Автор: admin
24.10.2013 16:47 -

Что вы знаете о «часах жизни»?

Мы все привыкли жить по часам. Есть время ложиться спать и время просыпаться, время обедать и время идти на работу. Для того чтобы не потеряться во времени, люди придумали удивительное средство наблюдения за ним - часы. И были горды этим. Но вряд ли безымянный для нас изобретатель часов задумывался над тем, что он не оригинален в своем изобретении. Природа была (и есть, конечно) умнее человека, создав свои «часы». Эти «часы» - мы с вами, наш человеческий организм.

Нам кажется, что, когда мы не спим (да и когда спим тоже) наш организм работает «на полную катушку». Но это не так. Мудрая природа создала человека таким образом, чтобы предохранить его от преждевременного «износа». Ведь любой механизм, который работает без перерыва длительное время, быстро изнашивается и старится. Самым простым средством защиты организма от «износа» и быстрого старения является то, что разные органы нашего тела работают «в полную нагрузку» в разное время суток, давая отдых на это время своим собратьям. И только во время сильного стресса наш организм включается полностью, направляя все свои силы на самосохранение.

Вот график работы нашего организма:
1 ч - 3 ч - печень
3 ч - 5 ч - легкие
5 ч - 7 ч - толстый кишечник
7 ч - 9 ч - желудок
9 ч - 11 ч - селезенка и поджелудочная железа
11 ч - 13 ч - сердце
13 ч - 15 ч - тонкий кишечник
15 ч - 17 ч - мочевой пузырь
17 ч - 19 ч - почки
19 ч - 21 ч - головной мозг
21 ч - 23 ч - спинной мозг и позвоночник
23 ч - 1 ч - желчный пузырь.

Зная этот график, можно продиагностировать свой организм и, при необходимости, принять определенные меры.
Наверное, многие замечали, что в разное время суток мы чувствуем себя по-разному. Кто-то чувствует прилив энергии утром, для кого-то самое производительное время

днем, а кто-то все дела откладывает на вечер. Чаще всего такие перепады мы объясняем погодой или условным делением на «сов» и «жаворонков».
Но, скорее всего, объяснение можно найти в ритмах работы нашего организма.

Повторяющийся всплеск сил в одно и то же время изо дня в день можно объяснить тем, что работающий в это время орган «тащит» на себе весь организм. Значит, гармония в нем нарушена. Остальные органы как бы паразитируют за счет него, не хотят сами работать.
Можно посоветовать, в этом случае, почистить физически и энергетически остальные органы, освободиться от грязи и дать нормально работать, не разрушая преждевременно «рабочую лошадку».

Наоборот, резкий упадок сил, посещающий вас в одно и то же время, говорит о загрязнении или болезни определенного органа. В данном случае именно он нуждается в «починке». Обратите внимание на «больного» и, может быть, этим вы предотвратите серьезное заболевание.

Об очистке организма в последнее время пишут и говорят очень много, на эту тему существует большое количество литературы. Найти ее не проблема.
Хочется только обратить внимание на то, что нельзя начинать чистку органа в часы его активности. Например, нельзя производить чистку желудка рано утром, а почек - вечером. В это время они отвечают за работу всего организма, и заниматься собой им просто «некогда».

Любите себя, самый совершенный из всех механизмов, прислушивайтесь к его запросам и тогда вы надолго сохраните красоту, молодость и здоровье.

Автор - **Светлана Губанова**
Источник