

Ottobre



Segno zodiacale **BILANCIA** dal 23 settembre al 23 ottobre
 pianeta **VENERE** elemento **ARIA**

colore: verde

Metallo: argento e rame

Giorno favorevole: Venerdì

La luce: "io EQUILIBRO" Ombra "io DIPENDO"

Organo: RENI E SURRENALI

LUNA NUOVA 13 ottobre H02:07 19° della bilancia

LUNA PIENA 27 ottobre H13:06 3° del toro

OTTOBRE E LE SUE CARATTERISTICHE

Ottobre avvicina sempre di più l'inverno.

L'ideale sarebbe arrivare alla fase invernare il più depurati possibile. Poiché l'inverno porta con sé la calma, la quiete ed il riposo.

L'autunno invece, come la primavera stimola il cambiamento. La depurazione, la pulizia del nostro organismo.

Per la pulizia il nostro fegato, i reni ed il nostro intestino giocano un ruolo importantissimo. Essendo Ottobre il mese dei Reni andremo a parlare di loro.

Essi sono i neutralizzatori delle tossine.

Organo doppio, di una lunghezza di ca. 10cm, posto a destra dietro il fegato ed a sinistra dietro la milza.

I reni sono collegati alla vescica da due tubicini chiamati ureteri. Un altro tubicino chiamato uretra, mette in collegamento la vescica con l'esterno permettendo di eliminare l'urina raccolta. I reni, in realtà non si limitano ad eliminare i liquidi e le scorie dall'organismo, ma producono vitamine ed ormoni che agiscono su altri organi.

Filtrano ogni minuto 1200 ml di sangue ovvero 1700 litri in un giorno.

Le funzioni principali:

- eliminazione dell'acqua ed i sali attraverso le urine.
- Controllo dell'acidità del sangue.
- Eliminazione di sostanze tossiche prodotte dal nostro organismo ed introdotte dall'esterno (farmaci, coloranti e veleni)
- Regolazione della pressione sanguigna
- Stimolo della produzione di globuli rossi del sangue

Reni ed emozioni:

tenerenza, fiducia, paura, diffidenza, rigidità.

Definizione dalla medicina cinese:

La paura è la rottura delle comunicazioni benefiche tra alto e basso, gli spiriti del Cuore non godendo più del supporto delle essenze dei Reni si smarriscono, si agitano, provocando palpitazioni. Le essenze private di dinamismo non si elevano più, non sono più trattentate e

ci si svuota dal basso. Essenze in basso e soffi in alto bloccati, ecco la paura agitata, fuga disperata, la follia permanente.” Padre Barré e Elisabeth Rochat de la Vallée - Ling Shu pag. 193

Dirige una definizione molto caratteristica e chiara. Poiché la paura è l'emozione più comune dei nostri giorni. Viene stimolata regolarmente dai media e dalla società. La paura come spiega Bach ha una vastità enorme.

Parte dalle paure inconsece continuando alle paure conosciute. Ma soprattutto alla paura per gli altri, per il loro benessere.

Per aiutare a far scorrere le emozioni è importantissima l'ACQUA. Essa permette al sistema nervoso di far scorrere l'informazione da neurone a neurone. Di sciogliere i blocchi e portare energia nuova al nostro organismo.

L'ACQUA è l'elemento migliore presente da migliaia di anni e utilizzato già da allora.

Accennato il suo potere benefico sulle emozioni essa viene usata soprattutto per ripulire il corpo. È l'unico elemento che non viene digerito, penetra direttamente nelle cellule nutrendole insieme alle parti che ne hanno bisogno ma allo stesso tempo trasporta verso "l'uscita" le tossine.

Durante questo periodo di depurazione sarebbe ideale bere molta acqua fino ad 1.5 lt al giorno.

I reni soffrono il freddo per questo è importante tenerli sempre **coperti ed al caldo**.

Metodo per aiutare i reni sono gli **impacchi caldi**.

Si possono fare tranquillamente con la classica borsa d'acqua o il cuscino di ciliegie.

Altrimenti vi serve:

- sale marino grosso
- una piccola pentola
- un panno di stoffa

Preparazione: scaldate il sale grosso nella pentola per circa 5 minuti, una volta caldo mettete il sale sul panno di stoffa. Formate come un impacco.

Applicazione: applicate il panno ripieno di sale nella zona lombare finché è freddo.

Altro grande aiuto per la depurazione dei reni sono **betulla, uva ursina ed ortica**.

Queste piante saranno i vostri grandi alleati.

Importante non eccedere nelle dosi.

Maggiori informazioni e consigli specifici per voi potrete trovarli presso il centro

