

# Jogom i detoksom do sebe

Tereza Schmitt

---

*„Verujte da je život vredan življenja, pa će vam vaša vera pomoći da on to i postane.“ - Vilijem Džejms*

Svi smo mi, kao ljudska bića, došli na ovu planetu vođeni željom naših Duša, kako bismo prolazili kroz nova iskustva i popravili neke stvari, oslobađajući se tako starih uverenja i navika. Mi, odnosno naše Duše, živimo u svetu čvrste materije da bi nam svest, sticanjem dualističkih, međusobno suprotstavljenih iskustava, postala savršena. Samo kao savršena ona može da postigne celovitost i jedinstvo i samo u svetu grube materije postoje suprotstavljena dobra i loša iskustva.

Za ove svoje zadatke i želje dobili smo i po jedno vozilo, koje će nam omogućiti da ispunimo svoju svrhu i misiju: biološko telo!

Naše biološko telo, iako vrsne konstrukcije, nije otporno na fizički bol, bolesti i vremenske uslove. Kada bi naša Duša boravila u nepovredivom telu, ne bi se ni odvijala evolucija svesti na način kako se odvija. Uloga biološkog tela je da služi kao zaštitni omotač naše duše u fizičkom svetu, ali i da bi, preko materije iz koje je telo načinjeno, duša mogla da doživi bol, bolest, povrede, fizičku nemogućnost, starost, kao i sva ona niža zadovoljstva koja samo fizičko telo može da omogućiti.

Takođe smo, i pre nego što smo se inkarnirali, znali da ovo vozilo i životnu snagu moramo održavati, da bismo bili u stanju da koristimo sopstvene talente i potencijale. Isto tako smo dobili i jedan životni vek na Zemlji, kao i slobodnu volju. Na dužinu života fizičkog tela ima uticaj i sam način života. Većini ljudskih jedinki data je mogućnost da prožive neko određeno vreme, a da li će to vreme biti iskorišćeno do predviđenog kraja biološkog tela, zavisi i od slobodnog izbora načina života, kao što zavisi i od iskazane slobodne volje u međusobnom ponašanju ljudskih bića. Zapravo, mnoge bolesti i prevremene smrti nisu ništa drugo do pojave koje su nastale primenom slobodne volje u načinu života i ponašanju samih ljudi. Sve stvari koje nam se u toku života događaju uvek se odražavaju na telu, a svaka stvar koja se događa na telu uvek je pokazatelj da je uzrok toga zabeležen

u nekoj vrsti ponašanja ili stava. Koliko god da su stavovi čvrsti, nepromenljivi i postoji uverenje da su ispravni, toliko to možda u kosmičkom smislu nije baš ispravno, što će se manifestovati na fiziologiji. Ispravnost i kosmička svest se manifestuju u fiziologiji i, ako čovek živi više stanje svesti, on mora imati i zdravu fiziologiju.

Kada pričamo o zdravlju, u osnovi govorimo o stanju fiziologije, o jednom nežnom biću, devičanskom biću, koje se bez bilo kakvog straha uvek prepušta ljubavi. Postoji verovanje da ljubav dolazi iz unutrašnjeg bića i da se na takvo osećanje ne može uticati sopstvenom voljom. Kada se spomene reč ljubav, većina pomisli na osećanja između muškarca i žene. U shvatanju da postoji samo takva ljubav leži i glavni razlog nepoznavanja njenog pravog značenja, kao i glavnog disbalansa, koji kasnije uzrokuje BOLEST! Ljubav je stanje duha i zato se ne može poistovećivati sa osećanjem zaljubljenosti, koje nije ništa drugo do iluzija nastala u svesti kao proizvod čula i ega.

Ukoliko postoji balans sa bićem unutar nas, oživljava se kosmička inteligencija i nosač čitavog stanja svesti je baš fiziologija; nemoguće je imati problem sa zdravljem i dostići viši nivo svesti.

Dakle, potrebno je ispuniti životni zadatak, koji je vrlo jednostavan! Prvenstveno je potrebno razvijati univerzalnu ljubav kao smisao postojanja. Jedno je sigurno: taj put i životni zadatak nije ostvarivanje koristi samo za sebe, kao što nije ni potvrđivanje sopstvene važnosti. Put ljubavi je u suštini sadržan u tome da sve naše aktivnosti, profesionalne i privatne, budu usmerene na činjenje dobra i drugima, a ne samo sebi.

---

## JOGA

Prema učenju Joge i nauke o duhovnosti, čovek je kombinacija dve sile, odnosno energije. Jedna je kosmička, fluidna životna energija, na sanskritu nazvana Prana, a druga je energija svesti, nazvana

mentalna sila. Kada se uspostavi ravnoteža delovanja ove dve sile, život teče bez ikakvog problema. Joga nas uči o posebnim tehnikama za podizanje svesti, kojima čovek stiče i sposobnost da u potpunosti ovlada svojim fizičkim i mentalnim telom.

Praktikovanjem Joge, višestruko se skraćuje evolucija svesti, pošto je njen krajnji cilj povećanje duhovne svesti. Reč Joga, prevedeno sa sanskrita, znači koncentracija, a prevodi se i kao unija, zajedništvo, sa božanskom suštinom koju svaka ljudska duša nosi u sebi.

