

С Е Р И Я • З Н А Н И Е •

ТОЧНОТО ВРЕМЕ

ЙОХАНА ПАУНГЕР И ТОМАС ПОПЕ

*Здравето в хармония
с природните и лунните ритми*



ТОЧНОТО ВРЕМЕ

ПРЕПОРЪКИ И ПРАКТИЧЕСКИ СЪВЕТИ ЗА УКРЕПВАНЕ НА ТЯЛОТО, УМА И ДУШАТА

- Лунните ритми и умението да действаме в точния момент
- Здравословно хранене, биоритми и здравословно жилище
- Силите на мисловния свят
- Влиянието на всекидневните аспекти на живота и факторите на околната среда върху тялото, ума и душата

Ще смятаме, че сме постигнали целта, ако успеем да пробудим вашия спомен. Ако успеете да си припомните, че притежавате всичко, от което се нуждаете – всички средства, сили и способности, за да водите живот, който действително заслужава своето име: Живот, изпълнен с жизнерадост.

Йохана Паунгер и Томас Поне



www.kibea.net

Йохана Паунгер и Томас Попе

ТОЧНОТО ВРЕМЕ 2

П ъ р в о и з д а н и е

Преводачи Албена Цанкова и Елисавета Манолова
Редактори Сирма Велева, Иванка Николова
Графичен дизайн Красимира Деспотова
Коректор Милена Христозова
Компютърна обработка Велимира Костова, Тая Киричкова

Печат Полиграфически комбинат „Димитър Благоев“

ИЗДАТЕЛСКА КЪЩА „КИБЕА“

София 1336, П.К. 70
Тел.: 824-10-20; факс: 925 07 48
E-mail: office@kibea.net

ТЪРГОВСКО ПРЕДСТАВИТЕЛСТВО НА „КИБЕА“

В Полиграфически комбинат „Д. Благоев“, ул. „Раковин“ №2
Тел.: 943 49 33

ЦЕНТЪР ЗА КНИГИ И ЗДРАВЕ И РЕСТОРАНТ “КИБЕА”

София, ул. „Д-р Г. Вълкович“ №2А

Фирмена книжарница: тел.: 988 01 93
Магазин за здравни продукти: тел.: 988 01 69
Здравословен ресторант: тел.: 980 30 67

*Ако искате да получите издания на „Кибера“,
поръчайте ги чрез книгоразпространителя,
който Ви снабдява, но ако не успеете по този начин,
можете да си ги закупите във фирмената ни книжарница.
Поръчки от провинцията се приемат само по телефона (988 01 93).
След като уточните по телефона цените и пощенските разноски
и изпратите сумата с пощенски запис, ще получите
търсените от Вас книги като препоръчана пощенска пратка.*

ЦЕНТЪР ЗА КНИГИ И ЗДРАВЕ И РЕСТОРАНТ „КИБЕА“

София 1000, ул. „Д-р Вълкович“ №2А
(близо до ул. „Ангел Кънчев“ и ул. „Солунска“)

Фирмена книжарница: 988 01 93
Магазин за здравни продукти: 988 01 69
Здравословен ресторант: 980 30 67

