

PETRAS ŠIBILSKIS



DIDŽIAUSIOS ŽMONIJOS 'PASLAPTYS'



100 PASLAPČIŲ UŽ SUVOKIMO RIBOS

MĪSLINGI ĮVYKIAI, PASLAPTINGI REIŠKINIAI IR
NEŽEMIŠKŲJŲ CIVILIZACIJŲ PĖDSAKAI



OBULYS



Petras Šibilskis

DIDŽIAUSIOS
ŽMONIJOS
PASLAPTYS



Pratarmė

Pasaulyje yra daug neįmintų paslapčių, daug ezoterinių (nematerialių) dalykų, kuriais dažniausiai domisi labiau išprusę, smalsesni žmonės. Kai kuriems žmonėms tai visiškai neįdomu, jie viską neigia („to nėra ir negali būti...“). Gal jiems taip gyventi lengviau, paprasčiau, tačiau... nuobodžiau. Aš esu smalsus nuo mažens, su knyga nesiskiriu nuo septynerių metų. Perskaičiau tūkstančius knygų, tarp jų nemažai mokslo populiariomis bei ezoterinėmis temomis, sužinojau daugelį įdomių dalykų ir, norėdamas pasidalyti tomis žiniomis su kitais žmonėmis, vedamas altruistinių sumetimų, ėmiau vesti paskaitas tokiomis temomis, versti įdomesnę medžiagą iš rusų kalbos ir spausdinti straipsnius. Tokių paskaitų (kiekvienos trukmė apie 1,5 valandos) buvo parengta kelios dešimtys, o įvairiuose Lietuvos leidiniuose buvo paskelbta per 1 000 straipsnių.

Paskaita – tai gyvas žodis, atitinkama lektoriaus intonacija, jo emocijos, jo tikėjimas tuo, apie ką pasakoja, galimybė paklausti, žodžiu, gyvas bendravimas su klausytojais. Paskaitas dažniausiai skaičiau buvusiame Kauno „Žinijos“ lektoriume, Panevėžio bendruomenių rūmuose. Paskaitas apie jonizuotą (gyvą ir negyvą) vandenį teko skaityti beveik visuose Lietuvos miestuose bei miesteliuose. Parengti įdomią paskaitą nėra taip paprasta, kaip gali pasirodyti iš pirmo žvilgsnio. Kartais vienai temai parengti tenka perskaityti šimtus puslapių ar net keletą knygų ir, tik gerai įsisavinus medžiagą, atrinkti 10–15 puslapių spausdinto esminio teksto ir viską pateikti kuo paprasčiau, suprantamiau... Man padėjo ilgalaikė pedagoginė patirtis.

Dabar paskaitos tampa nebepopuliarios, į jas renkasi vis mažiau žmonių. Visą užgožė visagalis internetas, nesibaigiantys televizijos serialai. Žmonės, ypač jaunimas, skaito mažiau knygų, nors jų spausdinama labai daug. Tačiau

ne visi senjorai turi kompiuterius ir internetą, ne visi įperka brangias knygas, o mus supantis nematomas pasaulis egzistuoja, kaip ir anksčiau.

Deja, neišvengiamai artėja laikas, kai teks išeiti į amžinybę ir būtų gaila, kad tokia gausi medžiaga liktų pamiršta, nepanaudota. Juk tiek ten įdomybių, tiek daug naudingų patarimų kasdieniniam gyvenimui... Be to, praktiškai kiekviena paskaitos tema skatina mus būti geresnius, pakantesnius, atlaidesnius, užgniaužti pyktį, kontroliuoti savo mintis – slopinti visa tai, kas didina mūsų karmos našlą ir kenkia sveikatai. Todėl nusprendžiau peržiūrėti, pakoreguoti įdomiausias temas, pateikti jas šioje knygoje ir palikti ją savo artimiesiems, kolegoms, draugams bei smalsiems žmonėms. Nors kiekviena tema ar paskaita yra atskira, vis tik rekomenduočiau skaityti knygą nuo pradžių, taip bus aiškiau ir paprasčiau įsigilinti į turinį. Rašiau prisilaidydamas gyvo bendravimo su įsivaizduojama auditorija stiliumi, įterpdamas ir savo komentarus. Manau, kad taip lengviau suprasti sudėtingą bei neįprastą medžiagą.

Su dideliu malonumu perskaičiau naujas akademiko Jurgio Brėdikio knygas „Kitokiu žvilgsniu“ ir gerokai papildytą – „Kitokiu žvilgsniu 2“. Malonu žinoti, kad toks medicinos šviesulys, žymus mokslininkas pripažįsta įvairius ezoterinius reiškinius, aiškina juos iš mokslinių pozicijų. Gal tai ir yra tie pirmieji drąsūs žingsniai, gal ir daugiau medikų drąsiau pažvelgs į šiuos reiškinius, kurių panaudojimas gali pastebimai padėti žmonėms, gerinti sveikatą, skatinti daugiau šviesių minčių ir taip praskaidrinti mūsų nelabai linksmą kasdienybę, skęstančią nesibaigiančios negatyvios informacijos sraute...

Ezoterinis (nematomas) pasaulis egzistuoja, supa ir atitinkamai mus veikia, norime mes to ar nenorime. Todėl apie tai naudinga žinoti ir naudotis jo suteikiamomis galimybėmis bei mokėti apsaugoti nuo jo neigiamo poveikio, o kartais ir keliamo pavojaus...

Ir dar. Ši knyga nebūtų išvydusi šviesos be asociacijos „Aqua est vita“ prezidento Vytauto Kriovės draugiškos pagalbos, už kurią reiškiu jam nuoširdžiausią padėką.

Pagarbiai – doc. dr. Petras Šibilskis.

