

9 jele annak, hogy idős lélek vagy

„Mennyi idős lennél, ha nem tudnád hány éves vagy?” – Satchel Paige

Robert Frost, Eckhart Tolle és Nick Jonas – mindannyiukat „az öreg lélek”-nek hívták. Lehetséges, hogy te magad is az vagy? Ha nem tudod még, öreg lélek vagy-e vagy sem, olvasd el ennek kilenc ismertetőjegyet.

Hajlamos vagy magányos remeteként élni

Mivel az idős lelkeket nem érdekli kortársainak törekvései és értékrendje, nem elégszik meg olyan barátokkal, akikhez nehezen kötődik. Ennek eredménye pedig... az, hogy az idős lelkek igen gyakran egyedül találják magukat. Az emberek egyszerűen nem vágják őket.

Szereted a tudást, a bölcsességet és igazságot

Biza... Noha ez nagyszerűnek és túlságosan nemesnek hangzik, de az öreg lelkek természetes vonzódást éreznek az élet értelmiségi oldala iránt. Az idős lelkek természetüknél fogva értik, hogy a tudás hatalom, a bölcsesség boldogság és az igazság szabadság – hát miért ne törekednének ezekre? Ezen törekvéseik sokkal jelentősebbek számukra, mint elolvasni a legújabb pletykát Kiszél Tündéről vagy a legfrissebb foci eredményeket.

Hajlasz a spiritualitás felé

Az érzelmesebb idős lélek természete érzékenyebb és szellemibb. Túllépve az ego mezsgyéjén, a megvilágosodás keresése, a szeretet és béke táplálása a fiatal testű Teréz anyák legfőbb buzgósa. Számukra ez a legokosabb és legígéretesebb időtöltés.

Megérted az élet mulandóságát

Az idős lelkeket gyakran foglalkoztatja nem csak saját, hanem a körülöttük levők mulandósága is. Ezért gyakran körültekintőek, néha csak maguknak élnek, ugyanakkor bölcsen diktálják életmódjukat.

Elmélkedő és önelemző vagy

Az öreg lelkek sokat agyalnak... mindenről. Azon képességük, hogy eltöprengenek és tanulnak saját és mások cselekedeteiből, életük legnagyobb tanítója. Az egyik, amiért az idős lelkek idősnek érzik magukat az, hogy gondolkodási folyamataik révén sok leckét tanultak és azon képességükből kifolyólag, hogy képesek csendben, óvatosan megfigyelni a körülöttük zajló eseményeket, óriási betekintéssel rendelkeznek az élet helyzetébe.

Látod a fától az erdőt

Az idős lelkek ritkán vesznek el a haszontalan diplomák, előléptetések, oktondi állások és ablakméret képernyős tévék felszínes részletei között. Ők képesek az életet madártávlatból szemlélni, meglátni a legokosabb és legjelentősebb hozzáállást az élethez. Problémákkal találkozva, az idős lelkek időleges és múló fájdalomnak tekintik azokat, melyek pusztán a jövőbeli örömhöz járulnak hozzá.

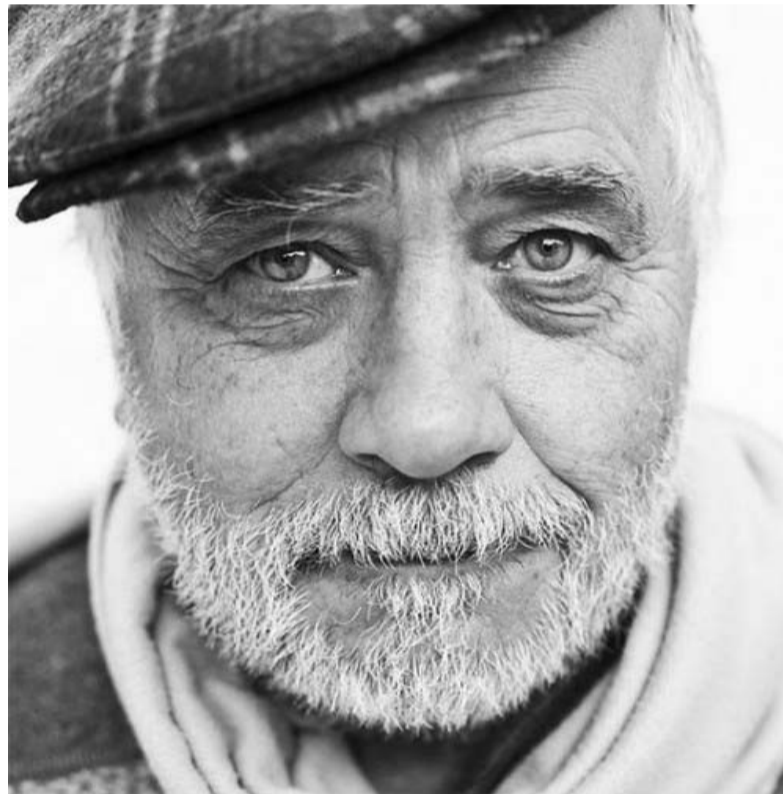
Következésképpen, az öreg lelkek higgadt és stabil természetűek, az élethez való viszonyulásukból kifolyólag.

