

# vitae

2013/12  
2014/1  
[www.energy.sk](http://www.energy.sk)

**Hat izgalmas előadás részletei**

Beszámoló az októberi konferenciáról

**Daganatos betegségek és az Energy**

Dr. Faragó Csilla cikke

**Kronobiológia, arcelemzés**

Kiresné Ica és Némethné Éva írásai

## KARÁCSONYI ÉTELEK

## Hal szentestére – egy kicsit másképp

„Ponty nélkül nincs igazi karácsony!” állítják azok, akik e pikkelyes nélkül el sem tudják képzelni a szenteste menüjét. „A mi gyerekeink kicsik, és nem kockáztatjuk, hogy egy eltévedt szálla elrontsa a karácsonyi hangulatot, ezért a pontyról inkább lemondunk,” mondják mások. Ám miért kellene az ünnepi vacsorát a hagyományos rántott pontyra és krumplisalátára szűkítenünk?

Bár karácsonykor igencsak odafigyelünk a hagyományokra, próbáljunk ki ezúttal új recepteket, amelyeknek a hal – édesvízi vagy tengeri – továbbra is a fő alkotóeleme. A hal könnyen emészthető, szervezetünk számára nélkülözhetetlen fehérjékben és ómega-3 zsírsavakban gazdag étel. Pisztráng, lazac, csuka, busa, amur – miért ne fogyaszthatnánk valamelyiket ezek közül az év legszentebb ünnepén? Bármikor megvásárolhatjuk őket az üzletekben, ezért semmi nem gátol bennünket, hogy akkor fogyasszuk őket, amikor kedvünk tartja. Merítsenek hát a következő tippek közül.

## DIÉTÁS PISZTRÁNG VAJON

**Hozzávalók:** 4 közepes pisztráng, 100 g vaj, 40 g finomliszt, 1 citrom leve, só, esetleg húslé.

**Elkészítése:** A pisztrángokat kibeizzuk, átmoszuk, felitatjuk róluk a nedvességet. Megsózzuk, citromlével lecsöpögtetjük, és lisztben megforgatjuk. Serpenyőben felmelegítjük a vajat, és megsütjük rajta a halat. Vízrel vagy húslével felöntjük, rövid ideig pároljuk. Majd kb. 20 percre 200 °C fokos sütőbe tesszük. Krumplipürével tálaljuk.



## SAMPINYONOS LAZAC

**Hozzávalók:** 4 adag lazac (ún. patkó), 400 g sampinyon gomba, 2 tejföl, húslé, vaj, só, szerecsendió, őrölt bors, citromlé.



**Elkészítése:** A lazacot átmoszuk, megsózzuk, citromlével lecsepegtetjük, és olvasztott vajon hirtelen megsütjük. Hozzáadjuk a megmosott, felszeletelt sampinyont. Lefedjük, és pároljuk. Kis idő után vízzel vagy húslével felöntjük. Amint a hal készen van, és a gomba megpuhult, belekeverjük a tejfölt, egy csipetnyi borsot és szerecsendiót. Még egy kicsit összefőzzük. Köretként apróra vágott metélőhagymával megszórt főtt burgonyát javasolok.

## BUSA TORMASZÓSSZAL

**Hozzávalók:** 500 g busa, 2 tejföl, olaj, torma, só, provence-i fűszerkeverék, friss metélőhagyma, citrom.

**Elkészítése:** Az olajból, a citromléből, a sóból és a provence-i fűszerkeverékből marinádót (pácot) készítünk. A halat felszeleteljük vagy felkockázzuk, majd beletesszük a marinádba (ideális esetben egész éjszakára, de ez nem feltétel). Előmelegítjük a sütőt, és a busát kb. 15 percig (a hússzeletek méretétől függően) 200 °C-on megsütjük. Közben a tejfölből és a tormából szószot készítünk, amit citromlével ízesítünk, és ha úgy tartja kedvünk, hozzáadhatunk egy kis apróra vágott metélőhagymát is. A szószot nem főzzük, hidegen tálaljuk a hal mellé. Sült krumplival vagy rizzsel is kiváló.

## BACONBE CSOMAGOLT CSUKA

**Hozzávalók:** Csuka filé (mennyisége a tepsink méretétől függ), bacon, 1 közepes méretű vöröshagyma, 1 közepes méretű paradicsom, só, citromlé.

**Elkészítése:** Öntsünk a tepsibe egy kis olajat, tegyük bele a csuka filétet. Sózzuk meg, és csöpögtessük le citromlével. Tegyük a halra a karikákra vágott póré- és vöröshagymát, majd a hagymakarikákat takarjuk le bacon szalonnával. A baconre ismét tegyük egy sor csukafilét.

Tepsink mélységétől függően több réteget is létrehozhatunk. 150 °C-ra melegített sütőben

minimum 30 percig sütjük. Körülbelül 5 perccel azelőtt, hogy kivennénk a tepsit a sütőből, helyezünk sajtlapokat építményünk tetejére. A főtt krumpli remekül kiemeli ételünk ízét.

## AMUR ZÖLDSÉGGÖRETTTEL

**Hozzávalók:** 100 g amur filé, 250 g fagyaszott vegyes zöldség, 100 g paradicsompüré, 2 friss paradicsom, 1 közepes méretű vöröshagyma, só, citromlé, olaj, vaj, grillfűszer.

**Elkészítése:** Olajban megdinszteljük az apróra vágott hagymát, majd hozzáadjuk a zöldségkeveréket és megsózzuk. Ha a fagyaszott zöldségből hiányozna a kukorica, a borsó vagy a zöldbab, bátran hozzáadhatjuk. Belekeverjük a paradicsompürét, és grillfűszerrel megfűszerezzük. Rövid ideig főzzük.

A filétet lemoszuk, és betesszük a zöldségek közé. A halat megsózzuk, citromlével lecsepegtetjük, majd vékony vajdarabkákat teszünk rá, és hozzáadjuk a felkarikázott paradicsomot. Az egészet óvatosan áttemeljük egy tepsibe, és 150 °C-on 20 percig sütjük. Amerikai burgonyával vagy tócsnival, krumplilángossal kínáljuk.

Miloslava Martinková

## A TARTALOMBÓL

ENERGY-konferencia	4-7
Klubelőadások, egyéb programok	8-9
A váci karatások és az ENERGY	9
Tízéves a debreceni ENERGY Klub	10
Klublista, további munkatársak	11-14
A Pentagram és a vese	15
Ízületi bántalmak	16-17
Daganatos betegségek, dr. Faragó Csilla cikke	18-19
A kronobiológia és az ENERGY	20-21
Arcdiagnosztika – Némethné Éva írása	22-23
Feng-shui karácsonykor	24

# Ünnepi ajánlatunk két hónapra

A december igencsak szeles lesz, és december közepe táján beköszönt az igazi hideg. Minden esélyünk megvan arra, hogy idén fehér karácsonyunk legyen. A szeles időjárás nem könnyíti meg számunkra a karácsony előtti ajándékeszerzést...

Mivel bekövetkezik a „Szél kitárulkozásának”, valamint az epehólyag-meridián aktivitásának ideje, világos, hogy a lehető leggyorsabban elő kell vennünk a **REGALEN**-t. Nemcsak megvéd a hirtelen ránk törő migréntől, amit a karácsony előtti „nagyüzem” még inkább felerősíthet, hanem segít szervezetünk méregtelenítésében is, amire az ünnepek előtt igazán nagy szükségünk lesz.

A **REGALEN** hatását fokozhatjuk a **REVITAE** „bevetésével”. Segít visszatérnünk az életbe, okozza bár a „másnaposságunkat” akár egy jól sikerült buli, akár a hajnalig tartó sürgés-forgás a konyhában.

Ha az étrendünk nem nevezhető ideálisnak, mindenképpen hívjuk segítségül a **VITAFLOLIN**-t, amely további, energiával teli órákat biztosít. Ilyenkor se feledkezzünk meg a **PROBIOSAN**-ról, mert támogatja az emésztést, így nyugalomban és békességben élvezhetjük az ünnepi napokat. És hogy néhány perc teljes nyugalmomban és relaxálásban is részünk legyen, szórjunk a meleg fürdővizünkbe egy kis **BIOTERMAL**-t.

## Januárban a Föld veszi át a szót

A 2014. év több szempontból is vízvázstó lehet. A nyugati orvostudomány képviselői a pszichikai betegségek számának hirtelen növekedését valószínűsítik, míg a kínai kozmológia szempontjából most már valóban véget ér a Tűz uralma, és a szót a Föld veszi át. Ez a változás számunkra nagyobb empátiát és stabilitást, de ezzel együtt újabb terheket, fáradtságot és mérlegelést kínál.

Alapenergiára egészen biztosan szükségünk lesz, és azt megadja nekünk a **RENOL**. Kiegészíti energiakészleteinket, megóvja csontjainkat, ami a téli sportok szezonjában igazán jól jön mindenkinek. Ám ha mégis bekövetkezne a baleset, ne feledjük elővenni a **KING KONG**-ot, mert segíti a törött csont fokozatos regenerálódását.

A **SKELETIN** hozzáadásával a szükséges építőkövek pótlását is biztosíthatjuk, és tavasszal ismét úgy élvezhetjük a mozgást, mint régen. Ha a helyzet nem lesz ennyire súlyos, és az esés következményeként csak egy kis kék folttal és véraláfutással „büszkélkedhetünk”, akkor remek szolgálatot tehet az **ARTRIN**. Nem csupán enyhíti a fájdalmat, hanem még a kék foltot is elhalványítja.

A legfontosabb azonban januárban is az lesz, hogy minél tovább bírjuk energiával, ezért bátran kérjünk segítséget az **ördögcárnától (Lycium Chinense)**, amely bárhova elkísérhet bennünket. A kis vörös boglyok csipegetésével minél tovább jó formában maradhatunk. (Joa)



### E HAVI AKCIÓK



Az aktuális termékakciók megtalálhatók a weboldalunkon, illetve a részleteket megtudhatja kedvenc ENERGY Klubjában.

Ha Ön a klubtagsági regisztrációja során megadta az email címét, akkor a havi akciókról hírlevélben rendszeresen értesítjük. Ha nem adta meg email címét, vagy az időközben megváltozott, és szeretne hírlevelet kapni, akkor megadhatja érvényes email címét az Ön ENERGY klubjában, vagy írja meg igazgatóságunknak: [info@energyklub.hu](mailto:info@energyklub.hu).

## Decemberben és januárban

# Akciós házhoz szállítás



Megkönnyítjük a karácsonyi bevásárlást!

Gondoljon önmaga és családtagjai egészségére a karácsonyi ünnepek előtt és utána is: töltsse fel házipatikáját kedvenc ENERGY termékeivel, és rendeljen házhoz szállítást akciós áron!

Decemberben és januárban már 19 000 Ft-os vásárlás esetén díjmentesen házhoz szállítjuk kedvenc ENERGY termékeit.

Ha rendelésének összege ennél kevesebb, a szállítást decemberben és januárban akkor is akciós áron vállaljuk, mindössze bruttó 1000 Ft-ért.

A fenti ajánlat kizárólag a cég budapesti központi klubjából (XIV., Hermina út 55.) történő rendelés esetén érvényes. Az ENERGY további budapesti vagy regionális klubjaiban az utánvét összege minden esetben tartalmazza a postaköltséget – kivéve, ha az érintett klub vezetőjével ettől eltérő, egyedi megállapodás történik.

Rendelést kizárólag a webshopon keresztül ([www.energy.sk](http://www.energy.sk) – Termékek) vagy írásban (emailben vagy faxon) fogadjunk el. További információk: 06-1-354-0910.

### ÚJDONSÁG: ARTRIN BALZSAM

A közismert és közkedvelt ARTIN-család új taggal gyarapodott. A kezdetektől slágernek számító ARTRIN krém után a legutóbbi években megismerkedhettünk az ARTRIN SZAPPAN-nal, majd a SAMPON-nal is – most pedig itt van az ARTRIN BALZSAM.

A gyártó férfiaknak, nőknek egyaránt javasolja, hiszen használható after shave-ként, de a „gyengébb nemek” is segít például epilálás, gyantázás után, a bőr megnyugtatására. Aktualitását az adja, hogy karácsonyi ajánlásként ugyan csak kiváló lehet.



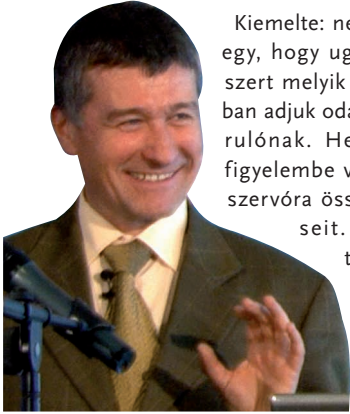
BÉKÉS, SZERETETTEL TELJES KARÁCSONYT  
ÉS EGÉSZSÉGBEN, ENERGIÁBAN GAZDAG  
ÚJ ÉVET KÍVÁNUNK MINDEN KEDVES OLVASÓNKNAK!



## Az Energy szakmai konferenciája

## Sok új ismeret, fokozott érdeklődés

Október 19-én került sor az ENERGY tanácsadóinak szakmai fejlődését célzó, szokásos évi szakmai konferenciára. **Marosi Zoltán** ügyvezető igazgató megnyitóját követően elsőként **Daróczi Zoltán** tartotta meg előadását. A debreceni természetgyógyász szakember, az ENERGY szakelőadója rámutatott, hogy a mai ember energiahiányos, fáradt, ezért mesterséges élelénkítőkhöz nyúl: kólát, kávékat és energitalokat fogyaszt. A holisztikus gyógyítók azonban nem ilyen módon próbálják elérni a teljes egészséget, hanem az egyensúly helyreállításával.



Kiemelte: nem mindegy, hogy ugyanazt a szert melyik napszakban adjuk oda a rászorulóknak. Helyes, ha figyelembe vesszük a szervóra összefüggéseit. Például

túlműködő epehólyag (gyulladás) esetén, amely-

nek az energetikai maximumideje éjszaka 23 és 1 óra között van, érdemes a szívmeridiánt kezelni, amely a szervóra szerint „szemben van” vele, tehát 11 és 13 óra között serkentjük a szív energiapályáját, ezáltal fékezve a túlműködő emmeridiánt.

Az előadó idézte a hármas egységről szóló mondatát: „fölkötött az Ég, alattad a Föld, benned a létra”. A hagyományos kínai orvoslásban ez az összefüggésrendszer úgy bontható le, hogy az Égből kapjuk a *tian qit* (a légzési energiát), a Földből ered a *yong qi* (táplálkozási energia). Ezt a hármas egységet természetesen más módon is kifejezhetjük: a test, a lélek és a szellem hármas egységével. De megtalálhatjuk például a sejtmembrán–citoplazma–sejtmag trióban éppúgy, mint mondjuk a három csíralemezben (ektoderma, mezoderma, entoderma).

Daróczi Zoltán ezután az életesszenciáról (*ying*) beszélt, amelynek a *jing* része az öröklött, míg a *yang* része a szerzett esszenciát tartalmazza (vagyis a táplálékból és a levegőből bekerülő *qit*). A továbbiakban a *qi* funkcióiról beszélt. Megemlítette, hogy az őstáplálékok, vagyis bizonyos zöldség- és gyümölcsfélék hordozzák azt az alaprezgést, amire szükségünk van. Ezzel kapcsolatban rámutatott, hogy a növényeket kevésbé befolyásolják a külső hatások, mint az embert. Sejtjeink jeladók és jelvevők egyaránt – tette hozzá. Rámutatott: a terapeutának tudnia kell, mit akar a szervezetben kinyitni és áramoltatni.

„A gerincoszlop az élet fája.” Ezzel a mondatával érzékeltette az előadó, milyen központi szerepet tölt be a gerincoszlop. Részletezte a bőr funkcióit is, majd a lehetséges terápiák sorában megemlítette a köpölyözést és a gyertyázást. Végül az energiák különböző fajtáiról szöveg, kiemelte a zöld táplálékokat és azt, hogy anyagcserezavarok esetén – amelyek a kor emberére

olyannyira jellemzők – az ENERGY készítményei közül a legjobb választást a PROBIOSAN és a FYTOMINERAL jelenti.

## CZIMETH ISTVÁN: „AZ EMBER ISTENI ÉS FIZIKAI LÉNY”

A következő előadó *Czimeth István* volt, aki ugyancsak a hármaság szimbolikájával indította a gondolatsort. Mint mondta, kezdetben volt az egység, azután a dolgok szétfőrdöztek a világban, és megjelent az 5-féle energia. Ezekből lett az ember, aki egyszerre isteni és fizikai lény.

