THUYẾT NGUYỆT Y HỌC VÀ NGUYỆT SINH HỌC

Truyền thuyết của các dân tộc trên thế giới từ lâu đã quy kết mặt trăng là nguyên nhân của nhiều vấn đề trong thế giới tự nhiên. Các nghiên cứu mới đây cũng thừa nhận mặt trăng có ảnh hưởng rất lớn đến cuộc sống của con người trên trái đất.

Khoa học hiện đại đang cố gắng tìm hiểu sâu hơn về sự ảnh hưởng này đồng thời đề cao thuyết "Nguyệt y học" và "Nguyệt sinh học" - tức nhìn trăng để chữa bệnh và dựa theo nhịp trăng để để sống khỏe.

"Thời khóa biểu" cho mỗi tuần trăng

Thuyết "Nguyệt y học" và "Nguyệt sinh học" mà các nhà nghiên cứu Anh, Mỹ và Ba Lan đưa ra mới đây cho rằng mức độ ảnh hưởng của mặt trăng đến con người phụ thuộc vào mỗi thời điểm trăng xuất hiện trên bầu trời. Vì vậy chúng ta nên dựa vào độ lớn nhỏ, khuyết tròn của trăng để lập kế hoạch cho các hoạt động sống cũng như thực hiện những liệu pháp chữa bệnh phù hợp.

Theo đó, trước khi trăng xuất hiện trên bầu trời, có khoảng 3 - 4 ngày chúng ta không nhìn thấy nó. Đây lại chính là giai đoạn mặt trăng có ảnh hưởng đặc biệt lớn đến cơ thể sống của chúng ta mặc dù không phải ai cũng dễ dàng nhận ra. Trong khoảng thời gian này, cơ thể có khả năng tẩy sạch những gì tồi tệ nhất, bắt đầu từ các chất độc hại đối với cơ thể như tocxin, cho đến những thói quen gây hại đến sức khỏe thông thường như hút thuốc lá và nghiện rượu. Vì vậy nếu người nào có ý định cai rượu hay bỏ thuốc lá thì nên chọn bắt đầu vào thời điểm này. Đây cũng là thời gian rất thuận lợi để sử dụng liệu pháp nhịn đói chữa bệnh.

Quy luật của tuần trăng có ảnh hưởng đến cuộc sống con người.
Trong những ngày đầu tiên khi trăng lưỡi liềm xuất hiện, cơ thể con người ở vào thời điểm thấp nhất của hoạt động sống. Hệ thống miễn dịch của chúng ta rất yếu ớt và chúng ta thường có xúc cảm sợ hãi, lo lắng và trầm cảm rất khó giải thích. Giai đoạn này cơ thể như được giải tỏa dần khỏi sức nặng đã tích lũy trong thời gian trước đó và chuẩn bị bắt đầu một cuộc sống mới.

Giai đoạn mặt trăng lớn dần lên là giai đoạn các liệu pháp hồi phục sức khỏe có hiệu lực cao hơn rất nhiều so với bất kỳ một giai đoạn nào khác. Trong thời kỳ này, cũng gia tăng tác động của các liệu pháp chữa bệnh mạn tính, dễ hấp thụ vitamin và muối khoáng, đặc biệt là các nguyên tố magne, canxi và sắt. Đây cũng là giai đoạn tốt nhất để sử dụng các loại kem xoa mặt dưỡng da chứa vitamin, chống nếp nhăn và các liệu pháp dưỡng da khác. Tuy nhiên, không phải mọi thứ đều yên ổn: không chỉ gia tăng hiệu lực của thuốc mà còn gia tăng các hình thức khác như ngộ độc hoặc hủy hoại của thực phẩm. Sẽ đạt đến cường độ cao nhất so với tuần trăng khác, trong cơ thể diễn ra quá trình tích lũy mỡ và do đó cần phải đặc biệt chú ý theo dõi sự tăng trọng.