Johanna Raunger, Thomas Poppe

AUS EIGENER KRAFT

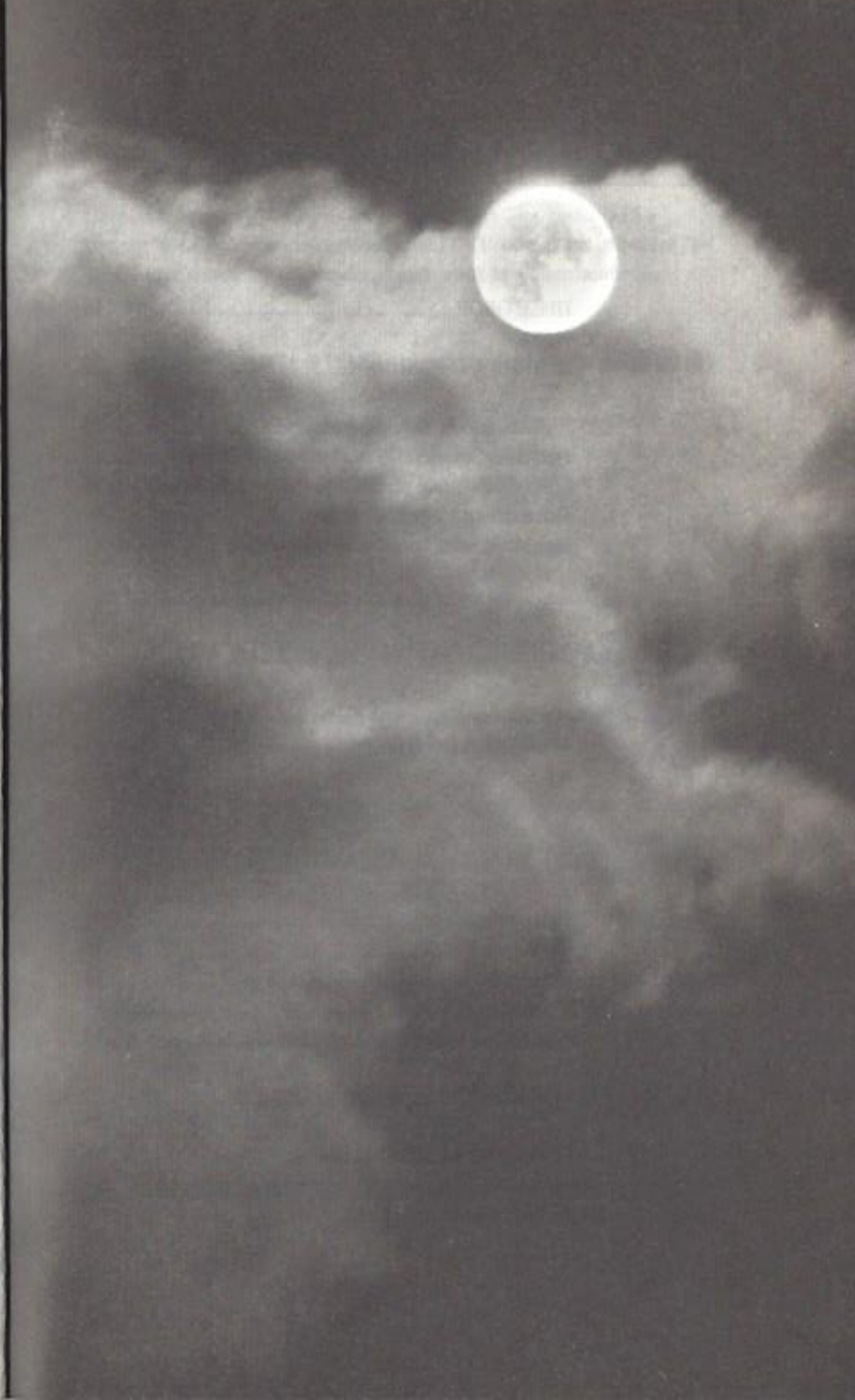
Copyright © 1993 Wilhelm Goldmann Verlag, München

All rights reserved

© Издателска къща „Кибера“, 2007
© Албена Цанкова, Елисавета Манолова, преводач, 2007
© Красимира Деспотова, графичен дизайн, 2007

Използваните в книгата и на корицата фотографии
са на Антоанета и Асен Миланови и от архива на ИК „КИБЕА“

ISBN: 978-954-474-429-8



Съдържание

ПРЕДГОВОР15

●●●○ ЛУННИЯТ ЧАСОВНИК25

В началото бе възприето25
Познание, отнесено от вихъра на времето29
Едно съкровище трябва да бъде преоткрито35
Моментът на докосването38
Единственото помощно средство41

I

ОТ ГЛАВА ДО ПЕТИ В РИТЪМА НА ЛУНАТА / 43



Движение в равновесие44

I ОТ ПЪНОЛУНИЕ ДО ПЪНОЛУНИЕ / 50

Намаляваща луна50
Новолуние52
Нарастваща луна54
Пънолуние55
Фазите на Луната в ежедневието56