Nem vagy anyagias

Gazdagság, státusz, hírnév és vadi új iPhone... ezek csak untatják az idős lelkeket. Az idős lelkek nem látják értelmét az olyan dolgok után való epekedésnek, amelyeket könnyen elveszhetnek. Emellett nekik kevés idejük és érdekeltségük van a rövid életű dolgokra, minek okán ezek nem jelentősek vagy nem hoznak maradandó beteljesülést számukra az életben.

Furcsa, nehezen alkalmazkodó gyermek voltál

Nem minden esetben, de sok öreg lélek mutat különös, felnőtt jellegzetességeket fiatal korban. Őket sokszor titulálják „koraérettnek”, „introvertáltaknak” vagy „lázadónak”, aki nem illik bele az átlagos viselkedési formák egyikébe sem. Ezek a gyerekek általában rendkívül kíváncsiak és intelligensek, sok dolgot értelmetlennek találnak, amit tanáraik vagy szüleik mondanak nekik, ezeknek pedig passzívan vagy akár agresszíven állnak ellen. Ha felnőttként tudsz beszélni gyerekkel, minden bizonnyal egy öreg lelket dajkálsz.



Egyszerűen öregnek „érezd” magad

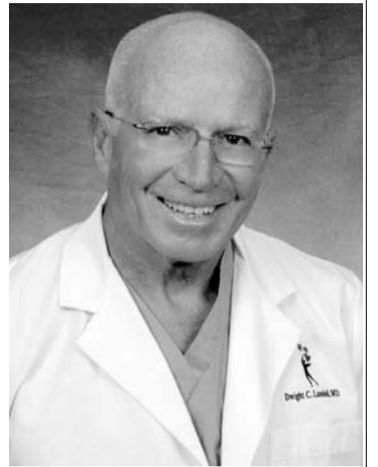
Annak, hogy belül idősnek tartod magad, vannak bizonyos érzékelési formái. Ezek általában az óvatosság, szellemi fáradtság, körültekintő türelem és páratlan nyugodtság. Sajnos ez néha zárkózottságnak és ridegségnek fogható fel.

Ahogy néhány idős ember fiatalnak érzi magát belül, ugyanúgy érezhetik magukat belül idősnek a fiatalok is.

Szerző: Egyed Zsuzsanna
Forrás: filantropikum.com

Egy híres kardiológus elárulja, hogy mi a szív- és érrendszeri betegségek igazi oka

Az alábbi sorokban Dr. Dwight Lundell bevallja, hogy mi áll a szív- és érrendszeri betegségek mögött.



„Mi orvosok a felkészültségünk, tudásunk, túlzott tekintélyvezérlésű felfogásunk és egónk miatt azt hisszük, hogy tévedhetetlenek vagyunk. De most itt vagyok, és elismerem, hogy hibáztam. Szívsebész vagyok, aki mögött 25 év tapasztalat van, ez idő alatt több mint 5 ezer műtétet végeztem el. Most eljött az ideje, hogy megpróbáljam jóvá tenni, azt amit eddig rosszul tettem.

Az orvosi szaktekintélyek, véleményformálók folyamatosan azt mondják, hogy a szív- és érrendszeri bajok mögött a vérben található magas koleszterinszint a felelős. Ezért pedig szigorú, zsírszegény diétát írtunk elő betegeknek, és gyógyszereket is be kellett szedniük. Csak, hogy ez már nem helyes, sőt! Pár évvel ezelőtt ugyanis felfedezték, hogy a betegség hátterében az érfalak gyulladása áll, ezért a kezelést is más szempontok alapján, más módszerekkel kell megkezdeni.

Megdöbbenő, de az eddigi „jól” bevált módszerek miatt, ebben az évben még több ember fog meghalni szív- és érrendszeri betegségben, mint eddig. Az American Heart Association statisztikái azt mutatják, hogy az Egyesült Államokban több mint 75 de millió amerikai küzd szívbetegségben, 20 millió cukorbetegségben és 57 millió pedig már a cukorbetegség kezdeti fázisába lépett. A baj az is, hogy évről-évre egyre több a fiatal, aki megbetegedik. Világosan elmondom, a koleszterin anélkül nem tud lerakodni az érfalakban, ha azok már nincsenek begyulladva. Ezért a koleszterin miatt nem lenne agyvérzés, és egyéb érrendszeri betegség.

A koleszterin a gyulladás hiányában szabadon áramolhatna, hiszen ez a természetes. A gyulladás a szintetikus szerekkel tartalmazó élelmiszerek miatt alakul ki, a szervezet ugyanis nem tud mit kezdeni ezekkel a mérgező anyagokkal, megbetegednek az érfalak, így rájuk már a koleszterin is könnyebben megtapadhat, elzárva ezáltal a vér útját.