Pored toga što Joga važi za relaksacijsku tehniku, kojom se postiže isceljujuće telesno, emocionalno i mentalno opuštanje, ovo sveobuhvatno znanje nam pruža konkretne tehnike i vežbe kroz koje jačamo osobine kao što su volja i izdržljivost. Jedan od glavnih razloga zašto završavamo u neravnoteži jeste što ne postoji svest između kontrole i otpuštanja. Kada želimo da kontrolišemo stvari onda smo u stanju napetosti, ali kada se prepustimo prirodnom toku, što nas Joga uči, onda razvijamo sposobnost i da kontrolišemo i da budemo predani.

Jogom imamo mogućnost da zaronimo u svoje telo, da hrabro krenemo na unutrašnje putovanje u prirodno stanje našeg bića, radi spoznaje KO smo i ŠTA smo zapravo.

Takođe, još jedna od najvažnijih lekcija kojima nas Joga uči jeste da prepoznamo svoje prirodno disanje. Ako postoji nešto od vitalne važnosti, na šta potpuno zaboravljamo i pogrešno ga upotrebljavamo, a da toga uopšte nismo svesni, onda je to upravo disanje. Znamo da disanjem unosimo kiseonik i da nam njegova neprekidna razmena u plućima omogućuje da živimo. Joga nas uči da sa udisanjem vazduha u sebe unosimo i životno važnu energiju – PRANU.

Kada počnemo da ispravno i duboko dišemo, dolazi do bržeg otklanjanja tegoba i bolesti, bržeg povećanja vitalnosti, bržeg emocionalnog uravnoteženja i bržeg povećanja svesnosti. Kada se ispravno diše, brže promene nastaju zbog većeg unošenja energije prane i bržeg kretanja životne energije kroz naše telo, što dovodi do bržeg delotvornog čišćenja od svega negativnog, vremenom sakupljenog u našem telu i duhu.

## POST

---

Još jedan od načina da uspostavimo ravnotežu na fizičkom nivou i da se podsetimo na lako stanje svoje kosmičke fiziologije jeste tehnika posta. Unutar svakog čoveka egzistira laki deo fiziologije, pa odatle važi pravilo da sve u životu dolazi lako i bez borbe, što ukazuje na usklađenost sa prirodom.

Post predstavlja odricanje od čvrste hrane tokom određenog vremenskog perioda. On može biti duži ili kraći, u zavisnosti od toga koji efekat treba da se postigne. Post ne znači da se ne jede meso i druga mesna hrana, jer se podrazumeva da se takva hrana ne jede uopšte. Prirodna potreba tela je da se hrani vegetarijanski, jer ova ishrana povoljno utiče na um i emocije.

Dr Oto Buhinger (Otto Buchinger), nemački lekar koji je osmislio lečenje postom, kaže da je post jedino univerzalno i svemoćno sredstvo za isceljenje, a tokom čitave istorije medicine post se smatrao jednim od najboljih sistema lečenja. Razlog za ovakvu tvrdnju leži u tome što je uzročnik svih bolesti akumulacija otpadnih i otrovnih materija u telu. Višak otpadnih materija opterećuje probavne organe, dolazi do zapušavanja nečistoćama i otrovima i remeti se funkcionisanje celog organizma.

Ove dve tehnike, Joga i post, na vrlo dubokom nivou deluju na telo, koje je nesvesni deo uma, a njihovi uticaji se vrlo konkretno osećaju na mentalnom nivou: dolazi do poboljšanja rada mozga, u vidu veće jasnoće misli, povećane kreativnosti i pažnje, jasnijeg prepoznavanja problema i primene rešenja.

Na telesnom nivou, aktiviraju se isceliteljske snage u organizmu i dolazi do preuređivanja funkcija tela. Podstiče se rad imunog sistema i smanjuju upalni procesi.

Post omogućuje odmor ne samo probavnom sistemu, nego i celom telu. Pridonosi mentalnoj snazi i ne treba ga poistovećivati sa izglednjavanjem. Post zahteva disciplinu i uvek se bira ciljano, za čišćenje organizma.

## ASTROLOŠKI POKAZATELJI

---

**Joga i sve duhovne tehnike, vizije, želje i snovi predstavljeni su u Astrologiji planetom Neptun.**

Ona je dobila ime po starogrčkom bogu okeana i podmorskog sveta, koji je veći i bogatiji od zemaljskog.

Svako od nas ima u svom natalnom horoskopu Neptuna, koji ga nadahnjuje ili zavarava prividima sreće koju traži u stvarnosti. Neptunov glas šapuće nam kroz snove i slutnje, osećaje i ideale. Ponekad nam daruje vizije savršenstva, a ponekad nam ranjava Dušu. Unutrašnje sile našeg nesvesnog zapljuskuju ličnost koju pokušavamo definisati i učvrstiti. Svako od nas ima određenu sliku o sebi; želimo se razvijati i održavati one vrednosti koje nam znače uspeh, stabilnost i sreću.

Ipak, pod uticajem Neptunove energije, stvari nikad nisu onakve kakvima se čine na prvi pogled. Ali, ako pokušamo pogledati u dno svog okeana, spoznaćemo i šta se krije u njegovim dubinama. Samo je potrebno sklopiti oči.