„Magatoktól szenvedtek”, mondta, mert az energiák nincsenek egységben, vagyis megszakadt bennünk a tudás, a minőség. *Rádásul nem azt mondjuk, amit gondolunk, és nem azt tesszük, amit mondunk.* Az angyali minőségünkre ma már csupán emlékszünk, úgy is mondhatnánk, hogy „benne vagyunk az eredeti bűnben”.

Az 5 elemre jellemző vonásokat a Fa elemmel kezdte. Kiemelte, hogy ez az elem a dolgok elkezdesével, a megszületéssel van összefüggésben és jellemző az ember életére – egészen a tinédzserkorig. A szélben mutatkozik meg energetikailag, hiszen mit látunk egy gyermeknél? Lót-fut, ott van, jelen van mindenhol – vagy mégsem? Mindenesetre kétségtelen, hogy a legfiatalabb korosztályt a folyamatos vitalitás, a változékonyság jellemzi. A Fa energetikája elsősorban vagy lényegét tekintve a mindenben kiáradó szeretetet képviseli, és nem véletlen, hogy ehhez az energetikai minőséghez tartozik szerveink közül a máj, amely a nagy átalakító, változtató. A Fa elem zavarában is megnyilvánul, hogy az érintett ember életerő helyett erőtlenséget érez, továbbmelve: ez a belső állapota rögzülhet, és epeköben nyilvánul meg, majd agresszióba átváltva kialakulhat a daganat, amely a dühnek, a haragnak a következménye. Mitől jön létre egy ilyen daganat? Attól, hogy az illető nem tud, nem képes megbocsátani önmagának és a világnak, adta meg a választ az előadó.

Hangsúlyozta a továbbiakban a megbocsátás fontosságát. A betegnek döntést kell hoznia a gyógyuláshoz. Ez a döntés, elhatározás pedig mindig a szívben történik meg. Mit jelent ez? Azt, hogy „jogom van másképp látni önmagam és a világot”. Más megfogalmazásban: „bocsáss meg, és lépj tovább”, aho-

gyan ez a Tabula smaragdínából is kiolvasható. (Hermész Trismegisztoz alapművéről van szó – A szerk.)

Az emberi élet következő stádiuma a kamaszkor, amely már a Tűz elemhez tartozik. Itt megkülönböztethetjük a meleg és a forró állapotot, ahogy a Tűz elem minőségén belül is megtalálhatjuk ezt a kétféle energiafajtát. Éppen a kamaszkorban teszi fel az ember önmagának a kérdést: ki vagy te? És az egyedüli helyes válasz: ember vagyok.

Ahogy *Hamvas Béla* megfogalmazta: mi, emberek nem mikrokozmoszok vagyunk, hanem *mikroteozok*, vagyis kis istenek. Mert van teremtő erőnk. Megvan a képességünk az öröme, megvan az identitástudatunk – és éppen ez az, amit a kamaszknak el kell sajátítania, vagyis mintát és szerepet kell tanulnia. Czimeth István idézte *Anthony de Mello* buddhista (zen) szerzetes szavait: „mindig nézd meg, mit tenne a szeretet!” Természetesen ez egy adott helyzetben való cselekvésnek lehet elsősorban a vezérfonala.

De mi is a szeretet, tette fel a kérdést az előadó. Válasza: „nem más, mint az önmagammal való belső egyensúly”. Miért vagyunk itt, tette fel a kérdést. Válasza így szólt: „azért, hogy megtanuljunk szeretni”.

És a folytatás: „Ha a lelket nem gondozod, semmit nem teszel.” Ennek a gondolatnak a jegyében fejtette ki, mit takar a *jelenlét* fogalma. Ott és azzal kezdődik, mondotta, hogy megértem a másikat (mély hallgatás). Egy igazi találkozás, egy gyógyító beszélgetés esetén a lélek a lélekkel találkozik, és ilyenkor a szív gyógyít.

A DRAGS IMUN az a szer, amely megtanít bennünket a belső döntésekre, mutatott rá.

Eljutottunk a Tűz elem belső forrásához, vagyis a felnőttkorhoz. Ennek a lényege az identitás megtalálása, valamint az a belső ösztönzés, hogy az ember igekezzen elérni valamit, tegyen le valamit az asztalra. Segít ebben nekünk az ENERGY gyógynövénykoncentrátumai közül a KOROLEN, hiszen ez a szer képes arra, hogy megtartsa minket a hitünkben, hogy higgyünk önmagunkban és az ENERGY-ben.

A középkorú ember már a Föld elemhez sorolható. Ez az elem az átmenetet, a változást képviseli. Az ember eljut önmaga újraértékeléséhez, egyben megkérdőjelez minden olyan értéket, amit korábban stabilnak látott. Ezt általában életközépi válságnak nevezzük. Aztán ha

az ember túljut rajta és sikerül rájönnie, hogy fontos, szükség van rá és szeretik, akkor folytathatja az útját. A GYNEX mellé általában a KING KONG



# Dr. Rideg Sándor: „Gyógyítható az allergia és az autoimmun betegségek”

adható segítőként, mert felépíti a döntésképeség állapotát.

Ahogy időseödünk, az ember eljut a szárazság energetikájába, a Fém elem uralmához, vagyis az öregkorba. Bölcsésé válik és páncélt növeszt, rugalmatlan, törékeny és száraz lesz, szigorú kereteket tart, ám gyötrik a meg nem oldott lelki problémák. A Fém elem tehát rendet rak, belső tudatosságot épít fel. Az embert azonban a fáradékonyság, önmaga alulértékelése is jellemezheti, és akár az összeomlás szélére is eljuthat.

„A vitalitás, az életerő a tüdőben lakik”, mutatott rá Czimeth István. Lélegzem és élek. Ha megtisztul a vastagbél, egyensúlyt teremt, fűzte hozzá az előadó – kiemelve a hormonrendszer, az idegrendszer és az immunrendszer hármasságának egymás közti hatásait, összefüggéseit.

Ebben az életkorban a szorongás megszüntetésére, a félelmektől való megszabadulásra van szükség, mert mint tudjuk „csak a gyenge ember fél”. Kiemelte Czimeth István a vitaminok, nyomelemek bőséges tárházát kínáló VITAFLOMIN és FYTOMINERAL készítmények szerepét.

Végül az ember életútja elvezet a Víz elemhez, amelyre az aggkor, a bezárkózás, a halállal való viszony kialakulása jellemző. A legtöbb ember azonban nem tud mit kezdeni azzal az állapottal, amikor már nem lesz. Nincs kapaszkodója, csak sejtése arról, hogy valahonnan valahová tartunk. Itt van azonban az ENERGY kínálatában a RENOL (valamint esetleg a STIMARAL), amely a belső döntést, az örökös tanulást mozdítja elő azzal a céllal, hogy „emlékezz arra, aki vagy”. A RENOL tehát, folytatta az előadó, „élni tanít, megtanítja a bölcsességet, a tökéletes csitit”.

Mondandója összefoglalásaként Czimeth István – a Sárge császár könyvét idézve – rámutatott: „meg kell tanulnunk bűn, harag és keserűség nélkül, önuralommal élni”. Ebben a REGALEN lesz segítségünkre. „Tanuld meg a képességet a belső örömről, uralkodj a melegen és a Tűzön”, ezt üzeni nekünk a KOROLEN. „Tanulj meg önmagad lenni”, ez a GYNEX üzenete. „Nincs szükséged senkire, de mindenkinek szüksége van rád.” A GYNEX tehát megszabadít a kötöttségeidről. A Fém elem pedig arra tanít bennünket, hogy „tanuljunk meg megszabadulni a szorongásoktól”. Ezt a VIRONAL adja meg számunkra. Végül a Víz elemhez tartozik a belső öröm, a belső gyermek, a tudatosság és a lelkiismeret szava, amely „segít elfelejtenünk a mély félelmeket, az alárendeltséget”. A RENOL ezt támogatja bennünk.

## AZ IMMUNRENDSZER VEZÉRLÉSE

A szünet után dr. Rideg Sándor tartotta meg előadását az ENERGY és az immunrendszer működésének összefüggéseiről. Mint mondta,

a hagyományos kínai orvoslás (hko) immunmintákat is tartalmaz; nemcsak kórokozókkal foglalkozik, hanem az éghajlati minták szerint is osztályozza a különböző betegségeket. Rámutatott, hogy az azonos eredetű fertőzések minden embernél másként zajlanak le. Példaként említette a hideg típusú betegségek közül a térdfájdalmat, amely a hko szerint elég gyakran fordul elő alhasi gyulladások (főleg hólyaggyulladás) után. Ha elmúlt a hólyaggyulladás, következik a térdfájdalom. A nyugati orvoslás azonban e két betegség, illetve tünet között semmilyen összefüggést nem lát. A hagyományos kínai orvoslás kezeli a térdet, és ennek következtében visszatérhetnek a hólyaggyulladás tünetei úgy, hogy közben baktérium nem kimutatható. Ha pedig tovább folytatódik a kezelés, akkor már meggyógyul mindkét probléma.

A fertőzések – Rideg doktort idézve – úgy zajlanak le, hogy a fázást borzongás, majd emelkedő láz követi. Megjegyezte az előadó, hogy az orvosok és a betegek is félnek a láztól, pedig éppen „a láz hívja elő az immunrendszer emlékeztetét”. Az immunrendszer ugyanis a sejtekben tárolja az emlékeztetét, és „sokkal jobb dolog rövidebb ideig nagyon betegnek lenni, mint hetekig kicsit betegeskedni”.

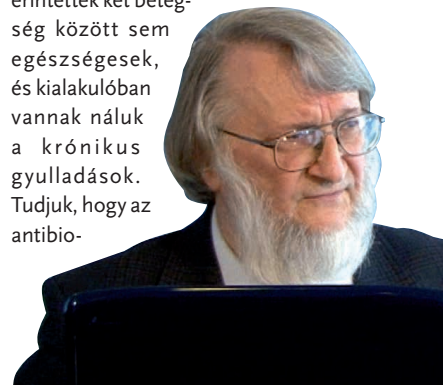
A fordulópontra ebben a folyamatban a váladékok kiválasztása jelenti (verejtékezés, nátha, hasmenés, hurutos köhögés). A váladékkiválasztás segít megtisztítani a nyálkahártyákat, ezért a keleti orvoslás támogatja a váladékozást és az oda vezető folyamatokat. A nyugati orvoslás azonban szembe megy ezzel.

Visszatérve az immunrendszer tanulási folyamatára, Rideg doktor kijelentette, hogy az több szinten megy végbe. A sikeres immunvédekezés nyomán a gyermekek többnyire ugrásszerű testi-lelki fejlődésen mennek át. Tudnunk kell, emelte ki, hogy az immunrendszert erősítik a fertőzések, folyamatosan tanul, és ettől válik egyre erősebbé.

Az immunrendszer azonban akarattal is elnyomható, csakhogy utána a fertőzés még erősebben tér vissza, és kialakulnak a krónikus betegségek. Az elhúzódó védekezés kimeríti az immunrendszert, csökken annak teljesítőképessége. A félig gyógyult esetek pedig visszavisszatérő betegségekhez vezetnek, hiszen az immunrendszer ugyanarra az ingerre egyre gyengébben reagál. A következmény: nyálkásodás, valamint az, hogy már a kisebb (gyengébb) külső hatások (ingerek) is kiváltják a tüneteket. Az immunrendszer ilyen esetekben „szinte már vonakodik attól, hogy meglássa a bajt”. Ekkor alakul ki az úgynevezett irritált immunrendszer, amelynek első jele lehet az időjárás-érzékenység, majd pedig tovább terjedő, elhúzódó betegségek jelentkeznek, mint például a visszatérő lumbágó.

Egyes gyermekeknél már 3-4 hónapos korban tapasztalhatjuk ezt a jelenséget, hiszen az

érintettek két betegség között sem egészségesek, és kialakulóban vannak náluk a krónikus gyulladások. Tudjuk, hogy az antibio-



tikumok egyfajta szükségmeggoldást jelentenek, a „nagy testvérek kiségitenek bennünket”, de ilyenkor maga az immunrendszer nem tanul semmit.

A hko a kóros minták törléséhez az úgynevezett *re-aktualizálás* módszerét alkalmazza. Utána az immunrendszer már képes megtanulni a helyes mintát, de ehhez persze a beteg együttműködése is elengedhetetlen, és az, hogy a gondolkodása ugyancsak megváltozzék.

A re-aktualizálás kríziseket okoz, de a folyamat pozitív, és az immunrendszer új védekezési stratégiákat tanul meg. Hasonlóképpen lehet végbe a gyógyulás a hko szerint az allergiákból és az autoimmun betegségekből is (a nyugati orvoslás mindkettőt gyógyíthatatlannak tartja).

Tévhitnek minősítette Rideg doktor azt, hogy az allergia a környezeti szennyezésnek köszönhető, szerinte valójában ennek nincs nagy jelentősége. Példaként említette, hogy az egykori NDK-ban kevesebb volt az allergiás, mint az NSZK-ban, pedig az előbbi sokkal szennyezettebb területnek számított, mint a nyugatnémet állam.

Az immunrendszer vezérlése két úton történik: *a máj és a tüdő révén*. A hko először a májat kezeli az allergiás betegeknél. Ez együtt jár a felszín nyitásával és zárásával – ehhez tudnunk kell, hogy a máj egyfajta ajtó funkciót is ellát. „Ideális esetben a tüdő figyel, a máj pedig becsukja az ajtót.”

Az úgynevezett immunmérés akkor alakul ki, ha a máj folyton csukva tartja az ajtót: az ilyen emberek soha nem lesznek igazán betegek, viszont esetükben az immunrendszer nem is tanul, tehát megnő az esélye annak, hogy nagyobb terhelésre a szervezetük egyszerűen összeomlik.

Az autoimmun betegségekre áttérve az előadó rámutatott, hogy egy idő után mélyreható változások mennek végbe a beteg szervezetében. Példaként említette, hogy az orrmelléküreggyulladás, ha vissza-visszatér és hosszabb időn át fennáll, előbb-utóbb reumához vezet, a gyulladás ugyanis mélyebbre megy. Ilyenkor nagy hiba, hogy a nyugati orvoslás immungátlót ad.

# Dr. Czinege László: „Enni vagy nem lenni...”

Előadása végén néhány jó tanácsot adott dr. Rideg Sándor. Felhívta a figyelmet arra, hogy minden fertőzésnél gondosan járjunk el. Betegen ne menjünk munkába, előbb gyógyuljunk ki a betegségből. Repülőútra csakis teljesen egészségesen vállalkozzunk. Kerüljük az olyan gyógyszereket, amelyek elnyomják a tüneteket. Használjunk inkább bevált gyógynövényeket, mint amilyeneket az ENERGY kínál, és különféle házi szereket. Bízunk az immunrendszer tanulékonyágában, vezessünk immunnaplót.

## DR. TARACZKÖZI ISTVÁN: GYÓGYÍT-E A TÁPLÁLKOZÁS?

A program negyedik előadójaként dr. Taraczközi István vette át a szót. Saját könyvére, a *Gyógyító táplálkozás* címen megjelent kötetre többször is hivatkozott, tulajdonképpen arra építette fel egész mondanóját.

A természetgyógyász szövetség elnöke emlékeztetett arra, hogy a tibeti orvoslás először mindig a táplálkozással próbálja meggyógyítani a beteget. Megemlítette a Béres-cseppet és felidézte annak történetét: Béres doktor

látta, hogy a növények mitől betegek és ebből indult ki, amikor olyan ritka nyomelemeket gyűjtött egybe a készítményében, amelyek képesek a hiánybetegségeket orvosolni az emberben. Az előadó feltette a kérdést: mit ér ma egy sárgarépa, amely évtizedekkel ezelőtt még a vitaminok valóságos tárháza volt? A válasz egyértelmű: nagyon keveset. Gondoljunk bele, mondotta, hogy napjainkban a nagyüzemi művelésben folyékony műtrágyát használnak, a zöldségeknek emiatt nincs is saját illatuk, hanem mindnek „budi” szaga van. A mai paradicsom, mutatott rá, már földet sem lát, olyan körülmények között termesztik.

