V bolnišnicah so postelje težjih bolnikov do polovice ali pa v celoti nagnjene. Medicini je znano zdravilno delovanje spanja na nagnjenem ležišču, vendar se o tem ljudi ne informira, da bi bili bolj zdravi, medicinska industrija pa imela zaslužek.

Zaradi spanja v nagnjenem položaju se normalizira krvni pritisk, debelejši pa shujšajo. Zmanjšajo se: sladkorna bolezen, otekle noge, podočnjaki, celulit,… Organi, kosti in mišice se boljše regenerirajo. Jetra, ledvice, limfa in prebavni sistem boljše funkcionirajo. Učinek takšnega spanja je večji od vadbe in športnih aktivnosti.

Vsi imamo drugačen organizem in tako tudi procese ozdravitve, zaradi tega boste deležni nasvetov vsakič, ko nas obiščete ali ko nas pokličete.

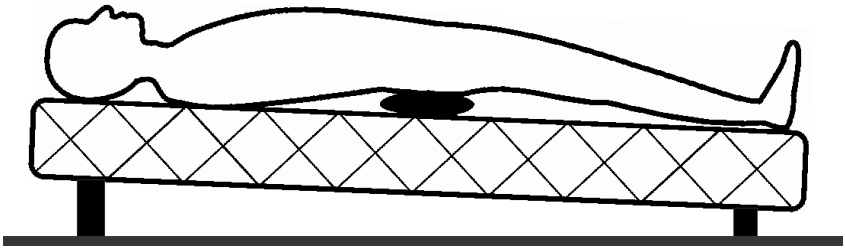
Pri tistih, pri katerih je hrbtenica v prsnem košu preveč pomaknjena nazaj, morajo pod ta del telesa podstaviti vzglavnik deset minut pred spanjem. Med tem časom pod glavo ni vzglavnika in se na ta način postopoma zmanjša kifoza v prsnem delu hrbtenice in lordoza v vratu.

ZMANJŠANJE KIFOZE IN LORDOZE



V primerih, ko na dnu hrbtenice obstaja prevelika lordoza je vsako noč pred spanjem po deset minut pod zadnjico treba postaviti odejo, na ta način se bo medenica hitreje vzravnala in zmanjšala lordozo.

ZMANJŠANJE LUMBALNE LORDOZE

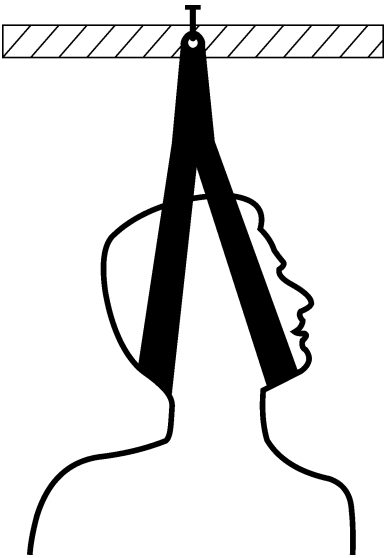


Iztezanje telesa in hrbtenice obstaja v medicinskih ustanovah, vendar so izboljšanja začasna, ker se zaradi zamaknjenega atlasa hrbtenica vrne v prejšnje stanje. Ko se atlas namesti, je končno možno, da hrbtenica dobi pravilnejšo obliko. Med stanjem ali hojo gravitacija popravlja obliko hrbtenice vendar je pri tistih, pri katerih je bila preveč ukrivljena, potrebno vsakodnevno njeno iztezanje, da bi se pospešilo popravljanje njene oblike.

Ljudje, ki imajo večje skolioze, lordoze in kifoze bi morali po tri minute pred spanjem iztezati hrbtenico, da bi pospešili popravljanje njene oblike. To je pomembno početi pred spanjem, ker se hrbtenica podnevi skrči zaradi delovanja gravitacije. Na ta način se pospeši popravljanje oblike hrbtenice, diski in vretenca pa se bolje regenerirajo.

Napravo za iztegovanje hrbtenice si lahko vsak sam izdela iz dveh trakov iz čvrste tkanine. Trakova obesite na vijak ali žebelj, ki je pritrjen na okvir sobnih vrat, glavo nagnite nazaj in en trak postavite pod čeljust, drugega pa pod zatilje in zategujte trakova. Vsak večer po tri minute zvijte kolena in sproščeno visite. Vedno si prizadevajte stati na stopalih, saj na ta način ne boste s celotno težo telesa iztegovali hrbtenice. Tako lahko zmanjšate bolečine v zatilju in vratu, zmanjšali pa boste tudi glavobole.

PRIPOMOČEK ZA IZTEGOVANJE HRBTENICE.



Medtem, ko se oblika hrbtenice popravlja bo sprva neprijetno, vendar pozneje neprijetni občutek preide v ugodje. Za ta proces je potrebno nekaj mesecev ali celo leto dni, kar je odvisno od starosti in od tega, koliko je bila oblika hrbtenice nepravilna. Najpomembnejše je biti vztrajen, ker je to edina rešitev, nagrada pa je pravilnejša oblika hrbtenice.

Namestitev atlasa bo prispevala, da bo zdravje postalo boljše, na vas pa je, da ne grešite pri vzdrževanju organizma, pa boste trajno zdravi.

VZDRŽEVANJE

Vsakdo mora skrbeti za svoj organizem, če ne skrbi, ga bo nekdo drug zdravil. Najbolje je pravilno vzdrževati telo, ker nihče, niti zdravniki ne morejo natančno vedeti potreb organizma drugega človeka.

Malo je ljudi, ki čutijo potrebe organizma, pa tudi tisti, ki jih, ne vedo kako se ukvarjati z lastnim telesom. Več pozornosti posvečamo aparatom, kot pa lastnemu telesu. Znamo vzdrževati aparate vendar ne znamo vzdrževati telesa in se čudimo obolenjem, ko se ta pojavijo. Tudi ob vseh znanjih in obilju informacij, se danes manj ve, kako vzdrževati organizem, kot se je vedelo nekoč. Temu je tako zaradi pospešenega načina življenja, zaradi katerega nimamo časa, da bi se mu posvetili, kolikor je potrebno. Da bi izpolnili obveznosti, je avtomobil postal pomembnejši od lastnega telesa. Več denarja namenimo za vzdrževanje avtomobila, kot za vzdrževanje zdravja.

Ko se okvari, kateri od aparatov ali njegov del, jih popravimo ali pa zamenjamo okvarjeni del. Mi nimamo rezervnega telesa, pa je zaradi tega najbolje, da ga pravilno vzdržujemo, da ne zboli. Nihče drug ni odgovoren za naše stanje, sami smo odgovorni in če ga sami poslabšamo, ga lahko tudi sami izboljšamo. Skrb za telo je naša odgovornost, saj se mu lahko najbolj posvetimo.

Organizem je potrebno pravilno vzdrževati ne glede ali je atlas nameščen, če pa je atlas na točnem mestu, pa je organizem lažje vzdrževati in varovati zdravje.

Telo za normalno funkcioniranje potrebuje kakovostno spanje, zadosti vode, pravilno prehrano in zmerno fizično aktivnost. To se sliši preprosto in prepričani ste, da izpolnjujete vse omenjeno, vendar boste po naslednjih poglavjih spoznali, da delate napake, vendar nič zato, saj boste sočasno tudi spoznali, kako pravilno vzdrževati organizem, da boste bolj zdravi.

SPANJE

Največja napaka je nepravilno spanje, zaradi tega, ker se med spanjem organizem samozdravi in regenerira.

Tretjino življenja prespimo in to je videti, kot izguba časa, vendar temu sploh ni tako. Menimo, da se dan prične ko se zbudimo, vendar se prične že med spanjem, ko se telo pripravlja za dnevne aktivnosti. Ponoči se organizem obnavlja in zbira energijo za naslednji dan, ti procesi pa se lahko odvijajo samo v stanju mirovanja.

Človeški organizem je popolnost narave, vendar tudi naše telo nima dovolj energije, da se sočasno regenerira in izvaja fizične aktivnosti, pri naši vrsti pa so ob vsem še mentalne aktivnosti velik porabnik energije. Ko spimo je videti, kot da se nič ne dogaja, vendar, ko spimo so notranje aktivnosti neprimerljivo večje, kot podnevi.

Edino kri ima dostop do celic, zato, ker jim prinaša tisto, kar potrebujejo in odnaša produkte kemijskega metabolizma. Krvi je v telesu toliko, kolikor jo je potrebne za dnevne in nočne aktivnosti, vendar te aktivnosti se ne morejo odvijati sočasno. Veliki možgani in mišice so največji porabniki kisika, pa nas prvi možgani uspavajo, da bi kri celicam prinesla in odnesla, kar je potrebno. Tako se izmenično spreminja vloga krvi-za nočni metabolizem in dnevne aktivnosti.

Spanje je zdravilno in zaradi tega med boleznijo več spimo. Ko smo bolni se zmanjša apetit, da se kri ne porablja za prebavo hrane ampak za zdravljenje, energija za življenje in ozdravitev pa se črpa iz rezervnih mastnih tkiv. Bolni s spanjem zmanjšujejo možnost porabe energije za mentalne in fizične aktivnosti.

Preveč je tistih, ki ne spijo zadosti, četudi je to eden od vzrokov nastanka bolezni. Zaradi krajšega spanja organizem ni dovolj pripravljen za dnevne aktivnosti, ko pa to traja mesece ali leta, pa se organizem izčrpa. Koristi električne energije so izjemne za človeštvo vendar ne obstaja nekaj, kar bi bilo samo koristno. Umetna osvetlitev je zmotila naravni ciklus dneva in noči, pa smo zaradi tega zaspani, utrujeni in vse bolj bolni.

Zdravje je slabše pri ljudeh, ki delajo v nočnih izmenah, najbolj pa škodi menjava dnevnih in nočnih izmen.

Mi smo tisto, kar je homo sapiens bil v preteklih dvesto tisoč letih, ko pa se v samo nekaj generacijah zgodijo spremembe, potem to ni dobro. Nekoč se je ponoči spalo, vendar se je spalo tudi opoldan, pa se je tako zbrala moč za popoldanske aktivnosti.

Med industrijsko revolucijo je delovni čas trajal po dvanajst ur, ko pa so se delavci vrnili domov so takoj zaspali zaradi izčrpanosti. Po polnoči so se zbudili in opravili hišna dela, pred svitom pa so še malo zaspali, da bi lahko delali v službi. Zaradi tega nenaravnega načina življenja so postajali vse bolj bolni in življenjska doba se jim je skrajšala.

V začetku dvajsetega stoletja je delovni čas skrajšan, vendar se niti tedaj ni mogla zadovoljiti naravna potreba za popoldanskim spanjem. Japonska je konec devetnajstega stoletja uvedla spremembe po britanskem zgledu, vendar je sočasno uspela ohraniti tradicionalni način življenja. Eden od vzrokov, ker Japonska dosega us-

pešen ekonomski razvoj je v tem, da so Japonci najbolj zdravi prav zaradi tega, ker lahko med delovnim časom po kosilu zaspijo.

Po obroku pade koncentracija ker več krvi gre v želodec. Zaradi popoldanskega odmora je manj delovnih poškodb, produktivnost Japoncev pa je dobra tudi popoldan.

Dojenčki veliko spijo zaradi hitre rasti. Otroci manj spijo vendar so fizično aktivni, med dnevom spijo, da si naberejo moči za popoldanske aktivnosti. Vsi bi morali popoldan malo spati zaradi boljšega zdravja in večernih aktivnosti vendar sodobni način življenja to ne dovoljuje.

Če nimate možnosti, da popoldan spite, potem se ulezite na hrbet, dvignite noge in zaprite oči, ker je sistem za vid in spomin veliki porabnik energije. Ko ste v službi nimate postelje ali podobnega ležišča, pa se med odmorom usedite sproščeno in mižite deset minut. Na ta način se bo telo malo opomoglo ko pa se vrnete domov se za deset minut ulezite in šele zatem nadaljujte z aktivnostmi.

Najbolje je opoldan kratko zaspati vendar vedno, ko se pojavi zaspanost je potrebno spati, ker to telo potrebuje.

Ko se otroci vrnejo iz šole in starši iz službe, so vsi utrujeni, vendar še ni čas za nočno spanje, zaradi utrujenosti so vsi slabe volje, posledično trpijo medsebojni družinski odnosi. Z ogledom zabavnih televizijskih oddaj poskušajo odpraviti slabo voljo in ostati budni do nočnega spanja. Iz prvih možganov se sporoči potreba za spanje. Pozneje, ko odidejo spat, ne morejo takoj zaspati, ker je minil čas zaspanosti. Najbolje je biti do desete ure zvečer pripravljen za spanje in izrabiti trenutek, ko se pojavi potreba po spanju.

Dobro bi bilo iz stanovanj odstraniti televizijo, četudi se to danes zdi neizvedljivo. Potrebno se je družiti z ljudmi, ne pa z dvodimenzionalnimi liki na ekranu.

Združevanje enoceličnih organizmov v večcelične je omogočil razvoj živega sveta, rastlinske in živalske vrste pa živijo v skupnostih, da bi si zagotovile obstoj.

Japonci se družijo s prijatelji, kolegi in sosedi pa so zaradi tega bolj zadovoljni z življenjem od drugih narodov. Človek je družbeno bitje vendar je zaradi sodobnega načina življenja je vse več depresivnih in osamljenih ljudi. Pomanjkanje človeške komunikacije ustvarja več bolezni. Živimo med milijoni ljudi, pa smo bolj osamljeni kot kdajkoli.

Da bi se odpočili od dnevnih aktivnosti, zvečer sedimo in gledamo televizijo. To je samo videti, kot počitek, vendar med sedenjem je venski sistem podobno obremenjen, kot ko stojimo, medtem, ko gledamo televizijo center za vid porabi veliko energije. Človek je vizualno bitje, vendar je včasih bolje mižati.

Opravite manjši eksperiment za boljše življenje. Pred televizijo postavite ogledalo, pa glejte sebe in družinske člane. Videli boste, da obstajate in da ste lahko scenarist, režiser in igralec v glavni vlogi, ko gre za vaše življenje. Tega se bodo razveselili vaši otroci, ko pa je lahko tako en večer, je lahko vedno.

Človek je zasnovan za horizontalni položaj med spanjem in za vertikalni oziroma pokončni položaj med dnevnimi aktivnostmi. Imamo vtis, da med sedenjem počivamo, vendar je v takem položaju venski sistem obremenjen.

Tisti, ki nekaj ur leže gledajo televizijo, preveč ukrivijo vrat in imajo posledično zdravstvene probleme. Bolje je televizijo obesiti na steno in pod glavo namestiti vzglavnik. Na ta način se hrbtenica ne ukrivlja, če pa je že ukrivljena, pa se bo v omenjenem položaju hitreje popravila.

V preteklosti se je občasno sedelo, da bi se organizem malce odpočil, vendar danes preveč sedimo, tako v službi, kot doma pred televizorjem. Današnji televizorji so ploščati, pa predlagam, da jih obesite na strop in da jih gledate leže na hrbtu, ker je ta položaj boljši od sedečega.

V obdobju rimskega in otomanskega imperija se je med obedi ležalo, če pa bi imeli tedaj televizijo, bi tudi sedeli. Zdi se nam, da so aparati in udobni fotelji narejeni, da bi nam olajšali življenje, vendar je zaradi njih življenje slabše.

Kot, da že tako ni preveč televizijskih ekranov, pojavili so se še računalniški monitorji. Sedaj se učimo, poslujemo in zabavamo med gledanjem v monitor, sedeč v udobnih stolih pa še bolj ukrivljamo telo. Če ne morete tega spremeniti, potem dvignite monitor nad višino oči, pa boste manj ukrivljali hrbtenico. Vsakih petnajst minut zamižite za eno minuto, odpočili boste možgane in lažje delali naprej.

Omejite čas, ki ga preživite pred različnimi ekrani, ta samonadzor pa vas bo vrnil iz virtualnega sveta v realno življenje.

Položaj telesa med spanjem je izjemnega pomena za okrevanje organizma. Da bi organizem lahko normalno izvrševal funkcije, je najbolje spati na hrbtu, vendar se tako spi najmanj, zaradi tega ker jezik pada in pričnemo smrčati ter se zbudimo, s tem pa motimo proces okrevanja. Položaj na hrbtu je potreben, da bi skelet, hrbtenica in zglobi bili v anatomski poziciji v kateri se najbolje regenerirajo. Pod zatilje je potrebno potisniti ustrezen vzglavnik, da ne pride do padanja jezika, s čimer se izognemo smrčanju.

Med spanjem se nezavedno obračamo, da bi organi bolje delovali vendar najpogosteje spimo na desni strani, pod glavo pa je debelejši vzglavnik, kot je potrebno. V tem položaju se spi, da bi se zmanjšale bolečine na desni strani zatilja, vendar je to najslabši po-

ložaj, zato, ker se atlas še bolj zamakne. Statistika je dokazala, da se infarkti in možganske kapi najbolj pogosto zgodijo med spanjem, vzrok za to pa je v tem, da atlas tedaj še bolj pritiska živčne in krvne poti. Položaj na desni strani je slab tudi zaradi tega, ker organi pritiskajo na jetra, ta pa tedaj ne morejo normalno funkcionirati.

Otroci pogosto spijo na trebuhu, vendar da lahko dihajo, glavo najbolj pogosto obrnejo v desno stran. Na dnu lobanje z leve in desne strani obstajajo koščeni izrastki, ki jih atlas potiska, da se glava obrne. Pri nekom se na levi strani deformira smer kostnega izrastka in zaradi tega se glava pogosteje obrača v desno stran.

Vse vrste sesalcev povečini spijo na trebuhu. Mi najmanj spimo v tem položaju, ker moramo obračati glavo v stran, da lahko dihamo, vendar se tedaj pojavijo bolečine v zatilju in atlas se tako še bolj zamakne.

Tudi položaj na trebuhu je dober, vendar vso noč ne bi zmogli tako spati, lahko pa ta položaj lahko izrabimo za popoldanski spanec. Predlagam, da se izdela žimnica z udobno odprtino za obraz skozi katero nemoteno doteka zrak. Telo se med spanjem obrača zaradi metabolizma, pa se odprtina v žimnici lahko izrabi za položaje, ko spimo na levi ali desni strani telesa. Mi smo najširši v ramenskem pasu in lahko potisnemo ramo v omenjeno odprtino, glava pa bo poravnana s telesom in ne bomo potrebovali vzglavnika.

Zaradi pomembnosti procesov, ki se med spanjem odvijajo v organizmu, je potrebno zagotoviti ustrezne pogoje. Znanost je dokazala, da je idealna temperatura za spanje 26 stopinj Celzijevih. Tega pogoja si večina ljudi ne more privoščiti, zato je najbolje spati na volneni žimnici in se pokriti z volneno odejo.

Volna je najboljši naravni izolator. Sintetični materiali so poceni in prijetni vendar so škodljivi za procese, ki se odvijajo med spanjem. Revmatične bolečine so v dvajsetem stoletju močnejše, kot v preteklosti, vzrok za to pa so umetni materiali. Zaradi mrzlega in vlažnega podnebja bi lahko bile v Veliki Britaniji revmatske bolečine še močnejše, vendar Britanci spijo na volnenih žimnicah in zato posledično ne trpijo za revmo.

Po namestitvi atlasa se spanje skoraj vsem izboljša, zaradi manj bolečin pa tudi zaradi zmanjšanega pritiska atlasa na prve možgane, od koder se določa, kdaj bomo zaspali in kdaj se bomo zbudili.

VODA

Ko se zjutraj zbudimo, je prva napaka, ker ne spijemo kozarca vode. Kisik prejemamo iz zraka vendar organi in celice dobivajo molekularni kisik iz vode. Vodo je potrebno piti zjutraj, da bi se organi pripravili za vnos hrane.

Samo voda omogoča procese v telesu in čisti telo od znotraj. Mi živimo na kopnem vendar smo vodena bitja, ker je telo povečini sestavljeno iz vode. Ne moremo živeti v vodi vendar brez vode v telesu ni življenja. V celicah je voda, celice pa so obkrožene s tekočino, ki je podobne sestave, kot ocean v katerem je nastalo življenje.

Knjige o zdravju se pričenjajo s poudarjanjem pomena vode za telo ter izpostavljajoč njene zdravilne lastnosti. Ko se nas loti prehlad ali gripa moramo piti veliko vode, da bi iz organizma lažje izločili viruse. Ko nekdo izgubi zavest, ga takoj zmočijo po obrazu in zatilju z vodo, ko pa se mu povrne zavest pa najprej spije vodo. Nekdo pije vodo, ko uživa zdravila, v tej kombinaciji je v bistvu voda zdravilna. Nekoč so se ljudje zdravili s snegom, ledom, roso in paro.

Debelost ni le estetski problem ampak tudi zdravstveni. Eden od najbolj učinkovitih načinov izgube odvečne telesne teže je vodna dieta, s katero se zmanjša presežek teže, pa tudi zdravje se izboljša. Ljudje se ne redijo samo zaradi vnosa preveč hrane temveč tudi zaradi pomanjkanja vode. Salo je sestavljeno pretežno iz vode in zaradi tega imajo tisti, ki pijejo malo vode imajo več sala, ker dela zaloge. Zaradi debelosti se izvajajo različne diete, vendar telo postaja vse težje in bolj podložno boleznim.

Večina ljudi meni, da ni dovolj vode vendar so raziskave pokazale, da 99 odstotkov otrok in odraslih ne pije zadostne količine vode, posledice takšne nepozornosti pa so visoki pritisk, artritis, slaba cirkulacija krvi, upočasnjen metabolizem, vrtoglavice, glavoboli, debelost in druge zdravstvene težave. Državni zdravstveni sklad je preobremenjen, ljudje pa drago plačujejo zdravljenja. Bilo bi neprimerljivo bolje in ceneje, če bi pili več vode, ker bi se tako bolezni razredčile.

Znanost še naprej proučuje naravo vode in vsako novo odkritje dokazuje izjemne možnosti te na videz navadne snovi, vendar z nezamenljivim delovanjem.

Porazno je, da v enaindvajsetem stoletju nimamo pravega odnosa do vode in da je ne znamo pravilno uporabljati. Nekoč je bila voda sveta in se je varovala pred onesnaženjem, danes pa jo vse bolj zastrupljamo in zaradi tega obstaja možnost, da je ne bo dovolj. Da bi se zagotovile zadostne količine hrane izčrpavamo rezerve vo-

de za vzgojo rastlin in živali. Paradoks je, da živimo na vodnem planetu, da pa zaradi svojih aktivnosti zmanjšujemo količino uporabne vode, ter tako ogrožamo tudi lasten obstoj.

Samo voda nas lahko očisti, tako od zunaj, kot od znotraj. Preveč vode uporabljamo med prhanjem, premalo pa je pijemo. Ne pomaga da se vsakodnevno prhamo če je organizem znotraj umazan. Imunološka zaščita kože se je razvijala sto tisoče let, mi pa jo med prhanjem odstranimo v nekaj minutah. Japonci se prhajo krajši čas, dalj časa pa sedijo v čisti vodi in na ta način odpravijo kemijske dodatke iz sredstev za higieno in klor iz vode. Pore na koži so namenjen da se skoznje organizem čisti, ne pa da se skoznje v telo vnašajo kemijski preparati.

Da bi se organizem očistil od znotraj je najbolje piti zadostne količine vode, za zunanje čiščenje pa zadostuje enkrat tedensko zmočiti brisačo s toplo vodo ter otreti kožo, zatem pa se še oprhati. Nekajkrat izmenično odprite vročo in mrzlo vodo, da se izboljša cirkulacija krvi in se izločijo nečistoče, prhanje pa zaključite s hladno vodo. Če vam je to neprijetno, tedaj lahko le pesti izmenično postavite pod curek vroče in mrzle vode. Glavoboli in bolečina v vratu se zmanjšata, ko se zatilje polije z mrzlo vodo.

Pijemo vodo, vendar ne vemo kdaj, koliko in kakšno vodo piti. Nekateri sploh ne pijejo vode in so presenečeni, da so bolni in zakaj trpijo glavobole. Voda iz zelenjave sadja in hrane ne zadostuje in se ne more zamenjati s čisto vodo. Večina ljudi pije veliko sokov, čajev, kave, alkoholnih pijač, vendar to ni voda. Vse to so tekočine v katerih je struktura vode spremenjena.