Gledajući u okean, vidimo svoj odraz, odraz svojih želja i svojih snova. Karl Gustav Jung je rekao: „Tvoja će vizija postati jasna tek kad pogledaš u svoje srce... Jer, onaj ko gleda napolje – sanja, a onaj ko gleda unutra – budi se!“

Pogledati unutra znači prepoznati prave potrebe i želje svog Bića. Pod pritiskom spoljnih utisaka i slika uspeha i sreće, koje nam na razne načine i vrlo agresivno nameće društvo, država ili porodica, lako je izgubiti pojam o pravim vrednostima.

Probuditi se znači prepoznati svoje sopstvene potrebe i čuti svoj glas!

**Post je u Astrologiji simbolizovan Saturnom.** On egzaltira u Vagi pa kroz odricanje zahteva da prepoznamo pravu meru. Postu se prilazi odgovorno i disciplinovano, sa ciljem stvaranja kiselo-bazne ravnoteže u organizmu. On uzrokuje korenita čišćenja i dovodi do neophodnih psiholoških promena. Samoinicijativnim ograničenjima i odlukom da se odrekemo hrane, u mogućnosti smo da postignemo višu svest i povežemo se sa božanskim delom sebe.

Dakle, šta se uspostavlja kada se slobodnom voljom okrenemo svom Božanstvu? Mi se okrećemo i ulazimo u 12. kuću, gde nalazimo sve odgovore. U 12. kući imamo i 1 i 2 zajedno.

**Dvanaesta kuća, znak Riba i planeta Neptun opisuju psihi osobe.**

**Šesta kuća, znak Device i planeta Merkur opisuju fiziologiju.**

**Prva kuća ili Ascendent opisuje telo i energiju osobe.**

**Druga kuća govori o materiji i hrani koju unosimo.**

**Sunce opisuje životnu snagu.**

**Mesec opisuje distribuciju životne snage.**

Kada određujemo psihofizičko stanje iz Natalne karte, posmatramo tri osnovna dela koja su za nas važna:

1. Psiha ili imuni sistem. Od stanja psihe zavisi nervni sistem.
2. Telo ili fizička snaga. Ukoliko je ono snažno, podložnost bolestima je manja.
3. Hrana predstavlja podršku fiziologiji.

Čovek je vezan za materiju zato što mora da se hrani, pa se prva kuća po inerciji uvek usmerava ka drugoj. To je nešto što postoji kao potreba. Druga kuća ima veliki uticaj na zdravlje čoveka, budući da predstavlja hranu, a hrana je jedan od bitnih uzroka bolesti. Kroz nju vidimo šta čovek jede i koja hrana na njega može imati loš uticaj.

Ona suptilna vibracija koju nosimo na nivou fiziologije, izražena u DNK kodu, gde su sva sećanja iz prošlosti zapisana, ogleda se u psihi čoveka. Fiziologijom vlada Devica i 6. kuća, a psihom vlada znak Riba i 12. kuća, pa se upravo preko ovog kanala oživljava veza između Eteričnog i Fizičkog tela. Ono što nam svakodnevno blokira sećanje na kosmičku realnost, na ispravno funkcionisanje planeta, odnosno na ispravno funkcionisanje života, jesu hrana i govor. Hrana i govor zatrpavaju prolaz između eteričnog i fizičkog tela i omogućavaju samo horizontalnu komunikaciju, što znači da naša sećanja, iskustva iz prošlih života vode dalje svoju politiku, dok kosmička Duša pati, razboleva se, plaši se, nesigurna je.

Kada uspemo da jednom oživimo vertikalnu komunikaciju sa svojim višim JA, koja je izražena u snažnoj energiji koja kroz nas kruži, tada se oživljava inteligencija našeg pravog Bića, tišina u kojoj se nalazi životna snaga i odgovori za sve stresne, konfliktne i naizgled nerešive situacije.

