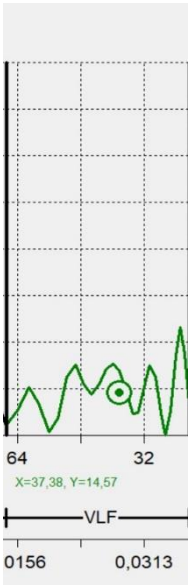
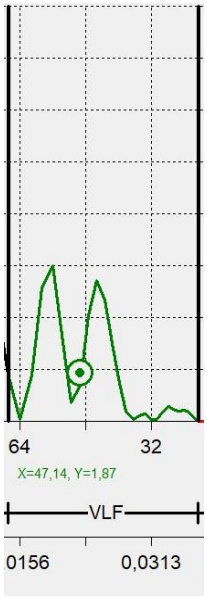
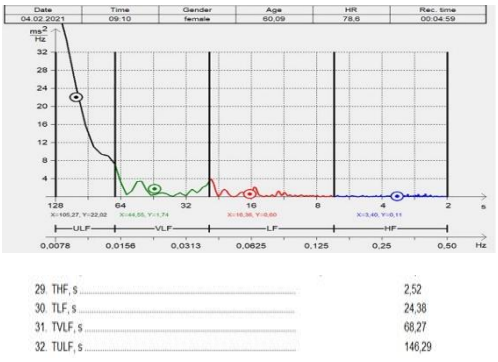


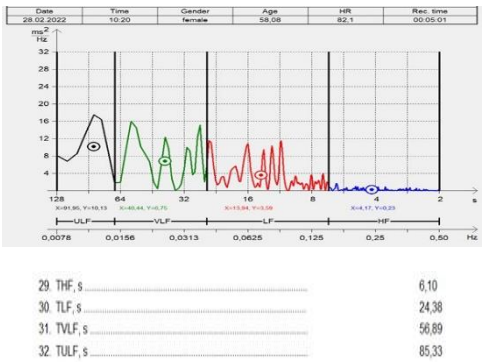
Guten Tag, wir setzen die Analyse der grünen und schwarzen Kurve des Spektrums fort.





Erster Blick. Allgemeine Erscheinung der VLF grünen Kurve. Sie können die Leistung des Hormonsystems auf der Y-Achse im Vergleich zur ausgedrückten Energiemenge mit anderen farbigen Kurven vergleichen. Wir können den Energieverbrauch bei den anderen Kurven vergleichen. Achten Sie darauf, wo sich der höchste „Peak“ auf der X-Zeitachse jeder farbigen Kurve befindet. Bei einem gesunden Organismus sollte dieser höchste Peak immer in der Mitte des Intervalls jeder farbigen Kurve liegen. Bei der grünen sollte er bei 35-40 Sekunden liegen. Interessanterweise kann ich auch spezifische Formen der Kurven erwähnen, aus denen man weitere Zustände des Organismus ablesen kann. Wenn wir auf der grünen Kurve einen sogenannten doppelten gerundeten Buckel wie bei einem Kamelrücken sehen, deutet das meist auf eine offene oder verborgene Entzündung im Organismus hin.

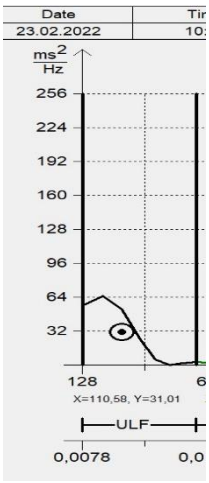




Zweiter Blick. ULF – Ultraleichtwellen - schwarze Kurve – Aktivität des Bewusstseins und Unterbewusstseins.

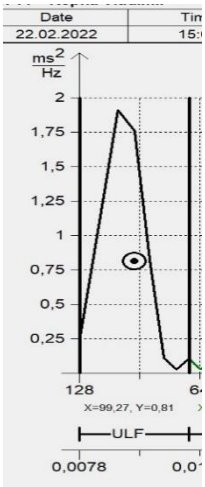
Dieser Teil wird nicht in die Ergebnisse der Herzfrequenzvariabilität einbezogen. Die Kurve zeigt die Aktivität des limbischen Systems und der Amygdala. Jeglicher emotionale oder

mentale Stress entzieht dem Klienten Energie. Ich empfehle, auch diese Höhe des Energieverbrauchs zu analysieren. Wir können unterscheiden, ob es sich um bewussten Stress oder unterbewussten Stress handelt. Ich versuche immer, den Klienten vor der Messung zu beruhigen. Ich schlage ihm vor, sich vorzustellen, dass er entspannt und wohlfühlend im Urlaub ist. Mit anderen Worten, es geht darum, negative Gedanken und Gefühle zu vermeiden. Das sage ich dem Klienten jedoch nicht.