Voda nima okusa, proizvajalci pa izdelujejo okusne sokove iz kemijskih umetnih arom, posledično otroci pijejo sladke sokove. Otrokom bi bilo bolje, če bi jih starši privadili na vodo, kot pa, da obiskujejo zdravnike.

Danes je vse onesnaženo, tudi voda. Zelo je pomembno kakšno vodo pijemo, ker s hrano v telo vnašamo škodljive snovi, voda pa je edini čistilec organizma.

V vodovodih vodo klorirajo, da bi odstranili bakterije, vodo, ki se stekleniči pa obdelajo z antibiotiki. Vsebnost klora in antibiotikov je majhna vendar zadostna, da ubije bakterije. Klor in antibiotiki so strupi, vendar so v vodi razredčeni. Ne umiramo zaradi takšne vode, vendar se organizem postopoma poškoduje s klorom, antibiotiki pa nam oslabijo imuniteto. Vpliv klora je še bolj škodljiv, ko se voda segreva in zaradi tega matere delajo veliko napako, ko dojenčkom ponujajo v pitje prevreto vodo.

Sami moramo izboljšati kakovost vode, katero pijemo in v kateri pripravljamo hrano. Nimamo izvirov idealne vode vendar lahko vp-

livamo na vodo, ki nam je dostopna. Zadosti je nabaviti katerega od aparatov za prečiščevanje vode. Denar, s katerim bomo plačali filter, destilator ali ionizator nam bo izboljšal zdravje, pa še ceneje bo, kot pa kupovanje ustekleničene vode.

Znanstveniki, kot najboljšo za pitje priporočajo destilirano vodo, zaradi tega, ker zelenjava in sadje vsebujeta vodo, ki v sebi že vsebuje vse potrebne minerale. Če nimate denarja ali pa vam primanjkuje časa za pripravo vode, potem jo nalijte v steklene posode in jo naslednji dan uporabite.

V mikronskih krvnih celicah je preveč kalcija, ki upočasnjuje pretok krvi in to je eden od vzrokov, da smo vse bolj bolni. Pitje destilirane vode je dvojna korist. Na omenjeni način ne vnašamo v telo kalcija, sočasno pa speremo presežek kalcija iz hrane.

Vodo je potrebno piti še preden začutimo žejo. Vsak dan jo moramo spiti najmanj dva litra, največ tri. Manj od tega je škodljivo za organizem, več od treh litrov pa škodi ledvicam, ki zaradi tega delajo preveč. Ob vročih dneh se lahko spije več vode, ker se tedaj višek odstrani preko kože.

Voda se pije pol ure pred jedjo, da bi se organi pripravili za prebavo hrane. Napačno je pitje vode med jedjo in eno uro po obroku, ker se na ta način razredčijo želodčni sokovi. Vendar se, po jedi se usta najboljše očistijo s požirkom vode.

Ob devetnajsti uri prenehajte z vnosom vode in tekočin, da bi pred odhodom v posteljo urinirali, vendar je dobro neposredno pred spanjem spiti kozarec vode, zato, ker je metabolizem ponoči bolj intenziven, voda pa pomočnik vseh teh procesov. Med spanjem se z izdihom voda odstranjuje in zaradi tega je ne pozabite spiti pred spanjem.

Pred svitom imamo napačen vtis, da nas prebuja potreba po uriniranju, gre pa v bistvu za žejo, zaradi tega je ob postelji dobro imeti kozarec vode, vodo spijete in nadaljujete s spanjem ker ni dobro prekinjati procesov, ki se odvijajo v telesu.

Naši možgani ne razlikujejo lakote in žeje, pa je to vzrok, da preveč jemo. Preden se odločite, da boste nekaj pojedli spijte kozarec vode, ker verjetno niste lačni temveč žejni.

Kdor pije zadosti vode, manj je.

HRANA

Zaradi preobjedanja je v prazgodovini nastal največji problem človeškega zdravja – zaradi povečanih jeter se fetusu prvo vretence formira na napačnem mestu. Naši predhodniki hrane niso imeli na voljo vsak dan in so se zaradi tega morali preobjedati, ko so imeli priložnost. Danes imamo obilje hrane in nam ni potrebno preveč jesti, vendar ta napaka se dela zaradi uživanja v jedi. Zakon ravnotežja nima milosti, pa se sreča od sitosti spremeni v nesrečo zaradi bolezni.

Sredi dvajsetega stoletja so svetovne rezerve hrane bile zadostne za šest dni, danes pa zadostujejo zgolj za en dan. Proizvodnja hrane je večja, kot kadarkoli, vendar se danes več je in to je eden od razlogov zakaj je zalog hrane samo za en dan.

Nekoč smo se prehranjevali, da bi živeli, danes pa živimo, da se prehranjujemo. Nekoč je zdravje vstopalo v telo skozi usta, danes pa skozi usta v telo bolezen. Sodobne bolezni povečini nastanejo zaradi preobjedanja s kemijsko zastrupljeno hrano. Ena raziskava je pokazala, da se 40 odstotkov več poje, medtem, ko se gleda televizija. Medtem, ko jemo, želodec potrebuje dosti krvi in zaradi tega je potrebno jesti v mirnem okolju. Možgani potrebujejo veliko krvi, da vidijo in obdelajo informacije, zaradi tega med obrokom izklopite televizijo.

Preveč časa preživimo v sedečem položaju in bolje bi bilo, če bi stali medtem, ko jemo. Težko je jesti v stoječem položaju vendar bi želodec na ta način lažje sprejemal hrano.

Postali smo sedeča-prehranjevalna civilizacija in zaradi tega smo bolj bolni od predhodnih generacij. Na začetku enaindvajsetega stoletja smo preplavljeni z informacijami, pa menimo, da veliko vemo, vendar sedaj ne znamo piti niti vode, še manj pa vemo, kaj jemo. Časopisi, televizija in internet nam svetujejo, kakšno hrano jesti vendar preveč informacij nas samo zmede. Zaradi tega beremo knjige o pravilni prehrani in poslušamo nutricioniste in zdravnike, da pa smo še bolj zmedeni ne vemo niti tega kdaj, koliko in kaj jesti. Moda v prehranjevanju se hitro spreminja, podobno, kot pri oblekah. Tisto kar je bilo dobro, hitro postane napačno, obleke pa so vse bolj utesnjene. Tedaj se lotimo diet, ki kratkoročno pomagajo, dolgoročno pa smo vse težji.

Jamski človek ni imel prehranskih svetovalcev temveč je jedel hrano iz okolice skladno s potrebami organizma, vir hrane pa je odvisen zgolj samo od čutil vonja in okusa. Sprva smo bili rastlinojedi, kar se ve po obliki čeljusti in zob, vendar smo sčasoma postali

vsejedi. Med naseljevanjem planeta se je človeški rod prilagodil hrani v različnih podnebjih, pa se je spreminjal tudi sistem prebave.

Mi smo vsejedi vendar niti naš želodec ne zmore sočasno prebavljati različnih živil. Nekoč ni obstajalo obilje hrane, temveč se je jedlo eno živilo med obrokom. Danes v modo prihaja pravilno kombinirana hrana, pračlovek pa se je tako prehranjeval, ker je živila odkrival eno za drugim. Sodobni človek ima različna živila, vendar bi moral jesti, kot je jedel pračlovek. Naš želodec ne zmore v istem obroku prebaviti proteine in ogljikove hidrate, sadje se je ločeno in se celo ne meša z drugim sadjem. Če vam je tole zapleteno, potem svoj jedilnik poenostavite in jejte po eno živilo. Morda vam to ne bo ugajalo vendar bo ugajalo vašemu želodcu.

Sodobni človek se razlikuje od jamskega človeka, vendar je njegov sistem prebave ostal enak. Če želite biti zdravi in vitki potem prilagodite prehrano svoji krvi skupini. Ta prehrana je morda videti zapletena vendar je v resnici preprosta.

Osnovna hrana človeka sta sveže sadje in zelenjava, vsa ostala hrana pa je dodatek prehrani. Meso je dodatek ničelni krvni skupini, žita so dodatek krvi skupini A. Ljudje s krvnimi skupinami B in AB lahko jedo vse vrste živil, vendar naj ne bi jedli mesa in žit v istem obroku. Krvna telesca vežejo hranljive delce in jih prenašajo do celic v organizmu, ko pa jemo hrano, ki ne ustreza krvni skupini, tedaj se hranljivi delci slabše vežejo na krvna telesca, ostanejo v tankem in debelem črevesu kjer gnijejo in hranijo parazite in bakterije. Zaradi tega so debelejši bolj bolni in bolj nesrečni. Večina ljudi je hrano, ki ustreza njihovi krvni skupini, zaradi česar so vitki, manjšina pa se je v otroštvu ali v življenju privadila na hrano, ki jim ne ustreza, pa so zaradi tega debeli.

Po namestitvi atlasa se metabolizem vsem izboljša zaradi sproščenih signalov za prebavo hrane vendar je kljub temu potrebno prehrano uskladiti s krvno skupino ter živila pravilno kombinirati. Osnovno pravilo je, da se meso in kruh ne jesta v istem obroku. Ko je atlas nameščen se končno lahko je več, teža pa se zmanjšuje.

Nekaterim so debelejši ljudje všeč, vendar debelost ni vprašanje estetike ampak zdravja. Zadnje vretence nosi dve tretjini telesa, nosi pa tudi dodatni tovor, ki ga držimo v rokah. Ni samo zadnje vretence obremenjeno temveč so obremenjena tudi vretenca nad njim, pa je zaradi tega še preden nastanejo diskus hernije zmanjšan pretok živčnih signalov do pripadajočih organov in k nogam.

S preveč hrane mi v bistvu prehranjujemo bakterije in parazite, katerih naj bi bilo v telesu zdravega človeka okoli pol kilograma. Danes povprečen človek nosi več, kot kilogram bakterij in parazitov,

vendar nosi tudi hrano za njih. Vprašajte se, kdo je gostitelj in kdo gost vašem telesu.

Vegetarijanska in veganska prehrana sta vse bolj modni, naši daljni predniki so se prehranjevali na tak način deset tisoč let. Nekateri so jedli samo rastline, drugi pa rastline in meso, tretji spet samo meso. Oni niso poznali različnih vrst prehranjevanja temveč so jedli tisto, kar je bilo v različnih podnebjih dostopno. Krvne skupine so nastale zaradi različnih vrst hrane. Odvisno od prevladujoče hrane, je drugačna spojina krvnega telesca in hranljivega delca.

Vegetarijanci ne prenašajo ljudi, ki jedo meso, tisti, ki jedo meso pa imajo vegetarijance za slabiče. Ta spor se še bolj zaplete z vegansko prehrano, ki priporoča uživanje vse hrane, vendar surove. Ti spopadi so nesmiselni, ker imajo vsi prav. Naš sistem za prebavo je izjemno prilagodljiv, zaradi tega pa smo se lahko nastanili po celem planetu.

Presnojedci trdijo, da so naši predniki jedli zgolj surovo hrano, vendar to ne drži. Da bi to razumeli, se vrnimo v čas, ko so sesalci bili majhni, dinozavri pa veliki. V tistem času so dinozavri gospodarili, hranili pa so se tudi s sesalci. Na Zemlji so živele različne vrste dinozavrov. Ogromni dinozavri niso bili grožnja sesalcem, ker so bili rastlinojedi, majhni dinozavri pa so jih lovili in jedli meso, tudi majhne sesalce. Sesalci so zatočišče poiskali v krošnjah dreves in so jedli sadje, ki jim je zagotavljalo dovolj energije za naporno plezanje po drevesih.

Z izginotjem dinozavrov so sesalci postajali večji, ker so pričeli jesti tudi druga živila vendar je sadje bilo še vedno osnova njihove prehrane. Ko je prenehala nevarnost pred dinozavri so se nekatere vrste sesalcev vrnile na tla, druge pa so ostale v krošnjah dreves.

Minilo je na desetine milijonov let in iz sesalcev, ki so živeli v krošnjah so se razvile opice, katerim je sadje glavna hrana. Sčasoma so opice postajale večje, pa so se spuščale z dreves na tla, ker jim je velikost omogočala varnost, manjši plenilci so se jih bali.

Ogenj se je uporabljal tudi pred homo sapiensom vendar je prav on izpopolnil njegovo uporabo. Med drugim je ogenj homo sapiens uporabljal za zdravljenje in kuhanje hrane. Ni se samo peklo in kuhalo meso ampak se je na ta načina mehčalo tudi korenje različnih rastlin. Termično obdelana hrana se lažje žveči in zmanjšuje se poraba energije za žvečenje, takšna hrana pa je lažja tudi za prebavo. Vegani presnojedci nimajo prav, ko trdijo, da se je nekoč jedla samo surova hrana. Od obstoja človeka se hrana pripravlja s pomočjo toplote.

Iskanje in priprava hrane je bila v tistih daljnih časih osnovna človeška aktivnost, ki je razvijala miselne procese in možgane, pa bi lahko rekli, da nas je odnos do hrane dvignil do sodobnega človeka.

Zbiranje in priprava hrane pripeljeta do delitve dela, na dela za ženske in dela za moški, vendar tudi do zveze ene ženske in enega moškega. Žena je zbirala sadje in gomolje, mož pa je lovil in zbiral med. Tako so imeli različne vrste živil zase in za otroke, skupni obrok pa je razvil družinske odnose.

Posamezniki so se združevali zaradi zbiranja hrane in lova, pa je na ta način nastala zbiralno-lovska skupnost, ki je delala rezerve hrane za letni čas, ko je ni bilo v naravi.

Razvoj misli je prispeval razvoju zametkov kmetijstva. Presežek hrane je omogočil presežek prostega časa. To je privedlo do novih aktivnosti, ki so olajšale življenjske pogoje, pa tudi do razvoja kreativnosti iz katere se je pozneje razvila umetnost.

Udarjanje ob votlo deblo in risanje po jamah v tistem asu ni imelo vpliva na preživetje, vendar tudi danes ne moremo živeti brez glasbe in drugih vrst umetnosti. Danes je, ob uživanju v hrani, bolj potrebno uživati v gibih telesa med igrami. Tako se višek hrane pretvori v energijo, ne pa v višek sala. Nekoč se je vsak večer igralo, mi pa danes sedimo pred televizijo, uživamo v prigrizkih in opazujemo gibčne plesalce.

V začetku dvajsetega stoletja je na Zemlji živelo okoli dve milijardi ljudi , na začetku enaindvajsetega stoletja pa nas živi okoli sedem milijard. To hitra rast populacije so omogočili pesticidi, ki se pridobivajo iz nafte.

Da bi se zadovoljila vse večja potreba po hrani, se obdelujejo skoraj vsa rodovitna zemlja. Naravni viri komaj zadostujejo, število ljudi pa se še naprej povečuje. Zaradi tega si tehnologi izmišljajo umetne vrste hrane, vendar se še ne ve, kako bo ta vplivala na prebavni sistem prihodnjih generacij.

Nekoč se je živelo preprosto, vendar se je iz najboljših namenov vse zapletlo. Razvoj misli je omogočil, da se živila zbirajo in hranijo, da pa bi se zaščitila pred bakterijami in škodljivci, pa se hrana danes skladišči in kemijsko obdeluje, četudi takšna hrana povzroča škodo predvsem nam.

Problem je tudi v preveč termično obdelani hrani, gretje in hlajenje. Zamrzovanje upočasni gnitje vendar se zaradi nizke temperature izgubi hranljiva vrednost. S cvrtjem in kuhanjem se hranljiva vrednost še bolj zmanjša, da pa bi se to nadoknadilo, so potrebne vse večje količine hrane.

Eden od vzrokov dobrega zdravja Japoncev je v tem, da uporabljajo v prehrani veliko svežih rib. Oni imajo srečo, da jih obkroža

največji ocean, ki še ni toliko onesnažen. Japonci ne pripravljajo hrane doma temveč se prehranjujejo v lokalih in se družijo s sosedi.

Zaradi gospodarske rasti v zahodnih državah ljudje nimajo časa za druženje. Vse več je osamljenih in depresivnih ljudi, človek pa je družbeno bitje. Zaradi pospešenega načina življenja še samo nedeljsko kosilo združuje družinske člane, družina pa se je od nekdaj zbirala za mizo nekajkrat na dan. Tudi Japonci živijo pospešeno, vendar se vsaj enkrat dnevno zberejo v lokalu ter jedo skupaj z družinskimi člani in sosedi, ter na ta način razvijajo družinsko vzdušje in medčloveške odnose. Depresivni ljudje preveč jedo medtem, ko se družijo s sosedi na televiziji.

Sla po hrani oziroma jedi je velika, največja. Nekdo je iz dolgega časa ali da si izboljša počutje, največ pa se je, da bi se zadovoljili čuti okusa. Bolje bi bilo, da se zmanjša sla po hrani oziroma jedi in se več posvetimo spolni sli. Tako bi ljudje postali boljše volje, bolj razpoloženi, znano pa je, da je spolnost oziroma seks dober za porabo viška energije.

Kuhanje je postalo več, kot znanost. Priprava hrane je postala umetnost. V kuhinjah in shrambah so gomile hrane, ki je na videz lepa vendar je njena hranljiva vrednost majhna in zaradi tega moramo pojesti več, da bi v telo vnesli zadostne količine hrane. Hrana je vse bolj okusna, vendar tudi nevarnejša.

Prehranska industrija ob pomoči kemije lahko kopira naravne okuse in proizvaja umetne okuse, ki so boljši od naravnih.

Naš organizem je popoln naravni motor, ki ustvarja veliko energije z majhnim vnosom goriva. Znanost še ne ve, kako v celicah nastaja energija vendar vemo, da se večji del energije, ki jo dobimo iz hrane uporabi za prebavo, te iste hrane.

Osnovni vir energije je Sonce. Rastline dobivajo energijo samo od sončne svetlobe in vode. Energija, katero rastline zberejo v sebi je začetek prehranske verige. Mi smo na koncu prehranske verige vendar tudi mi dobimo dosti energije od Sonca in vode. Vendar se moramo prehranjevati, da bi se regenerirali. Za zgraditev novih celic so potrebne snovi, ki jih dobimo iz hrane.

Od sedem milijard ljudi, jih obstaja zgolj nekaj, ki lahko živijo brez hrane in vode. Znanstveniki proučujejo kako je to možno in te raziskave se izvajajo zaradi prihodnjih vesoljskih poletov in ne zaradi tega, da bi se drugim pokazalo, da jedo preveč.

Največ energije za fizične in možganske aktivnosti dobimo iz medu in sadja. Najbolje je, da telo iz omenjenih naravnih živil dobi sladkor ter, da se jesta dopoldan. Med je potrebno raztopiti v ustih brez vode in ga pogoltniti. Ni dobro mešati različnih vrst sadja, temveč je dobro vsako jutro jesti zrelo sezonsko vrsto sadja. Kosilo naj

bo opoldan, najprej se pojedo različne vrste sveže zelenjave zatem pa glavna jed. Zelenjava je najpomembnejša za metabolizem in zaradi tega jo je potrebno v večjih količinah pojesti najprej. Po kosilu se je koristno uleči za pol ure, še bolje pa je če ob tem za krajši čas tudi zaspimo.

Popoldan je potrebno občasno jesti surova semena, zrna in suho sadje okoli osemnajste ure pa večerjati. Znova se najprej poje zelenjava ter manjša količina kakšne druge hrane. Ponoči je jesti škodljivo.

Prva in druga svetovna vojna sta sprožili trpljenje človeškega rodu, vendar je najhuje, da sta ženskam spremenili naravni način življenja. Medtem, ko so bili moški na bojiščih, so ženske proizvajale orožje, ko pa sta se vojni končali so ženske nadaljevale z delom. Od tedaj naprej ženske delajo v dveh izmenah, v službi in doma. Dosegle so pravico do dela vendar so sebi in družini naredile škodo. Medtem, ko so v službi, nekdo drug vzgaja in hrani otroke, tako pa je ženskam vzet osnovni smisle obstoja-skrb za potomstvo. Ob tem se izgubi odnos otrok in staršev, kar je pogubno za vzgojo otrok.

Med vojnami in drugimi spopadi so ujetniki stradali vendar so ostali povečini živi. Ko so jih osvobodili, je marsikdo umrl zaradi preobjedanja, kar pa kaže, da je hrana lahko tudi nevarna.

Žene zadržujejo svoje može s spolnostjo in okusno hrano. Na začetku zveze je spolna aktivnost večja, postopoma se zmanjšuje, ker se ženskam zniža spolni apetit, moškim pa poveča apetit za hrano. Ženske želijo ustreči možem pa kuhajo različne jedi, vendar na ta način škodijo sebi in svojim bližnjim. Priprava hrane raznovrstnih okusov je izguba časa in življenja. Statistične raziskave so pokazale, da je življenje moških, ki živijo s poklicnimi kuharicami krajše.

Vsem bi bilo bolje, ko bi se pripravljale preproste jedi vendar ženske napačno menijo, da bi to moškim bilo monotono. V bistvu je ženskam monotono kuhati podobne jedi in na ta način se vsem življenje zaplete.

Sadje in zelenjava sta najpomembnejše živilo. V tradicionalni kitajski kuhinji je zelenjava zelo zastopana. Kuha se kratko, komaj toliko, da se odstranijo bakterije in paraziti, zadrži pa hranilna vrednost. Na Kitajskem poteka pospešena gospodarska rast, z novimi tehnologijami pa prihaja tudi zahodni način prehrane, tisti, ki jedo takšno hrano postanejo bolni. Zabloda je, da na Kitajskem jedo vse. Kitajci ne jedo izdelkov iz pšenične moke in ne uporabljajo mlečnih izdelkov, zaradi česar so zdravi.

Statistični podatki dokazujejo, da so danes ljudje nekajkrat bolj bolni, kot pred pol stoletja, vendar vzrok za to ni več zamaknjen atlas, ker je zamaknjen enako kot je bil pred pol stoletja.

Ljudje so iz leta v leto vse bolj bolni zaradi vse večje uporabe mleka in mlečnih izdelkov živalskega izvora. Porast obolenj gre z roko v roki s porastom uporabe mleka.

Ne glede na vrste živil in načine prehranjevanja, nihče ne bi smel uporabljati mleka in mlečnih izdelkov živalskega izvora. Smo iz rodu sesalcev vendar smo edina vrsta, ki uporablja mleko tudi, ko se zaključi obdobje dojenja. Ob tem, edino mi uporabljamo mleko drugih živali. Ne pijejo vse mačke mleka, temveč samo tiste, ki so se nanj navadile, posledično so bolne.

Prebavni sistem dojenčka ne zmore prebaviti živalskega mleka, po tretjem letu starosti pa zgubi sposobnost prebave materinega mleka. Edino materino mleko lahko omogoči imunološko zaščito in sproži razvoj možganov, kosti in mišic. Ko mati pije mleko tedaj dojenček dobi grče v želodcu in zaradi tega nekateri dojenčki prenehajo sesati. Posledično v dojkah zmanjka mleka, dojenčki morajo piti umetno mleko, vendar nič ne more zamenjati materinega mleka. Hranilna vrednost mleka je majhna vendar je zadostna za dojenčkovo telo. Od prvega leta naprej več ne zadostuje samo materino mleko, zaradi česar se dodaja druga hrana.

Hranilna vrednost živalskega mleka je prav tako majhna, tako, da bi odrasla oseba potrebovala nekaj litrov mleka ali kilogramov mlečnih izdelkov namesto nekaj sto gramov druge hrane. V mlečnih izdelkih ni mleka zato, ker so ga bakterije že porabile za svoj metabolizem.

Vsebina mlečnih izdelkov povečini obsega ostanke mrtvih bakterij, manjši del pa so žive bakterije, ostalo pa so izločki oziroma blato obojih. Smrdljivi siri so delikatesa, ki imajo visoko ceno, v želodcu se sir prebavlja nekaj ur več, kot meso. Z nakupom mlečnih izdelkov ljudje plačujejo bolezen. Jogurt, kislo mleko, smetana, siri in drugi mlečni izdelki samo povzročajo škodo organizmu.