A másik oka ennek a gyulladásnak az alacsony zsírtartalmú diéta, hiszen a szakemberek a zsíros ételek fogyasztása helyett azt ajánlották, hogy szójából, kukoricából, napraforgóból kinyert növényi zsírokat kell használni, amelyek ugyan tele vannak Omega-6 zsírsavakkal, de viszont Omega-3 már alig van bennünk, ami nagyon fontos, hogy a szervezet egyensúlyban működhessen. Ezért van az, hogy egyre több a cukorbeteg, a szívbeteg, az elhízott ember.

A cukrokban és szénhidrátban gazdag élelmiszerek, amelyekben feldozott Omega-6 zsírsavak találhatóak, hogy több ideig lehessen a tartósítás megoldani, teljesen átvették az uralmat az emberek étrendjében. Ezek az élelmiszerek lassan már az egész világot megmérgezték.”

Forrás: filantropikum.com

HOROSZKÓP	KOS (03.21.-04.20.) Nagyon jól indulnak a dolgok a munkahelyen és már az első napokban remek kilátásaid lesznek anyagi téren. Optimizmusod átragad a magánéletedre, kapcsolatokra is, ettől pedig szinte felhőtlen lesz egész január. Pénzügyi téren teljesen nyugodt lehetsz.	RÁK (06.22.-07.22.) A sok teendő dacára mégsem leszel rossz hangulatban, ez annak lesz köszönhető, hogy a szeretteid most is mind melletted állnak és igyekeznek a segítségedre lenni, amiben csak tudnak. Január végére megnyugszol, ami jól tesz az egészségednek is.	MÉRLEG (09.23.-10.22.) Vesd bele magad a munkába, sőt legalább ennyire fontos, hogy a családod életében is vegyél jócskán részt. Az a Mérleg, aki épp egyedül él, ezekben a hetekben nem vágyik egy életre szóló kapcsolatra, ennek nyilván meg van az oka és ezért nem is kell erőltetni.	BAK (12.22.-01.20.) Amikor felfokozottabb hangulatban vagy, gyakran előfordul, hogy egy beszélgetést vitává változtat, sőt a partner szavába vág, akár ebből is kerekedhet kisebb veszekedés. Meg kell tanulnod irányítani az érzéseidet és érzelmeidet, hiszen a kapcsolatoknak ez az alapja.
	BIKA (04.21.-05.20.) Számítalan teendő lesz már most januárban, ráadásul nem csak a munkahelyeden, hanem különféle családi események is nehezíthetik a dolgodat. A párkapcsolatodban adódhatnak döcögösebb időszakok, talán nem beszélgettek eleget.	OROSZLÁN (07.23.-08.22.) Igyekezz, hogy az életed különböző területeit egyensúlyba tudd hozni, mindenre és mindenre jusson elegendő idő. Üzleti ügyekkel ezekben a hetekben ha elkerülhető ne foglalkozz, azt halaszd későbbre. A rendszeres mozgás is sokat segíthet az teherbírási javításában.	SKORPIÓ (10.23.-11.22.) Ritka kellemes és jó társaság vagy mostanában, mert rendkívül pozitív a kisugárzásod. Hogyha új kapcsolat küszöbén állsz, ne ess abba a hibába, hogy a pénzszerzést, a munkát jóval előrébb helyezed, mert az senki nem tolerálja szívesen hosszú távon.	VÍZÖNTŐ (01. 21.-02.19.) Üzleti manővereket ne tervezz erre a hónapra. Számíthatsz január második felében egy igen jó munka ajánlatra. Nem biztos, hogy egy életre szóló megoldás, talán nem is az amit elképzeltél, viszont anyagilag biztonságot nyújthat addig is.
	IKREK (05.21.-06.21.) Pénzügyeidet nézve a januári napok jól indulnak, de csak akkor lehet ez az állapot tartós, hogyha nem kezdesz felesleges pénzszerzésbe. Óvatosan kell lenned a baráti és párkapcsolatod tekintetében is, mert egy nagy lendülettel induló szerelem, vagy barátság hamar meglazulhat.	SZŰZ (08.23.-09.22.) Az optimizmusod töretlen, ami rengeteg problémán áteszt, sőt a harmadik hét végén azt fogod tapasztalni, hogy több új barátra is szert tettél, mivel a reménytelen hozzáállásod sokak számára szimpatikus. Január elején több munka ajánlatot is kaphatsz.	NYILAS (11.23.-12.21.) A pénzügyeid, a magánéleti ügyeid mind nagyon jól alakulnak, az egész hónapra a szerencse melléd szegődik. Az érzelmi életedben sem lesznek nagy változások, az azonban lehetséges, hogy egy régebbi, már lezárt kapcsolatba újra belevágnál.	HALAK (02.20-03.20) Az érzelmi életed szépen alakul, aki közületek már tartósabb kapcsolatban él, annak nem csak ez a hónap, de az elkövetkező egész év egy szép rózsaszín felhőn ülve zajlik majd. Egész hónapban el leszel árasztva munkával, aminek természetesen nagyon örülsz.