Trumpai apie save

Gimiau 1936 m. birželio 28 d., todėl ir pakrikštytas Petru. Karo metus ir neramius pokario laikus teko stebėti savo akimis, kai susikaudavo rusų ir vokiečių lėktuvai – slėptis slėptuvėse, paskui, jau po karo, slėptis kur nors už mūrinės sienos ar ant krosnies, ar gultis ant grindų, kai netoliese susišaudydavo partizanai su *stribais*. Eidamas iš Pandėlio gimnazijos į savo Nartaikių kaimą sutikdavau tremtinių gurguoles. Kartais tekdavo pabūti ir sargybiniu, kai šviesią mėnesienos naktį užeidavo partizanai. Nukentėjo ir mano šeima: 1946 metų naktį į birželio 30 d. (po mano ir tėčio vardadienio) atvažiavę naktį *stribai* kartu su rusų kareiviais nušovė mano motiną (jai buvo tik 36 metai...). Tada man buvo suėję 10 metų...

Pandėlio gimnazijoje mokiausi antroje pamainoje, prie žvakių, o patamsyje buvo smagu išdykauoti... Nuolat jautėme alkį, o einant iš mokyklos drąsesni ir įžulesni bei alkanesni už mus miesto berniukščiai atimdavo iš mūsų „pietus“ – juodos duonos riekę, užteptą sviestu, arba – o laime! – rūgščia bruknių uogiene ar net medumi. Mus pasiaukojančiai mokė mokytojai, tarp kurių buvo tikrų šviesuolių bei entuziastų. Beje, ir mes – gimnazistai – tada buvome visi lygūs...

Pokario metais Pandėlio centrinė aikštė matė ir sovietines šven-tines demonstracijas, ir patiestus žuvusių partizanų lavonus (kartą keletą dienų jų buvo suguldyta net 12), senieji žydų kapai tyliai pri-glaudė ne vieną nakties metu užkastą patriotą. Buvo patriotinis ju-dėjimas ir gimnazijoje, už dalyvavimą jame buvo areštuoti kai kurie vyresni gimnazistai. Tačiau nepaisant neramumų bei sunkumų, gim-nazijoje veikė literatų ir jaunųjų literatų, fizikų, chemikų, vaidybos,

fotografijos mėgėjų būreliai. Buvo ir keturbalsis mišrus choras, vadovaujamas mokytojo V. Raugelės. Gal nuo tada ir pamilau muziką, dainas, fotografiją ir visą gyvenimą fotografuoju, groju, dainuoju (dabar – Senolių chore).

O kokius spektaklius rengdavo abiturientai, kurie tada buvo gero- kai vyresni, nei dabar – nuo 18 iki 22 metų! Tai buvo „Paskenduolė“, „Pelenė“, „Brandos atestatas“, „Jaunoji gvardija“ ir kt. Sutikite – pasta- tyti tokį kūrinį tais vargo laikais reikėjo ne tik noro, režisieriaus ta- lento, pasiaukojimo, bet ir didelio entuziazmo, ir kantrybės. Pandėlio gimnazija visuomet buvo ir lieka vienu iš miestelio kultūros centrų.

Pandėlio vidurinę mokyklą baigiau 1954 metais ir buvau pašauktas į armiją. Taip jau susiklostė, kad patekau į Muromo karo ryšių mo- kyklą. Po trejų metų baigiau ją su pagyrimu, gavau leitenanto laipsnį. Paskui dar trisdešimt metų tarnavau įvairiose buvusios Tarybų Są- jungos vietose: pradžioje – 3 metus Anapoje, po to 5 metus mokiausi Leningrado (dabar – Sankt Peterburgas) inžinerinėje karo ryšių aka- demijoje, baigęs akademiją 4 metus tarnavau Vladimire, ėjau karinio atstovo pareigas radijo gamykloje, vėliau vėl toje pačioje akademijoje rašiau disertaciją. Apsigynęs buvau paskirtas dėstytoju. Paskutinius 12 metų tarnavau Novočerkasko aukštojoje ryšių karo mokykloje, ėjau katedros viršininko pareigas. Žodžiu, *perėjau* visus karininko laipsnius nuo leitenanto iki pulkininko. Pasisekė, kad didžioji tarny- bos dalis buvo susijusi su moksliniu ir pedagoginiu darbu. Sulaukęs 50 metų, kai turint pulkininko laipsnį jau galima prašytis į atsargą, taip ir padariau. Kol tęsėsi ilgas demobilizacijos periodas, pasikeičiau butais su Panevėžyje tarnavusiu vienu atsargos karininku, susiradau darbą – eiti docento pareigas to meto Liaudies ūkio specialistų tobu- linimo instituto (LŪSTI) Panevėžio fakultete (dabar – VGTU Koky- bės vadybos centro Panevėžio filialas) ir grįžęs 1987 metais pradėjau trečiąjį, vėl civilinį savo gyvenimo etapą, kuris tęsiasi jau 31 metus ir tęsis tiek, kiek Dievo atmatuota. Gyvenau aktyviai: dėščiau daugelį dalykų, rengiau mokomąją ir metodinę medžiagą filiale, rašiau popu- liarius straipsnius ir žurnalus ir laikraščius, tebeskaitau knygas, dar va- žinėju automobiliu, mėgstu grybauti, groju akordeonu, sintezatoriu- mi, sukūriau keletą dainų, populiarinu jonizuotą (gyvąjį ir negyvąjį)

vandenį, domiuosi numerologija (ypač Pitagoro magiškojo kvadrato galimybėmis), mėgstu humorą, anekdotus (išleidau 7 anekdotų knygeles), dar užsiimu biolokacija – esu patikrinęs nemažai namų, butų, darbo vietų ir nustatęs blogas, patogenines vietas ir t. t. Žodžiu, laikausi įprasto intensyvaus gyvenimo ir darbo ritmo.

2017 m. liepą pagaliau atsisveikinau su darbu. Turiu žmoną, sūnų, anūkę, gerų draugų, palaikau ryšį su buvusiais klasės draugais, su kuriais visada galima pasidalyti džiaugsmiais ir vargais...

Petras Šibilskis, 2018 m. kovo 26 d.

PIRMAS SKYRIUS

APIE TAI,
KAS LENGVAI
APČIUOPIAMA



Įsižeminkime! Tai nejuokinga, tai rimta...