Na medicinskih fakultetah se poučuje in uči o škodljivosti mleka za človeško zdravje vendar je marketing mlekarske industrije močnejši od znanstvenih znanj.

Mleko in mlečni izdelki so zelo nevarna hrana, imuniteta zaradi viška bakterij iz mleka postopoma vse bolj slabi. Naš organizem prepozna proteine mlečnih izdelkov, kot viruse in bakterije pa reagira tako, da prične proizvajati več antiteles. Naravni obrambni mehanizem na ta način oslabi, posledično smo vse bolj bolni. Antitelesa se usmerjajo tudi proti zdravim tkivom.

Pankreas oziroma trebušna slinavka je lahko trajno poškodovan v petih letih in zaradi tega je potem vse življenje potrebno uporabljati inzulin.

Mleko in mlečni izdelki sprožajo diabetes, osteoporozo, okostenelost, artritis, uničenje zob, povečanje ščitnice, debelost, srčne motnje, karcinom dojke, maternice, debelega črevesa in prostate. Mleko povzroča diarejo, mlečni izdelki pa obstipacijo oziroma zaprtje. Mikroskopsko stisnjen kalcij zmanjšuje pretok krvi skozi kapilare in zaradi tega se poveča krvni pritisk. Zaradi usedlin pride do razširitev tkiva arterij, ko pa tkivo arterije postane vse manj elastično poči, zaradi česar nastopi smrt kot posledica srčnega infarkta ali izliva krvi v možgane. Jetra in ledvice so preveč obremenjene, ne uspe jim prečistiti odpada mlečnih izdelkov, zato postopoma obolijo. Beljakovine iz mleka se nevarno nabirajo v telesu, v očeh ustvarjajo katarakto oziroma izgubo prosojnosti očesne leče. Dane tudi, kakšen od otrok že rpi za katarakto, Alzheimerjevo in Parkinsonovo bolezen, kar se prej ni dogajalo.

Povečanje triglicerida, holesterola in masti v krvi nastane zaradi mlečnih izdelkov. Ti izdelki povzročajo alergije, sinusitis, astmo, bronhitis in neplodnost pri obeh spolih.

Mleko je idealen prenašalec bakterij, parazitov in virusov. Uporaba mlečnih izdelkov povečuje bolečine, krvni pritisk, glavobole in utrujenost ter dviguje kislost organizma.

Med molžo krav, naprava za molžo vleče kri iz vimen ter poškoduje kožo vimen, mleko dobi rdečkasto barvo. V takšno mleko se dodaja klor, da se pobeli, to pa je samo ena od strupenih snovi, ki se uporabljajo v tehnološki obdelavi mlečnih izdelkov.

Rešitev za večino zdravstvenih problemov je ta, da se iz uporabe oziroma prehrane popolnoma izločijo vsi mlečni izdelki

Zamaknjen atlas zavija in krivi telo, se zmanjšuje pretok hranljivih snovi, dodatno zmanjšanje pretoka pa nastane zaradi nalaganja mlečnih nečistoč, zaradi tega smo bolj bolni od prednikov. Moten je pretok hrane med organi, v organizmu pa ni pravilne izmenjave snovi. Atlas ljudem različno gnete oziroma stiska center za cirkulacijo krvi in živčne poti, zaradi tega nastane razlika v prebavi posamičnih živil, različno so zgnetena oziroma pritisnjena tudi tkiva za izmenjavo hranljivih snovi, pa zaradi tega vsakdo drugače reagira na mlečne izdelke. Odvisno od tega, kako je pritisnjen center za cirkulacijo krvi, se pri nekom prične okostenevanje, pri drugem pa osteoporoza.

Ko nastane določena motnja, se organizem poskuša uskladiti in zaradi tega posameznim organom zmanjša ali poveča funkcijo, z uporabo mleka pa se ti procesi pospešijo. Odvisno od vrste motnje, se pri nekom zaradi mleka razvije osteoporoza, pri drugem osteopatija, ščitnici pa se poveča ali zmanjša funkcija, odvisno od tega, kako je zaradi zamaknjenega atlasa moten metabolizem.

Informacije o uporabi mlečnih izdelkov povzročajo zmedo.

Enkrat je mleko priporočljivo, naslednjič že več ne. Ženske so pogosto zmedene, pa iz strahu naredijo napako. Otrokom dajejo mleko in zaradi tega so otroci bolni, zaradi mlečnih izdelkov se jim zmanjšujejo mentalne sposobnosti, posledično se slabše učijo. Ženskam se kosti pogosteje zlomijo, ker uporabljajo mlečne izdelke pogosteje in več, kot moški.

Velika zabloda je, da je kalcij iz mleka samo koristen. Četrtina kalcija se porabi, večji del pa porablja energijo med izločevanjem iz organizma. Bolečine v mišicah so močnejše in dlje trajajo zaradi tega, ker kalcij upočasnjuje kroženje krvi.

Nam je kalcij iz mlečnih izdelkov odveč, ker ga že vnašamo s hrano, vodo in zrakom. Otroci in starejše osebe bi naj jedle več sveže zelenjave vendar tudi suhe fige in sezam, ker vsebujeta kalcij, ki je dober za gradnjo kostne mase.

Prebavni sistem ne more izvreči iz telesa produktov, ki nastanejo s prebavo mlečnih izdelkov in zaradi tega se povečini izločajo skozi kožo. Med puberteto in mladostjo so akne veliki estetski problem, občasno pa tudi zdravstveni. Kozmetiki poskušajo problem rešiti, vendar jim ne uspe. Ko se preneha z uporabo mlečnih izdelkov je potrebnih še nekaj mesecev, da iz kože iztečejo mlečni produkti. Toliko časa je potrebnega tudi, da se zmanjšajo bolečine v mišicah, še več časa pa je potrebnega, da se izloči kalcij iz hrustancev in tkiv, ki so zajeta z artritisom.

Gastritis in napenjanje trebuha sta težavi, ki povečini nastaneta zaradi mlečnih izdelkov. Te težave so problem vendar manjši problem od levkemije ali multiple skleroze, ki se poslabšata zaradi uporabe mlečnih izdelkov.

Kaže, da mlekarska industrija obstaja zaradi tega, da bi medicinska industrija imela več dela, ljudje pa plačujejo mlečne izdelke in zdravljenja. Znanost je potrdila izjemno škodljivost mleka, vendar nihče ne ukrene nič, v smeri ukinitve mlekarske industrije. V domišljiji reklamnih ustvarjalcev je »mleko zdravo«, v realnosti pa je mleko povzročitelj bolezni.

Zdravstveni skladi so preveč obremenjeni, tako v siromašnih, kot bogatejših državah, ena od rešitev pa je-ukinitev mlekarske industrije. Finančni strokovnjaki lahko dokažejo, da bo tako država več pridobila, pa boljše zdravje prebivalcev pa se tako ne more izmeriti z denarjem. Ukinitev mlekarske industrije ne bo ogrozila živinorejcev, ker bodo zaradi mesa še naprej redili živali. Vendar se morajo živinorejci strogo nadzorovati, da živalim ne bi dajali hormonov, zato, ker je takšno meso škodljivo in povzroča škodo otrokom in odraslim.

Krave naravno dajejo dnevno od tri do pet litrov mleka, kolikor zadostuje teličku, danes pa krave zaradi dodanih sintetičnih hormonov dajejo več kot štirideset litrov mleka. Hormoni jih izčrpavajo in zbolijo, potem pa jih zdravijo z antibiotiki, mi pa pijemo mleko bolnih živali in vnašamo v lastno telo baterije, hormone in antibiotike, ki nam uničujejo zdravje.

Zaradi onesnažene atmosfere ni čistih pašnikov, zaradi tega današnje mleko ni takšno, kot je bilo nekoč. Pasterizirano mleko vsebuje več bakterij in parazitov od svežega pomolzenega, teliček, ki pije pasterizirano mleko umre v nekaj mesecih, mi pa ne umremo, ker jemo tudi druga živila, vendar zaradi uporabe takšnega mleka obolimo. Mlekarji ne uporabljajo mleka, ker vedo s čim hranijo krave.

Ko bi ljudje vedeli, kako se proizvaja industrijska hrana, bi raje bili lačni. Delavci, ki takšno hrano proizvajajo, je sami ne uporabljajo, ne ponujajo pa je niti svojim otrokom.

Navada uporabe živalskega mleka se lahko zamenja z različnimi vrstami rastlinskega mleka. Takšna mleka obstajajo v prodaji vendar je bolj varno, da jih izdelujete sami. Recepti so dostopni na spletnih straneh, izdelava pa je preprosta in hitra.

Rastlinska mleka izboljšujejo zdravje in prihranijo denar, ker so cenejša od živalskega mleka. Ta mleka se izdelujejo iz ovsa, ajde, prosa, sezama, mandljev, orehov, lešnikov, rži, konoplje, riža, kokosa, sončničnih in bučnih semen. Ta živila so koristna, ker vsebujejo sestavine, ki so potrebne organizmu, še vedno pa niso kemijsko zastrupljena. Rastlinska mleka se pridobivajo s hladnim precejanjem, da bi se jim ohranila naravna vrednost. Ta živila vsebujejo tudi vitamin B17. Rastlinska mleka so bolj okusna od živalskih, da pa bi se okus izboljšal, se jim lahko doda med , cimet in kakšno sadje, vse pa se obdela v mešalniku. Otroci bodo navdušeni z različnimi naravnimi okusi in se bodo izogibali umetnim okusom mlekarske industrije.

Ni pa treba piti rastlinskega mleka iz soje in pšenice, ker se semena pšenice kemijsko obdelujejo, zemljišča pa kemijsko pripravijo. Pšenica se v silosu ščiti pred bakterijami s pesticidi in zaradi tega ni dobro uporabljati mleka iz pšenice ali jesti pšeničnega kruha. Danes ni moč najti naravne soje, zaradi tega se je potrebno izogibati mleku in izdelkom iz soje.

Vsaka družina bi lahko imela blender s katerim bi lahko samostojno pripravljala rastlinska mleka, pa tudi stiskala svežo zelenjavo. Da bi se med kosilom in večerjo v telo vneslo dovolj zelenjave bi bilo potrebno hrano dvajset minut žvečiti, danes pa ni toliko časa. Požirek zelenjave je potrebno zadržati v ustih, da bi se s pomočjo sline pričel proces prebave.

Uporaba pesticidov vodi do iztrebitve številnih rastlinskih in živalskih vrst. Biosfera je enoten sistem, pa pesticidi prispejo tudi v naš organizem. Na ta način izvajamo genocid tudi nad lastno vrsto.

Tisoče let smo sebi s selekcijo prilagajali rastline in živali, zatem pa smo jih v samo nekaj desetletjih z genetskim inženiringom modificirali. Insekti ne jedo takšnih rastlin, pa so se zaradi tega pridelki povečali vendar takšna živila povzročajo škodo našemu organizmu. Modificirane rastline imajo majhno hranilno vrednost in jih moramo pojesti več, da bi zadovoljili potrebe organizma.

Z modifikacijo se spremeni molekularna struktura rastlin in se prilagodi obliki zaradi tehnološke predelave. To ustreza predelovalnim strojem, ne ustreza pa našemu prebavnemu sistemu. Ravni korenčki se lažje olupijo,vendar se težje prebavljajo.

Margarina se izdeluje iz rastlinskih masti in zdi se, da je manj škodljiva od mlečnih izdelkov vendar je margarina najbolj škodljiva, ker bolj maši tkiva.

Hrana je lahko vzrok številnih bolezni vendar je lahko tudi zdravilna, če se vnaša na pravilen način. Kislost ali bazičnost organizma sta odvisna od vrste živil in njihove priprave. Naš organizem naj bi bil blago alkalen, ker če je preveč kisel se sprožijo bolezni. Kislost organizma ustreza bakterijam, ki živijo v kislem okolju, pa se razmnožijo in nam poškodujejo telo.

Medcelični prostor ni ne kisel, ne bazičen, v nas pa živijo koristne bakterije, katerim ustreza takšno okolje. Organizem uspešno vzdržuje količino bakterij vendar problem nastane, ko je prostor med celicami preveč kisel, ker smo tedaj izpostavljeni škodljivim bakterijam, ki živijo v kislem okolju in zaradi tega zbolimo, če se organizem ne more obraniti, pa nastopi smrt.

Življenjski ciklus bakterij je kratek in hitro mutirajo, zato so antibiotiki, ki so bili še pred desetletjem učinkoviti, danes brez učinka. Farmacevti izdelujejo vse močnejše antibiotike vendar se tako samo slabi naravna imuniteta. Ta način boja z bakterijami pelje v prepad iz katerega ni rešitve. Človeška vrsta je na robu prepada in če bo vse šlo še naprej tako, bo strmoglavila v prepad.

Sodobna industrija proizvodnja in obdelava živil preveč zakisa hrano, takšna hrana pa je v kombinaciji z mlečnimi izdelki smrtonosna. Nihče ne umre hitro oziroma takoj, vendar se leta in desetletja trpi obolenja, med tem časom pa prehranska, mlekarska in farmacevtska industrija delajo dobičke, kot vse kaže pa tudi sodelujejo.

S takšno hrano v bistvu hranimo bakterije, antibiotiki pa nam slabšajo imuniteto. Hrana, mleko in zdravila nas uničujejo, če pa želimo živeti, moramo čim prej izstopiti iz tega začaranega trikotnika.

Človeštvo si pospešeno koplje grobno jamo. Nekoč so si jo sami morali izkopati obsojenci obsojeni na smrt, nam je ni potrebno vendar jo kljub temu kopljemo. Zadostuje, da iz prehrane izločimo mlečne izdelke, postali bomo bolj zdravi. Čokolada in sladkarije vsebujejo mleko, zaradi tega je priporočljivo uživati zgolj temno čokolado. Preprosto se lahko odrečemo mlečnim izdelkom vendar moramo nekaj tudi jesti, vendar je danes težko narediti izbiro dobre hrane, ker je vse onesnaženo.

Najbolj varno, je samostojno pridelovati živila, vendar ne vemo, kako se to počne, še več ponekod je celo z zakoni prepovedano. Na Kitajskem se niso uveljavili zahodni zakoni, Kitajci znajo samostojno pridelovati, posledično so bolj zdravi. Kitajcev je največ vendar nimajo zadosti obdelovalne zemlje zaradi česar že stoletja izpopolnjujejo vrtove, zaradi tega jim uspeva zagotoviti večkratni pridelek v eni sezoni.

Pridelovanje rastlin je večkratno koristno za zdravje in življenje. Stik z zemljo, zrakom in sončno svetlobo je zdravilen, odnos do rastlin pomirja, kakovost živil pa je boljša in posledično hrana iz njih ugaja organizmu.

Da bi dojeli, kako, koliko in kaj moramo jesti, ne potrebujemo časovnega stroja s katerim bi se vrnili nekaj tisoč let v preteklost temveč zadostuje, odpotovati nekaj tisoč kilometrov do različnih plemen, člani katerih se še vedno pravilno prehranjujejo. Tudi njihove vrtove in njive zastruplja zrak onesnažen zaradi naše umazane industrije, vendar oni ne uživajo lepo zapakirane kemijsko zastrupljene hrane in so posledično bolj zdravi v primerjavi z nami.

Mi smo tisto, kar jemo. Danes jemo prekislo hrano vendar se takšni hrani ne moremo izogniti, lahko pa zmanjšamo obroke, kislost pa z alkalnimi živili. Če je to za vas prezapleteno potem vsak dan pijte limonado. Limona je kisla, vendar se v želodcu alkalizira in zmanjša kislost organizma.

S procesom prebave se v želodcu hrana zakisa, ko spijemo limonado, jabolčni kis ali sodo bikarbono raztopljeno v vodi, se hrana alkalizira.

Zaradi medceličnega prostora je potrebno uskladiti vnos slanega, sladkega, kislega, gorkega in pekočega. Preveč vnašamo v telo slanega in sladkega, premalo pa kislega, gorkega in pekočega, zaradi tega je porušena kemija medceličnega prostora. Čutilom okusa ne ustrezajo, vendar jih je potrebno vnašati v telo. Vsako jutro pred zajtrkom je priporočljivo spiti dva požirka naravnega jabolčnega kisa razredčenega z vodo.

Organizmu je za boljši metabolizem potreben magnezij, v hrani pa ga ni dovolj. Magnezij iz tablet ali vode se ne veže za tkiva in

zaradi tega je potrebno okoli osemnajste ure spiti dva požirka vode v kateri je raztopljen magnezijev klorid. Njegov gorek okus vam ne bo prijal vendar vam bo izboljšal regeneracijo.

Jemo preveč sladkarij, vendar je tudi v slanih izdelkih sladkor, ki ga ne čutimo, proizvajalci pa ga dodajajo, da bi nam povzročili odvisnost. Otroci so bolj aktivni od odraslih posledično imajo radi sladkarije in sokove, ki jim zagotovijo energijo, vendar to energijo hitro porabijo, ko pa jo porabijo postanejo nemirni, celo nervozni, odvisni od sladkorja. Starši in otroci naj bi zjutraj pojedli žličko medu brez vode. Sladkor iz medu se med dnevom počasi sprošča in zagotavlja energijo za delo možganov in mišic, otroci imajo tako dovolj energije za aktivnosti, ne bodo nemirni ali pa zahtevali sladkarij. Arheologi so odkrili vrče medu, ki je bil star nekaj tisoč let vendar je bil še vedno popolnoma užiten.

Cimet je popoln naravni antibiotik, ki izboljšuje imuniteto in uničuje biološke napadalce. V Indiji je klima ugodna za bakterije, viruse in parazite, Indijci pa so zdravi, ker uporabljajo cimet.

Da ne bi obiskovali lekarn, si pripravite sirup iz enega litra jabolčnega kisa, kilograma medu, šest žlic cimeta in dveh žlic naribanega ingverja ter vsak dan pred zajtrkom spijte dva požirka. S tem sirupom in nameščenim atlasom boste trajno zdravi, zaradi tega, ker je omenjena kombinacija popolni naravni eliksir.

Zmanjšajte vnos hrane in prilagodite prehrano krvni skupini, pa boste še bolj zdravi in vitki, jabolčni kis, pa bo debelejšim stopil višek maščob. Ne pozabite pred zajtrkom spiti sirup, med kosilom se spomnite, da je depresija večja, ko je večja telesna teža.

Kosilo naj bo najbolj obilni obrok vendar signal sitosti iz celic do možganov potuje dvajset minut, pa zaradi tega jejte počasneje. Nekoč je obrok zbral družino, danes pa vsi ne uspejo imeti niti skupnega obroka. Izrabite čas med kosilom in izboljšajte še družinske odnose.

Uskladite vnos hrane z vzhajanjem in zahajanjem Sonca. Tisoče let je bil prebavni sistem bil prilagojen temu ciklusu in se ga ne more spremeniti skozi nekaj generacij. Dopoldan in popoldan jejte malo, opoldan največ. Zadostujejo trije obroki, med njimi pa pijte samo vodo. To je potrebno zaradi tega, da se organi odpočijejo in zberejo nujne sestavine za prebavo naslednjega obroka. Debelejši naj imajo en obrok dnevno, vse dotlej dokler ne shujšajo.

Naš metabolizem je usklajen z dnevnim in nočnim ciklusom. Organizem ni aparat, vendar ima svoj čas za polnjenje, uporabo in praznjenje. Aparati niso odvisni od časa v dnevu, organizem pa je. Sodobni način življenja je premaknil dnevni ciklus metabolizma in zaradi tega organizem deluje nepravilno, že dolgo pa deluje nepravilno zaradi zamaknjenega atlasa.

Tudi, ko se prvo vretence vrne na mesto, je zaradi metabolizma nujno uskladiti ciklus dneva in noči, po vzgledu prednikov. Podnevi se dela in je, ponoči pa spi. To je preprosto, videti pa je zapleteno zaradi sodobnega načina življenja. Vse več je otrok in odraslih, ki ponoči bedijo, dopoldan pa spijo, to pa je tudi eden od vzrok za vse več obolelosti.

Opoldan je potrebno zaužiti največji in najbolj kaloričen obrok, da bi hrana pravi čas prispela do tankega črevesa, ta čas pa je okoli dvaindvajsete ure zvečer. Tedaj je potrebno zaspati, ker se med nočjo iz tankega črevesa porabljajo snovi potrebne za regeneracijo organizma.

Vsi nam svetujejo, kako se naj prehranjujemo, o pomenu pravilnega izločevanja pa se govori zelo malo, morda zaradi nelagodja, vendar je tudi to del metabolizma. Če se v telo vnese več hrane, kot se je izloči, potem to postane motnja metabolizma. Z uriniranjem se izloča manj vode, kot se je vnese, ker se voda izgubi s potenjem in izdihovanjem, presežek čvrste snovi pa se ne more izločiti skozi kožo ter nos in usta.

Debelo črevo lahko shrani precej odpadnih snovi, vendar je bolje če je prazno. Pravi čas za praznjenje je dopoldan. Tisti, ki se prazni večkrat na dan, živi bolj zdravo in dlje. Ptice se praznijo pogosto, da ne nosijo presežka tovora, ko bi to lahko počeli tudi mi, bi živeli bolj zdravo. Jejte več sadja in to vam bo zagotovilo, redno dnevno praznjenje debelega črevesa.

Obstipacija oziroma zaprtje je resen problem sodobnega človeka, zaradi tega zjutraj, ko zjutraj hitimo ne uspemo izprazniti debelega črevesa, v šoli ali na delu pa tega ne želimo in tako mine čas za izpraznitev. Naslednji dan se vse ponovi in potem čakamo soboto, vendar je to že veliko prepozno. Tako mine nekaj let ali desetletij, gre pa za enega od vzrokov raka debelega črevesa.

Fiziološki položaj za praznjenje je čepeč, mi pa smo sedeča civilizacija, pa moramo tudi med praznjenjem sedeti. Med sedenjem se konec debelega črevesa zvije in ustavi blato. Na japonskem nimajo straniščnih školjk na katerih bi se sedelo, temveč med opravljanjem velike potrebe čepijo, posledično so Japonci manj izpostavljeni problemu hemoroidov. Med čepenjem stegna pritiskajo spodnji del trebuha in zaradi tega se blato lažje izloči.

Ni zadosti, da posamezni prebavni organi delujejo dobro, temveč je potrebno, da se iz prvih možganov uskladi celota. Prebava se izboljša po namestitvi atlasa, ker se osvobodi oziroma sprosti center za prebavo ter signali lažje prehajajo skozi nervus vagus. Atlas je potrebno namestiti zaradi dobrega zdravja vendar tudi, da bi se lažje prenašala zastrupljena hrana.

Naši predniki so preživeli dvesto tisoč let z malo hrane, jedli pa so preprosto. Če so oni uspeli v surovih pogojih, potem lahko tudi mi v občutno boljših pogojih. Danes več ljudi umre zaradi prevelike količine hrane, kot pa zaradi njenega pomanjkanja.

Hrana nas je ustvarila, preveč hrane pa nas lahko uniči. Če nadaljujemo s preobjedanjem, nas bo hrana pojedla. Na Kitajskem obstaja rek »vzrok bolezni leži na dnu krožnika.«

Ko je propadlo zahodno rimsko cesarstvo, je vzhodno trajalo še tisoč let. Eden od vzrokov za propad zahodnega cesarstva je preveč hedonizma oziroma uživanja v življenju ter preobjedanju. Bizanc je bil močna država v kateri so živeli najbogatejši ljudje tiste dobe,vendar so živeli skromno, kot njihovi podaniki in niso se preobjedali.

Analitiki prihodnosti predvidevajo, da bi se lahko tretja svetovna vojna pričela zaradi pomanjkanja vode in hrane, vendar ta vojna se ne bo odvijala med državami. Šlo bi za medsebojno iztrebitev, posamezniki pa že pripravljajo zaklonišča, kupujejo orožje ter kopičijo zaloge hrane in vode.

Zrak in voda sta še vedno dostopna večini ljudi, vendar tisti, ki bo nadzoroval hrano, bo vladal svetu. Da bi nam preprečili, da samostojno vzgajamo živila, modificirajo rastline tako, da semena nove generacije ne morejo vzkaliti, danes pa podobno eksperimentirajo tudi z živalmi, če jim bo uspelo, bodo morda modificirali tudi nas.

