

**1915.11.28-i nap****kronobiológiai pszichogenetikai - energetikai jellemzői**

Markerek		I. jobb	II. Bal	Összeg	Megnevez.
Fizikai	13	40	61	101	Közepes szangvinikus
Érzelmi	4	62	77	139	Szenvedélyes
Szellemi	17	84	71	155	Produktív vegyes
Összeg		186	209	395	

**Energiaközpontok értékei:** (Minimum: 0, maximum: 99)

Fékezési központ: 40

Aktivitási központ: 61

Adaptációs központ: 62

Integrációs központ: 77

Intuíció központ: 84

Logikai központ: 71

**MIELŐTT AZ ELEMZÉS OLVASÁSÁBA KEZDENE, olvassa el az alábbi ismertetőt:**

Néhány szóban szeretnénk kiegészíteni elemzésünket egy-két tájékoztató-jellegű információval:

Jelen elemzésnél külön szerepel a fizikai idegrendszer, az érzelmi működés és a szellemi adottságok bemutatása. Ezek olyan **belső erők, melyek születésüinktől fogva energetikailag meghatározzák lényünk lényegét**, ezáltal a viselkedésünket is, és természetesen minden esetben **áthatják egymást**. Tisztán - ahogy az elemzésben is olvasható - csak pillanatokra érhetőek tetten, mikor tudatunk képes arra, hogy kiszűrje és tudatosítsa abból a színes és sokféle megnyilvánulásból, mely napjainknak meghatározó és átható velejárója. Azért, hogy képesek legyünk "tetten érni", ebben az elemzésben **lecsupaszítva mutatjuk be** őket, ezért sokszor **kikarikírozva jelennek meg** a különböző működések, vagy azok példázatai.

Fontos még megjegyezni, hogy, mint ahogy világunkat is a polarításban élünk, bennünk is sokszor ellentétes/kiegészítő erők működnek, így pl. **stressz hatásása megnyilvánulásaink sokszor teljesen ellentétesen jelennek meg**, mint ahogy addig azt környezetünk érzékelté.

Végül még egy elengedhetetlen információ: **Az alábbi elemzés olyan rejtett energetikai működést próbál megfogható tenni, mely nem mindig a színpadon mutatkozik meg**, tehát egyáltalán nem biztos, hogy környezetünk olyannak lát minket, ahogy azt majd olvasni fogjuk, sőt, **lehet, hogy saját magunk sem fogadjuk el majd rögtön az adott állítást**. Ezért tanácsoljuk, hogy **adjunk magunknak időt az elemzés befogadására, olvassuk el többször**, és ha valamivel azonnal nem is értünk egyet, hagyjuk, hogy az esetleg a későbbiekben mutassa meg magát, azaz törjön fel a tudattalan tartalmakból a tudat felszínére.

A kronobiológiai pszichogenetika egy olyan biológiai ritmusokon alapuló empirikus tudomány, mely 1/3 arányú hasonlóságot képes jól érzékeltetni ember-ember, ember-csoport vagy csoport-csoport között. Léteznek azonban olyan finomabb ritmusokon alapuló technikák is, melyek tovább színezik és árnyalják a kronobiológia módszerét.

Ezért, ha **kérdései merültek fel, ha szeretné magát jobban megismerni, vagy párkapcsolatában és közösségeiben (család, munkahely stb. ) elfoglalt szerepét és helyét jobban megismerni, akkor keressen fel minket időpontegyeztetés céljából, hogy elkészíthessük családi- vagy párkapcsolati térképét, vagy munkahelyi közösségének dinamikai csoportrajzát, vagy jelentkezzen a <http://magocska.hu/jelentkezés/> weboldalon.**

Szellemileg vezérelt, leginkább az értelmén keresztül lehet rá hatni. Ott figyelhető meg a legaktívabb működés. Legkisebb értéke a nemi csakra értéke, mely elsősorban a következő területen okozhat alulműködést: vesék, hólyagok, nemi szervek, testnedvek (vér, nyirok), emésztőnedvek, nemi aktivitás. Ez a csakra a legyőzendő hiányosságokat jelöli, melyek negatív működtetés esetén lehetnek: gyanakvás, az együttérzés hiánya, stressz esetén: vágy a negatív megnyilvánulásokra mások felé. Magas tudatossága miatt azonban erős az önszabályozása. Az egység tudat kialakítása és az érzelmi integrációs ereje ösztönzi a leginkább, ezek érdekében képes a legtöbb energiát mozgósítani. Nagyon magas a reaktivitása, de fékezése miatt nem bír ki hosszantartó terhelést.