Apsaugos nuo elektros taisyklės reikalauja įžeminti srovei laidžius elektros įrenginių korpusus, kitas metalines dalis, nes įžeminimas – tai vienas efektyviausių apsaugos nuo galimo elektros srovės poveikio būdų. Pasirodo, kad įsižeminti naudinga ir žmonėms – tai padeda išspręsti nemažai sveikatos problemų... 2014 m. UAB „Luceo“ išleido gal pirmąją knygą lietuvių kalba apie Žemės energetiką ir jos įtaką mums – „ĮSIŽEMINIMAS – svarbiausias kada nors atradimas apie sveikatą“. Knygą parašė trys skirtingų specialybių autoriai: Klintonas Oberis – elektronikos specialistas, kabelinės televizijos įkūrėjas ir platintojas JAV; Stivenas Sinatra – kardiologas, Amerikos kardiologų koledžo narys, turintis 40 metų stažą, ir Martinas Zukeris – alternatyviosios medicinos, sveikos gyvensenos ir holistinės sveikatos populiarintojas. Visi autoriai gerai žinomi, ilgametę patirtį turintys specialistai savo tyrimų srityse. Toks skirtingų sričių specialistų bendradarbiavimas beveik visuomet lemia netikėtus ir stulbinančius rezultatus. Pagal jų knygą ir parengta ši medžiaga.

Keletas faktų apie mūsų Žemę

Vandenynai dengia 70 proc. Žemės paviršiaus, vadinasi, sausumos lieka tik 30 proc. Deja, trečdalį sausumos sudaro dykumos (didžiausioji – Sachara), didelius plotus užima miškai, kalnai ir žemdirbystei lieka tik apie 11 procentų sausumos. Todėl reikia tausoti ir tinkamai naudoti kiekvieną turimą hektarą. Ar tai daroma?

Vandens Žemėje, atrodo, labai daug, tačiau net 97 proc. vandens yra sūrus. Iš likusių 3 proc. 2 proc. įšalę ledynuose, taigi švaraus geriamojo vandens lieka tik 1 procentas. Apie 25 proc. pasaulio populiacijos jo neturi. Mums, lietuviams, tikrai pasisėkė: gyvename tūkstančio ežerų šalyje ir vandens stygiaus nejaučiame, todėl jo ir netaupome. Apie 21 proc. nepanaudoto geriamojo vandens nuteka į kanalizaciją. Jeigu iš čiaupo varva degtuko storio vandens čiurkšlė, tai per parą išteka apie 500 litrų vandens. Jei vanduo tik laša, išlašės 80–180 litrų. Nesandarus tualetų bakelis per parą „sunaudoja“ 1 500 litrų ir t. t. Tik 1 proc. miesto vandentiekio vandens sunaudojama maistui ir gėrimui.



Seisminiu atžvilgiu mes gyvename ramioje zonoje, be žemės drebėjimų. Ugnikalnių Lietuvoje tai pat nėra, nors pasaulyje per metus būna apie 30 išsiveržimų, daugiausia jūros dugne. Žaibų skaičius Lietuvoje tikrai nėra didžiausias, nors per vasarą žaibas sudegina apie 100 pastatų. (Pasaulyje per sekundę trenkia 100 žaibų.)

Žemė sudaryta iš geležies (32 proc.), deguonies (30 proc.), silicio (15 proc.), magnio (14 proc.), sieros (3 proc.), nikelio (2 proc.) ir kalcio (1,5 proc.). Atmosferoje daugiausia yra azoto (78 proc.) ir deguonies (21 proc.). Visoms kitoms dujoms, tarp jų ir anglies dvideginiui, sukeliančiam šiltnamio efektą, lieka tik 1 proc. Jeigu deguonies būtų kokie 30 proc., sudegtume. Kai deguonies ore lieka mažiau kaip 17–18 proc., žmogus jau gali nualpti, o kai jo lieka mažiau kaip 14 proc., užgęsta beveik visos degančios medžiagos – taip ir gesinami gaisrai, mažinant deguonies kiekį arba ribojant jo patekimą prie ugnies.

Kaip matome, motina Žemė gali mus perspėti, padėti, suteikti poilsį, ramybę, pagydyti, įkrauti savo gyvybine energetika, nuimti nuo mūsų kūnų kenksmingus elektrostatinis krūvius, apie kuriuos toliau ir kalbėsime. Tačiau ji gali supykti ir pasireikšti žemės drebėjimais, ugnikalnių išsiveržimais, sausromis, potvyniais, cunamiais, tornadais, uraganais.

Truputis istorijos

Mano vaikystėje, kai elektros kaimuose dar nebuvo, patys susikurdavome „elektrą“, patrynę kaučiukines šukas į vilnonę medžiagą – po to šukos trumpam pritraukdavo popieriaus skiauteles. Glostydami katiną prieš plauką tamsoje matydavome kibirkštis ir kt. Tai buvo elektrostatiniai krūviai.

Tuo metu sintetikos buityje praktiškai dar nebuvo, štai dabar jos – kiek nori. Todėl mes dabar dažnai kibirkščiuojame: sveikindamiesi ištiesiame ranką ir trakšt kibirkštėlę, traukdami raktelius iš automobilio durų pajaučiame elektros poveikį, moterys kibirkščiuoja vakare nusirengdamos kokį nors sintetinį drabužį ir pan. Kai pasirodė žiguliukai ir moskvičiai, neretai matydavome juos su prie užpakalinio bamperio pritvirtintomis „uodegytėmis“. Važinėjant saulėtą, vėjuotą dieną ant žiguliuko korpuso susikaupdavo (prisitrindavo) iki 600 V elektrostatinio krūvio, o tai jau sudarydavo nemažą, skaudžiai kertančią kibirkštį. Tą



krūvį reikėjo „nuvaryti“ į žemę, tai ir darė specialios, elektrai laidžios medžiagos „uodegytė“.