Knjig o prehrani je na tisoče vendar kljub temu ljudje neprenehoma delajo napake in grešijo. Ženske vedo, da je potrebno uskladiti prehrano in aktivnosti, moški pa vedo, da je pri motorjih potrebno uskladiti vnos goriva s porabo. Moški znajo vzdrževati stroje, vendar ne moški, ne ženske ne vedo in ne znajo uskladiti vnosa hrane z aktivnostmi.

AKTIVNOST

Beseda »aktivnost« se najbolj pogosto nanaša na fizično aktivnost, vendar je pri naši vrsti tudi možganska aktivnost velik porabnik energije.

Pokončna drža telesa med hojo omogoča manjšo porabo energije kot gibanje po vseh štirih. Med hojo se nezavedno nagibamo naprej in to nam zagotavlja spodbudo za gibanje. Pokončna drža varčuje energijo, višek energije pa se v naši vrsti uporabi za možganske aktivnosti.

Pokončna drža in možgani nas ločijo od drugih živali, za delovanje možganov pa je potrebno zadosti glukoze. Naš predniki so živeli v klimatskih pogojih v katerih so čez vse leto imeli sadje, ki jim je zagotavljajo energijo za fizične aktivnosti in seveda za miselne procese. Kot je bilo v preteklosti, tako je tudi danes, ker se ob izbiri med sadjem in zelenjavo, najprej je sadje, ker je sladko, ko pa se ga zasitimo, tedaj organizem zahteva zelenjavo, da bi se lahko regeneriral.

Pravijo, da je delo ustvarilo človeka, vendar je nasprotno – lenoba je ustvarila človeka. Posamezniki so bili bolj leni in razmišljali so, kako naj določeno zadevo naredijo lažje, takšni miselni procesi pa so nam razvili možgane. Sodobni človek je preveč len in zaradi tega izumitelji in znanstveniki odkrivajo aparate ter tehnologije, da bi zadovoljili lenobi, vendar se sedaj pretirava z lenobo, pa je to eden od razlogov za pospešeno degradacijo človeške vrste.

Ni lenoba edini vzrok, da nas na delovnih mestih zamenjujejo robotizirani stroji. Človeška delovna sila je draga, želja za večjim dobičkom pa ogromna. Nekoč se je delalo šest dni tedensko, danes samo pet. Industrialci tega niso vpeljali, ker so bili humani temveč, da bi se v soboto porabil zaslužek z nakupi različnih izdelkov.

Delovni čas se skrajšuje, celo obstaja predlog, da bi se delalo v tednu zgolj tri dni. Stroji nam lajšajo življenje vendar nas sočasno odpravljajo iz življenja. Danes stroji spreminjajo človeško delovno silo in zaradi tega smo vse manj fizično aktivni, neaktivnost je postala občuten dejavnik tveganj za zdravje. Raziskave kažejo, da se je fizična aktivnost v preteklem stoletju zmanjšala za 99 odstotkov.

Zaradi strojev in robotov smo vse manj fizično aktivni in zaradi tega mišice atrofirajo, zaradi preveč hrane pa se nalagajo mastne obloge. Mišice nog ne morejo nositi težkega telesa in zaradi tega preveč sedimo in postajamo bolni. To je past v katero je ujeto veliko število otrok in odraslih.

Lenoba nas je ustvarila, pretirana lenoba nas degradira. V preteklosti so vrste izginile zaradi naravnih kataklizem, mi pa bi lahko izginili zaradi pretirane lenobe. To je v tem trenutku videti nemogoče, vendar nikoli se ne ve, kaj prinaša prihodnost. Če človek izgine, se bo neki drugi vrsti ponudila priložnost,, da nas zamenja.

Tehnološki razvoj je prehiter, zaradi hitrosti pa se dogajajo napake, ki lahko ogrozijo obstoj človeške vrste. Futurologija je znanost, s katero se ukvarjajo odgovorni znanstveniki. Oni predvidevajo, da se bo v prihodnosti življenjska doba lahko podaljšala na do sto let, pod pogojem, da človeška vrsta obstane v prihodnjih sto letih.

Brez dela ni možno živeti. Delo ne obstaja samo, da bi zaslužili denar temveč, da bi telo ostalo aktivno. Zaradi dobrega zdravja je potrebno delati do konca življenja, še posebej tista dela, ki prinašajo tudi zadovoljstvo. Nekaterim ljudem so bolezni izginile, ker so navkljub bolečinam delali težka fizična dela. Z nameščenim atlasom, bodo v prihodnosti ljudje lahko delali vse življenje. Fizično delo je zdravilno in zaradi tega je bolje imeti hobi, ki premika telo, kot pa hobi, ki premika samo možganske aktivnosti.

Ko se moški upokojijo postanejo neaktivni, pa je tudi to eden od vzrokov, da živijo krajše od žensk. Večji del časa sedijo pred televizijo, zaradi neaktivnosti pa zbolijo in ležijo, v ležečem položaju pa postanejo še bolj bolni. Z različnimi zdravljenji se jim življenje podaljša za nekaj let, zatem pa umrejo. Za razliko od moških, so ženske aktivne tudi po upokojitvi.

Med igranjem virtualnih igric, otroci potrebujejo veliko energije za možganske, malo pa za fizične aktivnosti. Otroci ne jedo sadja, da ne bi zapackali tipkovnice, imajo pa pri roki sladkarije. Rafinirani sladkor se težje preoblikuje v glukozo, lahko pa se skladišči v mastnih tkivih in otroci postanejo vse debelejši. Na tipkovnici je neprimerljivo več bakterij, kot na pokrovu straniščne školjke in tudi zaradi tega otroci pogosteje obolijo.

Današnji otroci ne poznajo iger, katere so zabavale njihove starše, ko so bili otroci. V virtualnih igrah je vse možno razen tega, da se otrokom omogoči pravilen fizični razvoj, ker se med sedenjem premikajo samo prsti po tipkovnici in aktivirajo zgolj mišice podlakti. Mišice nog omogočajo hojo, sedaj pa pri otrocih mišice atrofirajo. Ko odrastejo, se zaposlijo in delajo v sedečem položaju, zaradi tega pa se je vse več ljudi prisiljenih invalidsko upokojiti.

Fizična aktivnost je danes bolj potrebna,kot kadarkoli prej zaradi tega, ker preveč jemo in veliko sedimo. Starši napotijo otroke na različne športe, s tem pa naredijo napako.

Mišicam in zglobom je potrebna fizična aktivnost vendar pretirana aktivnost škoduje. Med mladostjo večina športov oslabi organizem in v starosti so profesionalni športniki bolj bolni od vrstnikov. Košarkarjem, odbojkarjem in drugim športnikom se zaradi skokov stanjšajo diski v spodnjem delu hrbtenice ter hrustanci v zglobih kolkov, kolen in stopal.

Nekoč so najmočnejše mladeniče z urjenjem pripravljali za bojevnike, danes pa za vrhunske športnike. Športnike zlorabijo lastniki klubov, kolajne in denar pa jim ne morejo nadoknaditi škode, katero nanašajo svojemu organizmu. Ob padcih ali udarcih, se pri športnikih prvo vretence zamakne bolj, kot pri drugih ljudeh, pretirane fizične aktivnosti pa izčrpavajo telo.

Številni vadijo rekreativno, da bi popravili telo vendar jim to ne uspe, ker je atlas zamaknjen. Bolje si je v eni minuti namestiti atlas, kot pa leta vaditi.

Med tekom in vadbo, se v mišicah nabirajo kristali kisline, zaradi oblog kalcija iz mlečnih izdelkov se težje odstranijo, pa so zaradi tega bolečine bolj intenzivne in trajajo dlje časa. Človek ima sposobnost steči, vendar ne tudi sposobnosti teči. Preveč teka ni dobro za zdravje. Naši predniki so občasno bežali pred nevarnostmi ali pa drveli, ko so lovili, niso pa vsak dan tekli po nekaj kilometrov.

V starosti ni možno teči in zaradi tega nekateri prakticirajo dolge sprehode, vendar je to samo izguba časa in hrustanca v zglobih. Idealni šport za mlade je hitra hoja. Dovolj je vsak dan s hitro hojo premagati en kilometer. Mišicam bo to koristilo, s potenjem pa se bodo izločile vse škodljive snovi.

Ni potrebno namenjati posebnega časa za hitro hojo, zanjo lahko izrabite tud odhod do trgovine. Sosedom bo to verjetno čudno, vendar boste zaradi tega boljšega zdravja. Nekdo sprehaja psa in na ta način aktivira svoje mišice vendar to ne zadostuje. Pes želi teči, vendar ne more, ker je človek prepočasen. Ljudem in psom bi bilo bolje, če bi lastniki dojeli pomen hitre hoje.

Človeški možgani neprenehoma mislijo, pri ženskah je to nekajkrat bolj izraženo, kot pri moških. Ženske to moti in neprenehoma so aktivne, da bi manj razmišljale. Fizične in mentalne aktivnosti izčrpavajo ženske in posledično imajo več glavobolov, kot moški. Ženske povečini stojijo med delom, vendar ne počivajo. Moški delajo težja dela in zaradi tega počivajo. Zaradi boljšega zdravja bi se ženske morale nekajkrat na dan odpočiti. Telo se med sedenjem sprosti vendar je bolje ležati na hrbtu, da bi se uravnotežila funkcija krvi in limfe.

Človek je veliki otrok, vendar, ko odraste se preneha igrati. Med otroško igro se naravno aktivirajo telo in duh, to pa otrokom omogoča pravilen psihofizični razvoj. Ko odrastemo, telo še naprej potrebuje gibljivost, fizične aktivnosti na delovnem mestu pa niso dovolj, da bi organizem skladno funkcioniral.

V preteklosti pred pojavom televizije, so se ljudje zabavali s plesom in tako aktivirali telo in razvijali družabne vezi. Ljudje so tisoče let s plesom in folkloro slavili življenje, to pa je danes potrebno bolj, kot kadarkoli, zaradi statičnega življenja.

Vse manj je tudi časa in želje po spolnosti oziroma seksu, seks pa je fizično in psihično zdravilen. Zaradi pomanjkanje fizične aktivnosti obstaja vrsta diete, ki se imenuje »seks dieta«. Veliko denarja in časa se porabi za različne diete, naprave za vadbo in psihologe, najboljša dieta pa je ljubljena oseba. Moškim ustreza jutranji seks,

ženskam pa nočni. Najboljša rešitev je zjutraj in ponoči, tako boste čez ves dan dobro razpoloženi. Na ta način se izloča hormon sreče, aktivirajo se mišice in topi se presežek maščob.

Ženske se bolj opirajo na razum, moški pa na naravne potrebe. Ženski princip je nosilec vrste, moški pa so podpora. Znanost je potrdila, da imajo moški prav glede jutranjega seksa, ker je pri obeh spolih zjutraj višja raven hormonov, ki spodbujajo spolno oziroma seksualno slo. Pari, ki dan pričnejo s seksom so bolj srečni in živijo dlje. Človek je edina vrsta, ki se deli na dva spola in zaradi tega smo celota samo, ko smo združeni. Seveda je močna duhovna povezava pomembna vendar je tudi telesna združitev pomembna. Pari, ki seksajo zjutraj občutijo večjo medsebojno bližino in radost.

Po namestitvi atlasa se vsem poveča spolna sla oziroma želja po seksu, moškim se izboljša potenca zaradi boljše cirkulacije krvi in zaradi tega, ker živčne poti do penisa niso stisnjene.

Samo delfini in ljudje imajo možnost seksati zaradi užitka. Delfini živijo naravno in se jim ne mudi na delo, pa pogosto seksajo, posledično so veseli. Mi vse bolj živimo umetno življenje in poskušamo biti srečni, vendar smo vse bolj nesrečni.

Naša glava je kot v primežu zaradi napetosti v zatilju in zaradi krčev v mišicah spodnje čeljusti. Med aktivnostmi se iz celotnega telesa zbira napetost v zatilju, mišice čeljusti pa so napete, ker nam v pokončnem položaju visi samo spodnja čeljust. To nam ustvarja občutek nervoze, četudi se tega niti ne zavedamo. Po namestitvi atlasa se omenjene napetosti zmanjšajo, da pa bi se še bolj zmanjšale pa je potrebno močno pritisniti s palci območje pod lobanjo.

Najbolj znani portret je portret Mona Lize. Leonardo da Vinci je narisal blagi nasmeh Mona Lize in s tem je človeštvu zapustil vrhunsko sporočilo. Nekajkrat med dnevom dvignite kotičke ustnic in povrnilo se vam bo razpoloženje. Masaža zatilja in nasmeh sta majhni fizični aktivnosti, ki vam bosta polepšali dan.

Aparati in stroji nam olajšajo življenje, vendar je nemogoče izdelati robota, ki lahko namesti atlas. Tretmaji so podobni, vendar je vsaka namestitev atlasa drugačna, ker je vsak organizem drugačen. Robot ne more vzpostaviti komunikacije in ne zmore svetovati, kako naj odpravimo bolezni.

Roboti nimajo humanih lastnosti in zaradi tega lahko samo ljudje s pomočjo aparata drugim ljudem namestijo prvo vretence. Ta zveza mehanike in človeške aktivnosti bo omogočila bolj zdravo in srečnejše življenje posameznikom vendar tudi celotnemu človeškemu rodu.

ZMERNOST

V vsem je potrebno odkriti pravo mero, da bi zdravje in življenje bila bolj kakovostna. Vsi pripadamo isti vrsti vendar smo tudi različni med seboj, zaradi tega je potrebno odkriti meje lastne zmernosti.

Napake se popravljajo z zmernostjo v spanju, uživanju hrane in vode ter aktivnostih, s tem pa se zdravje izboljšuje.

Preveč ali premalo spanja slabo vpliva na organizem. Če se zjutraj zbudite utrujeni, je to znak, da se niso zaključili procesi, ki se vsako noč odvijajo v telesu, pa bi bilo najbolje še malce spati. Ko se ne spi tri dni, zdravje postane zelo ogroženo.

Celo vodo je potrebno piti zmerno. Premalo ali preveč vode je napaka, ki ima posledice na zdravju.

V vsem je potrebna zmernost, vendar zmernost v uživanju hrane pa je usodnega pomena za dobro zdravje. Usklajenost vnosa in poraba kalorij je najpomembnejša. Nesmiselno je veliko jesti in zatem presežek kalorij porabiti z vadbo. Zaradi prevelikega vnosa hrane v telo se uživanje v hrani spremeni v naporno vadbo, plačamo pa tako hrano, kot vadbo, sploh pa naprave za vadbo.

Aktivnosti so potrebne za mišice in zglobe vendar preveč ali pa premalo aktivnosti ni dobro za telo.

Hedonisti in asketi mučijo telo do meja vzdržljivosti vendar na ta način povzročajo škodo zdravju. Da bi se našle meje zmernosti je potrebno odkriti, kaj telo potrebuje in kaj mu ustreza. V življenju je potrebno uživati, pa zaradi tega lahko občasno manj spimo ali več jemo vendar je v naslednjih dneh potrebna zmernost, da se organizmu omogoči okrevanje. Življenje izgubi smisel, če njegovo bistvo postane disciplina, zaradi tega je potrebna tudi zmernost glede zmernosti.

Za večino ljudi so tri minute brez zraka, tri dni brez vode in trije tedni brez hrane, meja življenja. Povečini živimo v mestih, kje so zrak, voda in hrana onesnaženi, vendar so tudi ruralna, vaška okolja vse bolj onesnažena. Nekoč se je živelo v naravi, v kateri so vladali surovi pogoji. Današnji pogoji so videti boljši, v bistvu pa so še bolj surovi zaradi splošne onesnaženosti. Debelost je zaradi zastrupljene hrane postala obsežen problem, zato je priporočljivo en dan v tednu stradati oziroma se popolnoma odreči hrani. To je način, da se spozna, da je moč jesti manj in, da zmernost v jedi lahko prispeva k zmanjšanju telesne teže.

Nekaterim se gabijo drugi ljudje, obstajajo pa tudi tisti, ki ne marajo niti lastnega telesa, vendar če ga ne marate, vam bo telo na enak način vrnilo. Slabe misli oslabijo imunski sistem in sprožijo bo-

lezni. Imejte radi svoje telo, še posebej na mestu, kjer obstaja problem. Organizem se mora zaščititi, še posebej tam kjer je občutljiv, ker je bolje varovati telo, kot pa zdraviti bolezni.

Podnevi telo varujejo oblačila in obutev, ponoči odeja. Glava se greje z lasmi, zatilje pa je podnevi in ponoči nezaščiteno. Večina ljudi meni, da je trebuh najobčutljivejši del telesa, v bistvu pa je najbolj nezaščiteno zatilje. Še posebej je nerodno moških, ki imajo manj las, pri njih je zaradi nagnjenosti atlasa glava nagnjena. Nekdo si greje vrat z ovratnikom, šalom in podobno vendar tudi v tem primeru zatilje ni popolnoma zaščiteno.

Zatilje je potrebno vedno zaščititi, ker izpostavljenost soncu, mrazu, vetru ali padavinam sploh dežju, lahko privede do vnetja možganske ovojnice in tedaj pride do gnetenja prvih možganov. Ta vrsta vnetja se zgodi poredko, vendar če se zatilje ne zaščiti lahko zbolijo tudi najbolj zdravi in si trajno škodujejo zdravju.

Organizmu ne ustrezata ne vročina, ne mraz. Zmernost v oblačenju in pokrivanju se regulira po letnih časih, vendar je zatilje povečini izpostavljeno atmosferskim pojavom. Pri ženskah je zatilje zaščiteno z daljšimi lasmi, vendar ob tem okoli vratu lahko nosijo še ruto ali šal. Nekoč so ženske in moški nosili dolge lase, danes pa se zaradi mode moškim povečujejo bolečine v vratu. Tudi moški so zaradi mode nosili šale, vendar se je moda spremenila. Da bi med zimo zaščitili zatilje, bi moški lahko imeli daljše lase ali pa ustrezno pokrivalo, vsaj kapuco za zaščito pred mrazom.

Naša vrsta je izredno dobro prilagodljiva in to nam omogoča, da živimo v ekstremnih vremenskih pogojih. Ko bi Eskimi s črnci zamenjali bivališča, bi se hitro privadili na drugačne pogoje vendar, če bi to pogosto počeli, bi postali vse bolj bolni. Med zimo hodimo v in iz toplih prostorov in tako v eni sekundi spremenimo toplotno okolje za nekaj deset stopinj. Danes se med vročino hladimo s klimatskimi napravami, zaradi tega pa smo tudi poleti bolj bolni od prednikov. Človek je prilagodljiv vendar ne more prenesti skrajnosti, vsakdo si mora prilagoditi pogoje življenja okolju v katerem živi.

Zlata sredina je najboljša, vendar je zmernost težko doseči, podobno, kot odkriti zlato. Zmernost je bolj vredna od zlata in zaradi boljšega zdravja jo moramo poiskati.

Večina ljudi preveč pozornosti posveča materialnim vrednotam, kot pa lastnemu telesu. Brez prave potrebe se namenja veliko denarja za velika stanovanja, ki nam prinašajo srečo zgolj na kratek čas, pozneje pa postanejo moteča. Malo je tistih, ki vlagajo čas in denar za vzdrževanje zdravja. Ljudje čakajo, da zbolijo in si z veliko denarja takrat poskušajo vrniti zdravje, vendar je tedaj po večini prepozno. Bolje se umeriti življenja po lastnih potrebah in uskladiti želje z možnostmi.

Zaradi pospešenega življenja ne uspemo prisluhniti potrebam organizma. Potrebno je uskladiti hitrost s potrebami, da bi zdravi prispeli do konca življenja.

Zmernost je ključ, s katerim se odpirajo vrata boljšega zdravja in bolj srečnega življenja. Po namestitvi atlasa organizem lažje prenaša skrajnosti, vendar je tudi naprej potrebno ohraniti zmernost.

UDOBJE

Človeško vrsto od nastanka spremlja prizadevanje po udobju. Danes se živi preveč udobno in zaradi tega je naš organizem postal preobčutljiv, mi pa bolj bolni kot predniki.

Prijetno nam je živeti in delati v udobnih umetnih pogojih, vendar na ta način škodujemo organizmu. Ne morejo nam pomagati naprave za prečiščevanje zraka, ko živimo obkroženi z betonom in plastiko. Tega ne moremo spremeniti, vendar lahko v nedeljo odidemo v naravo ter omogočimo telesu okrevanje. Bolje je v letu petdeset dni preživeti v naravi, kot pa dvajset dni v urbanem turističnem naselju.

Kubanci in Japonci so najbolj zdravi in živijo najdlje. Na Kubi in Japonskem ljudje živijo skromno in to kljub razliki v ekonomski moči. Kubanci so prisiljeni živeti v manjših stanovanjih, Japonci pa niso, pa kljub temu živijo skromno. Na Kubi je topla klima in to je eden od vzrokov dobrega zdravja, na japonskem pa je klima ostra. Oba naroda sta primer, da zdravje in dolgo življenje nista pogojena z denarjem, klimatskimi pogoji, zaradi česar sta lahko vzor drugim narodom, ne glede na to v kakšnih pogojih živijo.

Človeškemu organizmu najbolj ustreza ležeči položaj vendar ne moremo vseskozi ležati. V stoječem položaju je venski sistem preobremenjen in zaradi tega sedimo, na ta način pa se kri slabše vrača iz ven v primerjavi z ležanjem. Bolj zdravo se je večkrat uleči, kot pa predolgo sedeti.

Med jabolkom in banano večina izbere banano, ker se lažje žveči, med sadjem in sladkarijami pa večina izbere sladkarije, ker so okusnejše. Vsak ima pravico izbire vendar zaradi ugajanja čutilu okusa, večina izbere tisto, kar telesu povzroča škodo. Delo prehranske industrije temelji na človeški potrebi po prijetnosti, na ta način se kratko zadovoljstvo spremeni v dolgoročni problem.

Naši predniki so živeli v toplih klimatskih pogojih in zaradi tega so lahko spali na tleh. Ko so se naselili v hladnejših območjih so pričeli spati na leseni podlogi, ki je zagotavljala toplotno izolacijo. Zemlja in les sta trda, pa so pričeli uporabljati mehke odeje. Danes se spi na premehkih žimnicah, kar je slabo za zdravje.

Na Japonskem se je povečini zadržal tradicionalen način spanja na trdih podlogah. V zahodnem načinu življenja ljudje spijo na mehkih žimnicah, katere zamenjajo še z mehkejšimi vendar jim je vse slabše in na koncu čez drage žimnice postavijo leseno ploščo, kar jim izboljša zdravje.

Vroče ali hladno okolje ni prijetno vendar je zdravilno, zaradi tega, ker organizem postane odpornejši. Med zimo nas obleka in obutev ščitita pred mrazom, vendar se ne gre preveč obleči, da ne pride do pregretja telesa.

Med vročino se s klimatskimi napravami preveč hladijo prostori, kar pa slabo vpliva na zdravje. Sodobni človek s pretiranim ugajanjem sebi slabi imuniteto in postaja vse bolj bolan.

Ljudje se od nekdaj drogirajo, to pa je danes postalo resen problem. Droge zmanjšujejo videnje realnosti in na trenutke lahko ustvarijo vtis, da je zdravje dobro. Drogiranje je svojevrstno zadovoljevanje oziroma ugajanje, vendar to stanje traja kratko, pa se zaradi tega ponavlja. Po namestitvi prvega vretenca se pri večini ljudi odvisnost od drog zmanjša, ker se zdravje izboljša in poteka normalno izločanje hormonov sreče.

V nekaterih državah se bolečine nelegalno odpravljajo z medicinskim kanabisom. Ljudje bolečine zmanjšajo tudi z mehkimi fotelji in udobnimi posteljami, vendar se zaradi te udobnosti telo še bolj ukrivi, bolečine pa postanejo močnejše. Zaradi bolečin se telo nagne, k luknji imenovani grob. Ko bi to nagibanje trajalo kratko bi bilo dobro, vendar večina živi nagnjena nekaj desetletij trpeč bolečine in obolenja.