A továbbiakban kiemelte a réz, a vas, a cink és a szelén szerepét a különböző hiánybetegségekben, illetve egészségügyi problémáknál. Az állattartás körülményeire áttérve hangsúlyozta, hogy a ma tenyésztett állatok szinte soha nincsenek a szabadban, takarmányon élnek, és ebben a takarmányban szinte nincs is semmi tápanyag. Példaként említette a marhákkal megetetett gypotopogácsát, amelyek a tápértéke igencsak kicsi. A biogazdálkodás Magyarországon véleménye szerint gyakorlatilag nem létezik. Hiszen a mai fokhagymának például nincs is szaga – persze hatása sem –, és helyette inkább a kínai fokhagymát kínálják az embereknek.

Következő példaként a B<sub>3</sub>-vitaminról szólt, amelynek hiánybetegsége a pellagra. Kiderült egy kutatás során, hogy a pellagránban megbetegedett emberek ugyancsak hiánybetegség jeleit mutatják, hiszen étrendjük kizárólag kukoricából állt. Mihez is vezet a B<sub>3</sub>-vitamin megvonása? A

zsírmáj kialakulásához. És éppen ezt tapasztalták az érintett betegeknek is.

Kétségtelen, hogy ma már az élelmiszerekben szinte semmi tápanyag nincs, ezért van szükség étrend-kiegészítők fogyasztására. A különféle diéták szinte mindegyike valamilyen hiányhoz vezet. Dr. Taraczközi hangsúlyozta, hogy az ember mindenevőnek született, a fogazata is erről tanúskodik.

A továbbiakban kedvenc gombái közül a gypjas tintagombát (*Coprinus comatus*) említette, amely véleménye szerint a legjobb a cukorbetegség ellen, majd pedig a pecsétviaszgomba (*Ganoderma lucidum*) előnyös hatásait sorolta. Rámutatott a vízbevitel és a lúgosítás rendkívüli fontosságára, az utóbbit az ENERGY termékei közül például a zöldárpa képes elvégezni a szervezetben. Egyes betegségekre persze jók lehetnek a speciális diéták, de ezeket nem szabad állandóan használni, mondta. A tartósítószeres – így a nátriumbenzoát és társaik – szinte már

telítik a szervezetünket. Akkor mennyiségben gyűlnek fel bennünk, mutatott rá, hogy „már a hullák sem bomlanak le a temetőben néhány év alatt, mint korábban”.

Végül elrettentő példaként említette a gyönyörű, sárga csirkét, amely attól lesz ilyen „szép színű”, hogy a nagyüzemi gyártási folyamat végső lépéseként lefűjják sárga festékkel...

## MÁR A CSECSEMŐK BEN IS TÖBB SZÁZ TOXIN VAN

A tartalmas program következő előadója dr. Czinege László orvos-természetgyógyász volt, aki a tapasztalatairól számolt be. Hangsúlyozta annak szükségességét, hogy az alternatív gyógymódokat őrzi gyógyítók, a természetgyógyászok, az étrend-kiegészítők forgalmazói nyissanak az orvosok felé. Mint mondta, vannak az orvosok között nyitott szemléletűek, a betegek nagy része pedig bizonyítottan igényli az alternatív gyógymódokat. Javasolta, hogy az ENERGY tartson előadásokat orvosoknak, ápolóknak, védőnőknek.

A civilizációs tüneteket és betegségeket – fejfájás, hasfájás, magas vérnyomás – egyfajta vészjelzésnek nevezte, amellyel a szervezet tudatni kívánja velünk, hogy baj van, változtatnunk kell.

A különböző civilizációs betegségekben szenvedőkre vonatkozó, riasztó statisztikai adatok alapján azt mondhatjuk, hogy a betegségek kifejlődése több szakaszban megy végbe, de az orvosok napjainkban csak a már kialakult betegségekre mondják azt, hogy „korai diagnosztika” történt. Pedig a betegségek kifejlődése

több év alatt megy végbe, és a valóban korai szakaszra az jellemző, hogy a beteg még tünetmentes, vagy csupán minimális tüneteket mutat. A tényleges korai diagnosztikát a különféle biofizikai vizsgálatok – így a Sensitiv Imago és a NES – támogatják. Ma is igaz a régi mondás, hogy „ételed legyen orvosságod, orvosságod legyen ételed”, valamint érvényes a „ne árts” (*nil nocere*) elve is.

Az egészség piramisát elképzelve annak alján feltétlenül a vitális anyagok pótlása áll, amihez elengedhetetlen az enzimek, vitaminok, a különböző ásványi anyagok és nyomelemek bevitelének a szervezetbe. Kétségtelen tény, hogy az orvosok keveset tudnak az enzimekről, jóllehet ezek létfontosságú biokatalizátorok, amelyek gyorsítják az élettani folyamatokat. Az enzimekben életerő is van, hiszen igazi élő tulajdonságokat mutatnak.

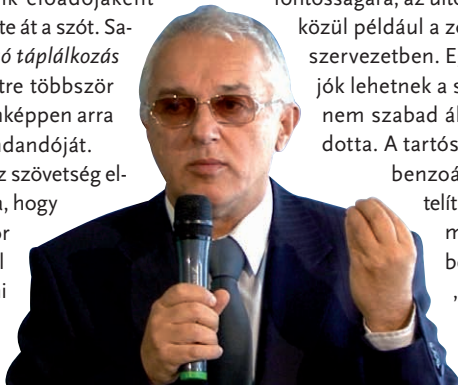
Kiemelte az előadó dr. Edward Howell könyvét, amely az enzimekről, azok működéséről szól. Mivel minden biokémiai reakcióhoz szükség van enzimekre, nélkülük nem élhetünk teljes, egészséges életet. Az enzimeknek háromféle formáját különböztetjük meg: a táplálékenzimeket, az emésztőenzimeket és az anyagcsereenzimeket. Szerencsére az ENERGY enzimpótló készítményeket is kínál, amelyek fogyókúrához és léböjt-kúrához egyaránt ideálisak.

Ide tartozik, hogy a vizeink szennyezettek és a levegőnk is koszos, ami meghatározza a lehetőségeinket is. 2004-ben a Levegő Munkacsoport *Hétköznapi mérgeink* címmel tett közzé egy tanulmányt. Ebből kiderült, hogy (már akkor, tehát csaknem egy évtizeddel!) több mint 100 ezer háztartási vegyi anyagot használtak az Európai Unióban. Ma már ott tartunk, hogy a mérgező anyagok forrásai mindenütt jelen vannak a hétköznapi életünkben.

Döbbenetes adatokkal szolgált például egy úgynevezett *Body Burden* (a test terhelése) vizsgálat. Ebben azt kutatták, milyen szennyező anyagok találhatóak az újszülöttek köldökzsinórvérében. Kiderült, hogy már ebben a vérben is több száz különféle toxin van. A 413 keresett anyagból 287-félét (!) találtak meg az újszülöttek köldökzsinórvérében.

Czinege doktor emlékeztetett arra, hogy az Univerzum törvényeinek nem ismerete nem mentesít bennünket a betartásuk alól. Mivel már a méhen belül toxinterhelés van, a mérgeztetés a gyermekvállalás előtt elengedhetetlen, és végig az életünk során rendkívüli fontosságú, mert drámai javulást hozhat számos betegségben. Ugyanakkor szomorú, de kétségtelen tény, hogy a mérgeztelést a hazai toxikológusok teljesen feleslegesnek tartják.

Előadása végén kiemelte Czinege doktor a zöld élelmiszerek jelentőségét, valamint azt a fontos szerepet, amit a CYTOSAN és a Pentagram® cseppek alkalmazása tölt be az



# Ráczné Simon Zsuzsanna: Őrizzük meg a család egészségét – gyakorlati alkalmazási lehetőségek

egészségünk védelmében. Hozzátette: a gyógynövény-koncentrátumokat persze csak avatott kezek tudják megfelelően használni.

Mondandóját így összegezte: „Enni vagy nem lenni, ez itt a kérdés.”

## CSILLAPÍTSUK A FÁJDALMAT, A SZENVEDÉST

Az ENERGY szakmai konferenciájának záróakkordjaként Ráczné Simon Zsuzsanna debreceni természetgyógyász tartotta meg előadását a következő címmel: A család egészségének

megőrzése – Mit tehetünk önállóan az ENERGY készítményeinek segítségével. Rámutatott, hogy bár kétségtelenül fontos a gyógyulásnak, illetve a gyógyításnak a sorrendje, valamint az immunrendszer edzése, ugyanakkor gyakran előfordulnak olyan helyzetek, amikor „igenis a fájdalmat és a szenvedést kell először csillapítani”.

Kiválóan összefoglalta a különféle alkalmazási lehetőségeket, konkrét



tanácsokat adva balesetek, a bőr irritációk, a különféle fájdalmak, és akut idegrendszeri állapotok, az emésztőszervi akut állapotok, a vizeletkiválasztó szervek betegségei, a nőgyógyászati akut állapotok, a légúti fertőzések, a mentális érzelmi és akut állapotok esetén alkalmazható ENERGY készítményekről. Előadását – a jobb használhatóságot szem előtt tartva – táblázatos formában tesszük közzé.

### BALESETEK

Nyílt seb, horzsolás, vágás	Audiron, Drags Imun + szappan, Artrin, Cytosan, Ruticelit, Balsamio
Égés	Cytovital, Ruticelit, Cytosan fomentum gél, Dermatol oil, gél
Zúzódás	Ruticelit, Artrin, King Kong, Cytosan gél, Balneol
Húzódás, ficam	Ruticelit, Artrin, King Kong, Cytosan gél, Balneol, Skeletin, Biotermal
Törés	Ruticelit, Artrin, King Kong, Cytosan gél, Balneol, Skeletin, Biotermal

### BŐRIRRITÁCIÓK

Napégés	Cytovital, Dermatol oil és gél, Vironal, Drags imun, Audiron, Vitamarin
Csípések	Audiron, Protektin, Spiron, Dermatol oil, Salvus víz
Kiütések, ekcéma	Audiron, Protektin, Ruticelit, Droserin, Dermatol oil + gél, Biotermal, Chlorella
Pattanások	Audiron, Drags imun, Cytosan fomentum gél, szappanok, krémek, Spirulina Barley
Szemölcs, herpesz	Audiron, Drags imun, Grepofit, krémek, Vironal, Imunosan
Aranyér	Ruticelit + szappan, Drags imun + szappan
Afta	Balsamio, Drags imun, Grepofit, Flavocel, Imunosan, Cytosan

### FÁJDALMAK, AKUT IDEGRENSZERI ÁLLAPOTOK

Fejfájás, migrén	Peralgin, Korolen, Regalen, Protektin, Artrin, Ruticelit, Revitae, Fytomineral
Fogfájás, fülfájás	Audiron, Artrin, Ruticelit, Balsamio
Idegbecsípődés	Balneol, Biotermal, Artrin, Ruticelit, Skeletin + MSM
Ájulás, napszúrás	Spiron, Korolen, Stimaral, Rescue remedy

### EMÉSZTŐSZERVI AKUT ÁLLAPOTOK

Hányás	Cytosan, Drags imun, Fytomineral, Artrin, Spiron, Gynex
Hasmenés	Cytosan, Vironal, Drags imun, Probiosan, Fytomineral
Epegörcs	Regalen, Protektin, Drags imun, köttörőfű tea
Felfúvódás	Vironal, Droserin, Protektin, Cytosan, Drags imun, Gynex, Imunosan, Salvus víz
Gyomorégés, reflux	Gynex, Fytomineral, Cytosan, Flavocel + Diamant fogkrém, Salvus víz

### VIZELETKIVÁLASZTÓ SZERVEK BETEGSÉGEI

Vesegörcs	Renol, Artrin, köttörőfű tea, Peralgin, Barley, Flavocel, Balneol
Hólyaghurut	Renol, Artrin, Barley, Flavocel, Drags imun, Grepofit, Biotermal, Betavit

### NŐGYÓGYÁSZATI AKUT ÁLLAPOTOK

Erős vérzés	Gynex, Regalen, Korolen, Ruticelit, Cytovital, Drags imun, Flavocel
Görcs	Gynex + Peralgin, Ruticelit, Cytovital, Artrin, Spiron, Flavocel
Gombás fertőzés	Audiron, Drags imun, Grepofit + spray, Protektin, Probiosan
HPV fertőzés	Drags imun, Cytosan, Imunosan

### LÉGUTAK FERTŐZÉSEI

Láz	Drags imun, Vironal, Grepofit, Balneol
Mandula- és torokgyulladás	Vironal, Renol, Artrin, Droserin, Grepofit, Biotermal + Audiron
Nátha	Vironal, Grepofit, Flavocel, Peralgin, Audiron, Droserin, Biotermal + Balneol
Köhögés	Vironal, Grepofit, Flavocel, Peralgin, Audiron, Droserin, Biotermal + Balneol, Spiron, Salvus víz

### MENTÁLIS, ÉRZELMI AKUT ÁLLAPOTOK

Álmatlanság	Korolen, Stimaral, Revitae, Spiron, Green tea + GABA, Peralgin
Sokk	Spiron, Rescue Remedy
Félelem	Korolen, Stimaral, King Kong, Peralgin
Depresszió	Vitamarin, Korolen, Stimaral, Revitae, Green tea + GABA, Spiron, Barley, Gynex, Dermatol oil
Függőség, leszokás	Korolen, Stimaral, Green tea + GABA, Revitae (kudzu), Spiron, Peralgin

# Energy klubok előadásai, rendezvényei

## BUDAPEST 2.

ENERGY Klub Zugló, XIV. Stefánia út 81.  
Minden kedden 11-14 óráig ingyenes orgonkezelés.  
Minden hétfőn és csütörtökön 10-15 óráig ingyenes műszeres termékbemérés.  
Minden hétfőn és csütörtökön ingyenes Candida szűrés.  
Mindennap ingyenes tanácsadás a hajproblémákkal, fejbőrpanaszokkal kapcsolatban.  
Minden hónap első péntekjén ingyenes hormon-egyensúly-tanácsadás.  
Bejelentkezés: kiseva@nicehajgyogaszat.hu  
További info: **Kis Éva** klubvezető, 06-30/754-5417,  
**Kertesi Csilla**, 06-30/754-5416. Aktuális csoportos klubfoglalkozások: www.nicehajgyogaszat.hu

## BUDAPEST 3.

Csütörtökönként a Rákóczi úti ENERGY Klubban (1072 Bp. Rákóczi út 44, II. em. 10., 16-os kapucsengő) személyes konzultáció, bemérés és orvos-természetgyógyászati tanácsadás, tartja: **dr. Faragó Csilla**. Bejelentkezés: 0630-854-5255.  
December 12-én, csütörtökön 17:30-tól **Dr Faragó Csilla** előadása, téma: Emésztőrendszeri betegségek kiegészítő módszerei

## BUDAPEST 4.

ENERGY Klub Buda, 1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz.  
december 13., péntek, 17 óra  
**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A karácsonyi időszak aktuális ENERGY éntrend-kiegészítői. A gyógyító beszélgetésről bővebben.  
További információ és a részvételi szándék bejelentése **Koritz Editnél**, 06-20-504-1250. A terem korlátozott befogadóképessége miatt a részvételi szándékot telefonon kérjük jelezni! 0620/504 1250, energybuda@energyklub.hu

## BUDAPEST 5.

ENERGY Belváros Klub, 1085 Budapest VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12.  
ELŐADÁSOK:  
A december 7-ére, szombatra tervezett nyílt nap munkanap-áthelyezés miatt elmarad. Helyette február 15-én tartjuk meg rendezvényünket.  
január 14., kedd, 18 óra  
**Dr. Czinege László** orvos-természetgyógyász előadása: A termoreguláris diagnosztika mint a betegségek korai felismerésének lehetősége.  
január 28., kedd 18 óra  
**Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, numerológus előadása: Elemek, számok, bolygók gyakorlati alkalmazása az ENERGY termékek ajánlása során.  
EGYNAPOS, TANFOLYAMI JELLEGŰ TOVÁBBKÉPZÉSEK, TÉRÍTÉSSEL, SZOMBATONKÉNT: december 14. szombat, 10-16 óra között  
A szeretet nyelve a numerológiában. Képzés és ajándékkészítés szeretet szimbólumokkal. Karácsonyi gyöngymanda és más meglepetések elkészítése a helyszínen. Vezető: **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, numerológus.

január 18., szombat, 10-17 óra között  
Hellinger-családállítás terápia. Vezető: **Bene Zsuzsanna** terapeuta. Jelentkezés: bene.zsuzsa@hellinger-terapia.hu, +36 20 365 2108 vagy a klubban.

január 25., szombat, 9-17 óra között  
Gyermeknumerológia, továbbképzés. Nevelési tanácsok születéstől kamaszkorig: hogyan egyengetjük, segítjük gyermekeinket a sorsútjukon. Vezető: **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, numerológus. Info: boszio804@freemail.hu, 06-30-570-3449 vagy a klubban. Pedagógusoknak, óvónőknek kedvezményrel!