Elektrostatiniai krūviai gali pridaryti nemažai žalos: kibirkščiavimai gąsdina, žmogus krūpčioja, susikaupę ant kūno krūviai (jų būna iki 200 V) dirgina nervų galūnes, trikdo miegą, sąlygoja košmariškus sapnus. Didesnės kibirkštys gali padegti susidariusį oro ir dujų mišinį, sukelti sprogimą. Čia verta prisiminti pokario laikus, kai prasidėjo reaktyvinės aviacijos era. Kartas nuo karto kariniuose aerodromuose įvykdavo sproginiai. Įsivaizduokime: privažiuoja degalų cisterna prie reaktyvinio lėktuvo, perpumpuoja keliasdešimt tonų degalų į degalų talpyklas (sparnus), o traukiant žarną iš talpos – *bum!* Ir nėra nei cisternos, nei lėktuvo, nei ekipažo... Saugumiečiai ieškojo diversantų, beje, nesėkmingai. Diversantus surado mokslininkai. Tai ir buvo jau minėti elektrostatiniai krūviai. Ištraukiant žarną iš talpyklos, spragtelėdavo nemaža kibirkštis ir padegdavo susikaupusį sunkesnį už orą degalų garų ir oro mišinį. Ir viskas. Nuo

tada atsirado griežti reikalavimai tokiems įtaisams įžeminti. Dabar benzinvežio vairuotojas, privažiavęs prie degalinės, prieš išpildamas degalus į talpyklą, prie cisternos būtinai prijungia įžeminimo laidą. Kai mes kartais stebime tokią važiuojančią degalų cisterną, kuriai iš paskos keliu velkasi grandinė, tai nereiškia, kad vairuotojas netvarkingas. Tai rodo, kad nuo cisternos nuolat nuimami, t. y. „nuvaromi“ į žemę nuo trinties bei kitų veiksnių susidarantys elektrostatiniai krūviai. Gamyklose, pvz., „Line“, prie verpimo staklių specialiais rūką sudarančiais purkštuvais drėkinamas oras, kad nuo trinties susidarantys krūviai nesikaupytų, o per drėgną orą eitų į žemę. Vamzdynuose šiuo tikslu mažinamas skysčių judėjimo greitis. Na, o šiuolaikiniai automobiliai dažomi tokiais dažais, kurie nekaupia elektrostatinio krūvio. „Uodegyčių“ nebereikia... Įžeminami arba įnulinami praktiškai visų elektros prietaisų, įrenginių, elektros variklių metaliniai korpusai ir t. t.

Truputis teorijos

Elektros įrenginių naudojimo taisyklėse parašyta: *apsauginis įžeminimas* – pasyvųjų elektros įrenginio dalių įžeminimas žmonėms apsaugoti nuo pavojingo elektros srovės poveikio. Plačiau, populiariau įžeminimą galima apibrėžti ir taip: *įžeminimas* – tai kokio nors objekto sąlytis su žemės paviršiumi ir kartu su natūraliu žemės elektros krūviu, kuris daro įtaką ir gyviems organizmams, visų pirma – slopina uždegimus. Įrodyta, kad uždegimai yra faktiškai visų chroniškų ligų priežastis. Be to, jie skatina organizmo ląstelių senėjimą.

Jeigu elektros įrenginių korpusų įžeminimas apsaugo aptarnaujančią asmeną nuo prisilietimo įtampos, kuri gali atsirasti ant įrenginio korpuso avariniais atvejais, pvz., prasimušus kokio nors elektros laido izoliacijai, tai žmogaus sąlytis su žeme apsaugo nuo daugelio sveikatos problemų. Tai išgirdę žmonės dažniausiai pasišaipo, sakydami, kad tokį kontaktą su žeme mes palaikome nuolat, juk žeme vaikščiojame, neskraidome, nereikia jokių papildomų juokingų įsižeminimų. Tačiau tai didelė klaida. Taip, mes gyvename ant žemės paviršiaus, vaikštome žeme, tačiau pačios žemės neliečiame. Jeigu senovėje žmonės vaikščiodavo basi ir per pėdas kontaktuodavo su žeme, semdami jos energiją, tai dabar basakojų, ypač miestuose, pamatyti

galima tik retkarčiais, kur nors stadiono takeliuose ar kokioje pievelėje. Mes vaikštome sintetiniais kilimais, linoleumais, avime batus storais sintetiniais ar guminiiais padais ir miegame lovose su sintetine patalyne. Taigi „nuo žemės mes esame patikimai atjungti, izoliuoti, mes kenčiame žemės badą“, – rašo minėtos knygos autoriai. Pamenu, kaip mes, kaimo vaikai, pokario metais basi eidavome keletą kilometrų į mokyklą (aišku, ne žiemą), prie miestelio į rasotą žolę nusivalydavome kojas ir apsiaudavome savo turimą avalynę – ją reikėjo taupyti... Po pamokų toje pačioje vietoje vėl nusiaudavome ir namo pėdindavome basi. Ir žvyrkelis mūsų pėdoms buvo nebaisus. Be to, tada visi buvome lygūs, varžytis nereikėjo, už tai kojų padai buvo kieti ir atsparūs, nebijojo nei sudžiūvusios dirvos grumstų, nei žvyruotos kelio dangos, nei ražienų. Dabar kiti laikai, kitos mados, kitos galimybės, todėl mūsų kūnus nuolat kamuoja uždegimai ir jų keliamos ligos, neaplenkiamos įvairaus amžiaus žmonių. Tokių ligonių vis daugėja. Anksčiau nuo tokių bėdų mus saugojo elektrinis Žemės laukas, šiandieną tokios apsaugos nebeturime.

Ryšį su Žeme galima atstatyti labai paprastai: pirmiausia, tai vaikščiojimas basomis lauke, net ir kambaryje, jeigu grindys pagamintos iš laidžių medžiagų (deja, tai daroma vis rečiau). *Įsižeminę*, t. y. susijungę su natūraliu žemės paviršiaus krūviu, atkursime kūno elektrinį lauką ir tai greitai teigiamai paveiks mūsų visą organizmą. Autoriai rašo, kad tada:

- susilpnės arba liausis visi uždegimai, chroniškai skausmai;
- sumažės chroniškas nuovargis;
- pagerės kraujo apytaka ir ląstelių aprūpinimas maistinėmis medžiagomis;
- pagerės miegas, sumažės streso lygis;
- sustiprės organizmo energija, pradės greičiau gyti žaizdos;
- sustiprės imuninė sistema.