**Signifikatori za procenu zdravstvenog stanja:**

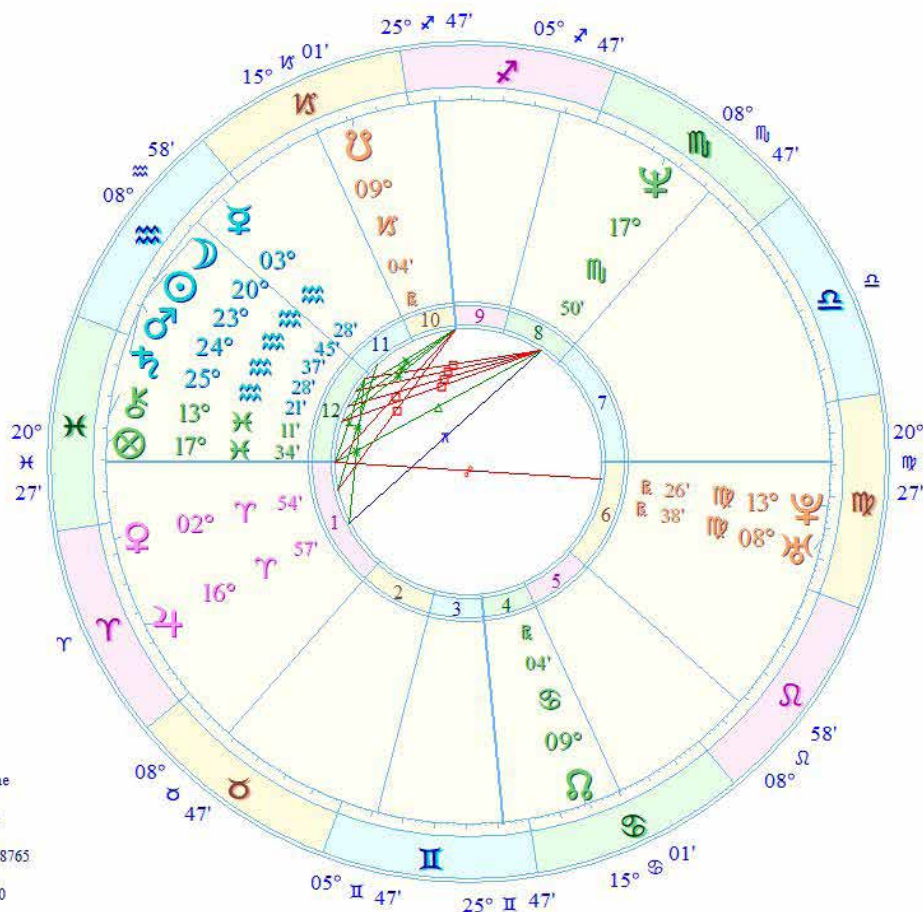
---

1. Stanje Elemenata
2. Sunce
3. Mesec
4. Ascendent i vladar Ascendenta.

## Primer RM

### NATAL CHART

February 13, 1964  
8:20 AM  
Standard time  
Salzburg, Austria  
47 N 48 13 E 02  
Time Zone: 1 hours East  
Tropical Placidus



Your Company Name  
18 Maple Avenue  
Nice Place, California 98765  
Phone: 123-456-7890

Kao dupla Vaga, verovatno sam prozvana od Univerzuma da uspostavljam balans i širim harmoniju i ljubav. Sa Neptunom u 3. kući i aplikacionoj opoziciji sa Mesecom, koji je još u uklještenom znaku Blizanaca, ovaj zadatak mi do jednog određenog trenutka mog života nije bio potpuno jasan. Dok sam lutala i tražila odgovore na pitanja ko sam, gde sam i kuda idem, u ruke mi je pala veoma interesantna knjiga, koja je prvenstveno opisivala duhovne tehnike za razvoj svesti. Vođena tom radoznalošću (Mesec u Blizancima) da krenem u pustolovinu i otkrivam da iza svake nove zavese postoji još jedna, a iza istih i nova prostorija, došla sam veoma brzo do spoznaja koje su se manifestovale kao titule Joga instruktora i Savetnika za detoksikaciju organizma.

Moj Saturn se nalazi na 0° Lava i u aplikacionom je kvadratu sa Merkurom. Saturn dispozicijom odlazi u Vagu, a Neptun u trigon sa Venerom.

Dakle, i Neptun i Saturn me svakodnevno teraju da živim po pravilima kako bih svoj balans održavala i ujedno sve svoje zadatke i obaveze harmonično i na vreme završavala.

U primeru što sledi opisacu klijenta kome su post i redovno praktikovanje Joge promenili na-

čin razmišljanja, a samim tim omogućili da svakim novim danom prepoznaje teške i problematične situacije i da u njima reaguje drugačije nego što je navikao.

**„Samo onaj koji ne zna kuda ide može stići daleko.“ (Taljeran)**

Sunce u Vodoliji sa Ribama na Ascendentu ukazuje na osobu koja ponekad ne može da spoji kraj sa krajem, neusaglašena je, ali i jako određena po pitanju iskrenosti i istine. Bogat stelijum u Vodoliji mu nije svesno dostupan pa mu se problemi manifestuju na nesvesnom nivou kroz (ne) realizovanje ideja i planova.

Vladari Ascendenta Jupiter i Neptun su u kvinkunksu, a vladaju 1. i 9. kućom. Ovaj nemiran i istovremeno ambiciozan aspekt, kao i uklješteni znak Ovna u prvoj kući, koji opisuje jednim delom i njegovu prirodu, opisuje ga kao osobu koja nikada ne odustaje, ali i pokušava da izbegne društvene obaveze na taj način što istovremeno pokušava pomoći ili pružiti usluge ljudima, što je u stvari način kojim pokušava da se otarasi tereta

podsvesne krivice koju nosi zbog preterane pasivnosti (Neptun kvadrat Mesec, Sunce, Mars).

Mars u 12. kući, u konjunkciji sa Saturnom i kvadratu sa Neptunom, onemogućava mu da u određenim okolnostima pokaže hrabrost i inicijativu, jer nema poverenja u pozitivan ishod, pa odustaje ponekad i pre nego što počne akcija. Kao da ne može da pokaže maksimum snage; on želi da se pokrene i aktivira, da preuzme inicijativu, ali kao da mu sve izmiče – informacije se ispostave kao netačne, mnogo toga onda i ne zavisi od njega i već se predao i odustao.

Ovaj aspekt planeta koje vladaju njegovim Ascendentom stvara na fizičkom nivou i nivou energije napetost i pritisak. Ovu blokiranu i intenzivnu energiju potrebno je osloboditi ili „isprazniti“ pomoću razumevanja i kompromisa (Jupiter kvinkunks Neptun), a ukoliko do toga ne dođe, posledica može biti teško zdravstveno stanje.