## KLUBTAGOKNAK INGYENES MÉRÉSEK, ELŐZETES BEJELENTKEZÉSEL:

Meridiánok felmérése Meridimer készülékkel keddtől csütörtökig (17-19 óra között). A javasolt ENERGY termékek személyre igazítása, adagolás beállítása.

## TOVÁBBI ÁLLAPOTFELMÉRÉSI LEHETŐSÉGEK ÉS TERÁPIÁS KÍNÁLATUNK:

Talpdiaosztika és reflexológia kezelés, arcdiagnosztika terápia javaslatl, állapotfelmérés az 5 elem tan alapján, csakrák energetikai állapota, szaktanácsadás. Biofizikai vizsgálat lehetősége Sensitiv Imago készülékkel.

Rife frekvenciaterápia: pénteken 16-19.30 óra, szombaton 12-15 óra között.

Szerdánként kedvezményesen, előzetes bejelentkezéssel: Bowen kezelés, **Polgár Ágnes** Bowen alkalmazó.

Személyiség, önismeret numerológiával, asztrológiával, kronobiológiai módszerekkel, **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, asztrológus.

Szerdánként 18.30-tól, csütörtökönként 16.30-tól Mozdulj-lazulj rendezvényünk keretében rendhagyó joga. Tartja: **Juhász Irén** jógaoktató.

Csütörtökönként kedvezményesen, előzetes bejelentkezéssel: Homeopátiás szaktanácsadás, tartja **dr. Túri Katalin** homeopátiás orvos, tudógyógyász.

Közkívánatra: hormonegyensúly-tanácsadás, néket érintő problémák, hormonális zavarok.

Tartja: **Ráczné Simon Zsuzsanna** természetgyógyász, fitoterapeuta. Előzetes bejelentkezéssel, havonta egy alkalommal a klubban.

Ünnepi nyitva tartás: december 22-29. között a klub zárva lesz, december 30-31-én nyitva (31-én szombati nyitva tartással: 10-16 óra között).

Bejelentkezés, további információ: **Németh Imréné Éva** és **Németh Imre** klubvezetőnél.

Telefon: +36 1/235 0789, fax: +36 1/235 0790.

E-mail: energy.belvaros@gmail.com

## BAJA

Malom Étterem, Szegedi u. 2.

december 3., kedd, 17 óra

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A karácsonyi időszak aktuális ENERGY éntrend-kiegészítői. A gyógyító beszélgetésről bővebben.

További info **Hargitainé Mónika** kalocsai klubvezetőnél. 0678/ 462 018, 0630/ 326 5828, hargitainemoni@freemail.hu

## GENCSAPÁTI (SZOMBATHELY MELLETT)

Egészségcentrum (Vízköz u. 14.)  
dec. 10-én (kedd), 18-19, valamint jan. 7-én (kedd), 18-19: Hogyan lehet kiegyenlíteni az ENERGY termékekkel a temperamentumokból adódó egészségi problémáinkat? 1. és 2. rész (összesen 5 rész, havonta egy alkalommal).  
dec. 17-én (kedd), 18-19, valamint jan. 21-én (kedd), 18-19: Sorsválasztás szabad akaratból az önismeret (enneagram) szellemében. 1. és 2. rész (összesen 5 rész, havonta egy alkalommal)  
A programokat vezeti: **Dr. Hajdú Enikő**. A meghirdetett programok az ENERGY Klub tagjai számára ingyenesek. Részletek a www.magaavalosag.hu/energy és a www.integrativmedicina.hu honlapon.

## KAZINCBARCIKA

Barabás M. u. 56.

Klubnapok minden szerdán 16-18 óráig (kivéve december 25. és január 1.). További info: **Ficzere János** klubvezető, 0630/856-3365.

## KECSKEMÉT

Inkubátorház, Oktatóterem

december 6., péntek, 17 óra

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A karácsonyi időszak aktuális ENERGY éntrend-kiegészítői. A gyógyító beszélgetésről bővebben.

További info **Mészárosné Lauter Erzsébet** klubvezetőnél, +36 76/324-444. fitoteka@freemail.hu

## MISKOLC:

December 9-én, hétfőn: 15-17 óráig ingyenes számítógépes állapotfelmérést és orvosi tanácsadást tartunk.

Tanácsadó orvos: **Dr. Hegedűs Ágnes**.

Bejelentkezés: **Ficzere János** klubvezető, 0630/856-3365. A miskolci klub utolsó decemberi nyitva tartási napja: 23., hétfő. A januári első nyitva tartási nap: 6., hétfő.

## SZÉKESFEHÉRVÁR

Fejér Megyei Kereskedelmi és Iparkamara, Gazdaság Háza, Hosszúsétatér 4-6.

december 9., hétfő, 17 óra

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A karácsonyi időszak aktuális ENERGY éntrend-kiegészítői. A gyógyító beszélgetésről bővebben.

A klubban folyamatosan lehetőség van ingyenes állapotfelmérésre Supertronic készülékkel, előzetes időpont-egyeztetés után.

További info **Ostorháziné János Ibolya** klubvezetőnél.

Tel.: 0620/568-1759, janosi.ibolya@gmail.com.

## SZOLNOK

Zsálya Herbaház és Egészségház (Arany János út 23.)

december 10., kedd, 17.30

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A karácsonyi időszak ak-



## Váci karateklubot támogat az Energy

## „A gyerekek az utóbbi időben nem voltak betegek”, mondja egy szülő

A váci Hinomoto Harcművészeti Sportegyesületet mintegy fél éve termékekkel és tanácsadással támogatja az ENERGY magyarországi leányvállalata. Eddigi tapasztalataikról kérdeztük a két edzőt – vagy ahogy karatás berkeken belül hívják őket, a két Sempait –, Meck Krisztinát és Mészáros Józsefet, illetve két ifjú karatás lány édesanyját, Lucsánné Juhász Zsuzsannát.

**Krisztina, kérem, mutassa be pár szóban, mivel foglalkoznak!**

M. K.: – Egyesületünkben kyokushin karatét oktattunk 6 éves kortól, mondhatom, egészen 99 éves korig, hiszen nincs felső korhatár... Idén szeptemberben voltunk 3 évesek. Jelenleg közel 45 főt taníthatunk erre a szép sportra, amely egyben életforma is. A nálunk tanuló karatékák közül 12 fő élsportoló – kimagasló eredményekkel.

**Hányan és milyen étrend-kiegészítőket használnak?**

– Jelenleg közel 30 fő szedi több hónapja rendszeresen az ENERGY Magyarország Kft. által szponzori támogatásként biztosított FYTOMINERAL, FLAVOCEL és VITAFLOLIN termékeket, s használják szükség esetén az ARTRIN krémet. Nemrég KING KONG-ot is kaptunk, felnőtt sportolóink részére. Ez utóbbit csak rövid ideje alkalmazom, de a szervezetre gyakorolt jótékony hatása már így is érezhető.

**József, Ön lát-e változást azóta, hogy tanítványai mindennapjaiba beépültek az ENERGY étrend-kiegészítői?**

M. J.: – Határozottan igen! A tapasztalatok azt mutatják, hogy a gyerekek kevesebbet hiányoznak az edzésről betegség miatt, illetve nem fáradnak el olyan hamar, jobban bírják a terhelést. A kyokushin karatében igen fontos a fizikai erőnlét mellett a szellemi fittség is, hiszen a karatében elengedhetetlen a testi, lelki és szellemi harmónia. Úgy gondolom, eredményeink önmagukért beszélnek, mert versenyzőink rendre ott végeznek a legjobbak között.

**Zsuzsa, Ön szülőként milyen tapasztalatokat szerzett?**

L.. Zs.: – Két gyermekem sportol az egyesületben. Angi középiskolás, Bogi most kezdte a felsőt. Életük részévé vált, hogy reggel és este beszédjek az étrend-kiegészítőket, és ha kell, egymást figyelmeztetik erre. Az utóbbi időben gyakorlatilag nem voltak betegek, míg régebben, a hűvösebb

idő beköszöntével elég gyakran megbetegedtek. Kezdetben kisebb nehézséget okozott a kapszulák mérete, de ma már ez sem jelent problémát.

– Mivel a karate küzdősport, elég gyakran előfordul, hogy a lányok edzésen kisebb sérüléseket szenvednek. Ilyenkor nagy hasznát vették az ARTRIN krémnek, ami rövid időn belül enyhülést hozott, sőt a sérülés gyorsabban gyógyult.

M. K.: – Köszönjük az ENERGY értékes támogatását. Úgy gondoljuk, versenyeredményeink is igazolják, hogy klubunkban nemes célt szolgál és a legjobb helyre kerül a természet ereje, a gyógynövények energiája.



2013. november 5., Világkupa., Érd: 9 induló, 10 kupa

**Hátsó sor balról:** Dobos Dániel, Vellai Viktor, Sempai Mészáros József, Sempai Meck Krisztina, Koós András, Kövi Alíz. **Első sor balról:** Bazsó Benedek, Lucsán Boglárka, Farkas Márk, Schultheisz Kende, Lucsán Angéla.

## Energy klubok előadásai, rendezvényei

tuális ENERGY étrend-kiegészítői. A gyógyító beszélgetésről bővebben.

december 17., kedd, 14.30

Klubnap a Zsálya Herbaház és Egészségházban (Arany János út 23.).

**Dr. Kissné Veres Erzsébet** természetgyógyász, akupresször előadása: Betegségek A-tól Z-ig. A klubban ingyenes állapotfelmérés előzetes időpont-egyeztetéssel.

További információ:

**Németh Istvánné Éva** klubvezető, 0656/375-192, 0630/292-8399, szolnokegyszeghaz@gmail.com, www.szolnokegyszeghaz.hu

**ZALAEGRSZEG**

ENERGY Klub, Mártírok u. 17.

dec. 4-én (szerda), 17-18: Tanácsadók továbbképzése. Mire használjuk még?

dec. 9-én (hétfő), 17-18: Egyensúly az 5 elemmel: Fa.

dec. 10-én (kedd), 17-18: Személyes termék-tanácsadás.

dec. 11-én (szerda), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Földelés.

dec. 16-án (hétfő), 17-18: Parazitaszűrés.

dec. 17-én (kedd), 17-18: Teázunk!

dec. 18-án (szerda), 17-18: Belső gyermek.

jan. 6-án (hétfő), 17-18: Tanácsadók továbbképzése. Mire használjuk még?

jan. 7-én (kedd), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Földelés

jan. 8-án (szerda), 17-18: Személyes termék-tanácsadás.

jan. 13-án (hétfő), 17-18: Babavárás, gyermek a családban.

jan. 14-én (kedd), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Önmasszázs.

jan. 15-én (szerda), 17-18: Parazitaszűrés.

jan. 27-én (hétfő), 17-18: Egyensúly az 5 elemmel: Tűz

jan. 28-án (kedd), 17-18: Belső gyermek.

A meghirdetett programokat az ENERGY Klub tagjai és hozzátartozói, illetve a Curves női fitness klub tagjai vehetik igénybe. A programok a résztvevők számára ingyenesek.

A programokat vezeti: **Takács Mara** klubvezető. Érdeklődni: 70/60-777-03,

mara.energy@gmail.com.

Web: www.maraboszi.hu.

**Az ENERGY országos klubhálózata:**

Budapest: 061/354 0910, +3620/261 2243 – Debrecen: +3630/458 1757 – Győr: +3620/395 2688 – Kalocsa és Baja: +3630/326 5828 – Kazincbarcika: +3630/856 3365 – Kecskemét: +36 76/324-444 – Keszthely: +3630/560 7785 – Miskolc: +3630/856 3365 – Nyíregyháza: +3620/427 5869 – Pécs: +3630/253 1050 – Siófok: +3620/314 6811 – Sopron: +3670/630 0991 – Szeged: +3630/289 3208 és +3630/239 0536 – Szentes: +3630/955 0485 – Székesfehérvár: +3620/568 1759 – Szolnok: 0656/375 192 – Szombathely: +3630/534 2560 – Veszprém: +3630/488 4973, +3670/703 7489 – Zalaegerszeg: +36 70/60-777-03

# Tízéves a debreceni Energy Klub

**Az ilyen kerek évforduló megérinti az embert... Minden 10 éve, nyáron kezdődött. A kimosott ruhák teregetése közben azon „merengtem” (ma ezt pozitív teremtő gondolatnak mondjuk), milyen jó lenne olyan gyógynövényes készítményekkel foglalkozni, amelyek egyediek, különlegesek és hatékonyak.**



Már akkoriban is előszeretettel használtunk gyógynövényeket, a bioboltokat is lelkesen látogattam. Rövidesen az egyik ismerősöm hívott, hogy talált a neten két érdekes készítményt, ami a gyermekvállalást támogatja, a GYNEX-et és a CYTOVITAL-t. Természetesen alaposan utánakerestünk, a fellelhető információkat áttanulmányoztuk. Azt találtuk, hogy addig (2003-at írunk ekkor!) több mint 1000 baba fogantatását támogatta. (Jelzem, hogy kb. 4 éve 441 – a debreceni ENERGY „kötelékébe” tartozó – babánál tartottunk, azóta ez a szám természetesen jelentősen nőtt.)

Nos, Debrecenben nem lehetett megvenni a készítményeket, az interneten talált beszerzési lehetőségek közül válogatva *Ficzere János* kazincbarcikai klubvezetőt kerestük meg. Telefonos, majd már személyes beszélgetéseinkből baráti kapcsolat alakult ki, és mivel meséltem, hogy sok természetgyógyász barátom van, János ajánlotta, hogy mutassam meg nekik a készítményeket. Ez így történt, a szakembereket pedig lenyűgözte a különleges hatásmechanizmus és a soha nem tapasztalt hatékonyság. Az összes biofizikai elven működő készülékkel mérve nagyon magas hasznosulást mutattak a készítmények.

## Szilveszterezzen Cytosannal!

Ha Ön is pohárral a kezében ünnepel majd az év utolsó napján, akkor érdemes kihasználnia a CYTOSAN méregtelenítő hatását. A CYTOSAN ugyanis természetes úton távolítja el a nem kívánatos anyagokat a szervezetből, és támogatja a májat az alkohol feldolgozásában.

Javasoljuk, hogy a szilveszteri parti előtt vegyen be 2 kapszula CYTOSAN-t (bő folyadékkal). Tartsa szem előtt, hogy a CYTOSAN „működéséhez” sok víz szükséges, csak így képes a

Egyre több orvos, természetgyógyász és fogyasztó kezdte el használni a készítményeket. Egyre csak sokasodtak a teendők, így a férjem, *Laci* is bekapcsolódott, ő is csatlakozott az ENERGY nagy családjához.

Fontosnak tartottuk és tartjuk ma is, hogy minél több orvos legyen tagja a rendszernek. Az első „gyöngyszemünk” *dr. Bíró Éva* volt, akit a szívünkbe zártunk, mára már büszkén mondhatjuk barátunknak, és ha bonyolultabb problémával érkeznek hozzánk, mindig kérhetjük a tanácsát.

Amellett, hogy termékekkel és információval ellátjuk a klubban a fogyasztókat/klubtagokat, koordinációt is ellátunk: ha valakinek állapotfelmérésre, terápiára, orvosi tanácsadásra van szüksége, akkor bátran keresnek – mert kiváló szakemberekkel dolgozunk együtt.

Az ENERGY népszerűsége stabilan nő, hiszen szinte kizárólag a fogyasztók és a szakemberek személyes tapasztalatai, a „szájról szájra” klasszikus elve alapján működik. Az az orvos, természetgyógyász szakember, forgalmazó, bioboltos, patikus stb., vagy aki amolyan mellékállásként foglalkozik a készítményekkel, aki tudását folyamatosan fejleszti, alázatos és az a cél vezérli, hogy segítsen embertársainak az

káros anyagokat „kiúztatni” a szervezetből. Ezért minden pohár alkohol után igyon egy kis ásványvizet vagy tiszta vizet. A vizet mértéktelelenül, az alkoholt mértékkel fogyassza. És semmi esetre se üljön volán mögé!

Miután hazatért, illetve lefekvés előtt vegyen be még 2 kapszula CYTOSAN-t és öblítse le bő folyadékkal.