Pravijo, da se mora umreti zaradi katere od bolezni, vendar to ne drži. Ljudje, ki imajo nameščen atlas ne umirajo zaradi bolezni temveč zaradi starosti. Življenje ima svoj začetek in svoj konec vendar je najpomembnejše, da nas bolezni ne mučijo med življenjem ter, da nam ne skrajšajo življenja.

Dolžina življenja je omejena zaradi tega, ker ima regeneracija dobo uporabnosti oziroma trajanja, življenje se zaključi, ko se telo preneha regenerirati.

REGENERACIJA

Od trenutka spočetja se prične delitev jajčne celice, ta proces pa se nadaljuje in traja vse življenje. Celice imajo življenjsko dobo, ki je odvisna od vrste tkiva kateremu pripadajo. Ko se zaključi življenjski ciklus celic, se z delitvijo živih celic ustvarjajo nove, gre za tako imenovano regeneracijo.

Proces regeneracije se prične med razvojem fetusa v maternici in traja vse dokler smo živi. Organizem se obnavlja z regeneracijo in to omogoča dolgoživost. Ko bi se regeneracija lahko odvijala nemoteno, bi življenjska doba lahko bila sto dvajset let, vendar zaradi zamaknjenosti atlasa povezava možganov z organizmom ni popolna, pa se zmanjša možnost regeneracije in nastanejo degenerativne spremembe. To je osnovni vzrok, zakaj ne moremo živeti sto dvajset let.

Vsako sekundo v nas umre na deset tisoč celic vendar se sočasno ustvarjajo nove. Proces regeneracije ima konec, življenje pa posledično omejeni rok trajanja.

Celice se z delitvijo nekontrolirano množijo in zaradi tega možgani izvajajo nadzor regeneracije. Na koncu pubertete se konča rast in tedaj je v organizmu povprečno šest bilijonov celic. Od dvajsetega leta življenja se število celic zmanjšuje in že tedaj se prične staranje, regeneracija se zmanjšuje iz desetletja v desetletje.

Edino atlas ima popolno doživljenjsko regeneracijo, ker je to najpomembnejše mesto v organizmu, zaradi česar se lahko namesti tudi najstarejšim ljudem. Zaradi pomembnosti zgloba lobanje in prvega vretenca, je to zadnje mesto kjer nastane popolna okostenelost.

Po namestitvi atlasa se prične boljša komunikacija možganov s celotnim telesom in izboljša se cirkulacija krvi. Živčni signali iz možganov se nemoteno širijo, kri pa prinaša snovi za gradnjo novih celic. Boljša komunikacija in cirkulacija omogočata boljšo regeneracijo, organizem okreva, zaradi tega pa prihaja do ozdravitev, do katerih drugače ne more priti.

Boljša regeneracija izboljšuje kakovost kože, las in nohtov. Te zunanje izboljšave so vidne, v telesu pa boljše počutje, nakazuje spremembo na bolje.

Ko je atlas nameščen, se organizem pravilno regenerira, zaradi tega se večina načrtovanih operacij odpove. Vendar če se zamudi z namestitvijo, potem se poškodovani organ ne more regenerirati in je operacija potrebna. Operacija se lažje prenaša, tkiva hitreje zacelijo, posledično je okrevanje hitrejše.

S transplantacijo organov se življenje podaljša, nekateri organi se lahko zamenjajo z aparati vendar je boljša rešitev novo znanstveno odkritje o matičnih celicah, zato ker je najbolje, da se organizem sam regenerira. Na začetku življenja imamo določeno količino matičnih celic, ki se, ko pride čas, aktivirajo na mestu, kjer je potrebna regeneracija. Med življenjem se število matičnih celic zmanjšuje in zaradi tega se v starosti izgublja moč regeneracije.

Dojenčkom se odvzame del matičnih celic, ki se hranijo, da bi se nekega dne uporabile za regeneracijo poškodovanih organov. Zaradi nameščenega atlasa in zaradi uporabe matičnih celic, bodo ljudje v prihodnosti lahko živeli dvesto let.

Regeneracija živčnih in kostnih celic je dolgotrajna in zaradi tega se kosti in živčni sistem regenerirajo najbolj počasi.

Vsi organi se regenerirajo vendar zadržijo svojo velikost. Edino jetra se lahko povečajo, to pa je odvisno od tega koliko organizem potrebuje, da se očisti škodljivih snovi.

JETRA

Poglavje o sedanjosti sem pričel z atlasom, končal pa ga bom z jetri. Zaradi povečanih jeter je v preteklosti nastal največji problem človeštva. Povečana jetra je vzrok, posledica pa je zamaknjeno prvo vretence. Ta ena posledica je postala vzrok za preveč posledic povezanih z zdravjem. Bolezni so mučile naše prednike, danes pa mučijo milijarde ljudi.

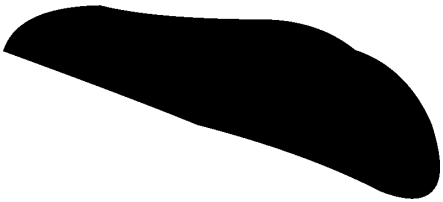
V organizmu so vsi organi pomembni vendar so jetra izjemno pomembna. Obstaja rek: »Od jeter je odvisno, koliko je življenje vredno živeti.« Jetra so v angleškem in nemškem jeziku dobila naziv po življenju. LIVE-LIVER, LEBEN-LEBER.

Jetra so se povečala, ko se je homo sapiens pričel preobjedati in ko je postal vsejed. Vse kar je novo ima dobre in slabe strani. Večja izbira hrane je omogočila večjo verjetnost preživetja, vendar je zdravje postalo slabše in se je dodatno poslabševalo zaradi preobjedanja, ki je v preteklosti bilo upravičeno, ker hrane ni bilo dovolj. Tako je bilo v preteklosti, vendar je danes hrane dovolj, je preobjedanje postalo nepotrebno, ob vsem pa še škoduje zdravju.

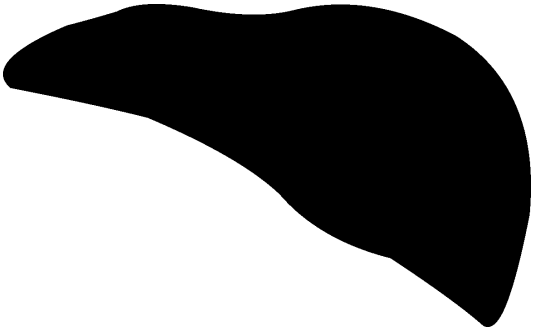
Jetra so bila v preteklosti manjša, vendar so se v nekaj preteklih desetletjih dvakrat povečala zaradi kemijskih dodatkov v hrani. V preteklosti jetra niso imela naloge čiščenja kemije, povečala pa so se tudi s poskusi zoperstavljanja strupom. Niti dvojno povečana jetra ne uspevajo očistiti organizma, škodljive snovi pa se skladiščijo v telesu, pa tudi zaradi tega postajamo vse bolj debeli.

Zaradi povečanih jeter je v preteklosti prišlo do motnje v razporeditvi notranjih organov, v preteklih desetletjih pa se je to še poslabšalo. Desna ledvica je še bolj spuščena, srce in desno pljučno krilo pa sta še bolj dvignjena. Kljub prizadevanjem medicine, raste število srčnih obolenj in infarktov vendar tudi drugih obolenj, ker jetra pritiskajo na druge organe, sočasno pa organi pritiskajo na jetra, da tudi ona ne morejo normalno funkcionirati.

JETRA V PRAZGODOVINI



JETRA V SEDANJOSTI



Da bi bili bolj zdravi, je najbolje jesti organsko hrano in potisniti nagon za jedjo, prizadevajoč si k zmernosti.

Japonska izkušnja glede prehrane se glasi: »nikoli sit, nikoli lačen.«

Vladam držav bi bilo gospodarneje, da prisilijo prehransko industrijo k pridelavi organske hrane, kot pa, da se toliko denarja namenja za zdravljenje prebivalstva.

Jetra ne morejo zmagati v spopadu s kemijo, katero vnašamo s hrano in ne zmorejo očistiti telesa, zaradi tega, ker preveč jemo. Škodljive snovi se nalagajo v organizmu in čakajo, da jih jetra očistijo, vendar se to ne zgodi, ker še naprej vnašamo preveč škodljive hrane.

Da bi celice lahko obstale, mora biti medcelični prostor čist, kri celicam prinaša hranljive snovi, sočasno pa odnaša škodljive produkte kemijskega metabolizma. Ob tem bela krvna telesca čistijo ostanke izumrlih celic in biološki napadalcev.

Kri je čistilec organizma vendar na koncu jetra očistijo kri.

Ledvicam in trebušni slinavki se je potrebno zahvaliti, ker po dnevnem urniku regulirata metabolizem, jetra pa potrebujejo sedemkratno zahvalo, ker po tedenskem urniku čistijo telo.

Živci za jetra se razširjajo med četrtim in osmim vretencem prsnega dela hrbtenice in potekajo ob rebrih. Jetra se nahajajo na desni strani, večina ljudi pa spi na tej strani, zaradi tega pritisk reber slabi živčne signale. Jetra najbolje delujejo ponoči, vendar ne morejo normalno opravljati svoje funkcije, ker so signali zgneteni oziroma pritisnjeni.

Degenerativne spremembe v organizmu nastanejo zaradi nalaganja toksičnih snovi. Spremembe so vidne na pesteh in rokah, vendar obstajajo tudi v telesu. Po koži se pojavljajo madeži, ki se imenujejo starostne pege, vendar marsikdo v visoki starosti nima teh madežev, pri nekom pa se pojavijo v tridesetem letu življenja. To se dogaja zaradi razlike v zamaknjenosti atlasa in zaradi različne prehrane.

Po namestitvi prvega vretenca hrbtenica dobi pravilnejšo obliko in prepušča signale do jeter. Zaradi tega se jetra bolje regenerirajo in lažje čistijo organizem, pege se zmanjšajo ali izginejo. Madeži na obrazu se prav tako zmanjšajo ali pa izginejo.

Velika koncentracija škodljivih snovi poškoduje jetra in zaradi tega se jetra morajo in lahko hitro regenerirajo. Odvisno od vrste in količine hrane, se jetra lahko povečajo ali zmanjšajo. Če se jetra lahko zmanjšajo pri določenem človeku, potem je možno, da se genetsko zmanjšajo tudi pri človeštvu, na ta način pa bi se lahko odpravil začetni vzrok zdravstvenih težav. Jetra bi se morala zmanjšati v dveh generacijah, da bi se zmanjšala tudi fetusu, atlas pa se ne bi več formiral zamaknjen.

»Neumen, kot gos.«, pravijo ljudje. Goske preveč hranijo, da bi se jim povečala teža, zaradi tega se jim povečajo jetra in postanejo nevarno zamaščena. Zaradi tega lahko goske zbolijo, vendar se to zgodi, ker jih pojemo. Nas ne redijo, da bi nas prodali in pojedli, vendar je preveč ljudi debelih. Nagon za hrano in čutilo okusa sta največja sovražnika življenja, nahajata pa se v nas, ne pa na nekem bojišču.

Sami smo krivi za stanje v katerem se je znašlo človeštvo, prehranska industrija pa je samo izrabila človeške pomanjkljivosti. Njen dobiček temelji na zadovoljevanju potreb po preobjedanju in uživanju v hrani. Najboljša rešitev je, vrnitev k pravilnemu prehranjevanju in hrani, to pa je-eno živilo v enem obroku. V davnih časih so se ljudje prehranjevali na ta način, zaradi tega, ker so odkrivali živila eno za drugim, mi pa danes pa uživamo v obilju hrane različnih okusov in se ne moremo vzdržati. Živali so bolj zdrave od ljudi, ker nimajo zamaknjenega atlasa in ker jedo po eno živilo naenkrat.

Nemogoče je zadušiti čutilo okusa in odpraviti nagon po hrani, pa je zaradi tega edina rešitev, da se sedanjim generacijam, kar naj-

hitreje namesti prvo vretence. To je ogromna naloga, vendar bo lažje namestiti atlas sedmim milijardam ljudi, kot pa isto število vrniti k pravilni prehrani in hrani. Po namestitvi atlasa se izboljša prebava, jetra pa pričnejo bolje funkcionirati in čistiti zastrupljen organizem.

V preteklosti so posamezniki uživali v hrani in alkoholu vendar je danes to množičen pojav. Ljudje se opijajo, da bi ublažili napetosti sodobnega življenja in na ta način poškoduje jetra. Po namestitvi atlasa se opitost lažje prenaša, posledice opitosti pa se ne čutijo.

Danes se največ denarja namenja hrani in zdravljenjem, to pa se bo v prihodnosti spremenilo. Po namestitvi atlasa ljudje jedo manj, ker organizem ne potrebuje dodatne energije za vzdrževanje bolezni, stroški zdravljenja se minimizirajo, živi pa se neprimerljivo bolj zdravo.

HumanUP metoda omogoča, da se zdravje izboljša ne samo sedanji temveč tudi vsem prihodnjih generacijam.

Problem človeštva je nastal v davni preteklosti, zaradi tega, pa mi danes trpimo. Odkritje namestitve atlasa končno lahko uskladi preteklost in sedanjost zaradi boljše prihodnosti.

PRIHODNOST

Zaradi napak, ki smo jih naredili do danes, smo se spremenili na slabše, od danes pa se bomo zaradi nameščenega atlasa, spreminjali na bolje.

Mi smo edina od nekaj milijonov vrst, ki lahko zavestno vplivamo na svoj razvoj, vendar če danes naredimo napako, jo bomo plačali tako mi, kot naši potomci.

Zavedanje o namestitvi atlasa lahko in mora izboljšati človeški rod v prihodnosti.

DOMIŠLJIJA

Domišljija žene ljudi, vendar ni dovolj samo sanjariti temveč je potrebno tisto, kar smo si zamislili tudi realizirati oziroma narediti. Zahvaljujoč odkritju o namestitvi atlasa, boljše zdravje končno lahko postane realnost za vse ljudi, vendar žal, to ni v interesu številnih industrij, zato se bo to težko realiziralo oziroma doseglo.

V prihodnosti ni bil nihče, zaradi tega je nemogoče vedeti, kako se bo živelo jutri. Večina ljudi sanjari o lastni boljši prihodnosti, nekdo sanjari tudi o boljši prihodnosti človeškega rodu, obstajajo pa tudi takšni, ki ne sanjarijo temveč načrtujejo, kako bodo živeli drugi. Problem je, da ustvarjalci delajo načrte zaradi lastnih interesov, ne pa da bi drugim bilo bolje. V preteklosti so posamezniki oblikovali prihodnost, sedaj njihovi nasledniki uživajo v privilegijih in delajo načrte, kako isto zagotoviti lastnim potomcem.

Videti je, da je težko sanjariti o svetu v katerem vsi dobijo in, kar je še bolj pomembno, da nihče nič ne izgubi. Trenutno prehranska industrija dobiva, ljudje pa obolevajo zaradi kemijsko obdelane hrane. Medicinska industrija se ukvarja z zdravljenjem, vendar ji ni v interesu, da bi ozdravila večino ljudi. V farmacevtski industriji obstaja rek »Ozdravljen pacient, izgubljen potrošnik.«

Težko ali pa ni lahko živeti v svetu, v katerem tisti, ki naj bi skrbeli za človeško zdravje, skrbijo predvsem za lastne interese, vendar trenutno ni moč živeti v bolj humanem svetu. Poskuse, da bi se dosegla boljša družbena ureditev preprečujejo različne industrije. Ti poskusi so razglašeni za utopične, vendar je utopija že obstajala v prvobitni skupnosti, če pa je obstajala nekoč, bi lahko spet.

Ne želimo in ni nam potrebno živeti v prvobitni skupnosti, vendar zatem, ko si namestimo atlas lahko živimo bolj zdravo in dlje. Z boljšim zdravjem in z več krvi v možganih se bomo bolje zavedali in posledično, ne bomo odvisni od različnih industrij.

Si lahko predstavljate življenje brez bolečin, bolezni, trpljenja, zdravljenj, operacij, okvarjenih zob, očal, plešavosti, brez gub in vseh drugih zdravstvenih in estetskih problemov? Predstavljajte si svet v katerem bodo ljudje živeli zdravo in srečno sto dvajset let.

Morda boste vprašali, kaj delati in zakaj živeti tako dolgo, vendar če prepustite domišljiji prosto pot, si boste želeli živeti tudi dvesto let. V prvih sto letih bi ljudje lahko izpolnili večino svojih želja, pozneje pa bi lahko živeli in uživali na različnih krajih tega prelepega planeta. Tako bi v enem življenju preživeli nekaj sedanjih življenj.

Oblikovalcev prihodnosti ne rabi skrbeti, ker bodo zdravi ljudje bolj produktivni in ne bo bolniških. Nekdo bo želel delati vse življenje oziroma do smrti, delalo pa se bo tudi zaradi zaslužka in zadovoljstva.

V prihodnosti bo dovolj časa za osebno in družinsko življenje, vendar tudi za zabavo in hobije. Ni potreben časovni stroj, da bi se dojelo, da življenje brez obolenj omogoča zadovoljstvo, srečo in uživanje.

ASTROLOGIJA

Ta knjiga temelji na dejstvih in morda se bo kdo vprašal, kakšna je povezava astrologije s temo knjige. Vsak atom v organizmu je iz tega osončja in zaradi tega vse lahko vpliva na naše življenje. Sonce ima največji vpliv, če pa ne bilo Lune, življenje v takšni obliki ne bi obstajalo. Mi smo zelo majhni, vendar Sonce, Luna in drugi planeti vplivajo na nas preko planeta na katerem živimo.

V celotnem vesolju vse sočasno vpliva na oboje. Mi smo zelo majhni, vendar je razvoj misli človeka pripeljal do tega, da lahko spreminja poti asteroidov, v prihodnosti pa bomo lahko spreminjali poti planetov. Naši potomci bodo približali Mars Soncu in tako bo človeštvo dobilo še en dom.

Beseda »astrologija« je nastala z združitvijo dveh besed – »astra« in »logos«, kar pomeni-znanost o zvezdah. Danes večina ljudi meni, da je filozofija znanost iz katere so nastale vse druge, vendar je astrologija prva znanost iz katere je nastala tudi filozofija.

Pračlovek je gledal zvezde in tako razvijal miselne procese, ki so spodbudili zametke filozofije. Astrologija se tudi danes razvija, vendar ni priznana znanost.

Čas spreminja vse, pa tudi odnos do znanosti. Odvisno od interesov, se določene znanosti potiskajo na rob, druge pa izkoriščajo in zlorabljajo. Zaradi interesov se delajo napake v obeh primerih, vendar se s časom napake popravijo. Tako bo tudi z astrologijo, ki se trenutno samo v določenih državah poučuje tudi na fakultetah.

Astrologija je motila različne religije, večina religij pa je nastala iz astrologije. Tudi različnim znanostim ni ustrezala, četudi imajo same korenine v astrologiji. Danes je astronomija priznana znanost o vesolju, vendar je tudi ta znanost nastala iz astrologije. Ni prvič, niti zadnjič, da smo zaradi interesov nehvaležni do prvih mislecev, vendar če oni ne bi obstajali, ne bi obstajali niti njihovi potomci, ki so nam med drugim omogočili polet na Luno, v prihodnosti pa nam bodo omogočili polete do drugih planetov.

Religijam astrologija ne ustreza, ker se ukvarja s predvidevanjem prihodnosti. Še posebej bi si ženske želele vedeti, kaj se bo zgodilo v prihodnosti, moški so bolj realni. V večini religij so duhovniki moški, pa so astrologija in religije v spopadu zaradi različnih ženskih in moških interesov.

Astrologija pojasnjuje pojave, dogodke, naravne cikluse, možnosti in vnaprejšnje določenosti. Zaradi vsega omenjenega astrologije ni potrebno uporabljati za predvidevanja, temveč za razumevanje zakaj se nekaj dogaja. Civilizacija Majev se je ukvarjala z astrologijo in vedeli so, da jim čaka konec, vendar niso vedeli zakaj. Na stotine španskih vojakov niso mogle pokončati desetine milijonov domorodcev, temveč je to uspelo virusom in bakterijam, ki so jih vojaki prinesli s seboj v Ameriko.

Na tisoče let so Kitajci in Indijci vedeli, katera obolenja pripadajo določenim astrološkim znakom oziroma znamenjem, sodobna znanost je to celo statistično potrdila. Najbolj pogosto so bolni ljudje rojeni v znaku škorpijona, vendar najlažje ozdravijo zaradi tega, ker imajo izjemno moč regeneracije. Ni naključje, da je v medicinskem poklicu največ tistih rojenih v znaku škorpijona.

Dobe posamičnih znakov trajajo dva tisoč let. Zaključuje se era oziroma doba ribe, naslednjih dva tisoč let pa bo trajala era vodnarja. Pred zaključkom ere ribe sta vodeni dve svetovni vojni, kar pa je še huje od tega, pa je v dvajsetem stoletju prišlo do hudega in obsežnega onesnaženja narave. Prehodi iz ene v drugo ero so dramatični in trajajo sto štirideset let, mi pa živimo v tem času.

Ni boljših in slabših astroloških znakov, zaradi tega ni dobrih in slabih er, temveč vsaka s seboj nosi prednosti in pomanjkljivosti. Era ribe je omogočila manipulacije in zaradi tega je večino izrabila manjšina. Naravni zakoni vesolja težijo k stanju ravnotežja in zaradi tega bo v eri vodnarja več enakosti med ljudmi.

Element znaka vodnarja je v stratosferi. Ni naključje, da so ljudje začeli leteti v vesolje na začetku prehoda v ero vodnarja. Namestitev prvega vretenca končno omogoča, da gravitacija ne ukrivlja ljudi in zaradi tega lahko vzravnani in zdravi odidemo na druge planete.

Astrologija ponuja možnosti-katere lahko človeška vrsta spremeni. Zamaknjen atlas otežuje dotok krvi v možgane, tako je tudi pri tistih, ki odločajo kako bodo drugi živeli.

Atlas si morajo namestiti vsi na svetu, vendar je morda najbolje, da si ga najprej namestijo politiki in oblikovalci naše realnosti, ker pa bodo imeli več krvi v možganih, bodo lahko sprejemali boljše odločitve. Z voljo tistih, ki odločajo in ob pomoči ere vodnarja, bo človeški rod končno osvobojen problemov z zdravjem in izkoriščanja.

V vesolju obstajajo obdobja podobnosti, vendar nikoli ni nič isto. Ljudje se tisoče let ukvarjajo z atlasom in končno se planeti in zvezde postavljajo v položaj, ki bo omogočil boljšo prihodnost človeškemu rodu.

Nastopil je čas, da se najstarejši znanosti, astrologiji in drugim znanostim, pridruži najmlajša znanost – atlasologija.

ATLASOLOGIJA

Atlas je najmanjši od vseh vretenc in po velikosti sodi med manjše kosti. V človeškem telesu je dvesto šest kosti, v delu hrbtenice od lobanje do medenice pa jih je štiriindvajset. Videti je neverjetno, da se med toliko kostmi, dela znanost o samo eni kosti, vendar zaradi pomena za življenje in človeško zdravje, obstaja izjemna potreba, po nastanku znanosti o atlasu.

Predlagam, da se ustanovi znanost ATLASOLOGIJA. Ta knjiga in teorija o prenatalni zamaknjenosti atlasa sta začetek te znanosti. Obstaja že veliko znanosti in pospešeno nastajajo tudi nove. Nekatere od znanosti so pomembne, druge manj pomembne, vendar bo zaradi pomena za življenje atlasologija postala ena od najpomembnejših.

Morfološka študija, ki jo je izdelal dr. Reiner Seibel je temelj atlasologije, vendar je potrebno, da tudi drugi medicinski strokovnjaki izdelajo znanstvena dela in klinične študije o boleznih pred in po namestitvi atlasa. Ta dela bi prispevala k temu, da se prične najhitreje množično uporabljati **HumanUP** metoda, s tem bi človeštvo končno začelo živeti bolj zdravo.

Ljudje so tisoče let poskušali namestiti prvo vretence. Najbolj pogosto so si sami masirali zatilje, niti ne vedoč, da si na ta način poskušajo namestiti atlas, posamezniki pa so iskali način, da bi drugim vrnili atlas na ustrezno mesto. V preteklosti ni obstajal naziv oziroma poimenovanje za omenjeno dejavnost, četudi gre za eno od najstarejših človeških aktivnosti. V dvajsetem stoletju je nastalo nekaj nazivov vendar noben ni postal znan.