II ПЪТУВАНЕ ПРЕЗ ТЯЛОТО / 58

Разписание на пътуването61

Покана за размисъл 61 • Профилактични, укрепващи и поддържащи мерки 65 • Помощ при оздравяването 67



ЛУНАТА В ОВЕН – от темето до носа70

Главоболне/мигрена 72 • Кръвотечение от носа 74 • Хъркане 75 • Поопли 76 • Простудни заболявания/грип 77 • Проблеми със синусите 78 • Проблеми с очите 80 • Конюнктивит/Ечемик 81 • Възпаление на роговицата 82



ЛУНАТА В ТЕЛЕЦ – челюст и гърло83

Болки в гърлото, възпаление на сливиците 85 • Възпаление и болки в ушите 86 • Повишена функция на щитовидната жлеза 86 • Намалена функция на щитовидната жлеза 88 • Проблеми със зъбите 88



ЛУНАТА В БЛИЗНАЦИ – рамене, ръце и длани89

Проблеми с раменете 91 • Ревматизъм 92 • Студени ръце 93



ЛУНАТА В РАК – от белия гроб до жлъчката94

Бронхит 96 • Бронхиална астма 96 • Стомашни киселини 97 • Гастрит на стомаха 98 • Проблеми с черния гроб и жлъчката 99



ЛУНАТА В ЛЪВ – сърце и кръвообращение100

Проблеми със сърцето 102 • Високо кръвно налягане 103 • Ниско кръвно налягане 104 • Анемия 105 • Подагра 106



ЛУНАТА В ДЕВА – органи на храносмилателната система107

Проблеми с червата 108 • Запек 110 • Разстройство 111 • Наднормено тегло 112 • Проблеми с панкреаса 113



ЛУНАТА ВЪВ ВЕЗНИ – таз, бъбреци и пикочен мехур115

Проблеми с бъбреците 116 • Цистит 117 • Проблеми с таза 118



ЛУНАТА В СКОРПИОН – полови органи119

Безплодие 121 • Импотентност 122 • Проблеми с менструацията 125



ЛУНАТА В СТРЕЛЕЦ – бедра126



ЛУНАТА В КОЗИРОГ – колене, кожа, кости127

Проблеми с гръбначния стълб 129



ЛУНАТА ВЪВ ВОДОЛЕЙ – прасци130

Разширени вени 131 • Схващане на прасците (крампи) 133



ЛУНАТА В РИБИ – стъпала133

Мазоли и вроджавания на кожата 135 • Брадавици 136

III ОТ ПУСКАНЕТО НА КРЪВ ДО ГРИЖИТЕ ЗА ЗЪБИТЕ / 139

Печалба чрез загуба: кръвопускането139

Как се пуска кръв от вената 145 • Точният момент 147 • Лоши дни през годината 150

За кожата и косата151

Кожни смущения и болести 152 • Грижа за кожата и тялото 159

Форми на терапия:

от движението до хомеопатията163

Двигателна терапия 169 • Масаж и физически упражнения 173 •

Хиропрактика 178 • Цветовете като лечебно средство 182 •

Хомеопатия – лекуване на подобното с подобно и цветотерапия на 9-р Бах 189

Методи за пречистване от отровите195

Копривата – билка, а не плевел 195 • Силата на слънчогледовото олио 197 • Хлебен квас 198 • Гладуване 199 • Масаж на рефлексните зони на ходилата 199

„Не докосвай с желязо“ –

за хирургическите намеси в тялото201

Лунните ритми при заболяването207

Почистване на зъбен камък 209 • Коронки и мостове 210 • Възпаление на венците (пародонтита) 211 • Изваждане на зъб 212 • Съвети за отстраняване на амалгамни пломби 213 • Грижа за зъбите и профилактика 215