Meglátja, hogy az új évet sokkal tisztább fejjel és könnyebben fogja kezdeni.

egészségük megőrzésében vagy visszaszerzésében – nos, az ő számukra biztos és hosszú távú lehetőség áll rendelkezésre.

Van-e nagyobb elismerés, mint amikor orvosok fordulnak hozzánk, megoldást keresve a saját egészségügyi problémáikra? Vagy amikor a gyógynövény- és bioboltos, akinek több száz készítmény sorakozik a polcán, szinte csak ENERGY készítményt használ saját és családja egészsége megőrzésére?

Nagyobb a felelősségünk is, hiszen igen sok ENERGY klubtag/tanácsadó tartozik hozzánk, akiknek megpróbáljuk a lehető legtöbb segítséget megadni a helyes készítményválasztáshoz, használati módszerhez. Jó érzés, hogy az ország minden részéről megkeresnek bennünket telefonon vagy e-mailben tanácskéréssel vagy a készítmények rendelésével kapcsolatban.

A 10 esztendő alatt persze sok minden változott... E változások közülük is a legfontosabb, hogy bővült a családuink: megszületett kisfiúnk, *Lackó!*

S van-e, ami nem változott? Igen, van – elsősorban a szenvedély. Hozzáértők azt mondják, hogy a szerelem néhány év után elmúlik, és (jó esetben) felváltja a szeretet meg a megbecsülés. Megcáfoljuk: mert ez bizony még mindig szerelem az ENERGY-vel!

Rendkívül fontosnak tartjuk az előadásokat és a képzéseket. 2014 első felére tervezzük a debreceni ENERGY képzést/konferenciát, amelyre szeretettel várjuk a terapeutáinkat és az egészségükre odafigyelő, lelkes klubtagokat.

Bízunk benne, hogy a 20 éves évfordulónkról szintén beszámolhatunk majd a *Vitae* hasábjain.

Köszönjük megtisztelő bizalmukat, és kívánunk áldott karácsonyi ünnepeket!

**Kovácsné Ambrus Imola és Kovács László**  
ENERGY Klub Debrecen  
[www.imolaenergy.hu](http://www.imolaenergy.hu)

### ÚJ KIADVÁNYAINK

Az utóbbi hetekben sorra jelennek meg, illetve kerülnek fel a cég weboldalára az új kiadványaink. A Pentagram® krémek alkalmazásához nyújt kiváló segítséget a *Füvesanyó tanácsai A-tól Z-ig* című összeállítás. A klubtagok december közepén már beszerezhetik a klubokban az *ENERGY teáiról* szóló összefoglaló ismertető füzetet, amelyben a szokványos teakészítés és az ellenjavallatok leírása mellett egyéb gyakorlati tudnivalókat, például recepteket is találunk.

További újdonság az első 2 *tematikus füzet*, amely a szív és az érrendszer, illetve a bélrendszer egészségének megőrzésével és helyreállításával foglalkozik – ezek egyelőre a cég honlapján érhetők el. Hamarosan elkészül az új termékkatalógus is.

Az októberi szakmai konferencia teljes anyaga DVD-n megtalálható a klubokban, illetve az előadások az ENERGY Youtube csatornáján videókon is megtekinthetők.

# ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

## BUDAPEST 1

**Klubvezető:** Marosi László  
**Nyitva tartás:** H-K: 8-18, Sze-P: 8-17  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.  
**Elérhetőség:** 1146 Budapest, Hermina út 55.  
**Telefon:** 06 1/354 0910  
**Fax:** 06 1/354 0911  
**E-mail:** info@energyklub.hu  
**Web:** www.energyklub.hu

## BUDAPEST 2

**Klubvezető:** Kis Éva  
**Nyitva tartás:** H-P: 10-17  
**Tevékenységi kör:**  
 Vizsgálatok: hajvizsgálat, állapotfelmérés, toxin- és gócteszt, allergiavizsgálat.  
 Kezelések: orgonaterápia, biofrekvencia kezelés stb. Életmód- és terápiás tanácsok, javaslatok. Hair Nice haj- és fejbőrpoló termékek.  
 ENERGY bioinformációs gyógynövény készítmények. Állandó akciós javaslatok, komplex csomagok mindenfajta haj- és fejbőrproblémára.  
 Ingyenes termékválasztó bemérések.

**Tanfolyamok:** Holistic Pulsing masszáz, skalpdia-agnosztika, hajgyógyászat Kis Éva módszerével.  
**Cím:** Nice Holisztikus Hajgyógyászat és ENERGY Klub, Budapest, XIV. Stefánia út 81. fsz. 2.  
**Telefon:** +36 30/754 5416, +36 30/754 5417  
**E-mail:** vikicoa1@t-online.hu  
**Web:** www.nicehajgyogyaszat.hu

## BUDAPEST 3

**Klubvezető:** Nagy Renáta  
**Nyitva tartás:** H: 12-19, K-Cs: 10-16<sup>30</sup>, P: 10-15  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic és Core-Inergetix bemérés tanácsadással, közpölyözés, fülakupunktúrás addiktológia, mozgásterápia, kineziológia, reflexológia, Bach virágterápia, diaposzitiv, hormonegyensúly-tanácsadás, számmisztika, asztrológia, karma, párkapcsolati asztrológia, kronobiológia, új germán medicina, reinkarnációs terápia, theta healing technika, masszázok: svéd-, nyirok-, thai és talpmasszázs, lélek-, szivárvány- és ma-uri masszáz.  
**Cím:** 1072 Budapest., Rákóczi út 44. II. emelet 10., 16-os kapucsengő.  
**Telefon:** +36 20/261 2243  
**E-mail:** ozisz.bt@citromail.hu  
**Web:** www.energyklubbudapest.blogspot.com

## BUDAPEST 4

**Klubvezető:** Czímeth István  
**Nyitva tartás:** H-P: 10-18  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás. Ingyenes szolgáltatások, bejelentkezéssel ENERGY termékek tesztelése, szenzibilis energetikai állapotfelmérés, gyógyító beszélgetés,

Bach-virágterápia, tarot-személyiségelemzés. Diplomás lelki gondozó (Czímeth István) mindenkit szeretettel vár, akinek lelki problémája van.  
**Cím:** 1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz., 51-es kaputelefon.

**Telefon:** +36 20/504 1250  
**E-mail:** energybuda@energyklub.hu

## BUDAPEST 5

**ENERGY Belváros**  
**Klubvezetők:** Németh Imréné Éva,  
 Németh Imre

**Nyitva tartás:** K-P: 12-20, Szo: 10-16

**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás Supertronic készülékkel történő állapotfelmérés és tesztelés. Keleti arcdiagnosztikai állapotfelmérés, személyre szóló terápiás javaslat. Meridiánmérés, értékelés, terápiás javaslattal. Biofizikai állapotfelmérés Sensitiv Imago készülékkel, kezelési javaslat, kezelés. Rife frekvenciaterápia (előzetesen csakrák állapotának vizsgálata). Gyógynövényes szaktanácsadás. Előadások, tanfolyamok az ENERGY termékek tükrében.

Alternatív mozgásterápia (légző-mozgás-öngyógyító gyakorlatok). ENERGY házipatika összeállítása, igény szerint (egyénenként és családoknak gyerekekkel). Homeopátiás szaktanácsadás, jóga, Hellinger-féle családállítás, Bowen-kezelés, numerológia, asztrológia, kronobiológia. Előzetes bejelentkezés szükséges.  
**Cím:** 1085 Budapest, VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12. (2 percre a Kálvin tértől).

**Telefon:** +36 1/235 0789  
**Fax:** +36 1/235 0790  
**E-mail:** energy.belvaros@gmail.com

## DEBRECEN

**Klubvezető:** Kovácsné Ambrus Imola  
 Kovács László

**Nyitva tartás:** K: 9-18, Sze-Cs: 9-12, P: 9-18

**Tevékenységek:**  
 ENERGY készítmények értékesítése (személyesen az ENERGY Klubban, illetve postai úton); szaktanácsadás; elismert orvosok, természetgyógyászok kiejánlása (pl. házi orvos, fogorvos, kineziológus, homeopata, reflexológus, fitoterapeuta, dietetikus, masször, írszdiagnosztika, műszeres állapotfelmérő stb.)

**Cím:** Füredi Kapu Lakópark, Debrecen, Böszörményi út 68. J Épület, földszint  
**Telefon:** +36 30/458 1757, +36 30/329 2149  
**E-mail:** info@imolaenergy.hu  
**Web:** www.imolaenergy.hu

## GYŐR

**Klubvezető:** Kocsis Ilona  
**Nyitva tartás:** H, Sze, P: telefonos egyeztetés, K: 9-18, Cs: 13-18

A megszokott nyitva tartási időben Véghe Elvira fogadja a klubtagokat, illetve a rendeléseket.

**Telefon:** +36 30 353-8607  
**E-mail:** energy.elvira@gmail.com  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek forgalmazása, használatukhoz személyes tanácsadás, SCIO biofeedback program alkalmazása, mágnesoterápia, infrasauna, spirituális választóterápia (SVT), reflexológia, gyógy- és frissítő masszáz.  
**Cím:** 9022 Győr, Szent István út 12/3. fsz.4. (A Kereskedelmi és Iparkamara mellett)  
**Telefon:** +36 96/335 650, +36 20/395 2688  
**E-mail:** ilona.kocsis@t-online.hu

## KALOCSA

**Klubvezető:** Hargitainé Mónika  
**Nyitva tartás:** H-CS: 14-18, P: 14-17  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, meditáció, biofizikai mérés, bioenergetikai kezelés, szaktanácsadás.  
**Cím:** 6300 Kalocsa, Málna u. 2.  
**Telefon:** +36 30/326 5828  
**E-mail:** hargitaimoni@gmail.com

## KAZINCBARCIKA

**Klubvezető:** Ficzere János  
**Nyitva tartás:** Sze: 16-18  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, biofizikai mérés, orvosi tanácsadás.  
**Cím:** 3700 Kazincbarcika, Barabás M. u. 56.  
**Telefon:** +36 30/856 3365  
**E-mail:** fjs8@citromail.hu

## KECSKEMÉT

**Klubvezető:** Mészárosné Lauter Erzsébet  
**Nyitva tartás:** H - P: 9 - 18 óráig, Szo: 9 - 12 óráig.  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás.  
**Cím:** Fitotéka gyógynövény szaküzlet, Kecskemét, Hornyik János krt. 2.  
**Telefon:** +36 76/324 444.  
**E-mail:** fitoteka@freemail.hu

## KESZTHELY

**Klubvezető:** Gyenese Ibolya  
**Nyitva tartás:** H-P: 9:00-18:00  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, masszáz, meditáció, lélekgyógyászat.  
**Cím:** 8360 Keszthely, Lovassy Sándor u. 13/A.  
**Telefon:** +36 30/560 7785, +36 30/225 4917  
**E-mail:** ibi-bazsa@freemail.hu

## MISKOLC

**Klubvezető:** Ficzere János  
**Nyitva tartás:** H: 14-17, Sze: 10-14, Cs: 14-17  
**Tevékenységek:**  
 ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, terméktesztelés.  
**Cím:** 3526 Miskolc, Zsolcai kapu 9-11. I.em.  
**Telefon:** +36 30/856 3365  
**E-mail:** fjs8@citromail.hu

# ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

## NYÍREGYHÁZA

**Klubvezető:** Fitos Sándor  
**Nyitva tartás:** H-P: 13:30-16:30  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás.  
**Cím:** 4400 Nyíregyháza, Ferenc krt. 5.  
**Telefon:** +36 20/427 5869,  
**E-mail:** thetan@freemail.hu

## PÉCS

**Klubvezető:** Molnár Judit  
**Nyitva tartás:** H:12-20, K-Cs: 12-17  
 Egyéb időpontokban telefonjegyzetessel!  
 Hét végén is!  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás. Panaszok testi és lelki okainak feltárása és kezelése komplex holisztikus módszerekkel. Vizsgálatok: személyre szabott termék meghatározás az ENERGY termékeiből. Földszugárzás bemérése, gyógyító beszélgetés, lélekgyógyászat, belső utazás, 3-1-2 meridiántorna.  
**Cím:** 7623 Pécs, József Attila u. 25.  
**Telefon:** 06 72/242 745, +36 30/253 1050  
**E-mail:** energy.pecs@freemail.hu

## SIÓFOK

**Klubvezető:** Ángyán Józsefné  
**Nyitva tartás:** H-Cs: 8-12 és 15-18, P: 8-12  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés.  
**Cím:** Siófok, Wesselényi út 19.  
**Telefon:** +36-20/314 6811  
**E-mail:** margagitika@gmail.com

## SOPRON

**Klubvezető:** Stánicz Jenő  
**Nyitva tartás:** H-P: 9-12 és 13-17.  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Voll-vizsgálat és terápia, talpreflexológia.  
**Cím:** 9400 Sopron, Lehár Ferenc u. 1/A.  
**Telefon:** +36 70/630 0991  
**E-mail:** stanicz.jeno@gmail.com

## SZEGED 1

**Klubvezető:** Dr. Bagi Magdolna  
**Nyitva tartás:** H-P: 8-17  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.  
**Cím:** 6724 Szeged, Londoni krt. 22/b.  
**Telefon:** +36 30 466 1823

## SZEGED 2

**Klubvezető:** Mészáros Márta  
**Nyitva tartás:** H-P: 13-17  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés, köpölyös cellulit és fogyasztó masszázis tekerkesseléssel, infrasaunával, köpölyös hátgerinc masszázis, ránctalanító köpölykezelés, testmasszázis.  
**Cím:** 6722 Szeged, Nemestakács u. 1.  
**Tel./fax:** 06 62/322 316, +36 30/289 3208  
**E-mail:** m-marta@invitel.hu

## SZÉKESFEHÉRVÁR

**Klubvezető:** Ostorháziné Jánosi Ibolya  
**Nyitva tartás:** H-Cs: 13-17  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, Supertronic mérés.  
**Cím:** 8000 Székesfehérvár, Várkörút 56. I/15.  
**Telefon:** +36 20/568 1759  
**E-mail:** janosi.ibolya@gmail.com

## SZENTES

**Klubvezető:** Fábján Julianna  
**Nyitva tartás:** H-Cs: 10-17  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, egészségügyi állapotfelmérés biofizikai műszerrel, szaktanácsadás.  
**Cím:** 6600 Szentes, Horváth Mihály u. 4/A.  
**Tel./fax:** +36 30/955 0485  
**E-mail:** metafor@vnet.hu

## SZOLNOK

**Klubvezető:** Németh Istvánné Éva  
**Nyitva tartás:** H-P: 9-17

## Tevékenységek:

ENERGY termékek értékesítése, természetgyógyászati állapotfelmérés és tanácsadás.  
**Cím:** 5000 Szolnok, Arany János út 23.  
**Telefon:** +36 56/375 192

## SZOMBATHELY

**Klubvezető:** Nánási Tiborné  
**Nyitva tartás:** H-P: 9-12 és 13-17, Szo: 9-12  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Supertronic és biofizikai állapotfelmérés.  
**Cím:** Naturatéka 9700  
 Szombathely, Fő tér 38.  
**Telefon:** +36 30/534 2560

## VESZPRÉM

**Klubvezető:** Mezei Tünde  
**Nyitva tartás:** H-P: 8-18, Szo: 9-13  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, vitális térterápia, állapotfelmérés (Bemi-San készülettel), gyögmasszázis és nyirokmasszázis, kineziológia, reflexológia, gyógytorna, Bach-virágterápia, hangtál masszázis, teázó.  
**Cím:** Szeglethy utca 1. 1. em., 104-es üzlet, a mozgólépcsővel szemben.  
**Telefon:** 06 88/789 481, +36 30/488 4973,  
 +36 70/703 7489  
**E-mail:** info@padmahaz  
**Web:** www.padmahaz.hu

## ZALAEGRSZEG

**Klubvezető:** Takács Mária  
**Nyitva tartás:** H-P: 13.30 –18.30  
**Tevékenységek:** ENERGY termékek értékesítése, ingyenes termékteszt, Immunotic, Orgon sugárzó és bioenergetikai kezelések.  
**Cím:** Zalaegerszeg, Mártírok u. 17.  
**Telefon:** +36 70/607 7703.  
**E-mail:** mara.energy@gmail.com  
**Web:** www.maraboszi.hu

# AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

## AJKA:

Kun Gyula, okleveles akupresszőr természetgyógyász, Kun Gyuláné Zsuzsa természetgyógyász, okleveles gyögmasszázis, Vitál Sziget Wellness központ: 8400, Szabadság tér 20. Héliosz Üzlet-ház Biofizikai terméktesztelés, hajgyógyászat.