Trumpai kalbant, įsižeminimo poveikio esmė yra tokia: Žemės paviršius turi neigiamą krūvį, kurį jam suteikia elektronai (jų krūvis neigiamas). Kai žmogus, pvz., per basas pėdas ar kitokiu būdu, kontaktuoja su Žeme, jis absorbuoja, sugeria neigiamą elektronų krūvį, panaikina krūvių disbalansą organizme ir neutralizuoja dėl oksidacijos procesų nuolat atsirandančius laisvuosius radikalus. O laisvieji radikalai yra pagrindinis ląsteles žalojantis veiksnys. „Atkurdami nutrūkusį ryšį su Žeme, mes įsileidžiame į save jos gydomąją galią“, – rašo autoriai. Išvadyti įsižeminimo privalumai ne kartą buvo patvirtinti eksperimentais

su pakankamai didelėmis grupėmis žmonių. Knygoje pateikti tokie duomenys: 85 proc. tiriamųjų pareiškė, kad įsižeminę greičiau užmigdavo, o 95 proc. – geriau miegojo visą naktį; visi rytą jautėsi geriau pailsėję; 74 proc. išsivadavo iš sąnarių ir nugaros skausmų ir kt. Susimąstykite: argi neverta pabandyti realizuoti visus išvardytus privalumus tokiu paprastu, visiems prieinamu, nieko nekainuojančiu ir efektyviu būdu – įsižeminimu?

Jonizuotas šarminis vanduo, gaminamas elektrolizės būdu specialiuose prietaisuose – vandens jonizatoriuose (žr. 34 psl.) turi daugiau deguonies ir tą deguonį atiduoda laisviesiems radikalams. Vaizdžiai kalbant: šekite, imkite iš manęs deguonį ir nepulkite sveikų organizmo ląstelių. Tie žmonės, kurie nuolat geria tokį vandenį, šitą poveikį gerai žino.

Kaip įsižeminti?

Pirmas ir pats paprasčiausias įsižeminimo būdas – tai minėtas vaikščiojimas basomis. Tam reikia išnaudoti bet kokias galimybes: vaikščiokite savo kiemuose, stadionuose, parkuose, paplūdimiuose, nekreipdami dėmesio į pašaipius praeivių žvilgsnius. Po kiek laiko taip vaikštančiųjų padaugės (pvz., pamažu plinta vaikščiojimas su šiaurietiškomis lazdomis). Aišku, kas turi sodą, daržą ar gyvena kaime, jokių problemų nekyla, išskyrus žiemą.



Teigiamą pojūtį patirsite jau po pirmojo pusvalandžio. Vaikščiodami basi iš karto gauname trijų veiksmių naudingą poveikį: fizinį aktyvumą judant, vitamą D, jei vaikščiojate saulei šviečiant, ir gydomąją žemės energiją, kurią galite semtis neribotai ir... nemokamai. Galima pridurti dar ir labai naudingą natūralų pėdų masažą. Nebūtina vaikščioti: galima tiesiog atsisėsti ar atsigulti ant žemės, galima pasiimti kėdutę, patogiai įsitaisyti joje lauke, kieme, vejoje ir nusiavus batus bei padėjus kojas ant žemės ar smėlio skaityti mėgstamą knygą. Jei žemė sausa, galima dėl geresnio laidumo ją sudrėkinti vandeniu. Net pusvalandžio kontaktas per dieną jau duoda pastebimos naudos.

Ar įsižeminti tinka betonas, asfaltas, cementas? Asfaltas yra izoliatorius. Šlapias betonas ar cementas pusiau laidininkas, bet nauda iš to nedidelė. Sausas ar dažytas betonas elektros nepraleidžia. Kaip ir grindys su sintetine danga.

Puiki įsižeminimo galimybė yra maudynės, ypač sūriame jūros vandenyje, kuris yra puikus laidininkas. Jeigu maudotės baseine, kuris išklotas sintetine danga, tai jokio įsižeminimo efekto nebus arba jis bus visiškai silpnas.



Neretas klausimas: ar galima įsižeminti palietus ar apkabinus mėgstamą ar bet kokį medį? Sausa mediena elektros nepraleidžia, todėl palietus sausą kamieno žievę efekto nebus arba ryšys su Žeme bus labai silpnas. Tiesa, suspaudus pirštais žalią medžio lapą efektą sustiprinsite. Kitas dalykas – apkabinus savo mėgstamą medį galima pasikrauti jo biolauku, sustiprinti savo biolauką, aurą. Medžiai turi stiprų ryšį su Žeme ir stovint prie medžio, po me-

džiu susidaro tarsi skėtis, apsaugantis nuo elektromagnetinio aplinkos fono. Tokį efektą sustiprinsite, jeigu būdami po medžiu nusiausite batus.

Minėta knyga šiandien jau išversta į keliolika pasaulio kalbų. Manau, kad jai darant įtaką pasaulyje ir Lietuvoje pastebimai padaugės basakojų, basomis pradės vaikščioti ne tik entuziastai.

Kaip įsižeminti, jeigu nėra laiko ar galimybių vaikščioti basiems? Užsienio šalyse jau gaminami specialūs įsižeminimo kilimėliai, didelės ir pusinės