### **Fizikai működés: / Fékező és Élénkítő erő**

*Működés helye: Archeocortex*

*(Változás, változtatás lehetősége: 15-25%)*

#### **Fékezőerő: Közepes**

A fékezőerő megmutatja, hogy milyen erősségű ösztönerővel rendelkezünk a szaporodás és a túlélés területén. Mutatja a reflexió mértékét, a türelem erejét, differenciáló képességet és a ragaszkodási erőt.

#### **Élénkítő erő: Magas**

Az élénkítő erő megmutatja, hogy milyen mértékben és hogyan kapcsolódunk a fizikai világ folyamataiba, mennyire vagyunk mozgékonyak és élénkek. Extroverzió mértéke

A fékezőerő és élénkítő erő aránya **az élénkítés felé billen**, így a fizikai idegrendszer: **Mozgékony**

### **Közepes szangvinikus (Közepesen erős, Egyensúlyozott, Mozcékony)**

Harmonikus működés esetén, stresszmentes környezetben, határozottan, megingás nélkül, könnyedén, vidáman, erejének és egyensúlyának tudatában "táncol végig az életen". Ilyenkor nem engedi összegyűlni a feszültségeket, így reakciói akadályok nélkül megnyilvánulnak kifelé, de tartalékaival óvatosan kell bánnia, hiszen csak a közepesen erős fizikai ingereket képes elviselni megingás nélkül. Stabilitását és egyensúlyát közepes ereje adja. Ő a kötél-táncos, a pillangó, vagy akár a kaméleon. A közepes szangvinikus idegrendszer nagyon erősen alkalmazkodik a környezetében élőkhöz, ezért megnyilvánulásait a többi típusnál jobban meghatározhatja pl. a neveltetése, tehát ha pl. az anya erős idegrendszeri tulajdonságokkal bírt, akkor a vizsgált személy reakciói is ehhez válnak hasonlatossá, ha az anya pl. flegmatikus (fékezett, erős, egyensúlytalan) idegrendszerű, akkor az amúgy mozgékony közepes szangvinikus idegrendszer, kifelé nyugodtabban, és fékezettebben nyilvánul meg. Jól kommunikál másokkal, és miután szeretné megtartani egyensúlyi állapotát, ezért általában kompromisszumkész, hiszen nincs annyi tartaléka, hogy harcba induljon. Fontos számára a könnyedség és a szórakozás.

A feszültségek ellen úgy próbál védekezni, hogy állandóan mozgásban van. Ha menekülhet a számára feszültséget okozó körülménytől, akkor nem billen ki egyensúlyából, azonban, ha valamiért gátolva van a "menekülésben": sarokba szorítják, akkor könnyedsége és levegőssége dermedni kezd, fogollyá válik. Ilyen hosszan tartó stresszes állapotok, és a nem harmonikus külső környezet hatására, képes akár melankolikus megnyilvánulásokra is: elbizonytalanodik, elveszíti belső biztonságát, aggódni kezd, vagy önsajnálathoz menekül, és egyre mélyebb depresszióba sodorhatja önmagát. Agresszív helyzetekben pedig kiszámíthatatlanság és labilitás is jellemezheti. Ilyenkor kár is nyugtatgatni, mert muszáj kiengednie az energiafelesleget. Ezekben a helyzetekben fontos, hogy legyen mellette valaki, aki segít újra egyensúlyba kerülnie. Ha már elvesztette kompromisszumkészségét, "megmerevedett", magyarázat nélkül

elenállóvá vált (tehát elkezdett az árnyékaként viselkedni) adjunk neki időt és állítsuk új helyzet elé, foglalkozzunk mással, hogy lehetőséget teremtsünk számára az elmozduláshoz, hogy újra használhassa adottságait: az alkalmazkodási készségét, rugalmasságát és mozgékonyágát. Környezetváltozással, új szabadidős tevékenységek ajánlásával újra mozgásba hozhatjuk, feléleszthetjük pillangónkat, hogy ismét könnyedén repülhessen.

### **Érzelmi működés: / Adaptációs és Integrációs erő**

*Működés helye: Paleocortex (Limbikus központ)*

*Változás, változtatás lehetősége: 20-30%*

#### **Adaptációs erő / Érzelmi túlélőképesség: Magas**

Az adaptációs erő mutatja az EGO erejét, és az érzelmi vezetési készséget.