## BUDAPEST:

Abidin Mehboubinéné Erzsébet, Candida mérés és kezelés, Tel.: +36 30/292 0977  
 Dr. Bán Marianna, fogorvos, természetgyógyász, auraszóma, tel.: +36 30/475 2859  
 Czeto Ágnes, természetgyógyász, 1053 Bp., Ferenciek tere 4. Tel.: +36 30/205 0963  
 Dezső Éva Edit, 1095 Bp., Tinódi u. 12.  
 Energetikai szintfelmérés bejelentkezéssel.

Telefon: +06 1/218 1342, +36 30/558 6134  
 Domonkos Anna, Fittpont Biobolt 1024 Bp., Lövdház u. 26. Tel.: +36 30/424 4267  
 Greskó Anikó, Hirt Katalin, 1037, Bp., Orbán Balázs u. 35. I. em. Tel.: +36 20/982 8321  
 Hajnalné, Tóth Gyöngyi, Bio-Med Zóna Egyetemi Gyógycentrum (Műsz. Egy. kollégiuma - Orvosi rendelő), 1114 Bp., Bartók Béla út 17. Tel./fax: 06 1/217 2476, +36 70/229 7421. Betegség-, góckeresés minden hónap első csütörtök, péntek, szombatián.  
 Kiss Ágnes, telefon: +36 30/250 3548  
 Kürti Gábor természetgyógyász, Energy készítmények személyre szóló bemérése, tanácsadás, Sensitiv Imago készülékkel biofizikai állapotfelmérés. Bp. XIII., Taksony u. 14. E lh. 1. em. 69., kapucsengő 69. Tel.: +3630/996 2787

Dr. László Mária belgyógyász, onkológus, reumatológus. 1136 Bp., Raul Wallenberg u. 12. IV/3. Telefon: +36 20/480 0246  
 Máta Marina, természetgyógyász, lélekmasszázis, holisztikus ringató terápia, relaxációs- és szim-bólumterápiák, keleti masszázisok, mágneses akupunktúrák kezelése. Tel.: +36 20/345 9408  
 Mázsár Csabáné, Jókai Biocentrum, 1043 Bp., Árpád út 77, Telefon: +36 70/539 9360  
 Melchérné Hácsek Ildikó, Tel.: +36 20/997 5548  
 Nagy Irén Éva, fülakupunktőr, kineziológus, akupresszőr, telefon: +36 30/942 3155  
 Sára Bernadett, okl. természetgyógyász, fülakupunktúrák addiktológus, meridiandiagnosztikai állapotfelmérés, életvezetési tanácsadás, tel: +36/70/777-0444, e-mail: detti896@gmail.com

# AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

Szabó Géza radieszéta és Szabó Liza fitoterapeuta, Bp. X. ker. Gyakorló köz 7. Energy tanácsadás, Scio készülékkel biofeedback állapotfelmérés, káros földszugárzások feltérképezése, energetikai kezelések. Tel.: 06-20-940-6362.

Szentgyörgyi Edit, kineziológus Bp., XX. Fás u. 24. Telefon: +36 30/266 1452

Szentgyörgyi Tamás, masször, ájurvéda- és shiatsu gyógyász, 1114 Bp., Orly u. 10. Telefon: +36 70/272 4888

E-mail: riplmasszazs@freehostia.com

Szieber Ágnes, tel.: +36 30/387 6599

Szilágyi Judit, kineziológus, Tel.: +36 30/319 8928

Unginé Sachs Henrietta, természetgyógyász, radieszéta, reflexológia, akupresszúra. 1144 Bp., Füredi u. 11/b. VIII/32. Tel.: +36 20/522 8185

Várkonyi Edit, természetgyógyász, kineziológus, Attractiv Center Wellness & Egészségközpont, Bp., XIII. Radnóti M. u. 2. Tel.: +36 20/334 1932

Vitalpont Oktatási és Referencia Központ, 1115 Bp., Etele út 42/B fsz. Tel.: +36 30/624 3071, +36 20/988-3608, +36 20/240 0986

E-mail: vitalpont@citromail.hu

Zöld Forrás Gyógyáru és Élelmiszer Nagykereskedés, 1164 Bp, Lapos köz 18. Tel.: 06 1/4000 498, E-mail: zf@zf.hu

## **BAJA:**

Árnika Natúrbolt, 6500 Baja, Deák F. u. 12. Telefon: +36 20/464 7008

Rubesch István, 6500 Baja, Rudnai u. 18. Telefon: 06 79/423 244, +36 20/215 8885

Vital Wellness Klub, Tóth Kálmán tér 8. Számítógépes okeltáró vizsgálatok. Tel.: +36 20/431 3845

## **BALATONFÜRED:**

Kelemen Lívia, Biotitok Gyógytér, fitoterapeuta, természetgyógyász, Energy tanácsadó. Szolgáltatások: állapotfelmérés, tanulmányozás, masszázs, Energy termékek árusítása. 8230 Balatonfüred, Kossuth u. 19. Tel.: 20/595-3062, e-mail: info@biotitok.hu, web: www.biotitok.hu

## **BALMAZÚJVÁROS:**

Baloghné Kiss Ilona, fizioterápiás szakasszisztens, Energy tanácsadó. Tel.: +36 70/452 3660

## **BÉKÉSCSABA:**

Bartyik Edit, 5600 Békéscsaba, Andrási út 47/1. Telefon: 06 66/322 355

## **DEBRECEN:**

Daróczi Zoltán minisztériumi vizsgabiztos, természetgyógyász, vizsgáztató és szakértő, Egyetem sugárút 38. Tel.: +36 30/963-1635; +36 52/537-777

Dr. Szabó Ildikó orvos-természetgyógyász, a hagyományos kínai orvoslás szakorvosa, akupunktőr, addiktológus, lézertapeuta. Tel.: +36 20/4933963

Fodor Ilona védőnő, tel.: +36 70/392-5342

Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta, természetgyógyász. Tel.: +36 30/449-2304

Lévainé Szűcs Ibolya szemtréner, akupresször, kineziológus, komplementer medicina oktató. Vargakert u. 1. fsz. 9/13. Tel.: +36 30/634-3146

Rácz Krisztina kineziológus, természetgyógyász. Telefon: +36 70/391-9249

Tőke Csaba nemzetközi csung jüan csikung oktató, mozgás terapeuta.

Tel.: +36 30/593-2821, www.aranydaru.hu

Nagy Margó „babacsinaló” természetgyógyász, termékenységgel kapcsolatos alternatív terápiák. Telefon: +36 30/313-6438, Energia Sziget

Laboncz Anna akupresször, természetgyógyász, hajgyógyász. Tel.: +36 30/488-2266

Dr. Zádor Csabáné Orsi természetgyógyász, hormonegyensúly-konzultáció. Tel.: +36/30/2784390

## **DÖMSÖD:**

Nagy Enikő, Energy szaktanácsadó, energetikai állapotfelmérés, 2344, Gólya út 6. Telefon: +36 20/590 7827

## **DUNAKESZI:**

Szabó György, Életerő Egészségcentrum, 2120, Garas u. 24. II/8. Tel.: 06 27/341 239

## **EGER:**

Szolári Ágnes kineziológus, természetgyógyász, craniosacralis terapeuta. Tel.: +36 30/301-3702

## **ÉRD:**

Hegymeginé Pintér Gabriella, tanácsadás, energetikai állapotfelmérés. Tel.: +36 30/901 2474

## **FERTŐD:**

Horváth Ilona, Energy tanácsadó, állapotfelmérés, Mentés Mihály u. 9. 1/5

Tel.: +36 30/348 6517, +36 30/267 2196

E-mail: horvat-ilona@freemail.hu

## **FERTŐSZENTMIKLÓS:**

Ősze Anita alternatív gyógyász és Szabó György metafizikai pszichoterapeuta. Energy termékek értékesítése, szaktanácsadás, Nelson géppel biofizikai mérés, reiki kezelés, lélegzőgyógyászat. Kolozsvári u. 15. Tel.: +36 70/947 0125, +36 70/947 0128, e-mail: www.angyalenergia.hu

## **FONYÓD ÉS BALATONFENYVES**

Hegedűs Józsefné dr. fülakupunktúrás addiktológus, homeopátiás tanácsadó, gyógyszerész. Tel.: +36/70/946-5711, e-mail: orieniko@gmail.com

## **GYŐR:**

Smaragd Sziget, Bedi Margó, 9023, Tihanyi Árpád u. 85. Tel.: +36 20/467 5684

## **GYULAFIRÁTÓT:**

Glatz Zoltán, 8412 Gyulafirátót, Faiskola u. 12. Telefon: 06 88/457 101, +36 30/381 9924

## **HÓDMEZŐVÁSÁRHELY:**

Méhészeti és Gyógynövény Szaküzlet, Károlyi u. 1., Tel.: +36 62/236 525

Szélné Budai Mónika, Egészség Kincse Étrend-kiegészítő Üzlet, Bartók Béla utca 27. Telefon: +36 20/954 0071

E-mail: vitamincomplex@freemail.hu

## **JÁNOSHALMA:**

Dr. Horvát Katalin, 6440 Jánoshalma, Remete u. 2. Telefon: +36 77/403 652

## **KALOCSA:**

Makkegészség Reform Szaküzlet 6300 Kalocsa, Szent István kir. út 53. Telefon: +36 70/369 6062, 06 78/466 870

## **KÁPOLNÁSNYÉK:**

Manna Natura Bt., Kiss Elvira, 2475, Fő u. 31. Telefon: +36 70/250 1118

## **KECSKEMÉT:**

Dr. Péntes Zsuzsanna természetgyógyász, 6000 Kecskemét, Katona J. tér 18. Telefon: +36 20/481 6750

E-mail: peneszszuzsanna@freemail.hu

Szathmári Margaréta, 6000 Kecskemét, Petőfi S. u. 6. VI/17, Telefon: +36 20/547 3247

E-mail: margareta59@t-online.hu

Euro Patika, 6000 Kecskemét, Kápolna u. 15.

## **KESZTHELY:**

Molnárné dr. Annus Erzsébet toxikológus, fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász. Természetgyógyászati és addiktológia rendelő, biofizikai állapotfelmérés, Energy terméktesztelés, dohányzásról való leszoktatás, stresszkezelés, Candida teszt. Keszthely, Zámor utca 40. Telefon: 06 83/314 179, +36 70/618 9799

E-mail: alfa1640@freemail.hu

## **KISKUNFÉLEGYHÁZA:**

Szatmáriné Valika reflexológus, természetgyógyász, Völl-féle elektroakupunktúrás állapotfelmérés / ELIXIR Stúdió, Kiskunfélegyháza, Batthyány u. 3. Telefon: +36 20/226-4000

## **KISKÖRÖS:**

Napraforgó Bio és Naturabolt, 6200 Kiskörös, Petőfi tér 15. Tel.: +36 70/382 7078

## **KÓPHÁZA:**

Kóczán Adrienn természetgyógyász (talpreflexológia, gyógymasszázs) Tel.: +36 30/552 3044

## **KÓSZEG:**

Neudl Marianna BIOTÉKA, gyógynövényszaküzlet, Rákóczi u. 3. Tel.: 06 94/360 980

## **LETENYE:**

Berill Szalon, Májer Mária Energy tanácsadó, biofizikai mérés, masszázs, infrasauna. Kossuth u. 15., Tel.: +36 30/294 8227

# AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

## MÉLYKÚT:

Szűcs István, telefon: 06 77/460 249

## MEZŐKÖVESD:

Molnár Zsófia, Rigó u. 5. Tel.: 06 49/313 257

## MEZŐNYÁRÁD:

Vighné Novák Erika reflexológus, Energy tanácsadó. József Attila u. 7. Tel.: 06 49/425 290

## MISKOLC:

Dr. Hegedűs Ágnes reumatológus szakorvos, holisztikus tanácsadó akupunktőr, autogén tréning oktató. Pránaház Gyógyközpont, Bethlen Gábor u. 3. Telefon: 30/436-8977, www.pranahaz.hu  
Vitalitás, Természetes gyógymódok szaküzlete, Orgonvíz Centrum, 3530 Miskolc, Széchenyi u. 68. I. em. Tel.: 06 46/344 811

## MOSONMAGYARÓVÁR:

Bio-Spektrum Orvos-természetgyógyászati Központ. Dr. Tóth Ildikó homeopátiás orvos és bio-fogorvos. Teljeskörű orvos-természetgyógyászati szolgáltatás. Mosonmagyaróvár 9200, Lucsony u. 8., tel.: +36 30/ 618 1712  
Salus Aegroti Egészségház természetgyógyász rendelő, Wicher Nikolett: állapotfelmérés, reflexológia-terápia, speciális masszázstechnikák, reiki kezelés, kineziológiai módszerek, Energy tanácsadás. Tel: +36/70/629 4586.

## NAGYATÁD

Kele Renáta Energy tanácsadó, termékek tesztelése, személyes tanácsadás, termékek értékesítése. Ciklámen u. 10. Tel.: 20/571-58-46

## NAGYKANIZSA:

Top Fit Biobolt, Kisgyuráné Szilvi, Energy termékek árusítása és regisztráció. Ady u. 3.  
Szávai Szilvia, Energy termékek árusítása, termék-tanácsadás, pránanadi kezelés, reinkarnációs utaztatás, dinamikus jógaórák. Vásárlás előzetes időpont-egyeztetés után.  
Telefon: +36 70/654 6693  
E-mail: sylvia10@freemail.hu

## NYÍRBÁTOR:

Kolozsváriné Nagy Anikó, Energy tanácsadó Supertronic mérés. 4300 Nyírbátor, Kiss szoros u. 14. Telefon: 42/283 390,

## NYÍREGYHÁZA:

Türk-Paszabi Anna, Telefon.: +36 20/312 9457  
Erdélyiné Zsuzsa, ENERGY tanácsadó, ENERGY termékek árusítása, regisztráció.  
Energetikai felmérés Supertronic készülékkel.  
Nyíregyháza, Ungvár sétány 7. I/1.  
Tel.: 0642/447 358, 0620/392 3258.  
Szloboda Balázs (Immunotic Kft. Bemutatóterem). Energy termékek forgalmazása, állapotfelmérés, tanácsadás. Nyíregyháza 4400, Szegfű u. 56., tel: +3630 722-9393, +36 42 789-404  
E-mail: info@immunotic.hu

## OROSHÁZA:

Oskó Csilla, 5900 Orosháza, Thék Endre u. 4.  
Telefon: +36 30/974-35+36  
Vitaporta Gyógynövény és Biobolt, Orosháza 5900, Rákóczi út 16, Tel.: +36 30/286-8510

## PAKS:

Egészségvizet Biobolt, Villany u 2. (Piactérnél).  
Telefon: +3630/213-6560

## PANNONHALMA:

Szaifné Albert Adrienne természetgyógyász, kineziológus. Gizella királyné u. 13.  
Telefon: +36 20/439 4896.

## PÁPA

Bognárné Som Andrea, Energy tanácsadó.  
Tel.: +36 70/388 3253, bognarsom@invtel.hu

## PÉCS:

Benkő Tibor fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász. Telefon: 06 72/242 745  
Dr Ivanova Enikő belgyógyász szakorvos  
Telefon: +36 70/244 4211  
Göloncsér Ágnes, Energy szaktanácsadó 7635, Fekete út 13. Tel.: +36 20/518 5411  
Dr. Fábíán Rozália foglalkozás-egészségügyi szakorvos, természetgyógyász.  
Telefon: +36 70/949 7958  
Petro Petronella kineziológus, karmaasztrológus. Telefon: +36 70/455 8974  
Wolné Kordik Brigitta gyógymasszőr.  
Telefon: +36 30/548 2742  
Solymár Erzsébet Energy szaktanácsadó 7632 Pécs, Madas József u. 14.  
Telefon: 06 72/239 974; +36 30/425 5800

## PILISBOROSJENŐ:

Guba Józsefné Piroksa, Szent Donát u. 29.,  
Telefon: 06 26/337 276, +36 30/970 9602  
Állapotfelmérés, mágnesmező-energetikai kezelés.