За отношенията с лечителите219

II

ТОЛКОВА Е ПРОСТО – ХРАНЕНЕ / 227



В джунглата на правилата

за рационално хранене228

I ШЕСТТЕ ОСНОВНИ ПРАВИЛА НА ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ И ХРАНОСМИЛАНЕ / 234

1. Любовта минава през стомаха 235 • 2. Личният ритъм на хранене 239 •
3. Даровете на собствената страна 247 • 4. Да се храним с очи, нос и език 257 • 5. Последователност и комбиниране на храните 259 •
6. Да се вслушваме в собственото си тяло 261

II МАЛКА БИЛКАРСКА ЕНЦИКЛОПЕДИЯ / 264

Тайните на билкарството 267 • Точното време в билкарството 271 •
Съхраняване на билките 276 • Приготвяне и приложение 277 •
Избор на подходящото растение 281

III

ПУЛСЪТ НА ЖИВОТА / 287



I В СИЛОВОТО ПОЛЕ НА БИОРИТМИТЕ / 288

Трите такта на живота.....288
Физическият биоритъм 292 • Емоционалният биоритъм 293 •
Интелектуалният биоритъм 294

Биоритмите в ежедневието295
Началните трудности
на едно древно познание299
Изчисляване на биоритми.....304

II ДНЕВНИЯТ РИТЪМ НА ОРГАНИТЕ / 310

От седем до девет часа – стомах 312 • От девет до единадесет часа –
галак/панкреас 315 • От единадесет до тринадесет часа – сърце 316 •
От тринадесет до петнадесет часа – тънко черво 317 • От
петнадесет до седемнадесет часа – пикочен мехур 318 • От
седемнадесет до деветнадесет часа – бъбреци 318 • От деветнадесет
до двадесет и един часа – кръвообращение 319 • От двадесет и един
до двадесет и три часа – общо зареждане на енергия 320 • От
двадесет и три до един часа – жлъчка 321 • От един до три часа –
черен дроб 321 • От три до пет часа – бял дроб 322 • От пет до
седем часа – дебело черво 323

IV

ЗДРАВΟΣЛОВЕН НАЧИН НА ЖИВОТ И СТРОИТЕЛСТВО / 327



I СТРОИТЕЛСТВО И РЕМОНТ – ПОДХОДЯЩИЯТ МОМЕНТ / 336

От избора на място за основите
до прокарването на пътища.....339

Избор на място за основите 341 • Изкопаване на зимник 342 •
Основа 343 • Зимник 343 • Първа плоча, плочи между етажите 344 •
Издигане на стени 344 • Покрив 345 • Поставяне на керемиди 345 •
Външна и вътрешна мазилка, външна облицовка 346 • Вътрешни стени,
бетонни и камени стълби, електрическа инсталация 347 • Дървени
стълби 347 • Водопроводни и инсталационни дейности 348 • Дървени
капаци на прозорците, дървени врати 348 • Първоначално
запомяне 349 • Подови настилки 349 • Дървени подове 350 • Дървени
тавани, облицовка на стените 351 • Бояджийски работи, лакиране,
импрегниране, лепене 351 • Огради 354 • Плочи, веранди, пътеки,
пътища 354 • Градинска площ 355

Дървото в правилния момент –
строителен материал №1.....358

Негниещо, твърдо дърво 360 • Трудно запалимо дърво 362 •
Несвиващо се дърво 362 • Дърво за инструменти и мебели 363 • Дърво
за огрев 363 • Дърво за дъски, за обработка с трион и за
строителство 364 • Дърво за подови настилки и инструменти 364 •
Устойчиво на разцепване дърво 364 • Дървени капаци за външни стени
и покрив, дървени олуци 365

Съвети за здравословен живот и природосъобразно строителство.....	369
Почистване на дървени полове и паркетни на прозорци и стъкла 370 • Почистване на плесен 371 • Правилно проветряване 371	

II НАУКА ЗА ДОБРОТО МЯСТО / 378

„Ездачите на дракона“	379
Свят на лечениа.....	382
Майсторите на правилното място.....	386
„Лошото място“	390
Ракът: лъчева болест от самото начало	394
Пътища към доброто място: способният търсач.....	400
Пътища към доброто място: със собствени сили.....	402

V

СИЛАТА НА МИСЛИТЕ / 415



Послеслов за приятелите на нашите книги.....	426
---	-----



ЛУНЕН КАЛЕНДАР ОТ 2006 ДО 2013.....	430
--	-----

Преговор

Да си здрав и да оздравееш със собствени сили: Това е темата на тази книга, с която искаме да ви помогнем. Искане да ви дадем знание, което да ви придружава цял живот и да ви проправя пътя чрез непосредствения ви личен опит по отношение на всичко, което укрепва или отслабва вашето тяло, ум и душа, без да се налага да се отклонявате, за да търсите съвет от експерти и авторитети.