#### **Integrációs erő / Empátiakészség - Együttérző és együttműködési erő: Magas**

Az integrációs erő mutatja az az érzelmi kifejezőerő mértékét, és az önfeláldozás készségének erejét

### **Szenvedélyes (Nagy érzelmi energia, Nyitott "szeretet-edény")**

Az érzelmi élete állandóan magas aktivitásról árulkodik, hiszen óriási érzelmi energiája van. Könnyen "perzselődik", elég egy szikra és máris lobban. Lobog, lángol és sokszor csak azt látja, amit látni akar. Állandó lázban ég: vagy szeret vagy gyűlöl. Számára nem létezik középút: nincs langyos, vagy meleg, vagy forró.

Miután gyorsan reagál, így képes az egyik pillanatban sírni a másokban akár már nevetni. Környezetének nem mindig könnyű követni az érzelmi ingadozásait. Nagyon magas az érzelmi túlélőképessége. Nagyon szereti az életet, és szereti minél intenzívebben megélni a pillanatokat. Szükséges számára, hogy gyakran megerősítsék arról, hogy szeretik. Nem utasítja vissza azt sem, ha gyakran kerül érzelmileg a figyelem központjába.

Miután nagyon nagy az érzelmi szeretetedénye - és ezen belül gyorsan változik a lent és a fent helyzete - a negatív érzelmeket is hihetetlen intenzitással képes megélni. Ilyenkor úgy érezheti, hogy a pokol tüze égeti, de mivel könnyen képes átlendülni, nem ragad bele a negatív érzelmek csapdájába. Muszáj kiadnia magából érzelmeit és ennek a legkülönbözőbb formákat adja: sírás, nevetés, hisztéria, szenvedély, düh.. és még sorolhatnánk. Széles érzelmi skálája minden percben tartogat nekünk meglepetéseket: egyik pillanatban a tenyerünkön hordoz, a másokban éppen letol valamiért.

Gondolatainak magas érzelmi töltése van, mely sokszor megmutatkozik a metakommunikációjában is: széles gesztusok, váltakozó hangmagasság és mélység. Ha belelendül nehezen lehet megakadályozni, hogy gondolatait kiöntse. Érzelmei szinte végtelenek, ezért ha megfelelő társaságban van, képes rajongva lelkesedni és szeretni. Hajlama lehet a féltékenykedésre, hiszen hajtóereje és tartalékai miatt néha összetévesztheti a szeretetet a birtoklással.

Konfliktusok esetén hagyjuk, hogy szívből beszélje ki magából a problémát. A többi típushoz képest számára fontosabb, hogy érzelmi szükségletei teljesüljenek. Ezért fontos tanács a környezetében élőknek, hogy gyakran és változatos formában mutassák ki szeretetüket iránta, azaz táplálják és őrizték a benne élő tüzet.

Nagyon fontos számára a társaság és a szerető, megértő család.

Ha a szenvedélyes működés hosszantartó negatív hatásokkal találkozik, képes átcsapni árnyéka, 'a hideg' működési jellemzőibe. Ilyenkor magába fordul, érzelmei megfagynak, nem beszél, megmerevedik. Ha észrevesszük ezt a maszkot, akkor mindenképpen gyanakodhatunk, hogy valami nem stimmel körülötte. Járjunk a végére, hogy szenvedélyesünk, ismét eláraszthasson minket lelkesítő, bátorító és optimista életenergiájával.

**Szellemi működés:** / Intuíciós és Logikai erő*Működés helye: Neocortex**Változás, változtatás lehetősége: 30-40%***Jobb agyfélteke működési ereje / Intuíciós erő: Magas**

A jobb agyféltekés funkciók: Vizualitás (Képszerű gondolkodás), Térmanipuláció, Imagináció, Kreativitás, Humorérzék, Innováció, Muzikalitás, Arcfelismerés, Metakommunikáció, Szintetizálás, Jelen- és jövőközpontúság, A világ megismerése a filozófia, hit és vallás által

**Bal agyfélteke működési ereje / Logikai erő: Magas**

A bal agyféltekés funkciók: Verbalitás (nyelv), Logikus, praktikus, analitikus gondolkodás, "idő-érzet", fogalmi gondolkodás, Tervezés, Racionalitás, Minták ismétlése, Jelen- és múltközpontúság, Stratégia-alkotás, A világ megismerése a tudomány (mérhető-igazolható) által

**Produktív vegyes (mindkét agyfélteke hangsúlyos dominanciája)**

A produktív típusokat kimondottan magas intellektuális érzékenység jellemzi. Nemcsak sok tudásra vágnak, hanem teljes mélységében szeretnék megérteni a folyamatokat, az élet szinte minden területén. Életének talán legfontosabb célja az egységes tudás megszerzése.