## PÜSPÖKLADÁNY:

Sebestyén Csaba, fitoterapeuta, bioenergetikus.  
Telefon: +36 70/619 0754

## SIÓFOK:

Natura Patika, Tácsik Attiláné, Sió u. 10.  
Telefon: +36 20/431 9696

## SOPRON:

Dr. Fehér Pénovázt Éva, hagyományos kínai orvoslás, akupunktúra  
Móricz Zs. u. 1-3. I. em. Tel.: +36 70/943 9290  
E-mail: dr.feher.p.eva@gmail.com

## SZEGED:

Csanádi Mária természetgyógyász, 6720, Arany János u. 7.  
Tel.: 06 62/640 279, +36 30/636 6247.  
Natura Bolt, Csongrádi sgt. 9.  
Telefon: 06 62/425 739

## SZEKSZÁRD:

Herbária Borágó Bt, 7100, Széchenyi u. 19.  
Telefon: 0674/315-448  
Ollé Gabriella természetgyógyász Egészségvizet, Alkotmány u. 13. fsz. 1. Tel.: +3620/349 7568  
Unyi Mária Holistic Pulsing masszáz, 3-1-2 meridiántorna. Telefon: +3630/315-5425

## SZENTES:

Csizmadia Ágnes, Aryan Oktatóközpont és Referencia Rendelő. Természetgyógyászati szolgáltatások, természetgyógyász alap- és szakképzések, egyéni terápiai lehetőségek. Horváth Mihály utca 4. Tel.: +36 30/383 2023  
E-mail: agicsizmadia@gmail.com  
Herbária üzlet, Ady E. u. 1. Tel.: 06 63/316 443  
Rideg Róbert, természetgyógyász tanár, Szilfa utca 9. Természetgyógyászati rendelés, telefon: +3670/282 0427

## SZIGETHALOM:

Fábíán Edit, földsugárzás mérés, Mű út 184.  
Schnellgang Bt, Feng Shui sziget  
Telefon: +36 70/229 0491, +36 30/383 7625

## SZÍRMABESENYŐ:

Kecskés Jánosné, Biocentrum Klub Művelődési Ház udvar. Értékesítés, szaktanácsadás, Supertronic energetikai szintfelmérés. 3711, József Attila. u. 2.  
Telefon: 06 46/317 782, +36 30/441 7746.  
E-mail: verasanyi@t-online.hu

## SZOLNOK:

Kanizsáné Antal Zsuzsanna kineziológus, természetgyógyász, gyógynövény- és kristályterapeuta. Telefon: + 36/30/219-9299,  
E-mail: kanizsane.zsuzsa@t-online.hu

## TOLNA:

Verseghyné Kovács Zsuzsanna, BIJOKUCKÓ, 7130 Tolna, Deák F. u. 9.  
Telefon: +36 20/464 1731, 06 74/441 957

## TÓTKOMLÓS:

Nagyné Leginszki Andrea, Hárs Natura Bolt 5940 Tótkomlós, Hársfa u. 10.  
Telefon: 06 68/462 341, +36 30/466 9996  
Fabó Lászlóné, Gyógynövény bolt, Aradi u. 1.  
Telefon: 06 68/462 616

## VIZSOLY:

Medveczky László, Energy tanácsadó.  
Szent János út 53. Tel.: +36 30/487 7248

## ZALAEGRSZEG:

Zala Fitotéka, Balatoni Lászlóné, Erika Berzsenyi u. 5. Tel.: 06 92/318 027

## ZEBEGÉNY:

Mundi László, masszőr, reflexológus, pedikűrös, energetikai szintfelmérés Árpád u. 23. Telefon: 06 27/373 119

## Pentagram® regeneráció télen

# A vese életünk forrása, az életenergia őrzője

Az ENERGY lassan két évtizedes fennállása óta már számtalan kiváló készítménnyel jelent meg. Am a legfontosabb, ami az ENERGY-t más hasonló cégektől megkülönbözteti, az a kiegyensúlyozottságon és az 5 elem elvén alapuló Pentagram® regeneráció filozófiája. A hagyományos kínai orvoslás (hko) több ezer éves tapasztalatai, valamint a modern ismeretek segítségével az ENERGY kifejlesztette a gyógynövény-koncentrátumok pentagramját, amit egyfajta „családi ezüstnek” tekinthetünk. A szervezet regenerációs folyamataiban ezek a készítmények kulcsszerepet töltenek be. Lássuk, hogy télen milyen aktualitása van ennek az egyedülálló rendszernek.

Az egészség megőrzése vagy a már kialakult betegség kezelése céljából a következő három alapvetel kell szem előtt tartanunk:

- \* méregtelenítés: a szervezet megszabadítása a belső és külső káros anyagoktól;
- \* regeneráció: a szervek megfelelő működésének helyreállítása;
- \* pótlás: a hiányzó tápanyagok bejuttatása a szervezetbe.

A tél a Víz elem időszaka, amelynek készítménye a RENOL. Elsősorban a Vesét erősíti, amely a hko szerint testünk egyik legfontosabb szerve (a hko értelmében vett Veséről és más szervekről, valamint a Víz elemről van szó, ezt jelezzük a nagy kezdőbetűvel – A szerk.). Támogatja a nyirokrendszer működését is, ezért jelentős szerepet tölt be az ember immunitásában, és számos krónikus betegségben alkalmazható. Jótékonyan hat a húgyhólyagra és további, a Víz elemhez tartozó szövetekre is.

## CSONTOK, HALLÁS, FOGAK, HAJ

Fontos ismernünk a Vese hatókörébe tartozó valamennyi szervet és szövetet, mert tüneteikkel elvezetnek minket a megfelelő diagnózishoz, és a Vesén keresztül vezető regeneráló folyamatokhoz. Azzal is tisztában kell lennünk, ami az ősi kínai szövegekben szerepel: „A Víz az alkotás forrása, és minden dolog keletkezésének kezdete.”

A Vese a jin-jang egyensúly és valamennyi belső szervünk gyökere, életünk forrása, a veleszületett életenergia és anyag őrzője. Az ember a Vesének köszönhetően képes életet adni az új nemzedéknek.

A Vese őrzi az ún. t'ing esszenciát, méghozzá annak születés előtti és születés utáni formáját, ami nélkülözhetetlen a szövetek táplálásához, továbbá a Vese irányítja a szaporodást, hatással van a szervezet növekedésére és fejlődésére, támogatja a vérképzést, erősíti a védekezőképességet, irányítja a Víz, vagyis annak körforgását a szervezetben,

segíti a húgyhólyagon keresztüli kiválasztást, és irányítja a csi (életerő) felszívását. Hat a csontokra is, amely kategóriába a csontvelő, a gerincvelő, a koponya, a hallás és a fogak is beletartoznak.

A Vese állapota a haj minőségében

tükröződik. A Vese „kivezetései” a két fül (a fül formája is emlékeztet a vese alakjára – A szerk.) és a két jin: az elülső a húgycső, hölgyeknél a hüvely is (kiválasztás és szaporodás), a hátsó a végbél. A romló hallás és a kiválasztási, valamint szexuális problémák tehát a gyenge veseműködés jelei.

A Vese érzése a félelem, akut formában az ijedség vagy a sokk. Ezek az érzelmek belülről károsítják a Vesét – csakúgy, mint kívülről a hideg, ami ellen zsírpárna védi a veséket.

A Vese folyadék a nyál, amelynek lenyelése a csikung gyakorlatok közben a veseműködés erősítésére szolgál.

A Vese vezérli a csi energia és a t'ing esszencia raktározását és elzárását. Ezen energiák kimerítése súlyos következményekkel jár az emberi szervezetre nézve. Ezért télen nem szabad túlzottan megterhelni a veseműködést, inkább próbáljunk meg alkalmazkodni a téli időszakhoz: igyunk meleg italokat, és fogyasszunk energiában gazdag, hőkezelt ételeket.

A Vese szoros kapcsolatban áll a Májjal (a Vese jin ellenőrzi a Máj jangot), a Tüdővel együtt részt vesz a folyadékáramlás irányításában, a Léppel együttműködve adagolja a születés előtti és születés utáni esszenciát, a Szívvel kölcsönös támogató kapcsolatban áll (a Szív jang kiegészíti a Vese jangot, és a Vese jin a Szív jint). A Húgyhólyag tárolja és kiválasztja a vizeletet. Ezért a folyamatért a Vese jangja a felelős, így logikus, hogy a gyakori vizelet és a bevizelés arra utal, hogy a vesében kevés a csi.

Különleges hko értelemben vett szerv az ún. ming-men, amelynek nincs anatómiai megfelelője, és a két vese között helyezkedik el. Szerepe energetikai: az eredeti csi forrása, és kapcsolatban áll a nemi szervek működésével is. A ming-men „tüze” a test jangjának alapja.

## ELVÁLASZTHATATLAN PÁROS: KONCENTRÁTUM ÉS KRÉM

Az ENERGY Pentagram® regenerációjának rendszerében a RENOL gyógynövény-koncentrátum a Vese, a Húgyhólyag, a Hármass melegítő és a Lép-hasnyálmirigy meridiánját befolyásolja. Ezekre az energiapályákra a RENOL gyógynövénykrémes párjával, az ARTRIN-nal is hatni tudunk. Kiválaszthatunk megfelelő akupunktúrás pontokat vagy finoman bemasszírozhatjuk a krémet akár az egész pálya mentén, vagy annak csak egy részébe, az energia áramlásának irányát is figyelmembe véve. ARTRIN-nal a reflexzónákat is befolyásolhatjuk. Érdemes a pontokat ásvá-



nyokból készült masszázspálcikkal – leginkább hegyikristály, aventurin vagy ametiszt pálcikkal – masszírozni.

## MI MINDENRE JÓ A RENOL?

Az alábbi betegségek, illetve panaszok fennállása esetén javasoljuk:

- \* a vese, a mellékvese, a húgyhólyag, a prosztata, a méh és a nyirokrendszer regenerálása;
- \* krónikus húgyúti és nemiszerv-gyulladás;
- \* elégtelen veseműködéssel összefüggő női vagy férfi terméketlenség;
- \* vese eredetű magas vérnyomás;
- \* mozgásszervi betegségek, gerincfájdalom, ízületi fájdalom, csontfájdalom, a csonttritkulás megelőzése, kezelésének segítése;
- \* allergia és hörgőasztma, ekcéma;
- \* migrén;
- \* bizonyos vérképzési problémák (a vesében képződik az eritropoetin);
- \* ismétlődő torokgyulladás és középfülgyulladás;
- \* a gyenge immunrendszere utaló további állapotok;
- \* ha valaki nem bírja a hideget, betegesen fél valamitől;
- \* idő előtti öszülés, hajhullás, fogszuvasodás.

Elmondható, hogy a RENOL hatékony öregedésgátló (anti-aging) készítmény, mert az egészséges veseműködés a megfelelő életminőség alapfeltétele.

### Adagolása:

A RENOL adagolása krónikus betegeknek és idősebb, kimerült embereknek legyen alacsonyabb (naponta 2-3x1-3 csepp), a jobb kondícióban lévő krónikus betegeknek válasszunk közepes adagolást (3x5 csepp), fiatalok esetében pedig az adag lehet nagyobb (3x7 csepp). Alkalmazása során előfordulhat reverz reakció (ún. visszacsapás), aminek a lehetőségére a beteget minden esetben előre fel kell készíteni, elmagyarázva a jelenség lényegét.

Végezetül kívánok mindenkinek sikeres vese-regenerációt és gondmentes telet!

Dr. Bohdan Haltmar



## Artrózis, artritisz

# Azok a fránya ízületek...

A leggyakoribb ízületi (kopásos, illetve gyulladásos) betegségek, amelyek elsősorban az idősebb nemzedék képviselőit kínozzák, az artrózis és az artritisz. Ahhoz, hogy képesek legyünk kiválasztani az említett betegségekre jótékonyan ható, megfelelő természetes készítményeket, meg kell értenünk e betegségek kialakulásának okát és mechanizmusát. Ez a téma télen még aktuálisabb, mert ilyenkor mindenfajta ízületi probléma fokozottan jelentkezik.

Artrózis (porckopás) esetén inkább a szervezet egyfajta állapotáról van szó, mintsem betegségről. Ez az állapot elsősorban az életmóddal és a mozgásszervek használatának módjával függ össze.

Úgy tűnhet, hogy azoknak, akik sokat mozognak, hamarabb kopnak el az ízületei. Tapasztalatok szerint azonban ez nem így van. Sokféle tényezőn múlik, kialakul-e az artrózis, és ha igen, mikor. Nézzük ezeket közelebbről.

### MOZGÁS ÉS ÉTKEZÉS GYERMEKKORBAN

Az egyik legfontosabb időszak az ember életében az artrózisra való hajlam kialakulását illetően a gyermekkor. Kimondhatatlanul fontos, hogy a gyerekek sokat mozogjanak és változatosan étkezzenek. Napjainkban sajnos mindkettővel komoly problémák vannak.

Főleg a mozgás az, amit manapság háttérbe szorít a számítógép előrenyomulása. Csakhogy testünk több ezer éven át fejlődött, és ez idő alatt szüntelenül vadásztunk, futottunk, menekültünk a különböző veszélyek elől, illetve harcoltunk, míg a számítógépek, a televízió – és a velük kéz a kézben járó passzivitás – csak néhány évtizede van jelen életünkben. Testünk nem képes ilyen gyorsan, hibátlanul alkalmazkodni ehhez a helyzethez.

Rendkívül érdekes, hogy azoknál a nemzeteknél, ahol a távolságokat nem autóval, hanem futással győzik le, az artrózis nem fenyeget, míg nekünk óriási problémákat okoz. Röviden szólva tehát: a gyermekkorban kifejtett, spon-

tán mozgás edzi a mozgásszerveket, beleértve az ízületeket is, mert általánosan érvényes a megállapítás: amit terhelsz, az fejlődik, amit nem használ, az elkorcsosodik.

Felnőttkorban az az ember, aki tud mozogni, bátran terhelhető. Például azok, akik edzőterembe járnak, nemcsak az izmaikat erősítik, hanem a szalagjaik és a csontjaik is erősödnek, sőt bizonyított tény, hogy a porcszövetek is javulnak, amit korábban senki nem feltételezett.

### MITŐL ALAKUL KI?

Tulajdonképpen mi történik az aktív gyermekkorban, és miért annyira fontos ez? Ahogy a gyermek mozgásszerv-rendszere fejlődik, úgy reagál működtetőjének igényeire. A gyermek, miután járni kezd, különböző mászókékon edzi ízületeinek megfelelő felépítését, erősíti izmait, javítja testtartását, lépéseinek biztonságát és főleg: egyre jobban „centrifozza” ízületeit. (Az artrózis kapcsán számunkra ez a legfontosabb.) Ezáltal az ízületek csontjai a megfelelő helyzetbe kerülnek, amelyben a porcszövet terhelése egyenletes, és minimális mértékben kopik. Amint a fizikai aktivitás nagymértékben csökken, tehát az „edzés” elmarad, a mozgásszervek egy idő után hibát hibára kezdenek halmozni. Apró, ám annál jelentősebb hibákat követnek el. A csontok az ízületben a tengelyen kívülre tolnak, ami óriási terhet ró a porcszövetekre, és megindul a porcok nagymértékű kopása. Ennek következtében pedig néhány éven belül megjelenik az artrózis.

A következők az egyoldalú terhelés – például a munkavégzéshez szükséges bonyolult



testhelyzet vagy az ízületek normálistól eltérő alakja miatt (legyen az akár veleszületett, akár baleset következménye).

Talán még Önök is emlékeznek rá, amikor idénymunkában szedtük a krumplit azokkal az idős asszonyokkal együtt, akik a tsz-ben dolgoztak. Mi, diákok, erőnk teljében lévő fiatalok, 3 órányi munka után teljesen „készen voltunk”, és a nap végén szinte haldokoltunk. A nagymamák viszont, akik egész nap fel sem egyenesedtek, délután vidáman mosolyogtak, és semmi bajuk sem volt! Így csak azok tudnak dolgozni, akiknek megfelelően kialakult mozgásszerv-rendszerük van, és tudják, hogyan törődjenek vele. Éppen ez a mozgáskultúra, amit évezredek át öriztünk, tűnik el mindinkább az utóbbi időben. És ez nagy kár.