Умението да запазиш здравето си и да се лекуваш в рамките на един човешки живот, с всичките му висоти и спадове, в действителност не е нито трудно, нито сложно, не трябва да бъде скъпоструващо или обременително. Съвременните науки, особено официалната медицина и психологията, в тясна връзка с политиката, църквата, икономиката, промишлеността и рекламата, дълго и старателно се опитваха да ни убедят в противното и да ни внушат, че само специалистът, със своята тайнствена наука и тайнствен език, може да лекува или да посочи пътя към здравословен и смислен живот. Тази цел те преследват отчасти съзнателно, отчасти несъзнателно по много причини: желаят тяхната власт да си остане ненакърнена, техните, най-често излишни продукти (стоки и идеологии), да се продават все така добре, но преди всичко ние, в ролята на консуматори и адресати на „благодеянията“, да бъдем по-лесно управляеми и по-зависими.

Разваме се, че днес толкова много хора искат да поемат друг път и именно на този дълъг процес на пренастройка на мисленето искаме да помогнем – с всичко, което е по силите ни. При изпълнението на нашата задача ще прибегнем до всичко, което вече е доказало своята функционалност, до основополагащите принципи на един здравословен, динамичен и стойностен живот. Искането отново да пробудим природното, естественото и простото, без изцяло да пренебрегваме реалните блага, донесени ни от новото време. И без това бъдещето няма да ни остави друг избор – защо да не направим доброволно и с радост първите стъпки?

Нищо от това, което ви очаква на следващите страници, не е ново. Става дума за едно прастаро знание, изпробвано в продължение на хилядолетия и признато за валидно, ефикасно и даряващо здраве – законите и ритмите на природата, които в рамките на няколко десетилетия ненужно забравихме или свикнахме да пренебрегваме: влиянието на фазите на Луната и уменията да се действа в подходящия момент, телесните ритми и биоритмите, здравословното хранене, без да се стига до фанатизъм, билколечението, здравословният начин на живот, силите на мисловния свят, влиянието на всички тези аспекти върху тялото, духа и душата и много други*. Някои от тези факти няма да намерите в нито един учебник, други дори никога не са били публикувани. Затова една или друга информация при първи прочит може да ви звучи невероятно или дори налудничаво, защото за

*Ако сте чели нашата книга „Точното време“ (издадена на български език от ИК „Кубеа“, 2000 г.), вече сте запознати с част от информацията. Включваме я тук отново, защото някои повторения са неизбежни, когато трябва да се изяснят съществени и важни взаимовръзки. – Бел. авт.

първи път чувате за нещо подобно, защото е в разрез с вашите убеждения, или пък се сблъсква с вече натрупани предразсъждения.

Всяка информация, всяко правило, всеки съвет се основава на личен опит – не само на нашия собствен, а и на опита на много хора, на лечители от миналото и настоящето. С времето и вие ще се включите в натрупването на такъв опит, защото ежедневното съприкосновение, прилагането на правилата от тази книга ще изострят вниманието ви към природата и явленията, които ни заобикалят, и ще ви направят съпричастни към скритите връзки между тялото, душата и околната среда. Тези прозрения в крайна сметка ще ви отведат извън рамките на застиналите закономерности и ще ви доближат до едно състояние, което ще ви направи неподвластни на многобройните отрицателни влияния на външния свят. Преди всичко те ще ви предпазят от вездесъщите опити да ви държат в духовна или физическа зависимост.

