

Kemičarka Nerina Darman je raziskovalka izjemne zapaščine velikega izumitelja Nikole Tesle, Teslovih skalarnih valov in Schumannove resonance, pa še ajurvede in drugih skrivnosti dobrega počutja. Z možem sta izdelala Teslove generatorje, tako imenovane Teslove fontane, pa tudi druge bioenergijske pripomočke iz njegove zapaščine in zapaščine kanadske naturopatinje dr. Hulde Clark. Povedala nam je, kako poskrbi za čim boljše počutje, vitalnost in odpornost.

Tekst: RENATA UCMAN
Foto: ŠIMEN ZUPANČIČ

Skrivnost
vitalnosti
Nerine
Darman

Nerina Darman je diplomirana inženirka kemijske tehnologije, ki vodi podjetje Alkivita, znano po Teslovih generatorjih.

Zapaščina Nikole Tesle za dobro počutje

»V se življenje me je zanimala energija narave. Že v najstniških letih sem sanjala, da bi imela naprave, ki bi mi pomagale vzdrževati telo. Mož je elektronik, izkušen je tudi v bioenergijskih napravah in zna vse narediti. Obema je blizu zapuščina Nikole Tesle in njegov občutek, da tehnologija sledi finemu toku energije, ki se povečuje kot potok s pritoki. Tesla je ugotovil, da je takšna energijska harmonija kot radirka za zametke energijskih blokad, ki so izhodišča za motnje v delovanju telesa.« pojasnjuje Nerina Darman, diplomirana inženirka kemijske tehnologije, ki vodi podjetje Alkivita, ter avtorica dveh knjig, *Blaženost bivanja* in *Iskra izvora*. Ukvarja se tudi z džotišem, klasičnim feng šujem, ajurvedo in psihosomatiko.

Po sledih izumov Nikole Tesle. »Moža je pred mnogo leti obsedala tehnična literatura o Teslovih izumih, z njo je raziskoval in nadgrajeval svoje ustvarjanje v laboratoriju. Kot tehnologinja in raziskovalka sem se mu pridružila. Korak za korakom naju je to vodilo do Teslovega generatorja. Ta deluje tako, da v ustvarjanju in izničenju nasprotno orientirane elektromagnetne komponente ostane presežek skalarnih valov. Ob uporabi so v dometu hiše bolj zgoščeni kot drugod. To je podobno kot s kisikom. Povsod ga je dovolj, v telesu pa ga zaradi slabega pretoka primanjkuje, kar povzroča težave. Zato potrebujemo presežek vitalne energije, da se zgodi preboj in se tkiva vrnejo v energijski obtok,« pojasnjuje navadnim smrtnikom sicer precej nerazumljivo področje.

Teslovi skalarni valovi. Izumitelj Nikola Tesla, ki je imel sicer največ patentov na področju elektrike in magnetizma, je bil prepričan, da je človeško telo stroj kozmičnih sil. Teslove skalarni valove je mogoče uporabiti tudi za ustvarjanje ugodnega življenjskega okolja, za revitalizacijo. Kako? »Teslovi skalarni valovi so načrt ali matrica za delovanje žive in nežive narave. Kadar jih je dovolj, smo na dobri poti. Zadošča, da smo v bližini Teslovega generatorja, odprti za svetlo plat življenja. Podobno kot je mati za bolnega otroka, ko si želi, da bi ozdravel. Tudi sama se naravnam na željo ali molitev, da se prebujata notranja inteligenca telesa, ki ve,

kako popraviti vse napake v organizmu. Z drugimi besedami, potrebujemo energijsko-informacijsko vzdrževanje.«

Srčni utrip matere Zemlje. Nerina Darman se ukvarja tudi z raziskovanjem Schumannove resonance (7,83 Hz), ki je naravna frekvenca Zemljine atmosfere energije in ji pravijo srčni utrip matere Zemlje. Izračunal jo je nemški fizik prof. Winfried Otto Schumann. Frekvenca Schumannove resonance naj bi ugodno vplivala tudi na naš organizem in možgane. »Teslovi skalarni valovi so v sozvočju s Schumannovo resonanco, naši možgani se v Schumannovem ali frekvenčnem območju alfa bolje povežejo. Leva polovica je logika in desna ustvarjalnost; kadar bolje sodelujeta, je naše življenje prijetnejše, lažje rešujemo življenjske izzive in smo tudi bolj zdravi. Valovi alfa v možganih s frekvenco od 8 do 12 Hz so samozdravilni. Vsi zdravniki sveta so pri svojih terapijah v stanju izrazitejših valov alfa. To stanje lahko prenesejo na sočloveka, da tudi v njem stečejo zelene krepčilne spremembe.«