## **PROCENA ELEMENATA – KVALITET ŽIVOTNE ENERGIJE**

---

U datom primeru je izuzetno naglašen element vazduha, u kome se nalazi pet planeta: Merkur, Mesec, Sunce, Mars i Saturn. Vladar Ascendenta Jupiter je u vatrenom elementu, kao i Venera, dok je potpuni nedostatak vodenog elementa, jer imamo samo Neptuna u znaku Škorpiona. Neptun, dispozicijom kroz Marsa, ide opet u vazduh, dok kroz Plutona odlazi u zemljani element. Dispozitor ovog društva u 12. kući je Uran, koji se zajedno sa Plutonom nalazi u zemljanom elementu.

Naglašeni element vazduha predstavlja natusa kao vrlo inteligentnog, komunikativnog, dinamičnog i uvek u pokretu, ali um je rasut na sve strane, što lako i brzo dovodi do nervne iscrpljenosti.

Ekstremno je osetljiv, nervozan, priča i obećava više nego što treba, skače sa teme na temu, ne može da se skraši i ima vrlo loše navike kada su hrana i piće u pitanju.

Vrlo je neodlučan, posebno u trenucima kada se na njegovu reč čeka. Onda nestaje poput magle, ne odgovara na pozive i poruke i ostavlja utisak neodgovorne osobe, na koju ne može da se računa.

Terapija za dominantan element vazduha je dodavanje elementa zemlje, što znači da je potrebno naći neku redovnost i rutinu. Kako imamo

samo jednu planetu u elementu Vode, u ovom slučaju je potrebno dodati i element vode.

Osoba je kao jedinu pozitivnu naviku spomenula da dosta vremena provodi na vodi, na svom brodu, i da je to mesto gde se potpuno regeneriše.

Međutim, imamo još tri godišnja doba, kada baš nije zgodno provoditi vreme na brodu, pa osoba u ovim mesecima vrlo često pada u depresiju.

Osobi je sugerisano da prvenstveno promeni način ishrane, pa je jutarnja kafa zamenjena doručkom u obliku žitarica i čajem, uz opuštajuću muziku.

Prvenstveno je bilo potrebno postići napuštanje starih i limitirajućih navika, a onda krenuti sa tehnikom posta, koja će osobu prvo uvesti u potpunu tišinu, a zatim ishranu bazirati na mineralima i vitaminima.

Da bi se ova energija i zadržala, uvedene su za početak lagane Joga vežbe, kako bi osoba na nežan način uspostavila kontakt sa svojim telom, bez mogućih povreda.

## **SUNCE I MESEC**

---

***Sunce je samopouzdanje, dok unutrašnji mir, sigurnost i stabilnost opisuje Mesec, kao stvarna potreba, za čije ispunjene koristimo životnu silu.***

Sunce svojom pozicijom ukazuje na životnu vitalnost i snagu, ali je ovde Sunce postavljeno u protivrečnom znaku Vodolije. Mada bi, kao vazdušni znak, trebalo da bude pokretljiv, on je u stvari fiksna i označava inertnost. Duhovnu snagu koju poseduje teži da ispolji u najširim humanitarnim poduhvatima. Tu nalazi sebe i najpotpunije se oseća. Životna sila je ovde talasasta, budna i živa, ali nije konstantna jer je Vodolija znak u kome je Sunce u izgonu. Intuicija mu je izuzetno razvijena i konstantno iznenađuje svoju okolinu svojim originalnim idejama i postupcima. Pažnju privlači svojom neobičnošću, ali ima problem da se sa tim integriše. Kada ne živi kvalitete svog Sunca dovoljno dobro, ili kada je izražavanje njegove autentičnosti na neki način kompromitovano, njegovo telo reaguje grčevima u listovima, oseća se kao da je naelektrisan i ima bolove u nogama, cevanicama i člancima na nogama. Pri tom je često umoran i ima problem sa povišenim šećerom.

Sunce u konjunktiji sa Marsom ukazuje na sklonost ka acidozi, što je posledica negovanja nezdravih navika. Njegovi bubrezi ne održavaju pH vrednost u ravnoteži, pa telesne tečnosti i krv sadrže previše kiseline. Veoma je važno osigurati dobro funkcionisanje organa koji stimulišu otpatke, kao što su, pored bubrega i jetre, debelo crevo, pluća i koža, kako bi se eliminisali metabolički otpaci, i to što brže.

Aspekt Sunca u konjunktiji sa Saturnom usporava metabolizam, pa je pre početka čišćenja organizma osobi savetovano konzumiranje manjih i lakših obroka.

Mesec nam pokazuje distribuciju i korišćenje životne sile. Opisuje unutrašnja osećanja i kako natus reaguje na ono što mu se dešava. Mesec u znaku Vodolije ovde nam ponovo potvrđuje energiju u nervnom sistemu. Mentalni kapacitet želi da se izrazi emotivno, kroz humanost i autentičnost, jedinstvenost i slobodu.

Kako su slabost ovog znaka neispunjena obećanja, kolebljivost i pesimizam, on svoja osećanja drži duboko u sebi, pa se njegova potreba za slobodom i jedinstvenošću u životu ponekad pokazuje kao iznenadne eruptivne promene u emocijama i raspoloženju, što rezultira nervnim slomom ili takozvanim sagorevanjem (burn out).