General parameters of the heart rate variability

Name	Value	Norm
Heart rate (HR), bpm	68	60 - 75
Standard deviation (SDNN), ms	67,2	30 - 69
Coefficient of variation (CV), %	7,7	3 - 12
Stress index (SI), comp.un.	56**	70 - 150
Index of centralization (IC), comp.un.	23,3**	0,9 - 1,3
IRSA, comp.un. (6, 0)	6*	1 - 3
Nr. of arrhythmias (NArr), %	0,0	0 - 0,5
Performance HF, %	4,1**	20 - 39
Performance LF, %	78,1**	15 - 39
Performance VLF, %	17,8	15 - 39
TP, ms^2	4908**	1000 - 2000



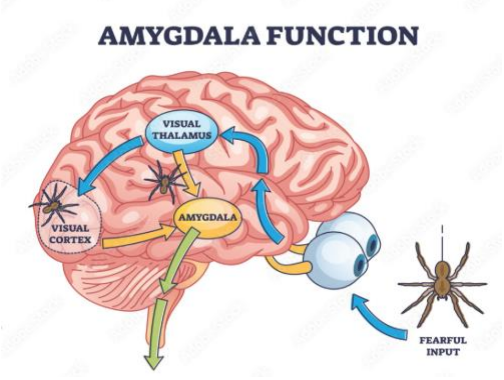
General parameters of the heart rate variability

Name	Value	Norm
Heart rate (HR), bpm	78**	60 - 75
Standard deviation (SDNN), ms	8,1**	30 - 69
Coefficient of variation (CV), %	1,1**	3 - 12
Stress index (SI), comp.un.	4003**	70 - 150
Index of centralization (IC), comp.un.	3,4**	0,9 - 1,3
IRSA, comp.un. (7, 0)	7*	1 - 3
Nr. of arrhythmias (NArr), %	0,0	0 - 0,5
Performance HF, %	22,5	20 - 39
Performance LF, %	45,5**	15 - 39
Performance VLF, %	32,0	15 - 39
TP, ms^2	55**	1000 - 2000

Dritter Blick. Bewusster und unterbewusster Stress.

Wenn der höchste Peak auf der schwarzen Kurve nahe der grünen Kurve liegt, bzw. bei 80 und 90 Sekunden, bedeutet das, dass das Gehirn alle 80 Sekunden mit einer mentalen oder emotionalen Aktivität beschäftigt ist. Meistens handelt es sich um ein Programm im Bewusstsein oder bereits im Unterbewusstsein. Normalerweise sollte dieser höchste Peak irgendwo bis zur 150. Sekunde sein. Mit anderen Worten, wir sollten ihn auf dem Diagramm überhaupt nicht sehen. Wenn der Stressindex (SI) unter der Norm, d.h. unter 70 liegt, handelt es sich um bewussten Stress. Liegt der Stressindex über der Norm, d.h. über 500 und mehr, deutet dies auf unterbewussten Stress hin.

Vierter Blick. Was ist mentaler oder emotionaler Stress?

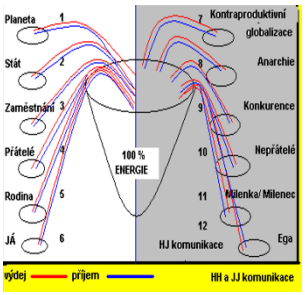


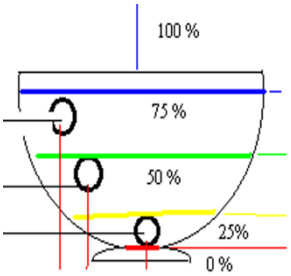
Jeder führt sein normales Leben. Wir erleben gewöhnliche und selbstverständlich manchmal extreme Situationen. Diese Situationen lösen Reaktionen in unserem Organismus aus. Unser Verstand und Körper speichern alles im Bewusstsein.

Nach einer gewissen Zeit wird alles ins Unterbewusstsein übertragen. Ein Mensch hat bzw. sollte die Fähigkeit haben, ständig sein Archiv der Erinnerungen zu ordnen. Es ist immer notwendig, negative Einflüsse zu neutralisieren, die Ursachen von Problemen in unserem weiteren Leben sein können. All dies entzieht uns Energie. Die Psyche bzw. unser Körper wehrt sich gegen das Speichern dieser negativen Programme, weshalb es uns in bestimmten Zeiträumen immer wieder erinnert, dass wir innerlich aufräumen sollen. Leider hören wir oft nicht hin. Die Programme sind gespeichert und haben negative Folgen.

Fünfter Blick. Es ist notwendig, mit Energie richtig zu haushalten.

Jeder hat nur seine 100% Energie. Diese Energie müssen wir richtig zwischen Verwaltung bzw. Management und der eigentlichen Leistung aufteilen. Wir benötigen, dass unsere Fixkosten bzw. die Kosten der Verwaltung nicht zu hoch sind. Mit anderen Worten, die Verwaltung unserer Zellgemeinschaft sollte nicht zu aufgebläht und kostspielig sein. Es bedarf einer schlanken und effizienten Verwaltung. Ich gebe ein Beispiel. Wir sind ein Gefäß, in das Energie im Rhythmus des natürlichen Ordnungs des Daseins strömt und abfließt, wie sie von der Natur geschaffen wurde. Unser Gefäß kann jedoch nach und nach die Form eines Siebs annehmen, aus dem Energie dauerhaft entweicht.





Kontakte: Jan Michael Kubín

Adresse: Gercenova 856/3, Praha 15, 102 00

Telefon: 00420 – 602 344 013

E-mail: jan.kubin@hrv-healthcontrol.com

kubin.pansofia@gmail.com

WEBs: www. hrv-healthcontrol.com

Diese Websites werden zwischen 2026 und 2027 online gehen :

www.vitalityflows.com

www.vitalityflows.eu



www.doctorathome.cz

www.expresshealth.eu