Oddajnik osemherčnih impulzov. Med napravami, ki sta jih razvila z možem, je tudi bionis, oddajnik osemherčnih Schumannovih impulzov. Kako ga uporabljata? »Ker Schumannova frekvenca zelo niha v ciklikih dneva in noči, ob vremenjskih, sončevih in luninih dejavnikih, vzdržujem spodbudo za osemherčni bioritem energije z bionisom. Postavljen je na polici v predsobi, iz katere vodijo vrata v druge prostore. Na poti iz kuhinje, dnevne sobe, spalnice ali kopalnice se gre vedno mimo tega pripomočka. Enega imam še pri računalniku za zbrano delo in bistre možgane. Včasih ga dam tudi pod vzglavnik.«

Terapija zaper po dr. Clark. Izdelala sta tudi bioenergijski pripomoček zaper, po kanadski naturopatkinji dr. Haldi Clark. Impulzi zaper naj bi uničili mikrobo, torej viruse, bakterije, parazite in glive, z oddajanjem bioelektričnih impulzov zaper s frekvenco 30 kHz. Pripomoček ima dve sondi, ki ju primemo vsako v svojo dlan. »Terapija zaper po dr. Clarkovi je res unikatna. Podobno napravo je že pred tem izdelal Nikola Tesla za svojo bolno sestro, ohranjena pa je v Teslovem muzeju v

Beogradu. Tokovi zaper vstopijo v telo skozi sonde v dlaneh in zmotijo parazite povsod po telesu, vse od glave do stopal, ne posegajo pa v črevesje in prebavila. To je njihova dobra lastnost, da je črevesna flora nedotaknjena. Zato pa razkužimo črevesje s pelinom, črnim orehom, klinčki, pa tudi s kumino, janežem, komarčkom, ingverjem, česnom in čebulo ter izvlečkom grenivkinih pečk. Izumiteljica zaperja dr. Hulda Clark je videla vzrok bolezni v zakisaniju. Oslabela tkiva so hrana za parazite in pospešujejo njihovo razmnoževanje ter s tem izločanje toksinov, zato je predlagala še globinsko razstrupljanje jeter, ledvic in črevesja. Vzrok za boleznijo je videla tudi v strupih v industrijsko predelani hrani in pijači, kot so organska topila, pesticidi, konzervansi, ojačevalci okusa in še marsikaj. V svoji knjigi z naslovom *Terapija za vse bolezni* je navedla kup receptov za doma narejena mila in kozmetiko ter pijače.«

Skrivnost dobrega počutja


»Veliko delam, in kadar pride na vrsto čas za sproščanje, uživam. Konec tedna ga nekaj posvetim sebi za odklop in doživljanje svobode v počitku, takrat prav vse odložim. To so zame zelo dragoceni trenutki. Rada imam ljudi in me izpolnjuje, kadar v druženju teče lepa in vesela energija, to je zame prav posebna izpolnitev. Velikokrat se mi sproščeni čas zaokroži v raziskovanju vitalnosti, o čemer pišem in predavam. Na vse gledam z očmi kemičarke, usmerjene v razstrupljanje ter regeneracijo počutja in življenjskih moči.«

Zvečer baldrijanove kapljice. Kako še poskrbi za svoje dobro počutje? »Telo potrebuje cirkulacijo, enako kot potrebuje dimnik vlek, da lahko gori ogenj, sicer se zaduši in ugasne. Gibanje v naravi in hoja sta del življenjskega sloga, ni dovolj samo delo v hiši in na vrtu. Pomembno je, da je gibanje za organizem prijazno in sproščujoče. Podnevi zato nikoli ne mirujem več kot nekaj ur. Dvignem komolce, kolikor gre, in zadržim, da se odprejo pljuča in dobi srce prostor. Levo zgoraj se v prsnem košu limfa vrača v obtok, v trebuhu pa se mora