Интуицията, наблюдението и опитът са ключът към много тайни на природата, които науката не може да разбули, поне не и с нейните ограничени средства и от висотата на нейния пиедестал. Следователно, не очаквайте справочник „на научна основа“ или сборник от патентовани рецепти, заместващи работата, която вие сами трябва да свършите. Ние не искаме да създадем нова мода и не предлагаме някаква нова диета, нов начин на живот или поредното универсално лекарство. Никой не трябва да живее *според* нещо. Всеки човек е уникален и неповторим. Това, което помага на един, може да не упражнява въздействие върху друг и дори да му навреди. Понякога определено средство или мярка помага, друг път няма желания успех. Никаква здравна статистика, никак-

ва „непогрешима“ рецепта няма да ви помогне, ако това, което „винаги“ е помагало, точно при вас не действа. Вие трябва да намирате своя собствен път, всеки ден отново и отново.

Ще смятаме, че сме постигнали целта, ако успеем да пробудим вашия *стамен*: ако успеете да си припомните, че притежавате всичко, от което се нуждаете – всички средства, сили и способности, за да водите живот, който действително заслужава своето име: Живот, изпълнен с жизнерадост и сила. И със сърце за себе си и вашите близки. Живот! Не онази хаотична въртележка между очакване и разочарование, опиянение и болка, страх и облекчение, желание и неудовлетвореност, стрес и празнота, която са ни внушили да бъркаме с пълноценния живот.

В нито един миг човекът не е чуждо тяло на Земята или във Вселената. Природата не води борба срещу човечеството, а му дава всичко, от което то има нужда, ако всеки човек се научи да живее в съгласие със себе си и с нея. Това съгласие не може да бъде разпоредено със закон. То е собствено, лично постижение, собствено, лично решение. Изборът е винаги ваш, колкото и да искат да ви убедят в обратното. Всички ние – хора, животни, растения, звезди, планети, Слънце и Луна – се намираме в едно и също положение. И единственият смисъл на нашия живот е взаимно да се събудим и да сме отговорни един за друг, независимо от това колко още време е нужно на човечеството, за да го прозре. Човекът е най-добрият лек за човека.

За щастие, много хора по света днес са на път да изоставят наложения, натрапен, изопачен начин на мислене: ориентацията към материалното, към утвърждаването и кариерата, към страха и удобството, към придобиване-

то на повече власт, към това, което други хора и институции смятат за нормално и правилно, към досадната и понякога убийствена идеология „Вярвам само на очите си“, към затъпяващото и осакатяващо убеждение, че „отделният човек не може да постигне нищо сам“. Много хора днес започват да разширяват своя кръгзор, обогатяват го с разум, цел и чувство за мярка, чувстват го каква радост, го какво спокойствие, го какъв вътрешен мир води един живот, ръководен от абсолютна отговорност за себе си и от вътрешна свобода. Какво дълбоко, истинско удовлетворение носи защитата на ближните и на околната среда – не като стил на живот, наложен от някаква идеология или изкуствен морал, а чрез пълно проникване в истинската природа на човека! Хората осъзнават каква радост е да се живее според собствения усет. Колко безоблачно прост и ясен става тогава животът, дори сред ураганите на съдбата. Много хора вече знаят: тази истинска природа на човека съществува и към нея можем да се насочим във всеки момент от живота, без преди това да сме се измъчвали с безкрайни теологични, психологически и природонаучни изследвания. Всичко истинско и съществено е просто по природа и достъпно за всекиго. Бог и множеството му приятели във видимия и невидимия свят не си играят на превземки.

Нашето време няма нужда от наложени отгоре промени, от нови закони, от проповедници на морал и преди всичко – от борба срещу „злото“. Това, от което се нуждае нашето време, се формулира лесно: *пробуждане и изравняне на отделния човек*. Ние искаме да ви дадем в ръцете не меч, а ключ. Нито облеклото от изкуствена материя, нито азбестът и облъчените хранителни продукти имат шанс да съществуват, ако никой не ги купува.

