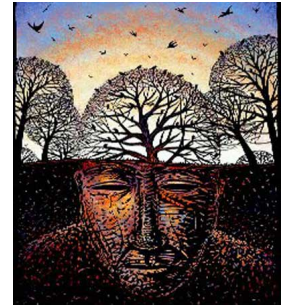


آشنایی با بیوریتم



بیوریتم چیست ؟

تا به حال دقت کردید چرا بعضی روزها خیلی سر حالید و بعضی روزها کسل...یا اینکه بعضی روزها قادر به کارهای هستید که روزهای دیگه نمی توانستید انجام دهید.

با کمی تأمل در محیط اطرافمان متوجه می شویم که همه چیز سیکل و دوره های خاص خودش را دارد.

فصلها، حرکت ماه و خورشید و شب روز و... دانشمندان در این راستا به وجود سیکلهای در بدن انسان پی بردند که بیوریتم نامیده میشوند.

بیوریتم در آکسفورد به معنای الگوهای مکرر فیزیکی و احساسی می باشد. قدمت بیوریتم به دوران ستاره شناسی چینیان به ما قبل تاریخ بر میگردد.

انواع سیکل بیوریتم در بدن انسان به سه سیکل فیزیکی و احساسی و ادراکی تقسیم میشود.

سیکل فیزیکی از بافت ماهیچه ها نشات می گیرد و هر بیست و سه روز تکرار میشود. که در روزهای دوم تا یازدهم در حال شارژ شدن است و تا روز بیست و سوم در حال تخلیه. (پزشکان معتقدند که برای عملهای جراحی مناسب ترین روز دوم تا سیزدهم این سیکل است) اما سیکل احساسی که دوره آن 28 روزه میباشد و بیشتر به سیستم عصبی افراد تسلط دارد وقتی این سیکل بین روزهای دوم تا 16 میباشد از لحاظ احساسی سر شار از انرژی و خوش بینی هستیم

گردآورندگان: اعظم شکوری --- سهیلا شیردل

ارایه اختصاصی از : پایگاه تخصصی توسعه فناوری اطلاعات

// مشاهده بیوریتیم شما به صورت آنلاین //

× [مقاله بیوریتیم را دانلود کنید](#)

× [نرم افزار شماره 1 بیوریتیم را دانلود کنید](#)

× [نرم افزار شماره 2 بیوریتیم را دانلود کنید](#)

× [نرم افزار فارسی بیوریتم را دانلود کنید](#)