venozna kri povzpeti še do pljuč, da se lahko napolni s kisikom in vrne v srce kot sveža arterijska. Za hrbtnico in sklepe se primem za pult ter krožim z medenico in kolki. Kadar je medenica naprej, so dimlje blagodejno raztegnjene nazaj, medtem ko so pri sedenju vedno skrčene. To sprošča in razteguje mišice psoas v medenici, ki v zakrčenem stanju zategujejo križ in noge. Notranje pa se zelo potrudim za čimprejšnji izstop iz vsakršnega premlevanja. Ločim, kdaj so misli konstruktivne, kdaj pa obtičijo. Kadar to zaznam, se potrudim za 'time-out', enako kot je to pri športu. Vstanem, spremem aktivnost, si naredim limonado, zvečer pa kdaj rada vzamem tudi baldrijanove kapljice in imam tik ob sebi bionis s Schumannovo frekvenco. To mi pomaga osvežiti počutje, da ne trpi vitalnost v trenutkih večjih obremenitev.«

Prehrana za vitalnost. »Mesa ne uživam že več desetletij, prav tako ne paštet, namazov, piškotov in podobnih živil, ki so industrijsko pripravljena. Namesto hidrogeniranega belega olja v prozornih plastenkah uporabljam za dušenje hrane sončnično olje v te-



to se prej pripravimo, da imamo načrt in sestavine vedno pri roki.«

Dve tretjini kuhane, tretjina surove. Telo razbremenjuje z razstrupljanjem. »Za sprotno razkisanje telesa poskrbim z uživanjem dovolj surove hrane. Na

vsake pol kilograma kuhane in pečene hrane pojem četrto kilograma surove. Razmerje je torej dve tretjini kuhane in pečene, ena tretjina pa take, kot jo je dala narava. Tudi kruh je pečen in potrebuje bazično nevtralizacijo. Večkrat pojem kakšno surovo rdečo peso, narezano na tanke rezine. Tudi surov korenček, gomolj zelene, kolerabico, brokoli, brstični ohrovt, por, čebulo, česen. Surova hrana je bazična in nevtralizira kislost telesa, ki se nabira s kuhanjem ter pečenjem za glavni obrok dneva.«



Zeleni klorofil za razkisanje.

Svoje jedilnike sestavlja zelo premišljeno. »Zjutraj imam rada malo toplega kuhanega prosa z navadnim jogurtom, lahko je tudi ajda ali polenta. Po želji dodam med, cimet ali žlico surove rožičeve moke, ki je bogata s cinkom (za imunost) ter kalcijem (za kosti) in magnezijem, včasih pa sončnična semena. Nikoli ne kupujem sadnih jogurtov. Velikokrat zjutraj jem samo sadje in nekaj lističev rožmarina z vrta za zbranost in cirkulacijo. Rada skuham izdatno beljakovinsko juho iz fižola, leče, čičerike ali soje, jedi iz paradižnika in paprike, zraven pa včasih tudi kuskus ali bulgur. Narejena sta iz trde vrste pšenice, ki je bolj zdrava, in hitro sta pripravljena, kadar ni dovolj časa. Ko je sezona za drobnjak, ga kar precej potrosim po jedi, tudi to je surova hrana, bogata s klorofilom, ki razkisa telo. Zvečer se izogibam hrane, še posebej beljakovinske, da se lahko telo ponoči obnovi in spočije, tako imam zjutraj več energije. Pozno popoldne pojem sadje, če pa ni dovolj, nekaj sončničnih semen, v vodi namočena čijina semena ali zmiksam dve žlici lanenih semen ter jih zmešam z navadnim jogurtom. Če še to ni dovolj, pojem malo kruha s čemaževim pestom, ki ga pripravim spomladi, ali pa z ingverjem in malo sira. Dvakrat na teden se tudi zvečer pošteno najem, naredim si veliko skledo paradižnikove solate s topljo ajdo ali prosom in čebulo. Ali pa krompir, ajdo ali lečo v solati s porom. Slednjega na drobno narežem kar od pet do deset centimetrov na osebo, saj da odličen in ne premočan okus.«

Redno kurkuma in ingver!