įsižeminimo paklodės, įsižeminimo pleistrai ir kt. Manau, kad ir Lietuvoje netrukus atsiras tokių gaminių – knyga padės. Iš įžeminimo kilimėlių, paklodžių, pagamintų iš elektrai laidžių medžiagų, eina elektros laidas, kurį reikia sujungti su Žeme arba tiesiogiai, lauke įrengus įžemiklį, arba pasinaudojus elektrinio kištukinio lizdo trečiuoju, įžemintu kontaktu. Tokį kontaktą galima rasti elektros skydelyje, jeigu lizde nėra įžeminimo laido. Šiaip šiuolaikiniuose lizduose, pvz., skirtuose skalbyklei prijungti, jau daromi įžeminimai, yra trys laidai – vienas iš jų atskiru šoniniu kontaktu yra sujungtas su Žeme. Tiesa, tokiu atveju primygtinai patariu prieš prisijungiant pasikonsultuoti su elektrotechnikos specialistu (elektriku), nes patiems beieškant „Žemės“ galima netyčia gauti elektros smūgį. Tiems, kurie gyvena vieno aukšto pastatuose, soduose, kaimuose, jokių problemų nėra: pakanka šalia namo į žemę įkalti metalinį strypą (tik nenudažytą ir nesurūdijusį), patikimai prijungti, veržle prie jo priveržti laidą (geriausia – varinį) ir įvesti tą laidą į reikiamą vietą kambaryje, pvz., tiesiai į lovą, ir prilituoti prie jo metalinę plokštelę. Tame laide galima įtaisyti ir jungiklį. Visi įžeminimo įrenginiai patys savaime neturi jokios gydomosios galios. Jie tik sujungia mus su Žeme ir tada į mūsų kūnus pradeda tekėti natūrali energija, kuri ir daro stebuklus. Įžeminimo kilimėliai, paklodės duoda tokį pat efektą, kaip ir vaikščiojimas basiems, be to, jie veikia ir žiemos metu. Bet koku metu. Sėdi sau prie kompiuterio, padėjęs basas kojas ant įžeminto kilimėlio, ir naudojiesi Žemės teikiamomis gydymo paslaugomis. Arba miegi ant įžemintos paklodės visą naktį... Įžeminimo pleistrą galima uždėti tiesiog ant skaudamos vietos ir greitai pajusti gydomąjį efektą.

Deja, Lietuvoje radau tik vieną įmonę, kuri prekiaavo įžeminimo kilimėliais. Prekiavo... Matyt, nebuvo paklauskos. Mažai žmonių ką nors žino ar girdėję apie įsižeminimo naudą. Na, kol nėra kilimėlių, galima pasinaudoti akademiko A. Mikulino dar prieš 40 metų aprašytu patarimu (tai ir aš esu pasidaręs): reikia nuvalyti šildymo baterijos ar vandentiekio vamzdį iki blizgesio, prijungti prie jo varinį laidą, prilituoti prie laido kito galo kokią nors varinę ar kitokio spalvoto metalo plokštelę ir įtaisyti ją lovos kojūgalyje. Atsigulėte, prisilietėte kojomis prie tos plokštelės ir visi ant jūsų kūno susirinkę elektrostatiniai krūviai „nuvažiavo“ į žemę, nes minėti vamzdžiai turi gerą kontaktą su žeme. Ir miegokite sau į sveikatą... Šiuolaikiniai plastmasiniai vamzdžiai, aišku, netinka.

Reikia tikėtis, kad ir Lietuvoje kada nors bus parduodami įžeminimo kimėliai, paklodės, pleistrai, specialūs įžeminimo batai su elektrai laidžiais padais. O kol kas teks rodyti iniciatyvą patiems. O tai daryti tikrai verta. Apie tai – toliau.

Dar truputis teorijos

Kaip minėta, daugumos ligų pirmoji priežastis yra įvairūs uždegimai – ūmūs ir chroniški (pavojingesni). Jie gali prasidėti kiekvieno žmogaus organizme, tai yra gynybinė organizmo reakcija į žalingus stimulus, pvz., į patogeninių mikroorganizmų poveikį, į pažeistas ląsteles ar į kitokius dirgiklius. Uždegimą gali sukelti net saulės spinduliai. Organizmas stengiasi kovoti su tais žalingais faktoriais, atstatyti pažeistus audinius. Jeigu neprasidėtų uždegimas, organizmas žūtų. Nuskambėjus pavojaus signalui, į pažeidimo vietą tarsi specialiosios tarnybos atskuba pagalbos būrys – baltieji kraujo kūneliai ir iš karto imasi gydyti pažeistą vietą. Vienas iš jų ginklų yra laisvieji radikalai. Taip, taip! Kaip tik jie padeda sunaikinti įsibrovusius mikroorganizmus ir sunaikinti sergančias ląsteles, kurios paskui pašalinamos iš organizmo. Taigi, šiuo atveju laisvieji radikalai atlieka teigiamą vaidmenį. Kas yra laisvasis radikalas? Paprastai kalbant, tai yra molekulė, kuriai trūksta vieno ar kelių elektronų, ir tuos trūkstamus elektronus ji atima iš patogeninių organizmų. Nereikę elektrono, jie žūsta. Tačiau atlikę šį naudingą darbą laisvieji elektronai ima grobti elektronus iš sveikų organizmo ląstelių. „Laisvieji elektronai šiuo atveju panašūs į sarginius šunis, kurie apkandžioja ir nuveja šalin plėšikus, bet paskui užpuola savo šeimininkus“, – vaizdžiai aiškina knygos autoriai. Todėl tuos radikalus reikia numalšinti, neutralizuoti, kontroliuoti jų kiekį. Tai daro vadinamieji antioksidantai ir laisvieji elektronai, kuriuos mums nemokamai teikia Žemės paviršius. Pasikartosiu: tai daro ir jonizuotas šarminis vanduo, kurio molekulės išorinėje orbitoje turi vieną papildomą elektroną.

Autoriai pateikia sąrašą pagrindinių ligų, kurios susiję su uždegimais. Tai alergijos, Alzheimerio liga, anemija (mažakraujystė), astma, artritai, autizmas (vaikų psichikos vystymosi sutrikimas), dauginė sklerozė (išsėtinė), diabetas (pirmojo ir antrojo laipsnių), fibromialgija (reumatinė liga – skausmai, nuovargis, nerimas, depresija), inkstų nepakankamumas, kasos uždegimas,

psoriazė (žvynelinė dedervinė), egzema, širdies ligos, vėžys, vilkligė (reumatinė liga, pažeidžianti visą organizmą).

Žemė – laisvųjų elektronų tiekėja. Susilietę su Žemės paviršiumi mūsų kūnų potencialai susilygina su Žemės potencialu – mes pripildome elektronų savo išsekusias vidaus talpyklas. Ar tikrai mūsų kūnai absorbuoja elektronus? Pasvarstykime.