Онези лекари, учители, адвокати, политици, търговци, които не са хуманни, също нямат шанс, ако никои не ги слуша. Чиновниците от Европейската общност, които със закон определят градуса на извивката на банана и се занимават със селскостопанска политика, без да са засадили нито едно дърво, държавните служители, които пропихват нашите пари, за да превърнат пощенските кодове от четирицифрени – в петцифрени, политиците – черни, зелени, жълти, червени или кафяви, които искат произволно да манипулират чувствата, мислите и действията на хората, техния страх от живота – всички те нямат шанс да съществуват, ако никои вече не позволява да го правят на глупак. По тези причини в нашата книга няма да липсва и информация, която се занимава не толкова със суровите факти, колкото с наложените от възпитанието мисловни навизи и представи. Те отварят вратите на отрицателните влияния и са много мощни причинители на болести от всеки вирус, от всяка бактерия, от всяка изпусната в природата отрова.

Затова нашето желание на първо място е да пробудим у вас смелостта и непоколебимата воля да се доверите на собственото си вътрешно *чувство*, да заживеете според собствения си усет и интуиция. Това е нашият възглед, това е и рожденото право и задължение на всички хора. Вие сами трябва да култивирате у себе си желанието за прикличение и смелостта да го осъществите. Никога не забравяйте: в опасност са вашето тяло, вашата душа и вашият живот. Никои не може и не трябва да живее вашия живот вместо вас. Трябва и имате право да живеете според това, което усещате, и според това, което виждате – та дори и нито един човек на света да не споделя вашето чувство!

Чувството, за което говорим, понякога се усеща като тих „вътрешен глас“. В езика на ежедневието го познаваме под различни имена: интуиция, сърце, възприятие, предчувствие, съвест, нюх, инстинкт, усет, а също и „шесто“ чувство. Силата на възприятието, с която си служи този вътрешен глас, знае във всеки момент какво е действително необходимо за вашето вътрешно и външно израстване и познава добре причините за проблемите и болестите. Гласът казва какво е необходимо да се направи за лечението – дали е нужна помощта на приятел, или човек може и сам да се справи. Той казва какво трябва да се предприеме, когато е наложително да се плува срещу течението, казва какво помага на един, какво пречи на друг – често в противоречие с вашето мислене, с вашите страхове и надежди.

Всички ние сме се оставили да бъдем подведени или несъзнателно сме решили да игнорираме този тих, неподправен глас. Като малки деца сме били близки с него като с най-добър приятел или ангел-хранител и за кратък период от живота ни той рядко ни е оставял в беда. Тогава не е било трудно да се види, че царят е гол.

Защо допуснахме този глас да отслабне? Защото той е безпристрастен. Защото казва истината, без оглед на ранга, името или последствията, произтичащи от голата истина, която оповестява. Защото той не се влияе, не може да бъде манипулиран. Защото не мисли нито положително, нито отрицателно. Защото гържи пред нас неподкупно, кристално чисто огледало. Защото вижда нещата такива, каквито са.

Гласът показва истинския път там, където нашите сетици се предават. Той е внушил на някого мисълта да изследва вредността на азбеста за човешкото здраве. Той кара хората светкавично и без колебание да скочат

във водата и да спасят давещи се деца, въпреки собствения ужас, въпреки здравия разум.

Коя политика, коя икономика, коя рекламна агенция, коя идеология би могла днес да оцелее под ослепителната светлина в лечебното силово поле на истината? Свикнали сме толкова много да объркваме мнението с познанието и да живеем с лъжата, с акробатиките на интелекта, с неспирните, заглушаващи истината викове на разсъдъка, че този тих вътрешен глас почти няма шанс да бъде чул.

И така, постепенно губим доверието в този глас, твърде често изместван от други, чужди гласове, от нашите собствени, шумни гласове, и от гласове на „експерти“. В буквалния смисъл на думата – изтласкван в сянката на живота.