Neptun, kao prirodni predstavnik serije 12, opisuje i psihosomatska oboljenja. On kviri i čini propustljivim sve što dotakne, s obzirom da ga zanima uklanjanje prepreka između sopstva i okruženja u širem smislu. Gde god da se Neptun nađe, tu je slab nagon za diferencijacijom i takmičenjem. Ma koliko to plemenito bilo u duhovnoj filozofiji, to su loše vesti za telo, koje se oslanja na jasne granice između sopstva i drugih zarad očuvanja integriteta i zdravlja.

Neptun u kvadratu sa Suncem opisuje osećaj hronične iscrpljenosti, nedostatak snage i manjak odlučnosti. Natus teško definiše sebe i oseća nedostatak volje kada treba da započne određene tehnike regeneracije.

Neptun iz 8. kuće opisuje upravo ovo nepravilno kanalisiranje energije, koje ga sabotira i ugrožava njegovo zdravstveno stanje. Dispozitor Pluton je u 6. kući, u opoziciji sa Ascendentom. Pluton je retrogradan pa ovde postoji šansa (konj. Uran) da se osoba probudi i samoinicijativno preduzme tehnike regeneracije za poboljšanje svog zdravstvenog stanja.

## ASCENDENT

---

Ascendent će sa nivoa zemlje opisati stanje fizičkog tela i energiju osobe, dok će vladar Ascendenta opisati kako osoba koristi datu energiju.

Ascendent u znaku Riba opisuje promenljivu energiju – natus spoljne uticaje prima primarno na emotivnom planu i na najpovršnijem nivou preko psihe. Sve što mu se događa stvorio je svojom verom, a na vrlo dubokom nivou ovaj čovek ima strah od samog sebe, jer ne postoji poverenje. U Ribama se krije velika duhovnost, a zadatak natusa je da svoje vizije sprovede u akciju, kao i da od spiritualnosti napravi nešto korisno.

Nadalje je u prvoj kući uklješteni znak Ovna, pa je uistinu potrebno vreme da se osoba probudi i razmrda. Kako postoji kardinalna energija u njemu, on ipak mora nešto da pokreće i tako kreira situacije kako bi se nešto dešavalo. Posедуje energiju inicijatora i spreman je da bude na čelu kolone, predvodeći svaku akciju i svaki novi početak. Kardinalnost i vatra ovog znaka znaju da zapale i pokrenu, ali ono što njemu nedostaje jeste izdržljivost i balans, jer mu je najdalji znak Vaga, u kojoj je Saturn egzaltiran. On se vrlo brzo zapali, ali isto tako veoma brzo sagori jer mu održivost i stabilnost nisu jača strana (Mars konj. Saturn u 12).

Znak Riba ima mogućnost da ga odvoji od svega što je zemlja, što je njegovo fizičko telo, pa su ovoj osobi od izuzetnog značaja vežbe uzemljenja. Ribe vladaju stopalima, a energija ide kroz stopala jer su ona prvi konektori koje imamo sa Zemljom. Vrlo je bitno da on postigne balans i osećaj fizičke snage, budući da mu je Mars, kao drugi vladar Ascendenta, u 12. kući i u konjunktiji sa Saturnom i kvadratu sa Neptunom. Ova vežba povezivanja svesno preko stopala sa energijom planete Zemlje daje mu osećaj stabilnosti, snage i energije, kao i osećaj da može da preduzme inicijativu i krene u akciju, kao i da je sprovede do kraja.

## PODRŠKA FIZIOLOGIJI – HRANA

---

Hrana predstavlja podršku fiziologiji, pa je ovde važno pogledati kako su povezane serije 2 (hrana koju natus uzima) i 6 (fiziologija).

Natalni vladar 2. kuće je Venera u znaku Ovna, dok je vladar 6. kuće Sunce u znaku Vodolije. Obe planete se nalaze u znacima u kojima imaju visoko dostojanstvo, a dispozitor Venere je upravo

Mars, koji pritiska konjunkcijom Sunce. Sva me-  
sna hrana ugrožava vitalnost, kao i stanje fiziolo-  
gije, koje se direktno odražava na psihu, budući  
da je ona partner fiziologije. Ove dve stvari zajed-  
no čine jedan celovit entitet.

Mesec je, kao prirodni signifikator hrane, u  
konjunkciji sa Saturnom, kao i Sunce i Mars (pri-  
rodni predstavnik prve kuće ili energije natusa),  
pa natus što se tiče ishrane ima problem sa po-  
stavljanjem granica, odnosno ide iz krajnosti u  
krajnost: ili iscrpljuje svoj organizam ili preteruje  
u svakom smeru. Jer je Venera, koja predstavlja  
ono što natus voli da jede i u čemu uživa, što bi se  
opisalo i kao radost u svakodnevnom životu, bez  
obzira što nema konkretan aspekt sa Jupiterom,  
ipak u istom znaku i u istoj kući sa njim i ide pre-  
ma njemu u konjunkciju.

Ova osoba, uživajući da jede i pije, hrani tako  
i zadovoljava svoje nesvesne potrebe i pretke, pri  
čemu stvara ozbiljan problem u oblasti zdravlja,  
što se dodatno može i potvrditi konjunkcijom  
Urana i Plutona u 6. kući u znaku Device.

## **IMUNITET I PSIHOLOŠO STANJE NATUSA**

---

Vladar 12. kuće je Saturn, koji se nalazi u 12.  
kući i u znaku je svog sedišta. Ova postavka vodi  
natusa u izolaciju, makar na par sati, gde uspe-  
va da se skloni od sveta i nađe mir sa samim so-  
bom. Posедуje izuzetno veliku duhovnu snagu i  
izdržljivost, a periode posta doživljava kao novo  
rođenje.