Tuần trăng thứ hai bắt đầu từ ngày khi toàn bộ phần chiếu sáng của mặt trăng chiếm khoảng nửa vành trăng. Năng lượng của cơ thể tiếp tục gia tăng: chúng ta cảm thấy khỏe hơn, linh hoạt hơn, cảm xúc hơn. Sức lực của cơ thể tiến dần đến đỉnh điểm. Các việc quan trọng nhất liên quan hoạt động sống nên tiến hành trong những ngày này.

Đến giai đoạn trăng tròn là thời điểm chuyển từ tích lũy năng lượng sang thời điểm tiêu tốn nhanh. Trong những ngày này, nguồn năng lượng chưa được tiêu thụ có thể trở nên không kiểm soát được. Nguồn năng lượng dư thừa làm cho chúng ta khó ngủ. Chính vào thời điểm trăng tròn, nhiều người thường bị chứng mất ngủ hành hạ.

Như thủy triều ngoài đại dương, giai đoạn trăng tròn của mặt trăng đã gây ra trạng thái "thủy triều máu", "thủy triều sinh học" trong cơ thể con người. Nhiều danh y nhận thấy những cây cỏ làm thuốc được thu hái vào những ngày trăng tròn có tác dụng tốt hơn so với những ngày trước hoặc sau đó. Số liệu cho thấy trong dịp trăng tròn, số bệnh nhân cần đến tư vấn bác sĩ tăng so với thời gian khác. Trăng thượng tuần và trăng tròn cũng là thời điểm bệnh gout và bệnh hen tấn công vào cơ thể mạnh mẽ nhất.

Trăng tròn cũng chính là một nguyên nhân gây nên những kích thích thần kinh đến khủng hoảng, bị rối loạn và mất thăng bằng từ đó dẫn đến hậu quả là làm trầm trọng thêm các chứng bệnh thần kinh và là nguyên nhân trực tiếp của nhiều vụ tai nạn, tự tử, ngộ sát, phạm tội... Vì vậy, khi giao tiếp với mọi người trong những ngày này cần phải cố gắng bình tĩnh hơn, không nên diễn giải to tiếng, cũng không nên tranh luận về những vụn vặt. Không nên tiến hành những công việc đòi hỏi phải có nỗ lực cao về thần kinh. Nên làm những công việc bình thường và đơn điệu.

Vào tuần trăng khuyết dần, các liệu pháp thư giãn sẽ có hiệu quả hơn so với các thời điểm khác để giải tỏa tâm lý và đào thải chất độc khỏi cơ thể. Dữ liệu từ 140.000 ca sinh nở tại New York (Mỹ) cho thấy, thời gian thụ thai cao điểm rơi vào tuần cuối cùng của chu kỳ mặt trăng. Các nhà khoa học cho rằng thời điểm sau trăng tròn có tác động thúc đẩy sự rụng trứng ở phụ nữ. Các loại thuốc chữa bệnh bằng cây cỏ cũng có hiệu lực tốt trong thời gian này. Vào những ngày trăng khuyết dần, dường như các liệu pháp phẫu thuật có cơ hội đạt được kết quả cao hơn và sự hồi phục cơ thể cũng nhanh hơn sau khi mổ.

Trăng khuyết dần là thời kỳ tốt nhất để tẩy sạch da và loại bỏ chất độc. Trong những ngày trăng khuyết, thức ăn được tiêu thụ kém hơn ngày thường. Các chất tẩy rửa sẽ thâm nhập sâu hơn và do đó chất bẩn dễ bị tẩy rửa hơn. Khi giặt chỉ cần ít bột giặt. Thời kỳ trăng khuyết dần cũng là thời kỳ con người dễ hiểu rõ hơn các sự cố xảy ra và xem xét lại quan điểm. Các cuộc gặp gỡ mang tính thân thiện và tinh thần hơn là mang tính xúc cảm. Trăng càng khuyết dần đến tuần thứ tư thì năng lượng của cơ thể chúng ta cũng bắt đầu cạn kiệt. Con người sẽ cảm thấy ít linh hoạt hơn, bắt đầu cảm thấy mệt mỏi giống như quá trình hóa già đang đến. Con người dù vẫn làm việc bình thường nhưng sẽ không hào hứng. Thời kỳ này, con người dường như bắt đầu tổng kết lại những gì đã trải qua.