Žemės krūvis neigiamas. Žemė – begalinis elektronų šaltinis ir jų tiekėja. Kiekvieną kartą, kai kontaktuoja du laidininkai (basas žmogus ir Žemė), elektronai teka iš ten, kur jų yra daug, į ten, kur jų trūksta. Toks dėsnis. Tokiu būdu dviejų objektų elektrinis potencialas išsilygina. Išižeminę mes sumažiname savo kūno statinę elektros krūvį, kuri sukelia mus supantis nematomas ir nejuntamas elektromagnetinis laukas namuose, gatvėse, darbe, transporte ir kt. Ir ne vien tik jis, dar yra minėti sintetiniai drabužiai, patalynė, batai, kiliminė danga. Taigi, tie Žemės emituojami laisvieji elektronai stoja į kovą su laisvaisiais radikalais, maitindami ir nukenksmindami juos bei apsaugodami sveikąsias ląsteles.

Nobelio premijos laureatas amerikietis fizikas Ričardas Fainmanas savo knygoje „Fizikos paskaitos“ rašo, kad Žemės paviršius – gausus neigiamų elektronų šaltinis, kuriuo žmogus gali pasinaudoti. Jeigu giedrą dieną išeisime į lauką apsiavę batais su sintetiniais padais ar atsistosite ant dielektrinių (elektrai nelaidžių) grindų, tai tarp viršugalvio ir Žemės paviršiaus susidaro apie 350 V įtampa (esant 175 cm ūgiui). Tačiau išižeminus, ar nusiavus batus atsidursime tarsi po natūralaus elektromagnetinio Žemės lauko skėčiu. Kitaip sakant, jokios minėtos įtampos nebebus. Tai vadinamasis skėčio efektas.

Knygoje pateikta daug įrodymų, kaip išižeminimas ar konkrečios pažeistos vietos įžeminimas užklįjavus įžemintą pleistrą, pagreitina gijimą. Rezultatus žmogus pajunta jau per kokį pusvalandį, o žaizdos gyja kur kas greičiau. Tai patvirtina ir sportininkai, kurie dažniau traumuojami (lūžiai, pažeistos sausgyslės, patempti raumenys, sąnarių skausmai ir pan.). Sportininkų komandų gydytojai, kurie jau žino apie įžeminimo naudą, pataria savo



Ričardas Fainmanas

sportininkams įsižeminti, ypač prieš varžybas. Sportininkai geriau išsimiega, įgauna daugiau energijos ir pasiekia geresnių rezultatų.

Įsižeminimas – viena iš nieko nekainuojančių priemonių, pamažu mažinanti antsvorį, didinanti ilgaamžiškumą bei paties gyvenimo kokybę. Moterims jis padeda išgyventi PMS (priešmenstruacinį sindromą) ir patį periodą. Poveikis pajuntamas beveik iš karto, kai įsižeminama. Vaikai, kurie laksto basi, visuomet auga sveikesni, atsparesni ligoms, to niekaip nestimuliuoja kompiuteriniai žaidimai ar fanatiškas prisirišimas prie mobiliųjų telefonų... Įsižeminimas ramina nervus, mažina stresus, reguliariai įsižeminant galima gerokai sumažinti būtinų vaistų dozes (tiesa, prieš tai rekomenduotina pasitarti su savo gydytoju, jeigu jis sugeba atsistraukti nuo tradicinių gydymo dogmų). Autoriai stebėjo daugelį žmonių, kuriems, juos gydančių gydytojų nuostabai, įsižeminimas labai padėjo. Įsižeminimas skystina kraują: padarytose tyrimų nuotraukose gerai matyti kraujo struktūra prieš įsižeminimą ir po 40 minučių įsižeminimo: sulipusių kraujo kūnelių antruoju atveju beveik nesimato. (Beje, kraują skystina ir jonizuotas šarminis vanduo.) Sumažėja kraujospūdis, susitvarko širdies aritmija. Reikia pastebėti, kad kai kuriems žmonės intensyvus įsižeminimas, pvz., miegas ant įžemintos paklodės, pradžioje gali sukelti šiokių tokių nemalonių pojūčių, atsirandančių dėl intensyvaus organizmo valymosi, jo detoksikacijos. Tačiau per keletą dienų viskas praeina ir toliau savijauta tik gerėja. Įrodyta, kad įsižeminimas niekam nekenkia, o tik padeda.

Įsižeminimo ambasadoriai

Taip knygos autoriai pavadino žmones, kurie patys patyrė teigiamą įsižeminimo poveikį ir savo įspūdžiais dalijasi su draugais, pažįstamais, kolegomis. Jie pasakoja apie naudą, kurią gauname susisieję su Žeme. Vienas dalykas – skaityti knygą, kurią dar reikia gauti, kitas dalykas – klausytis patyrusio teigiamą įsižeminimo efektą pažįstamo ar kolegos pasakojimo. Štai keletas pavyzdžių.

Džimas Hilis jau 50 metų projektuoja ir diegia pažangias biomedicines technologijas. Jam ilgą laiką skaudėjo koją ir nelabai kas padėdavo. Kai jis

prie skaudamos vietos priklijavo pleistrą su elektrodu, o elektrodą sujungė su Žeme, jau po 20 minučių pasijuto geriau. Kai ėmė miegoti įžemintoje lovoje, miegas visiškai susitvarkė, be to, susilpnėjo visi chroniški senatviniai skauduliai. Įsižeminusi jo draugo duktė, serganti daugine skleroze, visų nuostabai, pasijuto kur kas geriau. Dukros motina tokiu pat būdu sumažino reumatoidinio artrito skausmus ir jau galėjo nebervartoti vaistų nuo skausmo. Hilio draugui gydytojui skaudėjo petį, pradžioje į dukros ir žmonos bandymus jis žiūrėjo skeptiškai. Tačiau rezultatai jį nustebino ir pamiegojęs įžemintoje lovoje jis atsisveikino su peties skausmu. Tada jis ėmė siūlyti šį metodą ir kitiems, taip pat ir savo pacientams. Argi tai ne ambasadorius?

Kai kurie žmonės įžeminimo paklodes pasiima net į keliones ar komandiruotes.