Mesec, kao i Sunce i Mars, prima kvadrat od  
Neptuna pa je imunitet ipak na neki način ugro-  
žen, mada ovaj stelijum ima sekstil sa Jupiterom  
iz Ovna, što ukazuje da on samoinicijativno pre-  
duzima mere regeneracije u cilju jačanja imuniteta  
i podizanja vitalnosti. Sunce vlada 6. kućom, a  
Mars 1. i 8.

Imamo na pozitivan način spojene serije 1, 6  
i 8.

Ipak, Neptun teži da sruši sve prepreke na koje  
nađe, pa uzrok pada imuniteta može ležati i u  
emotivnoj odvojenosti, što govori da je osoba izu-  
zetno podložna tuđim uticajima i često joj je teš-  
ko da napravi razliku između sopstvenih emocija  
i emocija ljudi koji ga okružuju. Psihosomatska  
stanja su česta, a jedan od glavnih uzroka pada  
imuniteta može biti konzumiranje alkohola, slat-

kiša i lekova, jer ove supstance uklanjaju prepre-  
ke i pružaju mu osećaj jedinstva sa celokupnom  
kreacijom.

Najčešća fizička manifestacija sa kojom se  
susreće jeste zadržavanje tečnosti u organizmu i  
oticanje limfnih čvorova, što se pogoršava usled  
emotivne napetosti. Kako so (Mesec konj. Saturn)  
zadržava vodu u organizmu, savetovano je da se  
ona totalno isključi iz ishrane, a kako se ne bi raz-  
vijale iluzije i neke vrste zavisničkog ponašanja,  
ključno je bilo da natus radi na Neptunu kroz  
određene vežbe, meditacije, vizuelizaciju, kreativ-  
no stvaralaštvo, plivanje i ronjenje.

## **BALANSIRANJE PLANETARNIH ASPEKATA POMOĆU BILJAKA**

---

Biljke se u Astromedicini koriste kao doda-  
tak ishrani, pa ću prvenstveno razmotriti njihov  
upliv na seriju 4 (hrana koja je korisna na natusa)  
i seriju 6 (fiziologija). Vladar 4. kuće je Merkur,  
u sektilu sa Venerom koja vlada 2. kućom, što  
nam govori da hrana koju natus voli da jede može  
u određenoj meri biti korisna za njega. Već smo  
spomenuli da je Mesec, kao predstavnik 4. kuće,  
u kvadratu sa Neptunom, pa se ne preporučuje  
rečna riba u kombinaciji sa alkoholom, jer ova  
kreacija, posebno u preteranoj formi, dovodi do  
trovanja. Ipak su Jupiter i Neptun u kvinkunksu,  
pa osobi nije teško da se reorganizuje i prilagodi.  
Kako bismo izbalansirali ovaj aspekt putem bilja,  
potrebno je koristiti biljke Merkura, što bi nam  
upravo potvrdio prethodni aspekt Merkur sekstil  
Venera i hrana koja je za natusa korisna.

Potrebno je da osoba konzumira biljke koje  
pojačavaju Merkura, kao što su: peršun, beli i crni  
slez, zob, morač, sladić i mirođija.

Za izazovan aspekt između Sunca i Neptuna,  
budući da Sunce vlada 6. kućom i stanjem fizio-  
logije, potrebno je koristiti biljke koje pojačavaju  
Urana, što će natusa dovesti do buđenja i poveća-  
ne jasnoće, a takođe ove biljke balansiraju tok im-  
pulsu u nervnom sistemu i pospešuju cirkulaciju.

To su: valerijana, matičnjak, lipa, lavanda,  
hmelj i komorač.

Kako je Mars predstavnik energije natusa, ali u  
ovom slučaju i dispozitor Neptuna, vrlo je važno  
da natus, kada dođe do infekcija, konzumira bilj-  
ke za balansiranje aspekta između Marsa i Neptu-  
na, jer ćemo ovim pojačati Marsa i Veneru, što će

prvenstveno da pročisti organizam, a biljke Venera će da odrade ulogu balansa i smirivanja.

Ovo je aspekt najveće patologije s obzirom da Marsa, kao branitelja tela, zbunjuju i ometaju Neptunova difuzija i nedostatak granica. Telo ne zna da li da krene u napad ili da se preda, i dok tako paralisano i zbunjeno pokušava da donese odluku dolazi do slabosti mišića, ali i podložnosti gnojnim infekcijama.

## POST I DODATAK VITAMINA U ISHRANI

---

Tehnika posta može se primenjivati određenim danima u nedelji kojima vlada planeta koju u horoskopu želimo da dovedemo u stanje balansa. To su one oblasti kojima ova planeta vlada, kao i kuće kojima konkretno upravlja, a delovaće i na samu kuću u kojoj se konkretno nalazi.

Kako treba stanje psihe i imunog sistema kroz fiziologiju dovesti do Svesti, najlogičnije bi bilo da osoba za početak praktikuje post nedeljom. Sunce se nalazi u znaku Vodolije, što može dovesti do toga da osoba ipak izgubi volju.

Mars u znaku Vodolije takođe je ugrožen i od Neptuna i od Saturna.