Krepi se tudi z zelišči in začimbnicami. »Jedilnik vsak dan spreminjam, da pride vse na vrsto, tudi

Teslav generator




Za boljšo odpornost

»Vse leto je pomembno vzdrževanje sluznice v grlu. Tam se v inkubacijski dobi ne smejo razpasti mikrobi, da lahko ostanajo pljuča zdrava. Grgranje žlice kisa v centimetru vode ali ščepec soli v malo vode odleplja sluz v grlu, da se mikrobi nimajo kje ugnezditi. Nos pa ne sme biti stalno moker. Razkuževanje z lekarniškim jodom ali s kapljico izvlečka grenivkinih pečk pomaga, da vse, kar vdihnemo, ne gre 'brez cenzure' direktno v pljuča. Sluznica je prva obrambna linija imunskega sistema, če ta popusti, je vdor vnetja in mikrobov sistemski. Sluznico krepi silicij, največ ga je v prosu in ješprenju.«



mnih steklenicah, ki ni mešano z drugimi olji. Porabim ga od dvakrat do trikrat manj, ker so bela rastlinska olja z glavno arahidonsko maščobno kislino udeležena v vnetjih. Veliko porabim luštreka z vrta in peteršilja. Vsak dan je pri obroku na mizi precej surove zelenjave. Podobno kot regrat zrežem na drobno radič ali por, skupaj s toplim krompirjem v solati je to zame kot zdravilo za dušo in telo. Drugič pa na ta način pripravim kuhano lečo ali fižol, skupaj z zmiksano surovo rdečo peso, ki je dobra za jetra. Najnevarnejši so vmesni obroki, ko na hitro pojemo preveč industrijske hrane. Na



vse sezonsko, redno pa uživam kurkumo. V času bazilike pojem vsak dan njene sveže lističe, vsaj od deset do dvajset, in jih poplaknem z vodo. Kadar bazilike nimam, malo zgrizem zrnca koriandra in jih poplaknem. Ali pa kardamom, vendar drobna zrnca v zeleni kapsuli ne smejo biti grenka ali čisto posušena, taka zavržem. Res vsak dan uživam surovo korenino ingverja. Košček ingverja v velikosti ženskega palca do prvega členka na drobno zrežem in pojem ob obroku. Včasih s kruhom ali sirom, včasih pa skupaj z drugo hrano, odlično gre tudi z juho. Ingver je v tisočletja starih indijskih, kitajskih in tudi vseh drugih tradicijah opevan eliksir. Mnoge sestavine v njem zavirajo vnetni encim COX.«

Masaža senc, glajenje trebuha. Pozna učinkovit način za ublažitev oziroma nevtraliziranje stresa. »Stres, ki ga doživljam, nevtraliziram z nekaj počasnimi in dolgimi vdihom ter izdihom večkrat na dan. Večkrat si zmasiram senca za osvežitev in cirkulacijo glave, da lažje opravim svoje naloge in se bolje počutim. Tudi trebuh je pomemben. V njem je veliko parasimpatičnega živčevja, ki sprošča z aktivacijo ugodnih hormonov, zato ga včasih krožno pogladim. Tu in tam si zavrtim veselo glasbo in sproščeno telovadim ob njej, kot da plešem, v dveh minutah se zadiham in odlično počutim. Gledam tudi, da sem vsak dan zunaj, hodim ali tečem, diham in dvigujem ramena, da se pljuča osvežijo in steče energija.«

Pet mojstrskih vrednot. Med temelje dobrega počutja šteje dobre odnose in pozitivno naravnost v življenju. »Ravnovesje v telesu in duši ohranja nevtralen, spoštljiv in plemenit odnos. Vsi ljudje nismo enaki, imamo različne 'antene' za doživljanje in procesiranje ter različne izkušnje in nagnjenja. Kar se nam zdi nepotrebno ali zooprno, je za drugega središče dogajanja. Kadar te motnje letijo na moje življenjsko polje, se držim petih mojstrskih vrednot. Ohranjam iskrenost izražanja v prvi osebi ednine namesto kazanja s prstom na druge, vzdržim se nepotrebne razpihovanja pritiskov in napetosti ter menim, da smo ljudje kot bratje in sestre enakovredni. Zato nikogar ne povečujem niti omalovažujem, ker vsak ima dve plati medalje, samo za drugo morda še ne vemo, ker se še ni pokazala.« ■