Atlas je možno namestiti samo s **HumanUP** metodo, zaradi tega bi ta poklic moral dobiti naziv, da bi se razlikoval od tistih poklicev, ki kar tako, atlas nenadzorovano premikajo.

Ustrezen naziv je ATLASOLOG, poimenovanje pa se pridobi po opravljenem usposabljanju. Postati atlasolog je izjemna čast in privilegij, vendar tudi velika odgovornost. Atlasolog je danes neznan poklic, prej ali slej, pa bo postal najbolj spoštovan in eden od najbolj plemenitih poklicev, ker gre za pomoč ljudem, da dobijo tisto, kar je

najpomembnejše. Obstajajo tudi atlasologi z medicinsko izobrazbo, vendar se atlasologi ne ukvarjamo z zdravljenjem, zaradi česar nismo zdravniki. Vendar, k nam na namestitev atlasa prihajajo tudi zdravniki in drugi ljudje,ki se ukvarjajo z zdravjem.

Vse manj je zaupanja v inštitucije in sisteme, ki naj bi omogočili boljše življenje posamezniku in družbi. V znanost se še verjame in to je dodatni razlog, da se čim prej ustanovi znanost o atlasu. Na ta način se bo javnost seznanila in spoznala zaradi česa nastanejo problemi z zdravjem, š bolj pomembno pa je, da se izve, da obstaja rešitev za težave in obolenja.

Da bi se atlasologija razvijala, medicinski strokovnjaki morajo izdelati znanstvene študije, kar bo nekomu od njih prineslo tudi slavo. Atlasologija bo izboljšala človeško zdravje in medicinsko znanost, s časom, pa bo postala najpomembnejše področje medicine, zato ker je namestitev atlasa najboljša preventiva. Ob tem, atlasologija mora popraviti napake anatomije, znanosti o človeškem telesu.

Ko se bo vse omenjeno zgodilo, bom zahvalen vsem, ki so oživeli atlasologijo, že sedaj pa sem srečen, ker sem sprožil omenjene procese.

PROCESI

Tisto, kar je v preteklosti bilo videti nemogoče, je danes mogoče, tisto, kar pa je danes videti nemogoče, pa se bo lahko realiziralo v prihodnosti. Da bi se nekaj realiziralo, so potrebni procesi, ki bodo to omogočili. Na primer, pred dvesto leti nismo leteli, danes pa z letali in drugimi letalniki vsak dan leti nekaj milijonov ljudi. Nam se zdi nemogoče živeti brez bolezni, vendar čez dvesto let bolezni več ne bodo obstajale.

Prihodnje generacije bodo živele zdravo in ne bodo dojemale, kakšne vse bolezni so pestile našo generacijo. Dobro zdravje prihodnjega človeštva bo možno zaradi namestitve atlasa, naravnih načinov zdravljenja, pridelave organske hrane, uporabe matičnih celic in nadaljnjega razvoja medicinske znanosti.

Osnovni vzrok obolenj se odpravi z namestitvijo atlasa, to pa je najhitrejši način, da ljudje končno postanejo bolj zdravi. Za vse je potreben čas, vendar v tem primeru je še posebej pomembno, da se najhitreje prične boljša prihodnost.

Številna odkritja niso bila ne hitro in še manj lahko sprejeta. Potreba za boljšim zdravjem je sedaj večjo, kot kadarkoli in zaradi tega je nujno, da se odkritje o namestitvi atlasa, najhitreje realizira, vendar, da pa bi se to zgodilo je potrebno nekaj naslednjih procesov.

Predvsem je potrebno, da ljudje izvedo za to odkritje, ko pa se dobra vest razširi med ljudi, bo problem, da trenutno še nimamo dovolj atlasologov. znanje se lahko hitro posreduje, vendar je potreben določen čas za proces usposabljanja novih atlasologov.

Obstaja več deset načinov namestitve atlasa, vendar, da bi se prišlo do najboljših rešitev, je zaželena konkurenca, nič drugače ni tudi v našem primeru.

Atlas se lahko namesti samo z metodo **HumanUP**, vendar bo potreben čas, da znanost to trditev tudi dokaže. Samo atlasolog lahko namesti prvo vretence, zaradi tega je izjemno pomembno, da bo proces dokazovanja izpeljal kar najhitreje, ker se z drugimi načini atlas zamika, ljudje pa postajajo vse bolj bolni.

V medicinski in farmacevtski industriji je danes zaposlenih na desetine milijonov ljudi. Še desetine milijonov dela v industrijah, ki proizvajajo aparate in pripomočke za omenjeni industriji, ti ljudje pa od zaslužka svojega dela vzgajajo še desetine milijonov otrok. Z nameščenim atlasom bo vse manj bolnih ljudi in zaradi tega bodo omenjene industrije v prihodnosti imele vse manj dela. Potreben je čas, da današnje generacije medicinskih delavcev najdejo drugo delo, to pa je še eden od razlogov, da bo proces namestitve atlasa vsem ljudem na svetu trajal desetletja.

To je sedaj videti nemogoče, vendar je nujno, da bi se v prihodnosti živelo brez bolezni. Tisti, ki imajo željo študirati medicino verjetno ne bodo imeli dovolj dela in zaradi tega je bolje, da razmislijo o kakšnem drugem poklicu, najboljše pa je, da opravijo usposabljanje za atlasologa, ker bodo tako resnično pomagali ljudem, da bodo živeli bolj zdravo.

Profesorji medicine študentom ustvarjajo iluzijo, da so »majhni bogovi«, ker imajo v svojih rokah človeška življenja. Ko se mladim ljudem nekaj takega »posadi« v glavo, to ni dobro ne zanje, niti za ljudi, katere bodo ali že zdravijo. Zdravniki se v življenju počutijo kot nadljudje in zaradi tega ne zmorejo vzpostaviti normalnega odnosa s pacienti.

Zdi se neverjetno, da je celo sedemindevetdeset odstotkov operacij nepotrebnih in škodljivih za človeško zdravje, vendar je to dejstvo, katerega so objavili tisti medicinski strokovnjaki, ki so se odrekli svojemu poklicu. Milijoni kirurgov je naporno študiralo in delajo tisto česar so se naučili, vendar to ni opravičilo, da z nepotrebnimi operacijami pacientom grenijo življenja in poslabšajo zdravje.

Obstaja rek: »Rešili življenje, poslabšali pa zdravje.«

Ko si bo večina ljudi namestila prvo vretence, bodo živeli bolj zdravo in bodo utrpeli manj poškodb, zaradi boljše koncentracije in orientacije. Medicina bo seveda še naprej potrebna, vendar manj, kot danes. Poškodbe tkiv bodo operirali kirurgi, zlome kosti pa bodo zdravili ortopedi.

Zaradi različnih obolenj se medicina danes ukvarja z zdravljenji, v prihodnosti pa se bo ukvarjala z vzdrževanjem zdravja. Tudi ljudi z nameščenim atlasom ogrožajo virusi, bakterije in paraziti, tako, da bo tudi v prihodnje obstajala potreba po preprečevanju in zdravljenju posledic okužb. Stanje organizma se bo še vedno preverjalo z laboratorijskimi izvidi, v inštitutih bodo potekale raziskave, medicina se bo razvijala naprej. Danes je preventiva zapostavljena, v prihodnosti bodo medicinski delavci usposabljali ljudi v načinih, kako živeti zdravo.

Med potekom vseh teh procesov, bodo milijarde ljudi trpele bolečine in obolenja. Danes obstaja rešitev za njih, pa je nujni procesi ne smejo trajati predolgo.

Zaposlenim v medicinski industriji ni potrebno skrbeti za lastno prihodnost, ker bo proces namestitve atlasa vsem ljudem na svetu trajal nekaj desetletij, med tem časom pa se bodo upokojili, nove generacije tistih pa se bodo zaposlile v drugih industrijah.

Z nameščenim atlasom so ljudje bolj zdravi, posledično imajo več potreb od bolnih. Ustvarjali se bo drugačni trgi, odprlo se bo stotine delovnih mest za nove tehnologije in za proizvodnjo organske hrane. Zaradi boljšega zdravja bodo ljudje želeli potovati, se ukvarjati s hobiji, pa bo industrija turizma in zabave zaposlovala vse več delavcev.

Zaradi večje produktivnosti bosta rastla gospodarstvo in ekonomija, zaradi boljšega zdravja bodo ljudje radi delali. Marsikdo bo podaljšal delovno dobo in zaradi tega bo pokojninski sklad razbremenjen, zaradi manj bolniških odsotnosti bo manj obremenjena tudi zdravstveni sklad. Zaradi boljše ekonomije in boljšega zdravja, bodo države namenjale manj sredstev za socialni in zdravstveni sklad.

Da bi nekaj postalo modno, je potreben proces, vendar imajo modni trendi rok trajanja, trenutek je nekaj moderno, naslednji hip pa že nekaj drugega. Moda je minljiva, vendar metoda **HumanUP** ne bo iz mode vse dotlej, dokler vsem ljudem ne bo nameščen atlas.

Po namestitvi atlasa si ljudje želijo hitro ozdraveti, vendar pri bolj bolnih je proces ozdravitve počasnejši, potrebna je potrpežljivost. Proces nastanka bolezni je trajal nekaj let ali desetletij, po namestitvi atlasa je proces izginotja bolezni občutno krajši, pri večini traja nekaj mesecev.

Da bi se katerikoli proces realiziral je potreben čas.

ČAS

Časa, ki je minil ni moč povrniti ter popraviti napako, ki je nastala v preteklosti zaradi zamaknjenega atlasa, vendar jo danes končno lahko popravimo zaradi boljše prihodnosti.

Živimo v dobi obsedenosti s tehnološkim napredkom in novih znanstvenih odkritij, vendar bodo ljudje v prihodnosti dojeli, da so nekatere Nobelove nagrade bile napačne in, da so nam posamezna odkritja povzročila škodo. Čas je najboljši sodnik, tako se bo nekega dne izvedelo, da je največjo škodo povzročila nekatera odkritja s področja kemijske znanosti.

V preteklosti se je dogajalo, da posamezna odkritja niso bila pravočasno dojeta, to pa se je zgodilo tudi z odkritjem o zamaknjenosti atlasa Danijela Palmera. Enako se je zgodilo z odkritjem Renea Schümperlia, da se lahko atlas namesti z masažo zatilja. Ta odkritja so ključna za človeško vrsto, pa bi Nobelova nagrada bila majhna za ta dva genialna človeka. Nobelova nagrada naj bi bila najbolj pomembna, vendar je zaradi različnih interesov včasih prišla v napačne roke.

Palmer in Schümperli nista pripadala uradni znanosti, vendar sta dosegla največji odkritji. Da bi se popravila krivica, ki sta je bila deležna predlagam ustanovitev nagrade PALMER-SCHÜMPERLI, katere bi se podeljevala znanstvenikom, katerih odkritja, bi pomenila dejanski prispevek človeštvu.

Civilizacija Majev se ni ukvarjala z znanostjo, vendar je najbolj natančno merila čas. Njihovo odkritje je, da obstajajo epohe, ki trajajo do šestindvajset tisoč let. Napačno tolmačenje majevskega koledarja je najavilo konec sveta leta 2012, do katerega pa seveda ni prišlo, temveč je to pravzaprav bil konec ene ter začetek druge epohe.

Imel sem srečo in čast biti eden izmed štiristo ljudi na planetu, katere je usposobil Rene Schümperli, vendar sem hitro dojel, da njegova rešitev ni končna. V letu 2012 sem si prizadeval izboljšati metodo, katero je odkril Schümperli, junija leta 2013 pa sem končno odkril pravi način namestitve atlasa. Povsem možno je, da bo to odkritje prineslo človeškemu rodu prelomnico, katero so napovedali Maji, če pa bo res tako, potem bomo zares lahko merili čas po njihovem koledarju.

V naslednji epohi bodo ljudje živeli brez obolenj in čas bo zagotovo pokazal, da je metoda **HumanUP** epohalno odkritje.

Degradacija naše vrste se dogaja že nekaj generacij. Odkritje o namestitvi atlasa je prišlo minuto do polnoči, vendar še ni prepozno. Čas je eden od dejavnikov od katerih je odvisno, kdaj bo atlas nameščen vsem.

Nekoč je obstajalo samo naravno zdravljenje, razvoj znanosti pa je ustvaril sodobno medicino. Zaradi interesov je tradicionalna medicina razglašena za alternativno in zastarelo, v bistvu pa je sodobna medicina alternativa naravni medicini. Nekoč so zdravljenja bila brezplačna, vendar to ne ustreza sodobni medicini, ki je postala eden od največjih poslov.

Znanstvena medicina dela napake, največja napaka pa je, da ne izrabi izkušenj zdravljenj, ki obstajajo tisoče let. Po namestitvi atlasa, se bo zdravje izboljšalo, vendar smo še naprej izpostavljeni infekcijam. Vendar, zaradi nameščenega atlasa je imuniteta boljša in organizem se lažje zdravi, ob pomoči medicine se bo še hitreje ozdravil. Če se v prihodnosti združita naravna in znanstvena medicina, bodo zdravljenja občutno uspešnejša.

Na začetku enaindvajsetega stoletja naravna zdravljenja postajajo modna, vendar se niti to ne dogaja naključno. Zaradi ekonomskih interesov ta proces poganja sodobna medicina vendar ga strogo nadzoruje.

Namestitev atlasa ni zdravljenje in zaradi tega se ne more uvrstiti ne v uradno, ne v alternativno medicino. Vendar, to odkritje se mora realizirati, ker ne obstaja drugi način, da se človeštvo osvobodi večine obolenj. Namestitev atlasa ni zamenjava za naravno ali sodobno medicino, vendar ima neprimerljivo boljše rezultate – zaradi tega ker odpravlja vzrok obolenja.

Pospešeni način življenja ne pušča dovolj časa, da se posvetimo lastnemu organizmu in zdravju. Med spanjem se organizem samozdravi, z nameščenim atlasom se zdravje izboljša, pa se manj spi s čimer se pridobi več časa za osebne potrebe in druženje.

Vsi ljudje na svetu imajo zamaknjen prvo vretence, zaradi tega imajo vsi isti problem ne glede na raso. Namestitev atlasa je za vse ljudi sveta najpomembnejši projekt, zaradi česar bi se moralo človeštvo združiti v njem, ne glede na razlike v političnih in verskih prepričanjih.

Če do tega ne pride, bodo ljudje vse bolj bolni, življenjska doba pa se zniževala, kljub temu, da se medicina vse hitreje razvija. Niti ni pomembno, koliko bo človek živel, temveč je pomembno, da bo med življenjem zdrav, najboljše bi bilo, ko bi vsem ljudem biološka ura lahko delovala 120 let.

Čas traja enako vsem, vendar vsem drugače bije biološka ura. Vsi ljudje v zatilju imajo aktivno tempirano bombo, ki bije hitreje ali počasneje, odvisno od tega, koliko je atlas zamaknjen.

Pri enem od desetih ljudi se atlas nahaja na ustreznem mestu, to pa je usklajeno z dolžino življenja enega od deset tisoč ljudi, ki živijo čez sto let.

Današnjemu človeštvu bi bilo bolje, da si v čim krajšem času namesti atlas, eden od razlogov, da bo potrebno precej časa je – strah.

STRAH

Dve najmočnejši emociji sat strah in ljubezen. Strah za življenje in skrb za potomstvo obstajata tudi pri živalih, vendar sta najbolj izražena pri človeški vrsti.

Od živali nas razlikuje ljubezen do sebe in drugih, vendar tako samoljubje kot ljubezen sta namenjena podaljšanju vrste. Od drugega leta se deklicam izloča estrogen, ki jim razvija potrebo po skrbi za druge, ko postanejo matere, skrbijo za potomstvo. Dečkom se bolj izloča testosteron, ki okrepi agresivnost in spolno slo. Podaljšanje vrste je osnovan življenjska potreba, pri človeški vrsti pa se razvija od otroštva.

Skrb za potomstvo, spolnost in agresivnost so v funkciji podaljšanja vrste in zaščite družine. Zaljubljenost obstaja samo pri naši vrsti, glavni namen tega prijetnega stanja, pa je ustvarjanje potomstva.

Pri naših prednikih je ljubezen do potomstva bila večja, kot je danes. Nekoč je bilo nepredstavljivo, da nekdo drug izobražuje in vzgaja otroke, danes je to normalen pojav. Družinski odnosi so se poslabšali, zaradi pomanjkanja ljubezni so otroci nesrečni in podvrženi boleznim. Samo ljubezen se ne more kupiti, starši pa plačujejo, da jim nekdo varuje ter skrbi za otroke. Ko otroci odrastejo, plačajo, da jim nekdo varuje in skrbi za ostarele starše.

Da bi otrok postal človek, je potrebna vsa vas. Danes se večinoma živi v mestih, vendar je med odraščanjem omejena komunikacija otrok z okoljem, četudi so obkrožena z velikim številom ljudi. Otroci se redko srečujejo s starimi starši, tako pa je omejena celo medgeneracijska komunikacija.

Ljubezen je koristna vse dotlej dokler je zmerna, zato, ker bi preveč ali premalo ljubezni povzročilo škodo drugim ljudem. Zaradi samoljubja današnjih generacij se naravni resursi uporabljajo, kot da bi bili zadnji ljudje na svetu in, kot, da prihodnje generacije ne bodo potrebovale zraka, vode, pridelovalnih zemljišč in nafte.

V preteklosti je strah pred lakoto ustvaril največji problem naš vrsti, ta strah pa obstaja tudi danes, pa se preobjedamo, kljub temu, da je hrane dovolj. Živali živijo instinktivno in ne jedo več, kot potrebujejo. Pri naši vrsti obstajajo instinkti vendar so kombinirani s tistim, kar so nas naučili starši v otroštvu. Strah pred lakoto je ins-

tinktiven, malce stradanja je v bistvu zdravilno, zaradi tega bi matere morale naučiti otroke, da jedo manj. Strah nas mora biti preobjedanja in ne lakote. Bolj zdravi so tisti, ki jedo manj, najdlje pa živijo ljudje, ki jedo nizkokalorično hrano.

Strah pred boleznimi je večji od strahu pred smrtjo. Ljudi ni strah smrti, ker dojemajo, da je strah pred boleznimi upravičen, ker morajo potomci skrbeti za svoje otroke in za svoje bolne starše.

Optimizem in pesimizem sta človeški lastnosti. Optimizem je sestavni del mladosti, pesimizem pa je bolj izražen v starosti. Sedanje generacije mladih so že pesimistične, kljub temu, da imajo boljše pogoje od predhodnih generacij. V srednjih letih vidimo starejše, kako se mučijo z obolenji in zaradi tega optimisti postanejo pesimisti. V petem desetletju se zdravje poslabša in postaja vse slabše. V prihodnosti bodo zaradi nameščenega atlasa ljudje živeli bolj zdravo vse življenje, pa bodo tudi v starosti optimisti.

Naši predniki niso bili ne optimisti, niti pesimisti, temveč so živeli preprosto, skladno z naravo. Tudi njih je bilo strah za življenje, ker so bili izpostavljeni surovim pogojem vendar niso bili zaskrbljeni za obstoj. Danes živimo v še bolj surovih pogojih in smo upravičeno vse bolj zaskrbljeni. Mi smo onesnažili bivališča in mi jih moramo očistiti, da bodo prihodnje generacije imele kje živeti.

Do dvajsetega stoletja je bilo manj karcinomov, v začetku enaindvajsetega stoletja pa vsak tretji človek umre zaradi karcinoma. Napoved je, da bo v desetih letih umiral vsak drugi. To se dogaja zaradi kemijskega onesnaženja bivališč in hrane, vendar je strah gonilo karcinoma. Nekoč so se ljudje bali naravnih katastrof, plenilcev in nasilnežev, vendar so se te pojave dogajale občasno, ljudje pa so živeli v skupnosti, pa so se lažje varovali.

Danes so strahovi vsakdanji in jih je neprimerljivo več, ljudje živijo v mestih vendar so osamljeni in brez zaščite družine. Med odraščanjem se bojimo vzgojiteljev, učiteljev in profesorjev, ko pa se zaposlimo pa šefov in direktorjev. Vozniki se bojijo, da bi poškodovali pešce, pešci se bojijo avtomobilov. Ljudem pri katerih je atlas nameščen v trenutku stresa v možgane prispe več krvi in so strahovi manjši, posledično je manj tudi karcinoma.

Strah pred novim in neznanim je upravičen, zaradi tega je najboljše, da se seznanimo s tistim, česar se bojimo, da lahko presodimo ali nevarnost dejansko obstaja. Namen te knjige je seznanitev s **HumanUP** namestitvijo atlasa, vendar je najbolje obiskati atlasologa in se prepričati, da ni razlogov za strah pred namestitvijo prvega vretenca.

Področje zatilja je občutljivo in zaradi tega imamo vsi prirojeni ali pridobljeni strah za ta del telesa. Zdravstveno osebje ima še večji

strah, pridobljen z informacijami, kaj vse se nahaja na tem mestu. Zdravniki se bojijo za svoje zatilje in za zatilja pacientov, pa jih napotijo na snemanja in k različnim specialistom, vendar tudi slednji na koncu ne vedo, kaj narediti in nimajo poguma kakorkoli ukrepati.

Na medicinski fakulteti se uči o atlasu, vendar gre za osnovne informacije iz anatomije. Rentgenologe praviloma ne učijo, kako posneti prvo vretence, nekdo zna narediti posnetke iz treh položajev in na teh posnetkih se lahko vidijo zamaknjenosti, vendar rentgenologi in drugi zdravniki ne vidijo razmerja, na kaj je atlas zamaknjen in kakšen je vpliv tega na zdravje.

Zdravniki včasih zahtevajo posnetke prvega vretenca, če je pacient v komatoznem stanju. Tedaj se samo ugotovi stanje, vrat se imobilizira, vendar se atlasa ne dotika. Stanje kome nastane zaradi preveč zamaknjenega atlasa, ki zmanjšuje živčne signale in pretok krvi skozi možgane. Zaradi tega je takšnim pacientom brez odlašanja namestiti atlas, kar bo posameznikom omogočilo vrnitev iz kome.

Odveč je strah pred namestitvijo atlasa z metodo **HumanUP**, ker ne obstaja niti najmanjše tveganje. Ljudem se ni treba bati namestitve, temveč jih mora biti strah zamaknjenega atlasa. Nemogoče je, da se komurkoli karkoli zgodi, kaj slabega, po namestitvi atlasa se končno prične boljše življenje.

Zatilje se nahaja pod dnom lobanje in to je tanek pas med glavo in vratom. V sredini zatilja se nahaja najbolj nevarno mesto telesa. Samo koža in tetiva varujeta prve možgane in zaradi tega je ključno varovati zatilje pred ostrimi predmeti, ki bi lahko prebili kožo. Zaradi občutljivosti zatilja, frizerje usposabljajo, da so posebej pazljivi s škarjami, da ne bi komu ogrozili življenja.

Namestitev atlasa z metodo **HumanUP** je popolnoma varno. Masaža se opravi s pomočjo posebnega masažnega aparata, kontakt masažnega aparata in kože se realizira preko vrha aparata, ki ima obliko prsta in gumijasto oblogo. Tisoče let so ljudje poskušali sebi in drugim namestiti atlas, vendar jim ni uspelo, ker s prsti ni mogoče doseči tako veliko število drobnih udarcev.

Zatilje se masira na desni in levi strani, ker se tam nahajajo ligamenti. Masaža se ne izvaja na najbolj nevarnem mestu,ker se tam ne nahajajo ligamenti in zaradi tega, ker je nevarno. Tudi v primeru masiranja omenjenega mesta, ne obstaja možnost poškodbe, ker je vrh masažnega aparata zaobljen in ima gumijasto oblogo, nikakor pa ne more prodreti skozi koža, ni delec milimetra.