Međutim, posle sedmodnevnog posta kroz koji je osoba prošla, zadržala je utorak i nedelju kao dane u kojima se samovoljno odriče unosa hrane. Ishranu je proširila namirnicama koje su bogate vitaminom C i A, u cilju korigovanja aspekta između Sunca i Neptuna, a dodala je i Neptunov vitamin B15, koji joj je neutralisao žudnju za alkoholnim pićem, pospešio izbacivanje preostalih štetnih materija iz organizma i podigao imuni sistem.

Energetski kod koji je kod ovog natusa ključan jeste Mars kvadrat Neptun. On se, vođen željom svoje duše, inkarnirao na ovu planetu da bi promenio neka svoja uverenja i da bi poverovao!!

U ovom slučaju, imamo jedan vid saradnje planeta koje su po svojoj prirodi različite. Mars je po prirodi nestrpljiv, užurban, direktan i fokusiran; želi odmah i sada da ostvari rezultate. Neptun je strpljiv, indirektan, deluje raspršeno, maglovito i usmeren je ka budućnosti, pa rezultate očekuje u nekom budućem vremenu.

Na prvi pogled, ovaj zaključak navodi da je saradnja između ove dve planetarne simbolike vrlo teško ostvariva. Ali, upravo je ovakva saradnja

neophodna kako bi ove dve planete mogle dati najbolje od sebe u nekom procesu, jer jedna na drugu deluju podsticajno.

Mars je energija a Neptun je Joga, meditacija i vizualizacija, pa Mars uz pomoć Neptuna više nije jednostran i ishitren, već je preusmeren na razradu konkretnih ideja i počinje da sagledava stvar iz više uglova, dok Neptun uz Marsovu pomoć nije rasplinut na previše strana, već svoju maštovitost usmerava u jasno određenom smeru. Na taj način, obe planete jedna drugu podstiču i pomažu, a natusu omogućavaju da pokrene svoje stvaralačke sposobnosti. Njegova maštovitost i potreba da ostvari svoje snove (Neptun), uz dovoljno snažnu motivaciju i konkretno usmerenu aktivnost (Mars), vodi ga ka nečemu što prevazilazi običnu želju i potrebu za ostvarenjem cilja.

Nije potrebno pratiti logičan plan i redosled, već se naći u kreativnom procesu gde u samom stvaranju onoga što želi da postigne uviđa nove i efikasnije metode, do kojih dolazi uz pomoć intuicije i imaginacije. Tako usavršava svoju veštinu i efikasnost. Ono što ostvaruje privlači pažnju drugih i ne može da prođe nezapaženo, jer svaki kreativni čin nastao uz pomoć povezane simbolike Marsa i Neptuna u međusobnoj saradnji stvara dela sa duhom koja inspirišu i nadahnjuju druge.

## EPILOG

---

Mi živimo u svetu vezanosti za materiju, u kome ego želi da se brzo ostvare njegove zamišljene želje, što uslovljava da je nestrpljivost postala odlika većine ljudskih bića. Naše misli i naš odnos prema svetu godinama su se oblikovali u fizičkom životu koji živimo, u mentalnoj svesti, kako nas je naš ego navodio. Tu su i svi naši prethodni životi, čije je nasleđe formiralo svest naše duše.

Postojeća mentalna svest i svest naše duše čine našu zemaljsku ličnost, sa njenim shvatanjem sveta i razmišljanjem o životu i svetu oko nas, odnosno čine naš duh. Da bismo krenuli putem evolucije svesti i duhovnog uzdizanja, potrebno je promeniti shvatanja koja ima naša postojeća ličnost, što praktično znači da je potrebno mnogo toga menjati u svom poimanju života i sveta.

Promena naše ličnosti ne može da se dogodi brzo; za to je potrebno vreme u kome će se, malo-pomalo, postepeno, naše misli i naša shvatanja sveta zameniti novim mislima i shvatanjem.



Ličnost je u astrologiji simbolizovana Suncem pa, kako je našoj planeti potrebno 365 dana da napravi krug oko Sunca, toliko je najmanje vremena potrebno da se promeni svoj identitet.

Naglu promenu postojećeg stanja ličnosti, sa novim mislima i novim shvatanjima, naša svest ne bi mogla da prihvati, tako da bi u najgorem slučaju mogla nastati psihička pometnja, moguće i sa težim posledicama. Ali, kada smo hrabri da sagledamo stvarnost iza iluzija, i duboko zaronimo u sopstveni okean, onda više nije moguće da u svesti nastane i postoji bilo šta negativno, pa ni nestrpljivost, jer na naprednu svest negativno ni

najmanje ne utiče. Onaj ko je postao pismen – ne može da postane nepismen.

Astrologija nam, kao jedinstveni jezik, otkriva mapu životnog puta, a upoznavajući svoje planete, kao i odnose između njih, upoznajemo sebe, svoje mogućnosti, potencijale i blokade. Kada upoznamo svoju natalnu kartu, mi imamo više slobode i hrabrosti da napravimo svoj izbor, kao i da pogrešna uverenja i navike zamenimo ispravnim.

Redovan odmor, detoksikacija organizma, kao i sve duhovne discipline, svakom su pojedincu dostupne na putu pomirenja sa sobom – potrebno je samo prepoznati ovaj put i krenuti slobodnim izborom prema sebi.