

## **Dispensa n. 1**

### **Metodo iniziale adottato dal Dr.Fliess.**

I bioritmi illustrano come tutti noi siamo influenzati da cicli fisici, emozionali ed intellettuali. Molte persone riferiscono di riuscire a migliorare la qualità della propria vita monitorando gli alti e bassi di questi cicli ed agendo di conseguenza. Ad esempio, potreste programmare un esame durante i picchi del ciclo intellettuale, evitare di parlare di argomenti importanti con il vostro partner durante i cali di ciclo emozionale o puntare su risultati sportivi durante gli “alti” del livello fisico.

Nel calcolo dei bioritmi, è importante determinare i giorni cosiddetti “critici” e che quindi richiedono maggiore scrupolo e cautela nelle azioni. Secondo alcune ricerche, è considerato molto probabile che la maggior parte delle nascite avvengano durante uno dei giorni critici della madre ( per questo si ritiene che la data di nascita sia condizionata più dalle condizioni della madre che da quelle dell’embrione). In generale quindi, il primo giorno critico di ogni persona viene fatto coincidere con la sua data di nascita. In ogni ciclo ci sono due giorni critici, uno al primo giorno ed uno alla metà del ciclo.

Vi sono parecchi modi e parecchi grafici per calcolare il bioritmo, illustriamo di seguito il metodo iniziale adottato dal Dr.Fliess. Poniamo l’esempio di un individuo nato il giorno 1/5/1967 e calcoliamo il suo bioritmo per il giorno 2/5/1977. I suoi giorni totali di vita risultano essere 3.655; procediamo quindi con i calcoli:

ciclo fisico =  $3.655 : 23 = 158$  e una frazione (totale: 21)  
ciclo emotivo =  $3.655 : 28 = 130$  e una frazione (totale: 15)  
ciclo intellettuale =  $3.655 : 33 = 110$  e una frazione (totale 25)

La persona in questione è quindi al ventunesimo giorno del suo ciclo fisico, al quindicesimo del ciclo emotivo ed al venticinquesimo di quello intellettuale. I cicli fisico ed intellettuale sono in fase negativa, mentre nel ciclo emotivo va considerato il giorno critico.

Particolarmente interessante è anche la possibilità di calcolare la compatibilità bioritmica fra due individui. Ad esempio, il quattordicesimo giorno di ciclo di un individuo rappresenta il suo “punto medio”; chi nasce quattordici giorni prima o dopo di questa persona avrà un vettore di ciclo emotivo esattamente opposto a quello della persona presa ad esempio. Tra queste due persone quindi il tasso di compatibilità è nullo! Per avere una compatibilità media, del 50%, la differenza tra i loro giorni di nascita dovrebbe essere di 7 o 21 giorni. Su cinque giorni quindi, le loro fasi di alta e bassa frequenza coincideranno perfettamente. Calcolando allo stesso modo i cicli fisico ed intellettuale, si potrà ottenere una scheda completa di compatibilità bioritmica. Va anche considerato che i punti medi dei cicli fisici ed intellettuali sono rispettivamente di 11 giorni e mezzo e di 16 giorni e mezzo. La percentuale di scarto tra i giorni si può calcolare dividendo 100% di queste cifre; arrotondando i risultati, si ottengono le percentuali di compatibilità. Tenete presente che la compatibilità si considera buona se è superiore al 25%.