Zaradi zamaknjenosti prvo vretence gnete hrbtenjačo in druge živčne poti. S pomočjo metode **HumanUP** se atlas postopoma vrne na mesto, od tedaj naprej pa se sprošča njegov pritisk na živce in

hrbtenjačo. Atlasologi so edini, ki ločujejo atlas od hrbtenjače in nervus vagusa. Masaža se izvaja na območju zatilja kjer ni živčnih poti, to pa je še eden od razlogov, da ne obstaja nevarnost med namestitvijo atlasa.

Med masažo se ne izvaja pritisk na atlas, vendar tudi če bi se, ne obstaja možnost poškodbe, ker je kost atlasa čvrsta.

Na območju masaže se nahaja vertebrala, ki dovaja kri v spodnje možgane, vendar se na njo ne izvaja pritisk. Med masažo so pod pritiskom koža, kratke mišice in ligamenti, vertebrala ni pod pritiskom, kri zaradi tega nemoteno teče.

Laži in prevare so sestavni del človeške narave. Ukane in prevare obstajajo tudi pri živalih, vendar jih je naša vrsta izpopolnila. Prevare so obstajale od nekdaj, vendar so danes večje kot kadarkoli prej, ker se s pomočjo sredstev informiranja manipulira s celotnimi narodi.

HumanUP namestitev atlasa je ena od redkih pojavov, ki ni prevara. Takoj po tretmaju skoraj vsi začutijo, da je njihovo prvo vretence na dobrem mestu glede na lobanjo in čeljust. Razen tega lahko bolj obrnejo glavo v stran, najbolj pomembno pa je, da večina takoj občuti različna olajšanja. Težave in obolenja postopoma izginejo, zaradi tega so ljudje iz leta v leto bolj zdravi in tudi prepričani, da niso bili ogoljufani ter, da je namestitev atlasa najpomembnejši dogodek v njihovem življenju.

Strah je lahko koristen, vendar je lahko tudi škodljiv – na primer, ko smo prestrašeni zaradi napačnih informacij. Dvom komu se lahko verjame, ko pa pravih informacij nimajo niti tisti, ki bi nekaj morali vedeti o atlasu. Zaradi pridobljenega strahu in pričakovanj v povezavi s prvim vretencem, številni zdravniki, povečini iz neznanja, strašijo paciente in jih odvračajo od namestitve. Najpogosteje jih opozorijo, da ob atlasu poteka štiriindvajset živcev in, da je že to samo po sebi zelo nevarno. Vemo, da se ob atlasu razširjajo najpomembnejše živčne poti, vendar je neverjetno, da zdravniki ne vedo, da so ljudje bolni prav zaradi tega ker zamaknjen atlas zmanjšuje živčne signale.

Tisoče let obstaja nameščanje kosti, zglobov in hrbtenice zaradi zmanjšanja bolečin in odprave različnih težav. Te namestitve so večini pomagale, vendar so marsikomu prinesle še več problemov. Ljudje so delno prestrašeni tudi zato, ker primerjajo namestitve atlasa z namestitvijo hrbtenice, vendar med njima ni primerjave. Med masažo zatilja se ne izvajajo sunki, niti nobeni nagli gibi glave, kost atlasa se ne potiska.

Obstajajo različni načini namestitev delov telesa, odvisni so tudi od talenta in občutka tistih, ki zadevo izvajajo. Kiropraktika je posta-

la del medicine, vendar so namestitve še naprej odvisne od veščine in izkušenj kiropraktikov, zaradi tega ne obstajajo standardne procedure, obstaja pa rek – koliko je na svetu kiropraktikov, toliko je vrst kiropraktike.

Podobno velja za namestitev atlasa. Obstaja desetine načinov namestitve in, odvisno od veščine namestitve, obstaja tisoče različnih nenadzorovanih tretmajev, pa se zgodi, da kdo tudi izgubi zavest ali bruha. Te neprijetnosti bodo minile, vendar se bo zdravje zaradi še bolj zamaknjenega atlasa poslabšalo, zaradi tega se je potrebno bati razno raznih namestitev.

Namestitev atlasa po metodi **HumanUP** je nadzorovano in ni odvisno od tega kako in koliko je atlas zamaknjen, pa je moj nasvet, naj vam samo atlasolog namešča atlas. To je seveda videti, kot reklama vendar je dejstvo, da po poskusih z drugimi načini namestitev, končno atlasolog vrne prvo vretence na točno anatomsko mesto.

Fobija je stanje strahu, ki prehaja v stanje panike, ko atlas dodatno zmanjša dotok krvi v možgane, zamaknjenost atlasa je vzrok večine fobij, edina rešitev pa je, namestitev atlasa.

Strahovi in stanja panike povečini nastanejo zaradi premikanja atlasa, ki je že zamaknjen. To se lahko zgodi tudi v postelji, ko se glava po nesreči nasloni na vzglavnik, ker tedaj prvi vretenec dodatno zmanjša pretok krvi skozi možgane in živčne signale. Zaradi tega ljudje poiščejo medicinsko pomoč, vendar niti zdravniki ne vedo točno, kaj naj bi bil vzrok takšnih stanj.

Obstaja stotine vrst strahov, strah pred boleznijo pa je največji. Medicinski posel temelji na največjem strahu. Potreba za boljšim zdravjem je vse večja, industrija zdravljenja pa je to dobro izkoristila. Zdravniki pogosto postavljajo napačne diagnoze, pa zaradi strahu pred boleznijo in napačnih zdravljenj postajamo še bolj bolni.

Zastraševanje in manipulacija sta učinkovitejša, ko gre za posameznika, kot pa za skupino ljudi. Medicinska tajna se varuje z izgovorom, da so obolenj osebna zadeva pacienta.

Večina ljudi ima podobna obolenja in težave, pa se zaradi tega namestitev atlasa po **HumanUP** metodi izvaja pred skupino ljudi, s čimer se dože popolna javnost postopka. Prijateljsko vzdušje in sproščenost naredita masažo za prijetno izkušnjo.

Namestitev atlasa ni zdravljenje, za masažo pa niso potrebni posebni pogoji, zaradi tega so namestitve javne. Ljudje so manj prestrašeni, ko so v skupini, če pa kdo želi zasebnost med masažo, mu je ta zagotovljena.

Starejše ženske med hojo gledajo navzdol, ker se bojijo, da bi si s preveč vzravnano držo lahko zlomile kolk, vendar na tak način

še bolj obremenjujejo spodnji del hrbtenice, posledično trpijo močnejše bolečine. Skozi življenje je potrebno hoditi vzravnano, pogled pa mora biti usmerjen naravnost naprej, ker se na ta način zmanjša verjetnost padcev. Z nameščenim atlasom se telo vzravna, padcev je manj tudi zaradi tega, ker se v prvih možganih osvobodijo centri za orientacijo in koncentracijo.

Iz prvih in malih možganov se izdajajo povelja oziroma ukazi mišicam, z nameščenim atlasom je ta komunikacija boljša, pa je manj padcev in poškodb. Prvič lahko gremo pogumno skozi življenje.

Večina ljudi živi v mestih in je odvisna od dobaviteljev vsega, kar je namenjeno življenjskim potrebam. Življenje v mestih je videti lažje od življenja na vasi, vendar je v mestih velika težava odvisnost od različnih sistemov, kar ustvarja občutek nemoči in strahu. Da bi imeli denar za živila in druge potrebe, moramo imeti stalno zaposlitev, zaradi tega se poraja strah pred izgubo delovnega mesta.

Gonilna sila sodobnega človeštva je nafta. Ona je še posebej pomembna za kmetijstvo, zato ker se iz nje izdelujejo pesticidi. Upravičen je strah pred popolnim izginotjem oziroma porabo nafte, ker brez pesticidov ne bi bilo moč pridelati zadosti hrane.

Iznajdljivost in pogum sta odliki naše vrste. Strah izziva potrebo, da se odpravi vzrok strahu in, da se najde rešitev. Človeški rod je tisoče let poskušal odpraviti vzrok obolenja in končno je odkrita trajna rešitev.

V preteklosti so predvidevanja o koncu sveta izzivala množične strahove vendar svet še vedno obstaja. Danes obstaja verjetnost, da zaradi popolne porabe nafte izgine običajni način življenja, vendar tudi to ne bo pomenilo konca sveta. Posamezniki se pripravljajo za konec sveta, vendar se nanj pripravljajo tudi bogate države. Zgrajeni so podzemne mesta z rezervami vode in hrane, vendar je problem, ker ne bo v njih mesta za vse prebivalce oziroma državljane temveč zgolj tisti, ki se bodo znašli ali so že na seznamih za preživetje ter obstoj.

To so začasne rešitve, pa se je bolje organizirati na drugačen, bolj naraven način. Na stotine tisoč ljudi še naprej živi skladno z naravo, tako, da niso odvisni od proizvajalcev hrane. Končni čas je, da nam postanejo vzor.

Ljudje, ki živijo v urbanih okoljih bi lahko kupili manjše posesti v okolici mest, ter po sobotah in nedeljah sami pridelovali določena živila. Na ta način bi dobili hrano, ki ni onesnažena in manj bi jih bilo strah prihodnosti. Ljudje so obstali v naravi in zaradi tega ne bi bilo hudo ali celo strašno, če bi spet tako živeli.

Človeštvo bi moralo iz generacije v generacijo živeti vse bolje, vendar sodobne generacije živijo vse slabše in zaradi tega se vse bolj ločujejo od narave. Imamo vtis, da živimo bolje kot predniki, vendar je to samo vtis, realnost pa je povsem drugačna – ne more nam biti bolje, če smo vse bolj bolni. Vse karcinomov nastaja zaradi kemijskega onesnaženja, pa tudi zaradi različnih strahov. Morski psi so edine živali, ki ne poznajo strahu, posledično ne obolevalo zaradi karcinoma.

Strah izziva in poslabša bolezni, pozitivne misli pa delujejo zdravilno. Vera v boljši jutri je koristna, vendar, ko gre za namestitev atlasa ni potrebno verovati,ker se vse zgodi samo po sebi – verjeli ali pa ne. Gravitacija nas vzravna in postanemo bolj zdravi, želeli mi to ali pa ne.

SISTEMI

Človeški odnosi so se razvijali zahvaljujoč organizaciji življenja v plemenski skupnosti. Prva previla organizacije so nastala zaradi usklajevanja potreb posameznikov s potrebami skupnosti. Cilj sistemskega organiziranja je dobrobit posameznika in družbe, vendar se je to spremenilo v korist tistih, ki odločajo.

Sčasoma so preprosta prvobitna pravila prerasla v zakone, ki vse bolj organizirajo človeške želje, voljo in svobodo, pretiravanje s pravili pa je ustvarilo zapletene zakone, ki so postali lastno nasprotje. Pravni sistem bi moral omogočiti lažje življenje večini, vendar v realnosti ščiti interese različnih skupin in sistemov.

V prejšnjem stoletju so profesionalna združenja prerasla v močne sisteme – elektroenergetski, prometni, vodovodni, ekonomski, bančni, politični,… Sistemi so postali močni, nam pa je sedaj zdi, kot, da je nemogoče živeti brez njih.

Soodvisnost različnih sistemov postaja grožnja vzdrževanju življenja. Ko bi katerikoli sistem prenehal funkcionirati bi tudi drugi sistemi oteženo delovali, to pa bi ogrozilo večino ljudi.

Sistemi ustvarjajo monopole od katerih ljudje postanejo odvisni in izgubijo svobodo. Največjo korist od sistemov imajo tisti, ki kreirajo na svet in z njim upravljajo, zaradi česar ne bodo dovolili, da bi se sistemi ukinili ne glede, d večini povzročajo škodo.

Vsak sistem ima specifičnosti, pa je tako tudi z medicino. Zaradi tega ker se ukvarja z zdravjem, bi medicina morala biti najbolj humana vendar, žal vse bolj postaja posel. Zaupanje v zdravstveni sistem preraščа v ogorčenje, zaradi tega se ljudje vračajo naravnim načinom zdravljenja.

Vendar se, tako naravna, kot sodobna medicina ukvarjata z zdravljenjem, pa je najbolje preprečiti nastanek obolenj, da ne bi bilo potrebe po zdravljenju. V človeški naravi je težnja, da se odpravi obstoječe slabo stanje in, da se ne prepusti usodi in sistemom. Tisoče let so ljudje poskušali odpraviti vzrok obolenj, vendar se niso zavedali, da to sploh počnejo.

Končno je odkrit vzrok večine težav in obolenj, še bolj pomembno pa je, da odkrito kako, ga učinkovito odpraviti. Človeštvo je tisoče let čakalo odkritje o namestitvi atlasa in ga naposled tudi dočakalo. Sedaj obstaja rešitev, da bi vsi ljudje živeli bolj zdravo in to je potrebno sčasoma doseči, ne glede, da se bo s tem zmanjšala potreba po medicinskem sistemu.

Konflikt z medicino ni potreben, potrebno pa je sodelovanje, da bi ljudje hitreje ozdraveli.

Namestitev prvega vretenca ni zdravljenje in zaradi tega ne more biti v konfliktu z interesi medicinskega sistema.

INTERESI

Obstajajo osebni in državni interesi. Posamezniki želijo zadovoljiti osebne interese, državne inštitucije ščitijo družbene interese, pa zaradi tega obstaja nasprotje interesov.

Ustava in zakoni naj bi omogočili najboljše pogoje za življenje prebivalcev, vendar to v realnosti ni možno, ker se spreminjajo življenjske okoliščine, posledično se spreminjajo tudi zakoni, nekateri se spremenijo in dopolnijo, nastajajo pa tudi novi. Odvisno od okoliščin ima vsaka država lasten način za izboljšanje življenja in zdravja prebivalstva.

Na Japonskem obstaja Zakon o debelosti in to je ena od držav, ki ima takšen zakon. Z znanstvenimi raziskavami je potrjeno, da so debeli ljudje bolj bolni in je posledično nujno, da država namenja veliko denarja za njihova zdravljenja. Japonska je izčrpala naravne resurse, zato japonska vlada pazljivo upravljati z državnim oziroma proračunskim denarjem. Zakon o debelosti je eden od razlogov, da so Japonci med najbolj zdravimi ljudmi v svetu, ne glede na interese medicinske industrije je Japonska ena od bogatejših držav sveta. Zanimivo je, da se proti takšnemu zakonu ni izjasnila nobena organizacija za zaščito človekovih pravic.

Ameriška vlada zagovarja človekove pravice, Američani pa so najdebelejši in sodijo med bolj bolne, kljub dejstvu, da jim je na voljo najboljša medinska industrija. Američani odhajajo vse bolj množično na zdravljenja na Kubo, ker so ta tam cenejša, kubanska medicina pa je učinkovitejša od ameriške.

Ko je Kuba izgubila tujo pomoč, je kubanska vlada bila prisiljena najti rešitev, tudi kar zadeva medicine. Kubanci so se vračali k tradicionalnim zdravljenjem, pa so ustvarili kombinacijo naravne in znanstvene medicine, to pa je dalo izjemne rezultate. Kuba je še naprej med siromašnejšimi državami, vendar je nekaj kar je slabo, včasih dobro za kaj drugega. Ljudje na Kubi nimajo veliko denarja, nimajo pa niti viška kilogramov.

Vsaka doba prinaša spremembe, na katere se odzivajo posamezniki, a tudi voditelji in vodstva držav. Posamezniki se na nova odkritja odzivajo hitreje od državnih inštitucij, ni drugače pa ni niti ko gre za namestitev atlasa. Državna oblast ima moč, vendar je omejena z obstoječo ustavo in sistemi, zaradi tega pa je upočasnjeno odzivanje. Spremembe najprej zajamejo prebivalstvo, državne inštitucije pa jih pozneje sprejmejo. Če je zdravje najbolj pomembno, potem je najvišji državni interes, da se atlas namesti vsem prebivalcem države. In to takoj!

Vedno, ko se dogajajo spremembe, nekdo dobi, nekdo pa izgubi. Zaradi izboljšanja zdravja, je namestitev atlasa redka pojava, s katero vsi dobijo. Sčasoma se bo zmanjševale potrebe po zdravljenju, posledično se bo zmanjšalo tudi število zaposlenih v medicinski industriji, zaradi tega morajo državne oblasti izdelati oceno, kaj bodo dobile in kaj izgubile. Zaposleni v medicini plačujejo davke, vendar država namenja več denarja za zdravljenja prebivalcev, kot pa ga prejme od davkov.

Danes so cepljenja regulirana z zakoni, bilo pa bi dobro, da kmalu pride do zakonske obveznosti, po kateri bi se dojenčkom in otrokom namestil atlas. Na ta način se bo zdravstvena blagajna razbremenila, višek denarja pa se bo lahko uporabil za izobraževanje.

Sebičnost je del človeške narave in to je normalno, vendar je v sodobni družbi sebičnost preveč izražena. Vsi živijo, kot, da so njihovi interesi najpomembnejši. Po namestitvi atlasa ljudje postanejo bolj zdravi in humani, pa govorijo tudi drugim ljudem o tem odkritju. Tisti, ki dvomijo postopoma pričnejo verjeti, da ne gre za nekakšno prevaro, ampak, da se dejansko lahko s preprostim tretmanom lahko povrne zdravje. Tudi zdravniki po namestitvi pričnejo živeti bolj zdravo, vendar zaradi osebnih interesov, ne posredujejo pacientom informacije, da obstaja rešitev za njihova obolenja.

Od nastanka življenja je nekajkrat bil ogrožen obstoj živega sveta, zaradi kataklizem je prihajalo do iztrebitve vrst. Človeška vrsta je največja katastrofa za rastlinski in živalski svet. Ne morejo interesi naše vrste biti večji od interesov neke druge vrste, vendar se mi vedemo, kot, da je planet samo naš.

V naravi je vse soodvisno. Uničujoč druge vrste mi zmanjšujemo tudi možnost obstoja tudi svoji vrsti. Hitrost izginotja vrst je neverjetna. Vsakega dne izgine po nekaj vrst. Insekti, rastline in živali se medsebojno podpirajo. Čebele obstajajo stotine milijonov let, danes pa so ogrožene zaradi pesticidov. Čebele so ključna bitja za obstoj življenja, če pa bi izginile pa hitro izginilo udi sadje, ki je najbolj pomembna hrana ptic in sesalcev, pa tudi ljudi.

Donosi industrijskih rastlin so se povečali zaradi tega, ker se s pesticidi uničujejo insekti, vendar se na ta način zastruplja zemljišča, preko živil pa se zastruplja tudi človeško telo. Kakovost zemlje je vse slabša, vendar trenutno ne obstaja rešitev tega problema.

Pred dvema stoletjema je na planetu živelo dve milijardi ljudi, danes jih sedem milijard. Naglo povečanje števila ljudi je bilo možno zaradi izobilja oziroma interesov prehranske industrije. Zaradi hitrih sprememb nastajajo napake in slabe posledice. Umetna gnojila in mehanizacija omogočajo velike donose življenjskih živil, vendar so posledično zemljišča vse bolj onesnažena, ljudje pa se bolj bolni.

Tisti, ki načrtujejo prihodnost menijo, da je ednina rešitev za okrevanje zemljišč, zmanjšanje števila ljudi na pol milijarde, da bi se v naslednjih dveh stoletjih planet očistil onesnaženosti. Hitrejša rešitev za čiščenje zemljišč je sajenje konoplje, ki je sposobna v treh letih popolnoma nevtralizirati kemijsko onesnaženje. Tako bi se lahko vsaka tri leta očistilo po deset odstotkov obdelovalne zemlje, vsa zemljišča na planetu pa v tridesetih letih.

Na našem planetu lahko živi dvajset milijard ljudi, pod pogojem, da se živila pridelujejo organsko in da jih ljudje sami pridelujejo. To je boljši načrt, vendar ni v interesu prehranske industrije.

Načrtovalci in oblikovalci zaradi svojih interesov vsiljujejo ljudem izdelke, ki jih ne potrebujemo. Različne potrebe obstajajo zaradi drugačnih življenjskih okoliščin ali pa zaradi podnebnih razlik.

Nekdo ne potrebuje plašča, avtomobila, gledališča, čevljev, kave ali česa drugega, vendar zaradi boljšega zdravja, namestitev atlasa vsi potrebujemo.

Potreba po nameščenem atlasu je edinstven pojav, zato, ker je atlas zamaknjen pri vseh sedmih milijardah ljudi. Za vsakega posameznika in ves človeški rod je najpomembnejši interes, kar najhitrejša namestitev atlasa.

Kdo vlada svetu? O vprašanje se zdi zapleteno vendar je odgovor preprost – INTERES. Številnim ni v interesu, da ljudje živijo bolj zdravo in zaradi tega se bodo poskušali upreti namestitvi atlasa, vendar ga bodo prisiljeni zmanjšati, ker je tudi njihov atlas zamaknjen.

ODPOR

Skozi zgodovino so ljudje vseskozi sprejemali boljše rešitve in to je omogočilo razvoj človeštva. Radovednost in zadržanost sta lastnosti, ki prispevata razvoju človeške vrste, vendar zaradi strahu pred spremembami občasno sprožita odpor do novosti.

Te lastnosti so značilne tudi za današnje generacije, vendar ljudje so ljudje danes še bolj zadržani, ker živijo v času, v katerem je preveč prevar. Zaradi tega je več tistih, ki želijo zadržati obstoječe stanje, manj pa tistih, ki želijo preizkusiti nekaj novega. Samo na videz smo odprti za spremembe, vendar v realnosti nismo, ker se bojimo. Obstaja osebni odpor do novih pojavo, obstaja pa tudi odpor zaradi ali pa pod vplivom okolice. Ko se verjame, da je obstoječe stanje dobro, se pojavi človeški odpor do vsega novega, vendar se odpor ustvarja tudi zaradi vpliva in premalo znanja.

Podobno, kor se dogaja z drugimi novimi pojavi, je tako tudi glede **HumanUP** metode, vendar se bo zaradi številnih pozitivnih posledic to hitro spremenilo. Eden od razlogov nezaupanja, je v tem, ker se dogajajo presenetljive ozdravitve, ki mejijo na čudeže, ljudje pa v čudeže ne verjamemo.

Če se po namestitvi prvega vretenca ne razumejo procesi, ki pripeljejo do ozdravitve tedaj ta deluje, kot čudež, v bistvu pa je čudež, da smo bolni, ker bi morali biti najbolj zdrava vrsta.

Pred namestitvijo atlasa so številni šli skozi različna zdravljenja, ki so zapletena in draga, pa kljub temu niso zaznali, začutili ali doživeli izboljšanja zdravja. Po namestitvi atlasa bolezni izginejo, masaža je kratkotrajna in preprosta. To je videti, kot nekaj nemogočega, vendar, ko se dojame, da je bolje odpraviti vzrok bolezni, kot pa jih zdraviti, potem so čudeži možni.

Odpor do namestitve atlasa se pojavlja tudi zaradi obstoječih napačnih znanj. Obstaja veliko ljudi, ki verjamejo medicinski znanosti, vendar gre za nepopolna in tudi netočna znanja.

Skepticizem je koristna lastnost – če ni preveč izražen in če ne temelji na napačnih informacijah.

Vendar, medicinski industriji ni v interesu, da bi ljudje živeli bolj zdravo in možno je, da se bo upirala in celo preprečevala namestitev atlasa. Spontane spremembe obstajajo povsod v naravi, to pa se dogaja tudi pri človeških spoznanjih. Umetno zadrževanje preseženih in preživetih dogem lahko samo upočasni proces, s katerim se bo vsem ljudem izboljšalo zdravje.

Medicina lahko upočasni dobrobit človeštva, vendar ga ne more preprečiti. Bolje bi bilo, če medicinska industrija ne bi nasprotovala tej dobrobiti, ker je že povzročila preveč škode.

Človeštvo bo v prihodnje spoznalo in dojelo, da je današnji znanosti manjkalo znanja o atlasu in ljudje bodo oprostili usodne napake, ki so nastale zaradi napačnih zdravljenj, vendar če bi medicina preprečila odkritje o namestitvi atlasa, pa bo narejen neopravičljiv greh.

VIZIJA

Vedno so obstajali vizionarji, ki so spreminjali življenja drugih ljudi in vplivali na razvoj človeštva. Nekateri med njimi so zaradi koristi poslabšali življenja svojih sodobnikov, drugi pa so zaradi dobrih namenov izboljšali pogoje za življenje prihodnjih generacij.

