

Notranji organi in čustva

Verjetno smo že vsi kdaj slišali, da tudi psiha vpliva na zdravje. Ampak kaj to dejansko pomeni? Znanstvene raziskave so nekaj v tej smeri že dokazale. Recimo optimistični, veseli ljudje so bolj zdravi kot žalostni, depresivni, otožni ljudje. Imajo večjo imunsko odpornost, več krvnih teles, manjše ranice se jim hitreje zdravijo, bolje spijo, itd...V razpredelnici bom nakazal samo bistvene stvari, ki se nanašajo na notranje organe in čustva, po učenju TKM (tradicionalna kitajska medicina).

ELEMENT	KOVINA	VODA	LES	OGENJ	ZEMLJA	(OGENJ)
Glavni organ (tsang)	pljuča	ledvice	jetra	srce	vranica	perikardium
Stranski organ (fu)	debelo črevo	mehur	žolčni mehur	tanko črevo	želodec, trebušna žleza slinavka	trodelni grelec
Pozitivna čustva	pravičnost, pogum, oproščanje, praznina, prilagodljivost	nežnost, mirnost, budnost, tišina	prijaznost, fantazija, odločnost	veselje, ljubezen, sreča, čast, spoštovanje, kreativnost, entuziazem, duhovnost, izžarevanje, koncentracija, uvidevnost, samozavestnost	uravnoveženje, odprtost, sočutje, premišljevanje, muzikalnost, pravičnost	
Negativna čustva	žalost, depresija, skrb	strah, tesnoba, stres	jeza, bes, srd, agresivnost	nepotrpežljivost, ihta, muhavost, krutost, aroganca	skrbi, razglabljanje, usmiljenje	

Bom skušal na razumljiv način malo razložiti to razpredelnico. Zraven običajne razlage, bom dodal še malo "mistike". Verjetno smo že vsi slišali besede "Greš mi na jetra" ali pa da se je nekdo "polulal" zaradi strahu...Zdravstvene težave z določenim organom so včasih zelo dober pokazatelj, kaj se lahko kuha v človeku (podzavest, čustva). Tipičen primer tega je recimo jeza,

razburjanje na nekaj ali nekoga in bolečina v predelu jeter, pleksusa, povečano izločanje želodčne kisline...

Po TKM se notranji organi delijo na JANG (moški, toplo) in JIN (žensko, mrzlo). Vzemimo za primer ledvica (jin) in mehur (jang). V energijskem smislu sta to dve polovički, ki tvorita celoto. Če je eden od teh dveh preobremenjen ali ima pomanjkanje energije, potem drugi organ začne malo bolj pospešeno delati, nadomeščati funkcijo drugega, energija iz drugega se preliva v prvega, itd. Če sta preobremenjena oba, se v ta proces vključijo še ostali pari. V bistvu se že prej, to je kot pretakanje energije ali vode. Povsod v telesu mora biti približno enaka količina, da lahko telo kot celota sploh funkcionira, obstajati mora neko ravnotežje. Občasno se lahko pojavi malo večji primankljaj ali višek na določenem delu telesa, ampak dokler je to samo občasno (kakšen dan, teden) ni velike panike. Če pa traja dalj časa, potem se pa začnejo določeni obrambni mehanizmi in procesi. V bistvu se začnejo že takoj, ampak niso tako izraženi.

Da se vrnem nazaj k razpredelnici. Pravi jasnovidec lahko celo opazuje posamezna čustva, kako se pretakajo v auričnem polju, kako vplivajo na zdravje, ipd. Vsako čustvo ima pač svojo specifično barvo, ton, vibracijo. Budističnim zdraviteljem je to zelo znano in nekako že kar domače. Medtem ko pri nas o tem ne vemo skoraj nič in ko slišimo kaj takega, ponavadi samo zamahnemo z roko in rečemo "new age bajke". Recimo en tak primer je bil nekje opisan. Ne spomnim se več, kako točno je bilo, bom opisal bolj po spominu. Otrok je imel pljučnico, jemal je antibiotike, zdravstveno stanje je bilo še nekako v mejah normale za tako bolezen. Potem pa otrok enkrat v vročinskem stanju izjavi, da vidi rdečega moža, da ga ustrahuje, se boji...Starši so imeli čisto zahodnjaško reakcijo, otroku se malo blede zaradi vročine. Ko se stanje kljub modernemu zahodnjaškemu zdravljenju ni izboljšalo, se je celo malo poslabšalo, so probali še z alternativo. Prišel je neki budistični menih v "civilu", poslušal razlago staršev, potipal, pregledal otroka, šel malo v meditacijo, nekaj zmolil (zmolil), naredil nek čuden ritual, dal neka zelišča...ni rekel, da naj se izogiba zahodnega zdravljenja...in čez par dni vročina padla na normalno vrednost, otrok je rabil še kakšne 2-3 tedne, da je prišel k sebi...Ampak zanimiva je bila razlaga. Rdeči mož je predstavljal nerešene karmične zadeve in neka čustva, ki so bila v povezavi s pljuči. Omenil in razložil je še nekatere druge stvari in na kaj naj bojo pozorni...

Pri meditacijah ali delu z energijami se to čuti kot toplota ali hlad (jang- jin). Seveda je ta intenzivnost odvisna za kateri organ se gre, kakšno je njegovo energijsko stanje, v kakšni povezavi je z drugimi, vsak organ ima še svoje akupunkturne točke (meridiani), itd. Včasih se lahko prav opazi kako gre neka barva v obliki nekakšne zgoščene gmote ali kaj podobnega ven iz organa, lahko se celo občuti določeno čustvo...V takih primerih, je dobro, če zna človek sprocesirati te stvari. To pomeni, da se presvetli (transformira) negativno čustvo v pozitivno. Drugače lahko ta energijska gmota še zmeraj ostane v auričnem polju ali pa se celo vrne nazaj, če se ne zapolni vakuma. To je v razpredelnici nakazano kot pozitivna in negativna čustva. Po

domače povedano, bolj ko se človek osvobaja negativnih čustev, ki se nahajajo v njem, bolj začne izražati pozitivna čustva, ki so njihovo nasprotje. Človek, ki je sebičen, mrk, krut, aroganten počasi postaja bolj prijazen, včasih se lahko celo nasmehne, arogantni ton glasu se zmanjšuje, itd...Če povem malo humoristično. Recimo, da nekdo nekemu žali mamó, očeta in vse po spisku. Druga oseba ga lepo posluša, se mu lepo nasmehne in reče "Buda bless you". Po moje bi se prvemu zmešal in bi znorel ali bi pa samo gledal in ne bi vedel kako naj odreagira. Mogoče bi si celo mislil "Pa kakav je to neki ludi čovjek". Bodimo realni takih ljudi, ki bi znali tako mirno odreagirat, je zelo malo. Ampak v realnosti obstajajo tudi taki, zlasti med tistimi, ki meditirajo, prakticirajo jogo, borilne veščine, thai chi, ipd.

Iz zgornje razpredelnice je tudi razvidno, da je največ pozitivnih čustev povezano prav s srcem. Ravno zaradi tega vse boljše meditacije, jogini ali duhovni učitelji toliko poudarjajo delo na srcu. Srce je pač gonilna sila za vse ostale. Na področju srca se namreč nahaja žleza z notranjim izločanjem- thymus, ki ima zelo pomembno vlogo pri proizvodnji obrambnih krvnih teles (imunski sistem organizma). Srce se šteje pod element ognja, kar je čisto razumljivo za tiste, ki poznajo simboliko ognja in duše. V jogi je tudi kundalini povezan z ognjem. Ampak to je že druga tema...