Ние ще ви помогнем да ударите спирачки, бавно и тихо да се спрете в тишината, за да чуете отново този глас и да последвате неговата мъдрост. За това понякога е необходима помощ. Помощта се отличава от всички други наши душевни въздействия. Тя не е чувство, в смисъла на емоция, сантименталност или порив, не е и разсъдък, в смисъла на пресмятане, планиране или очакване. Онзи който я познава, знае, че тя понякога идва и си отива внезапно, като кратък музикален акорд в далечината или като силен електрически удар. След това отново ни води през тъмна като в рог нощ – като джобно фенерче с неизтощими батерии. Трябва да се отбележи, че не можете да изучите това чувство така, както се изучава занаят. Понякога просто е необходимо по-дълго време да опитвате, да прилагате метода на пробата и грешката, за да се разграничи вътрешният глас от илюзиите, бланшетите и самозаблудите и да бъде чул.

Много ни се иска обаче да ви уверим в следното: ако сте убедени, че не притежавате непогрешимото чувство, причината е само във факта, че ви липсва смелостта да му дадете зелена улица и да му се доверите. Това е въпрос изключително само на кураж и на любов към себе си. Достъпът до тази смелост, до любовта към себе си и до вътрешното чувство преминава през безусловното поемане на отговорност за вашия собствен живот, за всяка отделна стъпка: за всяка мисъл, всяка дума, всяка постъпка, днес и в бъдеще. Тогава успехът няма да ви убегне. Утихането на бурята във вашето сърце и настъпилата след това тишина ще изострят слуха ви за гласа на сърцето.

Дори когато на пръв поглед чувството посочва път към неуспех или грешка, към неприятна или болезнена ситуация, това е единствено правилното и възможно решение. Защото само благодарение на тези грешки – неоспорими, направени от сърцето на душата ни и необвързани с последващо търсене на виновника – действително можем да се учим и да израстваме.

Следването на този път може да промени из основи един живот. Вратата се отваря към една свобода, която ние днес рядко намираме и от която се страхуваме – истинската свобода, която няма нищо общо със „свободата на избор“. Тя, напротив, освобождава от избор! Тя дава възможност да се отсъжда толкова бързо и сигурно, че вече няма ситуация на избор, защото правилното действие във всеки момент е налице. Решенията, които се вземат тогава, се основават на толкова твърда убеденост, че не съществува втора, да не говорим за множество алтернативи. Човек, стигнал до това състояние, е свободен дори в инвалидна количка или зад стените на затвор. И само такива хора ще помогнат на човечество-

то да отговори на всички предизвикателства, които ще му поднесе бъдещето.

Медицината на бъдещето ще бъде взаимно обогатяване, взаимно преливане на прастари лечебни методи с най-доброто от съвременната наука. Едно изкуство, в което магията и медикаментът, нежното докосване и скалпелът, целебната сила на мисълта, молитвата и медитацията след столетия противоположно разделени отново ще се слепят в едно, за да обхванат и човека в неговата цялост. Това е единственият възможен път.

Вътрешното чувство, наблюдението и прекият опит са посочили на нашите предци пътя към ритмите на природата и на Луната, към едно знание, на което си струва отново да отдадем заслуженото. Така и ще направим, запознавайки ви с част от това знание.

ИОХАНА ПАУНГЕР
ТОМАС ПОПЕ

Лунният часовник

От милиони години Луната, един гол облак със скала, обикаля самотно и невъзмутимо нашата майка Земя. Понякога тя се скрива и при новолуние ни показва тъмната си страна, понякога почти засенчва с блясъка си звездите, когато при пълнолуние озарява нощното небе.

Енергията на нейния кръжащ полет докосва всяка земна точка и по този начин – всеки човек, всяко животно, всяко растение, всеки атом от нашата планета. Тъй като тази енергия има многообразно и дълбоко въздействие и защото в тази книга ще се говори за силите, повластни на лунните фази и на разположението на Луната в зодиака, още в началото искаме да разкажем за възникването и значението на „лунния часовник“.

В началото бе възприятието

В продължение на хилядолетия хората са се стремили да живеят в хармония с ритмите и законите на природата, за да оцелеят и да изследват божествения замисъл, който са съзирали в движението на Слънцето и Луната, в светкавиците и гръмотевиците, в приливите и отливите през различните сезони. Те са се вслушвали в природата и в съзвучието на елементите и са разгадавали нейните