Ko so Evropejci odkrili Ameriko so imeli vizijo, kako ustvariti nov svet, vendar so zaradi koristi poslabšali življenje domorodcev, ki so do tedaj živeli skladno z naravo. V dvajsetem stoletju so poskušali vsiliti svoje interese celotnemu svetu vendar so v tem samo delno uspeli. Ustvarjanje izboljšanega sveta je nemogoče ob tem, da eni izgubijo, drugi pa dobijo. Boljši svet je možno ustvariti samo če so usklajeni interesi vseh narodov.

V dvajsetem stoletju je Velika Britanija vladala četrtini kopna na planetu. V istem času je Japonska, prav tako otočna država, zaostajal v razvoju četudi je obstajala več tisoč let. Japonci so se napotili na izobraževanje v Evropo, zatem pa so pričeli kopirati Britance, vendar so zadržali tradicionalen način življenja.

V dvajsetem stoletju so poskusili Japonci osvojiti vel del planeta, vendar jim to ni uspelo. V istem stoletju se je zaključila britanska dominacija v kolonijah, danes pa Britanci in Japonci živijo dobro tudi brez eksploatacije drugih narodov. Japonska ima hitro ekonomsko rast, Japonci pa so zdravi in živijo dolgo, danes bi lahko Britancem bili vzor Japonci.

Zaradi načrtov vizionarjev iz devetnajstega stoletja je trpelo preveč ljudi v dvajsetem stoletju. Vizije in načrti so za večino škodljivi, ljudje živijo slabo vse dokler ne dojamejo, da so izrabljeni in zlorabljeni. Tudi danes smo žrtve oblikovalcev, ki so zastavili načrt po katerem nas želijo izrabiti za boljše življenje svojih potomcev.

Ko so znanstveniki odkrili televizijo, niso vedeli, da bodo oblikovalci s pomočjo le te, manipulirali z ljudmi. Kot, da to ne bi bilo dovolj, nas danes s pomočjo interneta še lažje prepričujejo, kaj je za nas dobro in kaj ne, ter tako povzroča nič manjša škoda. Televizija nam vsiljuje tuje vizije in zaradi tega je bolje, da jo ugasnete in, da z lastno vizijo izboljšate življenje.

Zaradi interesov oblikovalcev ljudje živijo vse bolj bolni, boljše življenje pa ni možno, vse dokler se načrtuje svet in dogajanje v njem, po katerem manjšina zmaguje na nesreči večine. Sužnjelastniški sistem je bil ukinjen, bistvo pa je ostalo enako. Stroji in roboti poenostavijo fizično delo, ljudje jih nadzorujejo in tako postanejo del mehanizacije.

Žal, se ne zavedamo, da se je sužnjelastniški sistem spremenil v robotski način življenja.

Starši morajo zaslužiti, da bi lahko vzgajali otroke, vendar zaradi hitrega tempa življenja se ne uspejo posvetiti družini. Vizionarji so ljudem obljubili boljše življenje, vendar je vse več zaskrbljenosti, objestnosti, strahu ter pomanjkanja ljubezni in sreče. Seveda, oblikovalci so želeli srečno življenje zase, vendar tudi sami niso srečni, ker se z denarjem ne more kupiti najpomembnejše – ljubezen.

Še vedno obstajajo plemena v katerih so vsi zadovoljni ne glede na skromne pogoje življenja, ker se za srečo dovolj, da se ljudje družijo in živijo v slogi. V mestih je velika koncentracija prebivalstva vendar so ljudje osamljeni in brezvoljni, na vasi se živi boljše tudi zaradi stika ljudi z naravo.

Ko se živila pridelujejo organsko, se človeški organizem in življenjsko okolje manj zastrupljata, zmanjša pa se tudi odvisnost od industrijske hrane. Z dobro hrano, vodo in zrakom, na zemlji lahko živi dvajset milijard zdravih in radostnih ljudi, z nameščenim atlasom pa se lahko vse življenje dela brez bolečin in bolezni.

To je najboljša vizija, ki si jo je lahko predstavljati, vendar, da bi se realiziral je potrebnih nekaj desetletij. Atlasa ni moč hitro namestiti vsem ljudem na svetu, še težje pa se bo prehranska industrija odrekla dobičku.

Tudi najboljši načrti se lahko spremenijo v zablodo, če ne temeljijo na dejstvih. Eno od dejstev je, da, ko imata oče in mati nameščen atlas, lahko dobita otroke z atlasom na dobrem mestu. Po nekaj tisoč generacij, je končno možno, da se atlas znova formira na anatomskem mestu.

Nosečnicam se zaradi nameščenega atlasa izboljša metabolizem, vendar morajo ženske med nosečnostjo jesti hrano, ki ni onesnažena ali celo zastrupljena. Tako bo fetus deležen kakovostne hrane, pa mu se jetra ne bodo povečala. To so pogoji, ki omogočajo, da se atlas formira na dobrem mestu.

Obstaja verjetnost, da se dojenčkom med porodom zamakne atlas, pa je potrebno takoj po porodu otroka prijeti za noge in z enim sunkom vzravnati telo ter vrniti atlas na boljše mesto. Na ta način bodo dojenčki bolj zdravi, med fazo učenja hoje bo manj padcev, navsezadnje pa bodo tudi hitreje shodili. Ko so otroci zdravi imajo

atlas na dobrem mestu, če pa pričnejo bolehati, je to znak, zamaknjenega atlasa. Starši ne vidijo vseh padcev in udarcev otrok v otroštvu, pa ga takoj ko opazijo, da prične otrok bolehati le naj pripeljejo na namestitev atlasa.

Ta knjiga s svojo vizijo bolj pripada prihodnosti, ljudje pa lahko vedno izberemo boljše življenje tudi v sedanjosti. Najboljše je ne vplivati na izbiro temveč jo samo spodbuditi s pravimi informacijami. Pričakujem, da metoda **HumanUP** prava izbira, zaradi tega, ker izboljšuje življenje sedanjim in prihodnjim generacijam.

V naravi se neprenehoma dogajajo spremembe, ta naravni zakon pa velja tudi za človeško vrsto. Sedaj potekajo spremembe na slabše, katere sami spodbujamo z napačnimi izbirami. Mi smo edina vrsta, ki lahko izbira, kako bo živela. Med različnimi izbirami bom omenil zgolj dve. Prva je – napačna smer, to se pravkar dogaja, druga pa je – boljša pot, po kateri se še vedno lahko odpravimo, ker še ni prepozno.

Naši možgani se najhitreje povečujejo med razvojem fetusa in v prvem letu življenja, zaradi tega se kosti lobanje zrastejo v začetku drugega leta. V nekaj preteklih desetletjih matere vse manj dojijo dojenčke, umetna hrana pa ima za dojenčke preveč kalcija in zaradi tega se kosti lobanje zrastejo predčasno. Možgani nimajo dovolj prostora za rast in to je eden od vzrokov pospešene degradacije človeške vrste.

Naš organizem je skoraj popoln, vendar so možna izboljšanja. Zgornji možgani se lahko v naslednjih nekaj tisoč letih povečajo, pod pogojem, da se lobanja dvigne navzgor. Zaradi zamaknjenega atlasa ni dovolj krvi v možganih, pa je možnost povečanja možganov trenutno težko uresničljiva. Tudi če bi bila, pa bi podaljšanja lobanja premaknila težišče glave navzgor, posledično bi bili zaradi zamaknjenega atlasa ljudje v prihodnosti še bolj bolni.

Sedanje generacije ne zanima, kaj se bo dogajalo z razvojem človeške vrste, vendar se tudi prvi homo erectus ni postavil pokončno zaradi človeštva temveč zaradi sebe. Z določitvijo, da si namestite atlas izboljšate svoje zdravje in življenje, ko pa atlas nameščen večini ljudi, pa bo to omogočilo naši vrsti obstanek in nadaljnji razvoj. Končno je možno narediti pravo izbiro.

Gravitacija je največja sila vesolja, življenje pa je edina pojava, ki se ji z rastjo v zrak uspešno upira. Podaljšanje lobanje, ki so bile odkrite na različnih lokacijah, izvirajo iz različnih obdobij. Znanstveniki so zmedeni, možno pa je, da gre za svojevrstno najavo naslednje etape razvoja človeka.

Danes lahko bolj kot kadarkoli vplivamo na razvoj naše vrste, vendar lahko ogrozimo lastni obstoj. Z vgrajevanjem tehnoloških izu-

mov v človeški organizem bomo ustvarili novo vrsto homo-tehnosapiensa, na ta način pa bi izginil človek, kot obstaja danes. Od nastanka živega sveta bi prvič določena vrsta uničila samo sebe.

Boljša rešitev je namestitev atlasa in tako ne bi bilo potreb, da se deli teles zamenjajo z umetnimi napravami.

Znano je, da je pred sto tisoč leti obstajalo devet vrst hominidov. Danes obstaja samo homo sapiens, nekatere od ostalih vrst pa smo iztrebili. Te druge vrste smo poimenovali po lokacijah na katerih so odkrili njihove ostanke, sebi pa smo podeli naziv SAPIENS – kar pomeni RAZUMEN. Možgani so se pri naši vrsti najhitreje povečali, vendar zaradi pogubnega delovanja na druge rastlinske in živalske vrste, je naziv RAZUMEN neustrezen.

Danes postajamo nevarni tudi sami sebi. Od trenutka spočetja, pa do konca življenja, postajamo žrtve različnih industrijskih grupacij. Prehranska in medicinska industrija sta nas pripeljali v situacijo, da bo v bližnji prihodnosti vsak drug človek umrl zaradi karcinoma.

Medicina lažje manipulira s posameznikom, države pa se vedejo, kot, da so naši otroci njihova lastnina. Zakoni, ki ščitijo otroke pred starši so nenaravni in nehumani.

V prihodnosti bi zdrav homo sapiens lahko na naraven način izboljšal samega sebe. V preteklosti niso in tudi danes posamezniki ne jedo hrane in ne pijejo vode. Takšne ljudje energijo za življenje in regeneracijo dobivajo iz zraka in okolja. Če posamezniki lahko tako živijo, bi verjetno tudi vsi drugi. Na ta način bi se osvobodili hrane, rastline in živali pa ne bi več bile v sužnjelastniškem razmerju.

Zaradi koristi v preteklih deset tisoč letih neprekinjeno iztrebljamo rastlinske in živalske vrste, danes pa se to počne pospešeno. Človek ki se tega jasno zaveda se sramuje, da pripada vrsti homo sapiens. Mi se nahajamo na vrhu prehranske verige in če bi se, pa četudi v neki bolj oddaljeni prihodnosti, uspeli osvoboditi potrebe za hrano, bi prenehali biti slabši od živali.

Homo erectus je omogočil nastanek homo sapiensa, prvi ljudje, ki pa ne uporabljali hrane pa bodo omogočili, da se vzdignemo do nove vrste, ki se lahko poimenuje »homo humanus«.

Ljudje manj ali bolj imajo vizijo, kako živeti bolje, vendar ne vedo, kako bi tudi vsi drugi živeli bolje. Imam vizijo, kako naj živim dobro, vendar vem tudi, kako bi vsi drugi na svetu lahko živeli zdravo in srečno. Odkritje o namestitvi prvega vretenca sem dosegle zahvaljujoč odkritjem, do katerih sta prišla Palmer in Schümperli, zaradi česar se zavedam, da največje odkritje človeštva ni samo moje. Še bolj pomembno je, da dojemam, da to odkritje pripada celotnemu človeškemu rodu in zaradi tega se bom lotil izobraževanja ljudi, kako namestiti atlas, to pa bo vsem omogočilo bolj zdravo življenje.

IZOBRAŽEVANJE

Zaradi izjemne potrebe za boljšim zdravjem, je najpomembnejše, da se izobrazi, kar največ novih atlasologov.

Vedno so obstajali zdravilci ali zdravniki, ki so lahko uspešno zdravili,vendar svojih znanj lahko posredovati drugim ljudem, pa je zaradi tega število ozdravljenih ljudi omejeno.

Atlas je potrebno namestiti vsem ljudem na svetu in zaradi tega je potrebno izobraziti ter usposobiti nekaj deset tisoč atlasologov. Na srečo se lahko znanje metode **HumanUP** posreduje drugim ljudem hitro. Sam, seveda nimam možnosti usposobiti tako velikega števila ljudi in zaradi bom na začetku usposobil zgolj določeno število ljudi, ki bodo v prihodnje usposabljali nove kandidate, tako pa se lahko v desetletju usposobi deset tisoč atlasologov.

Znanje o namestitvi atlasa je najbolj dragoceno za človeški rod, to pa je razlog, da bomo s posebno pozornostjo izbirali koga usposobiti. Na usposabljanje se lahko prijavijo vsi, ki verjamejo, da lahko postanejo dobri atlasologi, ne glede ali so medicinsko izobraženi. Postopka namestitve atlasa se je možno hitro in preprosto naučiti, vendar je nujno imeti osnovna znanja o človeškem organizmu in obolenjih.

Za namestitev atlasa ni potrebna posebna veščina in zaradi tega se je lahko skoraj vsakdo nauči. Najbolj pomembno je, da kandidati imajo željo pomagati ljudem in da imajo humane lastnosti, ne pa, da jim je zaslužek osnovni motiv.

Zdravniki imajo različne pristope v zdravljenjih istih bolezni ne glede na podobno medicinsko izobrazbo, ko pa atlasologi zaključijo usposabljanje, vsi enako nameščajo atlas, pa je zaradi tega nepomembno, kateri atlasolog bo uporabil metodo **HumanUP**.

Ta knjiga je učbenik za nove atlasologe, vendar s pomočjo knjige se ni moč naučiti namestitve atlasa. Če bi bile knjige dovolj, ne bi obstajali učitelji in profesorji. Nekdo poskuša dojeti, kako se namešča prvo vretence med opazovanjem video posnetkov ali med samim tretmajem, vendar se tako ni možno naučiti postopka. Na usposabljanju je potrebno neposredno pokazati, kako se atlas namešča. To je še ena oblika zaščite tega odkritja pred zlorabami.

Obstajajo ljudje, ki zaradi osebnih koristi želijo ukrasti to znanje in jim bo delno tudi uspelo, vendar še vedno ne bodo vedli, kako se atlas namesti. Danes se lažje kot kadarkoli prej podeljujejo lažne diplome in zaradi tega bomo po končanem usposabljanju podelili Certifikat o zaključenem usposabljanju, da se bo zanesljivo vedelo, kdo je atlasolog. Ob tem, se tretmaji lahko izvajajo zgolj v prostorih HumanUP. Veljavni seznam atlasologov se nahaja na spletni strani **namestitev-atlasa-humanup.si**.

Še ena od zaščit metode **HumanUP** je edinstvena masažna naprava, na kateri piše HumanUP, imajo pa jo samo atlasologi.

Izobraževanje novih atlasolog je izredno pomembno vendar je še bolj pomembno, da se ljudje seznanijo s prednostmi,ki se pridobijo z namestitvijo atlasa. Živimo v času prevar, cilji pa se dosegajo s pomočjo različnih reklam. Namestitev atlasa ni prevara in zaradi tega je načeloma ne reklamiramo, temveč skozi izobraževalne kampanje posredujemo ljudem znanje in informacije o metodi HumanUP.

Celoten proces namestitve atlasa traja leto dni, nas pa obiščete v tem času štirikrat. Ko je enkrat končno na svojem mestu, se atlas več ne more zamakniti, vendar ima težnjo, po rahlem nagibanju naprej. Možno je, da se od močnega udarca v glavo malce premakne, zaradi česar je potreben, da se ga zadrži na mestu, samo en pritisk na levi in desni strani zatilja. Da bi atlas vse življenje ostal na dobrem mestu, je potrebno enkrat letno ponoviti omenjene pritiske.

V prihodnosti bodo atlasologi brezplačno usposabljali milijone ljudi, da bi eni drugim med življenjem zadrževali atlas na mestu, to pa bodo počeli z masažnim aparatom, katerega cena je za večini dostopna.

»Humano« in »humanitarno« nimata enakega pomena. Humanitarne organizacije brezplačno pomagajo ljudem, obstajajo pa tudi humani poklici. Atlasologi so humani, vendar niso humanitarni. Imajo najbolj humani delo, vendar svojo storitev zaračunajo, ker od nje živijo in pokrivajo stroške.

Namestitev atlasa je neprecenljiva, cena pa je večini ljudi dostopna. Zdravje nima cene, vendar se med življenjem za zdravljenja in vzdrževanje zdravja namenja veliko denarja. Ko je atlas nameščen, se zdravje izboljša, pa ni več potrebe za plačevanjem zdravljenj in zdravil, prihranjeni denar pa se lahko porabi za druge lepše potrebe.

Potreba po novih atlasologih je velika in zaradi tega pozivam vse ljudi, ki si želijo ukvarjati s tem plemenitim delom, naj pridejo na brezplačno usposabljanje, vendar pozivam tudi tiste, ki se ukvarjajo z različnimi načini nameščanja prvega vretenca, naj pridejo in se končno tega tudi naučijo. Med branjem te knjige so zagotovo dojeli kje delajo napake, vendar z branjem se niso mogli naučiti, kako napake tudi odpraviti.

Če je knjiga prispevala, k odločitvi, da si želite namestiti prvo vretence, potem je izpolnila svoj namen, sam pa sem izpolnjen s srečo zaradi vašega prihodnjega bolj zdravega življenja.

Edino z namestitvijo atlasa se lahko človeštvo v dveh generacijah trajno osvobodi bolečin, obolenj in trpljenja.

Zavedam se, da to odkritje pripada celotnemu človeštvu in zaradi tega bom naredil vse, da ljudje seznanim, kako lahko živijo bolj zdravo in uživajo v življenju.

ŽELIM VAM VELIKO USPEHOV IN RADOSTI
V PREROJENEM ŽIVLJENJU

NAMESTO ZAKLJUČKA

Ta knjiga diagnosticira stanje človeškega rodu in predlaga terapijo – namestitev atlasa.

Prizadeval sem si pisati strnjeno, čim krajše, da vas obseg knjige ne bi odvrnil od branja, s tem pa tudi od odločitve, da si namestite atlas. Upam, da ste tisti, ki ste knjigo prebrali nagrajeni z novimi spoznanji.

Določene zadeve v knjigi so videti ali slišati preveč drzne za sedanjost, vendar brez poguma ni napredka. Predstavil sem nova znanja, ki bodo izboljšala prihodnost človeštva, vi pa ste tisti, ki se boste odločili za namestitev atlasa in na ta način izboljšali lastno prihodnost.

Nikole tesla je živel v času, ko so nastale industrije zaradi katerih se danes povečini živi bolje, vendar v določenih zadevah tudi slabše. Sodobnikom Tesle se je zdelo, kot, da bi bil Tesla iz prihodnosti, tako, da niso razumeli njegovega sporočila, da se ne gre zdraviti s kemijo temveč s fiziko. Atlas se namešča z vibracijami, pri tem pa gre za preprosto fiziko, ki omogoči, da ljudje živijo neprimerljivo bolj zdravo.

V začetku enaindvajsetega stoletja je neplodnost človeške vrste štirideset odstotna in se še zvišuje. Ta zastrašujoča informacija se skriva pred javnostjo, vendar kljub temu, de je opaznih vse več parov brez otrok. Zdravljenja sterilnosti so draga, rezultati pa neznatni. Vzrok za taka obsežne neplodnosti je zastrupljenost organizma. Tudi če se jajčna celica oplodi, med potjo do maternice embrio, že v jajcevodu umre zaradi kemijske onesnaženosti. Četudi embrio uspe priti do maternice, so spontani splavi vse pogostejši ker je tudi plodovna voda prepolna škodljivih snovi. Ko si nosečnica namesti atlas, se njeno telo lažje brani bred strupenimi snovmi, posledično pa lažje prenaša nosečnost.

Od predhodnih generacij smo podedovali nepopolno povezavo lobanje in atlasa. V prihodnosti se bo ta povezava morda tudi sama popravila, vendar je bolj verjetno, da se to ne bo zgodilo. Naše generacije nimajo časa čakati počasne evolucije.

Na srečo se s **HumanUP** metodo prvo vretence vrne na anatomsko mesto, s tem pa se zagotovi EVOLUTIVNI PRESKOK.

Da bi se živelo bolj zdravo in dlje, mora namestitev in zadrževanje atlasa na anatomskem mestu postati del življenjske in zdrav-

stvene kulture človeštva. Atlasologi bodo namestili prvo vretence, desetine milijonov ljudi pa bo vsem drugim doživljenjsko zadrževalo atlas na pravem mestu. To bo nujno se nekaj tisoč let, da bi se povezava lobanje in atlasa izboljšala ter, da ne bodo več potrebne namestitve. Vendar sedaj tega nihče ne more zagotovo vedeti.

V prihodnosti bodo medicinski strokovnjaki zagovarjali doktorate in opravljali znanstvene raziskave temelječe na mojih odkritjih, pa bodo verjetno čutili zahvalo, kakšno sam danes čutim do vseh tistih, ki so dali svoj prispevek, da pridem do novih spoznanj dragocenih za človeški rod.

Nekateri med vami so že na začetku knjige dojeli, da si morajo namestiti atlas, morda pa so tudi takšni, ki vse do konca niso začutili te potrebe. Nikogar ne nagovarjam, da pride na tretma, ker se vsak za kaj takega mora prostovoljno in svobodno odločiti, vendar je odločitev bolje sprejeti čim prej, še preden se bolezen razbohoti.

V preteklih dveh letih sem užival v pisanju knjige. To bom pogrešal, vendar sem komaj dočakal, da jo končam, da bi lahko spodbudil projekte, ki bodo vsem olajšali življenje in prispevali k še boljšemu zdravju. Člani Združenja HumanUP bodo realizirali projekte, ki so na prvi pogled videti neobičajno, vendar če pomislite boste dojeli, da obstaja naravna potreba da se realizirajo.

V desetletjih, ki so pred nami bomo realizirali naslednje projekte: Stop kemiji, Stop onesnaževanju, Stop mleku, Stop televiziji, Stop osamljenosti, Stop sedenju, Stop kuhanju, Stop preobjedanju, Stop likanju, Stop športom, Stop medicini, Stop vrtcem…S svojo udeležbo v teh projektih boste prispevali temu, da bo vaše življenje in življenja vaših potomcev bolj zdrava in srečna.

Projekti so nujni, da bi dosegli skladnost z naravo. Vendar, najprej je potrebno vsem namestiti atlas, ker bodo z več krvi v možganih ljudje postali razumnejši in bolj zdravi. Edino na ta način je možen preobrat na bolje.

Z uresničitvijo te vizije je končno možno izboljšati življenje ne samo človeške vrste temveč tudi vseh drugih prebivalcev skupnega planeta.

Samo na ta način je možen preporod življenja.

O AVTORJU

Rojen sem bil 23. marca leta 1958.

Priimek Đorđević mi je v nasledstvo zapustil oče Kristifor, mati Miljanka pa mi je dala ime Predrag.

Enainpetdeset let, šest mesecev in tri dni sem trpel bolezni, prerodil pa sem se 26. Septembra leta 2009 in od tedaj naprej, živim vse bolj zdravo.

OTROCI VEDO

Pri otrocih zgornji možgani še niso prevzeli prevlade nad spodnjimi, pa zaradi tega, kot je povedal šestletni Matija Kajtez:

»ODRASLI VEDO TISTO, KAR OTROCI NE VEDO, OTROCI PA VEDO, TISTO, KAR ODRASLI NE VEDO!«

Kot triletnik, četudi bolan, je zavrnil zdravilo z besedami:

»NE BOM ZDRAVILA. JAZ VAS IMAM RAD, VI PA MENI PONUJATE, NEKAJ KAR NOČEM!

S štirimi leti se je upiral vrtcu zelo prepričljivo:

»SAMO, DA MI NI TREBA NIKAMOR, KO SE ZBUDIM!«

S petimi leti pa je dojel eno strogo varovano skrivnost, skrivnost sveta odraslih:

»OBSTAJA NEUMAN PAMET IN PAMETNA PAMET!«

Katero bolj uporabljamo?

Izdajatelj
Združenje HumanUP

Edicija
ATLASOLOGIJA

Ilustracije
Filip Đorđević

Prevod cirilice in jezikovni pregled:
Drago Dakič Prelc

www.namestitev-atlasa-humanup.si