Képes egész nap szellemi munkát végezni, mert a fizikai munkavégzés kevésbé teszi boldoggá. Azért dolgozik, hogy a jövőben boldog legyen, ezért nem mindig elégtik ki a pillanatnyi sikerek és elismerések. Képes egész nap olyan szellemi tevékenységekbe fektetni energiáját, aminek anyagi és szellemi megtérülése szinte még kilátásban sincs. Kutat, keres, szeretné összekötni a szálakat. Legfőbb vágya, hogy átlássa a folyamatok lényegét. Nem elégtik ki egy-egy részfolyamat ismerete és gyakorlati megvalósulása. Környezete emiatt gyakran furcsának találja, és olykor ki is használhatja lelkesedése és tudásvágya miatt. Gondolataiban élő típus, akiben nagy tervezőerő van. Szívesen dolgozik olyan feladatokon, amelyekkel a többi ember javát és jövőjét szolgálja. Új rendszereket alakít ki és tervez meg. Jó előre képes az időben előre látni és gondolkodni. Nagyon szeret alkotni, de elsősorban a fejében. A cselekvés és megvalósítás néha elmarad a megfelelő szellemi és lelki partnerek hiányában - akik ösztönözhetik, támogathatják és segíthetik ötletei megvalósulását, gyakorlati szinten is. Ehhez jobb, ha keres arra alkalmas társakat, hiszen ez már nem az ő asztala, de nem is ez a dolga. Fontos, hogy mindig használhassa intellektuális potenciálját. Nagyon gyorsan tanul, könnyen átlát mindent, könnyen ismerkedik az új helyzetekkel. Nemcsak verbálisan, hanem képek formájában is tárolódik az információ az agyában, és bármikor képes előhívni azokat. Kitűnően kombinálja a logikát és az intuíciót: elképzeli, vázol, rendszerez és megvalósít. Olyan, mint egy időutazó, hisz kiválóan emlékszik a múltra, de a jövő történéseit is látja képekben. Ez az kreativitás és képzelőerő sikerének az alapja. A logikán kívül nagyon fontos számára, hogy milyen belső megérzése van az adott helyzetekkel kapcsolatban. Mindezeknek egyszerre kell működni, és ha ez sikerül, hihetetlen szellemi termékenységnek lehetünk tanúi. Szereti, ha olyan emberek veszik körül akik értik, érzik és követni tudják ötleteit. Nem szereti ha sokszor kell ismételnie vagy magyaráznia egy-egy ötletet vagy tervet, hiszen számára az egyértelmű, akkor más miért nem érti? Ez az amire figyelnie kell, hogy nem minden ember van megáldva ennyire magas szellemi energiával, és ezért nem is várható el mindenkitől, hogy megértse és követni tudja intellektusát. A közösség szintjén Ő a stratégia, aki mindet lát. Igazi vezető típus, aki képes jól vezérelni egy rendszert, mert tökéletesen átlátja azt, és ötletei segítségével azonnal képes javítani is az esetlegesen jelentkező apróbb hibákat. Miután folyamatosan szellemi tevékenységet végez, ezért bármikor előfordulhat, hogy - akár egy kellemes vacsora közben - témát vált, ötletel, tervez, álmodozik. Fogadjuk el tőle ezt,

hiszen Ő nem tud szellemileg alapjáraton működni. Ő viszont értse meg, hogy nem mindenki működik így, nem mindenki gondol folyamatosan a jövőbeni terveire, ötleteire. Fogadjuk el Őt: ha alkotni van kedve, hagyjuk, hogy kiélje magát és mutassunk érdeklődést ,még akkor is, ha nem értünk meg minden momentumot azonnal.

**Betegség hajlam:**

Akut: Torok, nyak, váll területe

Krónikus: vese, bél, nemi szervek, csípő környéke

**Maszk**, amilyennek mutatja magát: **Környezete felé inkább szangvinikusnak** (erős, mozgékony, egyensúlyozott) és **empatikusnak** (kevésbé nagy energetikai kilengés, stabilabb, nem annyira fontosak saját érzelmi szükséglete, nincsenek erős érzelmi megnyilvánulásai kifelé) **látszik**.

**Ideális működés a következő típusokkal:** Fizikai idegrendszere minden típussal jól működik együtt, érzelmileg az empatikus és az egoisztikus vezető a leginkább előnyös kapcsolat, a hideg működés pedig kiegészíti, kiegyenlíti.