Kitas ambasadorius Deividas Volfas (Kalifornija) vedamo seminaro metu pastebėjo pirmoje eilėje sėdinčią moterį, kurios veide atsispindėjo skausmas. Pasirodė, kad jau 20 metų ją kankina nugaros skausmai. Jis turėjo atsinešęs įžeminimo kilimėlį ir pasiūlė moteriai jį išbandyti. Ši pasikišo kilimėlį po švarkeliu iš nugaros pusės, sujungė laidą su Žeme ir maždaug po geros valandos moters veidas buvo visiškai pasikeitęs – skausmo nebėliko. Savaime suprantama, kad seminaro dalyviams tai buvo faktiškas įžeminimo naudos įrodymas. Jie buvo priblokšti. Entuziastų padaugėjo.

Daktaras Martinas Galageris pats išbandė įsižeminimą ir siūlo jį savo pacientams, juo labiau kad šis metodas puikiai dera su kitais holistinės medicinos metodais, nors jį galima taikyti ir vieną. Įsižeminimą jis rekomenduoja ligoniams, kuriuos kankina chroniški skausmai, migrena, sausgyslių uždegimai, artritai, uždegimai, spazmai, nemiga ir kt. Įžeminimas pagreitina žaizdų gijimą, padeda ligoniams tapti nepriklausomais ar mažiau priklausomais nuo cheminių vaistų.



Martin Galageris

Muzikantas ir dailininkas Greimas Saltonas atviras naujovėms, ypač toms, kurios gali pagerinti gyvenimo kokybę. Išgirdęs apie įsižeminimą, jis nuėjo į parką ir kokią valandą vaikščiojo basas po žolę ir smėlį. Tą naktį jis puikiai miegojo po daugelį metų kankinančios nemigos. Dar po kelių tokių

pasivaikščiojimų dingo odos bėrimas. Jo žmoną įsižeminimas paveikė taip pat teigiamai. Beje, žiemos metu šeima nepatyrė jokios infekcijos, jokio peršalimo. Jis patarė išbandyti įsižeminimą moteriai, kuri daug metų kentėjo nuo egzemos. Ji patiesė kilimėlį po kompiuterio stalu ir po kelių savaičių bėrimai dingo. Visiems žmonėms, kuriems Saltonas rekomendavo įsižeminimą, jis padėjo. Beje, įsižeminimas naudingas ir mūsų naminiams gyvūnams, ypač kambariniams.

Geru žodžiu įsižeminimą savo knygoje mini ir akademikas J. Brėdikis.

Kas mūsų laukia ateityje

Mes gyvename savo planetoje – Žemėje, bet esame nuo jos atskirti ir už tai mokame didelę kainą. Jau seniai visuomenė yra pasiligojusi ir tai ne paslaptis – yra sergamumo statistika. Mus kankina nemiga, stresai, kenkia mažas fizinis aktyvumas, nesveika chemizuota mityba, kiti žalingi įpročiai. Medicina dabar turi vaistų praktiškai nuo visų ligų, tačiau tie vaistai sveikesnių mūsų nepadaro, didėja gydymo išlaidos, kaip ir sergančiųjų skaičius. Ką daryti?

Kad reikia reformuoti sveikatos apsaugos sistemą, aišku, tačiau reikia keisti ir patiems – keisti savo mąstyseną, požiūrį į sveikatą, daugiau judėti, keisti žalingus mitybos įpročius, rūpintis sveikatos palaikymu. Deja, dauguma žmonių tokių raginimų negirdi ir toliau gyvena įprastą gyvenimą, mažai juda, valgo nesveiką maistą ir... serga.

Įsižeminimas – didelis įvykis, kurį galima palyginti su elektros, ryšio, radijo, televizijos, kompiuterių atsiradimu. Šios technologijos iš esmės pakeitė mūsų gyvenimą. Tai turėtų padaryti ir įsižeminimas, kuris pakeistų, papildytų medicininę praktiką, padidintų gydymo efektyvumą ir sumažintų gydymo kainas. Įžeminimo įrangą galėtų turėti sanatorijos, poilsio namai, senelių prieglaudos, ligoninės ir kitos įstaigos, kurioms rūpi žmonių sveikata, o ne pinigai už gydymo paslaugas. Įžeminimo kilimėlius, paklodes, pleistrus galėtų pradėti gaminti ir aktyvūs, iniciatyvūs Lietuvos verslininkai. Paklausa atsirastų gana greitai – informacija plinta sparčiai. Pvz., batų gamintojai galėtų į padus įterpti, įmontuoti gabalą elektrai laidžios medžiagos ir štai jums įsižeminimas. Ar tai labai sudėtinga? Batus perkame dažnai, verslas klestėtų. O žmonėms tai būtų didelė paslauga.



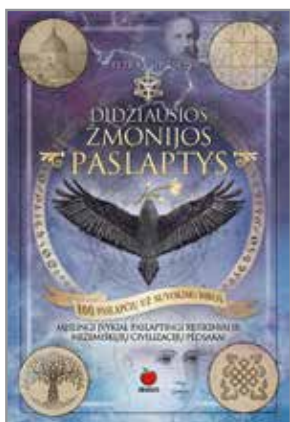
Įžeminimo kilimėlis

Būtų labai gerai, jeigu kas nors pradėtų gaminti ir įžeminimui pritaikytus lovos reikmenis, pvz., čiužinius. Juk gaminami specialūs čiužiniai, tai argi būtų taip sudėtinga įterpti į juos ir įžeminimo įrangą? Tokias patalynes savo klientams galėtų pasiūlyti ir viešbučiai. Reikėtų įžeminti patalpas, kuriose dirbama, kuriose yra daug elektroninės aparatinės įrangos.

Įžeminimas – tai ateitis. Įsižeminti nesudėtinga, reikia tik supratimo, noro ir iniciatyvos.

Tad būkime įsižeminę ir nenutraukime šio ryšio su Žeme. Bent jau nenutraukime jo ilgai, nes tada pamažu vėl atsinaujina sveikatos problemos.

P. S. Aš jau turiu įžeminimo kilimėlį, kurį man atsiuntė Paryžiuje gyvenanti mano geros draugės dukra. Taigi dirbdamas kompiuteriu laikau basas kojas ant to nedidelio (30x80 cm) kilimėlio. Prisipažįstu, kad tai darau dar ne visada. Už tai vasarą vaikštau basas po šalimais esančio mokyklos stadiono (pasisekė!) žolę.



**ĮSIGYKITE
KNYGĄ DABAR**

obuolys.lt