### SEGÍT A RENOL, AZ ARTRIN, A SKELETIN

Egy szó, mint száz: az artrózis korrall jár, de hogy milyen korrall, azt mi magunk szabhatjuk meg. És mit tegyünk, ha ez az állapot már kialakult? Azt szokták mondani, hogy az artrózis a kialakulása pillanatában fáj, vagy akkor, ha reagál valamire. Ha stabilizáljuk, már rendszert kevésbé fájdalmas. A röntgenlelet szerint 4 fokozata van, a legenyhébbtől a legsúlyosabb, IV. fokozatig, amikor a csontok már összenőnek az ízületben. A gyógyfürdős kezelést paradox módon legkorábban a III. fokozatnál írhatják elő az orvosok, azaz hosszú távú hatása a kezelésnek már egész biztosan nem lehet, míg az I. fokozat esetében még hatékony lehetne a terápia.

Minden kinövés, amelyre artrózis esetén a röntgenfelvételek fényt derítenek, a gyulladás jele – hiszen a szervezet gyakran ily módon igyekszik megerősíteni az adott területet. Ezek tehát nem kinövés, hanem olyan gyulladások, amelyek vagy a terület túlterhelése vagy a gyulladás következtében alakultak ki, és rendkívül fájdalmasak.

A szervezet tudja ugyanis, hogy mire van szüksége, és bizonyos esetekben ez nem más, mint a nyugalom. Akut stádiumban tehát, amikor a legerősebb a fájdalom, érdemes néhány





# Gyógyír a reumás panaszokra

napig élvezni otthonunk nyugalalmát, ízületeinket ARTRIN-nal kenegetni és szedni a RENOL-t, valamint ha az érintett terület bepirosodik, akkor a DRAGS IMUN-t is. A népi gyógyászatból tudjuk, hogy ilyen esetekben jótékony hatása lehet a lágy túróból készített éjszakai pakolásnak.

Ha a helyzet már stabilizálódott, azaz a röntgenfelvételek az artrózist kimutatják, ám a betegség csak időszakosan okoz panaszokat, alkalmazhatjuk a RENOL-t, kisebb adagokban (pl. 2-0-2 csepp), valamint a BALNEOL-os fürdőt hetente legalább 2x, illetve a BIOTERMAL-os fürdőt hetente 1x. Ezeket a fürdőket helyettesítheti bármilyen tőzegfürdő vagy a Holt-tengernél kért kezelések. De arra nagyon figyeljünk, hogy a fürdő után legyen idő a pihenésre, nehogy megfázzunk. Ízületeink táplálásáról sem szabad megfeledkezni, azaz több kollagént is szüségünk. A SKELETIN több mint kiváló ilyenkor.

Az artrózis kezelésekor a test hőmérséklete is igen fontos tényező, ezért figyelniük kell arra, hogy ne fázzunk át. A rehabilitáció és a megfelelő testmozgás ugyancsak feletőbb fontos, persze csak akkor, ha egyáltalán képesek vagyunk mozogni. Sokat segíthetnek az olyan fizikai kezelések, mint pl. a mágnesterápia, az elektrokezelés vagy a lézer.

## AMIKOR BEGYULLAD AZ ÍZÜLET...

Az ízületi gyulladás (arthritis) kialakulhat fertőző betegség után (pl. szalmonella-fertőzés), illetve közvetlen fertőzéssel (borreliosis), esetleg autoimmun folyamat következtében (pl. reumatoid arthritis). Fontos tisztában lenni azzal, hogy a borreliosis második stádiuma inkább autoimmun folyamat, mintsem fertőzés, bár előfordulhat, hogy időnként még találunk borreliát a szervezetben. Ezek a baktériumok ugyanis szeretnek elrejtőzni a sejtekben, és csak néha vándorolnak át a vérbe, ahol aztán az antibiotikumokkal el tudjuk pusztítani őket.

Az ízületi gyulladás témaköre kapcsán ezúttal leginkább a *reumával* fogunk foglalkozni. Az emberek sokszor ebbe a kategóriába sorolják az artrózist is, ám a két betegség kialakulásának oka alapjaiban eltér egymástól. A reumánál ugyanis gyulladásról van szó, amely sok esetben nemcsak az ízületeket, hanem más szöveteket is érint, és a gyulladásra utaló jelek a különböző szövetegyséteknél azonosak is lehetnek. Tehát pl. a *pikkelysömör* (psoriasis) ismert bőrkütiés-ként is megnyilvánulhat, ám előfordulhat az is, hogy minimális bőrtünet mellett az arthritisz a legfőbb jellemzője.

A reumatoid arthritisz nem csak az ízületeket támadja meg – problémát okozhat a szem, a húgyhólyag, a bélrendszer stb. működésében is. A *Bechterew-kór* az ízületek körüli szalagokat károsítja, legtöbbször az Achilles-ín esik először áldozatául; az *ochronosis* pedig a porc szövetek reumatikus megbetegedése. Láthatják, mennyire különbözőek ezek a betegségek, ezért most az

ízületi gyulladással inkább oly módon foglalkozunk, hogy mélyebben nem taglaljuk az egyes betegségeket.

## MILYEN SZEREKET ALKALMAZZUNK?

A gyulladt ízület bedagadhat, bevörösödhet. Ilyenkor a DRAGS IMUN segít megszüntetni a lángoló érzést, a RENOL pedig eljuttatja a hatást az ízületekbe. Ám néha jelentkezhethet az ún. hideg hatás, vagyis az ízület nem forrósodik, deformálódott, duzzadt (akár folyás is előfordulhat), és fáj. Ebben az esetben hosszú távú alkalmazás mellett rendkívül jól hat az IMUNOSAN.

A reuma külön fejezetet jelent, hiszen ilyenkor ízületi destrukció és deformálódás következhet be. E probléma esetén a CYTOSAN használatát részesítem előnyben, mert a kínai orvoslás szerint a reumatoid arthritisz a szervezetben felgyülemlett nyák és egyéb kiegyensúlyozatlanságok következtében alakul ki, és ezekre a CYTOSAN feletőbb jól hat. Már egy hónapnyi használat után láthatóan csökken a duzzanat, csillapodik a fájdalom, és pár CYTOSAN-os kúra után a reumások rendszerint csökkenthetik a gyógyszeradagjukat. Sőt, általában is elmondható, hogy a CYTOSAN remekül működik a legkülönbözőbb destrukciókkal és izzáddal járó gyulladásoknál. Összeszedi, ami nem való a szervezetbe, és támogatja az anyagcserét.

Ne feledjük, hogy autoimmun gyulladás esetén valami nagy gond van a szervezet működésével. Az ember ilyenkor kimerült, és a teljesítőképessége attól függ, hogy a gyulladás éppen nyugalmi állapotban van-e vagy sem. Ezért olyan nehéz feladat az érintettek számára a munkába járás, mert az bizony stabil teljesítőképességet kíván. Viszont a CYTOSAN ezeket az állapotokat kiválóan képes stabilizálni.

Ha a betegség az inakat vagy a szemet támadta meg, járjunk el a Pentagram® regeneráció mód-



szere szerint, és szedjük REGALEN-t, valamint a sérült területeket kenegessük PROTEKTIN-nel.

A rehabilitáció során ne arra összpontosítsunk, miként néz ki az ízület, hanem arra, hogyan működik. Kezdődő artritisznél az ENERGY készítmények használatával jelentős mértékben késleltethetjük a deformitást. Javaslom még a SKELETIN használatát.

## A GYÓGYKEZELÉS TÁMOGATÁSA

Arthritisz esetében, legyen bármi a kialakulás oka, hosszú gyógykezelésre kell számítani, ezért nagyon fontos, hogy kitartsunk, és ne várjunk azonnali hatást a készítményektől. A folyamat felgyorsítása nem kívánatos, mert ennél a betegségnél valóban igencsak számít, hogy a gyógymód alapos és folyamatos legyen. A gyógykezelést a szervezet méregtelenítése mellett támogathatjuk az izomszövetek erősítésével. Ebben lesz segítségünkre a KING KONG, amely megsokszorozza a fizikai erőnlétet, ami a reumás betegségeknek rendkívül fontos. A terápián belül az idő dönti el, mikor kell megkezdeni a szedését, ezért javaslom, hogy minden esetben konzultáljon tanácsadóival.

Fontos, hogy egyéb dolgoknak is megfelelő figyelmet szenteljünk. Az autoimmun folyamatoknál általánosan jellemző, hogy a saját erőnkön önmagunk ellen fordítjuk, nem pedig a saját hasznunkra, ezért betegszünk meg. Ha ilyenkor sikerül megtalálnunk a tényleges okot, hogy miért is indult be ez a folyamat, akkor jelentősen megkönnyebbülhetünk, sőt bizonyos esetekben meg is gyógyulhatunk. Kerülnünk kell továbbá a túlterhelést. Terheljük magunkat bizonyos fokig, de ne túlzottan. Végül megemlítem, hogy ilyen állapotokban kiváló hatásuk van a fürdőknek – főleg a BALNEOL-osnak –, továbbá áldásos lehet az ARTRIN használata a fájó területeken, valamint a talpuknak a vesékhez tartozó reflexzónáin.

Az ENERGY holisztikus készítményeinek előnye, hogy nemcsak energetikai és gyakran fizikai szinten segítenek megoldani a problémákat, hanem esélyt adnak arra is, hogy megtaláljuk a betegség lelki okát.

Kívánom Önöknek, hogy ízületeik maradjanak rugalmasak és hajlékonyak!

**Dr. Alexandra Vosátková**



# A daganatos betegségek megelőzése és kiegészítő gyógymódjai

Egy rettegett diagnózis, amellyel sem betegként, sem hozzátartozóként nem szeretne szembesülni senki. A statisztikák mégis romló tendenciát mutatnak. Jómagam is megküzdöttem a daganattal 2008-ban. Orvosként is átmentem ugyanazokon a lélektani állomásokon, amelyeken bármely laikus sorstársam: döbbenet, kétségbeesés, tagadás, szembeszállás – hogy csak a legfontosabbakat említsem. Aztán eljött a pillanat, amikor döntenie kellett: hogyan tovább? Én az alternatív gyógymódok mellett tettem le a voksomat.



Akkor még nem is feltételeztem, hogy ez gyökeresen meg fogja változtatni az életemet, és egyszer daganatos betegekkel fogok foglalkozni, valamint azt sem, hogy a saját magamon alkalmazott terápia lesz kezelésük vezérfonala.

Több mint 5 év telt el azóta. A nyugati orvoslás képalkotó és diagnosztikus eljárásai értelmében (is) egészséges vagyok. Ezeknek az éveknél tapasztalatait és a daganatos betegek gyógyítása során szerzett meglátásaimat szeretném megosztani a Kedves Olvasóval.

Hiszem és vallom, hogy a test, a lélek és a szellem egységet alkot. Mindhárommal törődnünk kell a maga idejében és módján. Bármelyiket is hanyagoljuk el éveken keresztül, előbb-utóbb meglesz a következménye. Úgy vélem, hogy rendezett emberi kapcsolatainkkal, belső békével, magasabb és nemes célok szolgálatába állított életünkkel előzhetjük meg leginkább a daganatos betegségek kialakulását. Ha ehhez megfelelő táplálkozás és életmód társul, akkor megtettük a legtöbbet, amit tehetünk, hogy egészségesek maradjunk.

## MEGELŐZÉS

A megelőzésben fontos szerepet játszik az időközönkénti, de rendszeres méregtelenítés. Évente legalább kétszer kellene nagy tisztító-kúrát tartanunk. Kiváló segítséget nyújtanak a humáttartalmú készítmények: CYTOSAN, CYTOSAN INOVUM valamint a REGALEN cseppek. A hosszan tartó elsavasodás elősegíti a daganatos betegségek kialakulását, ezért a sav-bázis egyensúly megtartásához nélkülözhetetlenek a zöld élelmiszerek: a SPIRULINA, a SPIRULINA BARLEY és a CHLORELLA. Célszerű évente többször, kúraszerűen fogyasztani őket. A BETAFIT hatékony a méregtelenítésben, mindemellett segíti a vérképzést, lassítja az öregedési folyamatokat.

Testünknek sok nyomelemre, ásványi anyagra, enzimekre és vitaminra van szüksége az élettani folyamatok biztosításához, és ezek nagy része táplálékkal kerül be a szervezetünkbe, ezért jó minőségű élelmiszerekkel, rendszeres zöldség- és gyümölcsfogyasztással, kiegyensúlyozott, vegyes étrenddel sokat tehetünk egészségünk megvédéséért.

A sport nemcsak endorfint szabadít fel, ezáltal biztosítva a jó közérzetet, hanem többértékes támogatja az emberi testben zajló biológiai

folyamatokat. Ennek kapcsán elsősorban a szabad gyököktől való megszabadulást, a jó fizikai kondíciót, a szív és az érrendszer védelmét, valamint a méregtelenítést emelem ki. Aki nem szeret sportolni, az legalább jógázzon vagy tegyen egy héten többször hosszú sétát, biciklizzen, lift helyett gyalogoljon, ha az egészségi állapota engedi.

Egyértelmű, hogy az önpusztító életmód, az agyonhajszoltság, a kevés és rendszertelen alvás, a rendszeres alkoholfogyasztás, a dohányzás – mind-mind hozzájárulnak a daganatok kialakulásához, de legalábbis többszörösére növelik annak kockázatát. Mivel táplálékunkkal nem tudunk kellő mennyiségben minden nyomelemet, vitamint, ásványi anyagot és aminosavat bejuttatni a testünkbe, ezért az egészséges embereknek is évente többször, kúraszerűen kellene étrend-kiegészítőket szedniük.

A macskakarom, a lapacho és a zöld tea + GABA rendszeres fogyasztása hozzájárul immunrendszerünk helyes működéséhez és ezek kiváló antioxidánsok is. (Az immunerősítésről l. még a *Vitae* novemberi számában megjelent cikkemet.)

A Pentagram® készítmények alkalmazása a lezajlott méregtelenítés után egyéni mérlegelést kíván, és a beteg aktuális állapota, esetleg társuló tünetei függvényében javaslom alkalmazásukat.

## HA MÁR KIALAKULT A DAGANAT

Mit tegyünk, ha daganatot diagnosztizálnak nálunk? Mindenekelőtt a reményt mint vezérlő csillagot soha ne veszítsük szem elől! Higgyünk a szervezet öngyógyító erejében, és támogassuk azt!

A hit egyéni dolog, senkire nem lehet ráerőltetni. Nekem rengeteget segített a gyógyulásomban a tény, hogy hiszek a Gondviselésben, egy mindent átfogó, magasabb szellemi intelligenciában. Együttműködésünk kezdetén rendszeresen sokkolom a betegeimet azzal, hogy elmondom: a betegség nem ellenség, hanem segítő, aki azért jött, hogy megmutassa: eddig nem jó úton járunk. Olyan dolgokra figyelmeztet, amelyek sokszor mély lelki szinten vannak elnyomva, esetleg arra, hogy a partner vagy szülő életét éljük a sajátunk helyett. A folyamatos elnyomással erőszakot követünk el a lelkünkkel szemben, ami a későbbiekben nagy valószínűséggel testi tünetekben fog jelentkezni. A rajtunk esett sérelmeket éveken keresztül cipeljük.

A Miatyánk talán legnehezebben megvalósítható sora a „bocsásd meg a mi vétkeinket,



miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek!”. Én mégis erre biztatok minden érintettet, mert a megbocsátás misztériuma kulcs önmagunk megváltásához a tekintetben, hogy a haragot, a gyűlöletet és a régi sérelmeket le tudjuk tenni, és tiszta lappal, negatív érzelmektől mentesen lépünk az új útra, sokaknál a gyógyulás útjára. Persze ahány ember, annyi sors, de nagy általánosságban elmondható: ezen problémakörök mentén célszerű elgondolkozni és ebből kiindulni a betegség gyökereinek felderítésénél. Márpedig egészséges gyökerek nélkül nincs egészséges fa...

Jómagam nem sorscsapásként éltem meg, amikor közölték velem a diagnózist és egy lélegzetvétellel azt is, hogy nagyjából egy évem van hátra, ha nem hagyom magam megmúttatni és kezelni. Úgy fogtam fel, hogy egy kikötőbe értem, ahol kényszerpihenőm lesz, és ezen idő alatt el kell gondolkodnom azon, miért is alakult ki a betegségem, valamint tennem kell a leküzdéséért is. Másnap elkezdtem a terápiát. Semmilyen tapasztalatom nem volt korábban a daganatos betegségek természetes kiegészítő gyógymódjaival kapcsolatban, így hát az út eleje göröngyös volt és enyhén fogalmazva is autodidakta. Aztán egyre többet olvastam, tanultam, ezzel párhuzamosan kezeltem magam. A mai napig ez a kúra képezi daganatos betegeim kezelésének alapját, bár az évek alatt több értékes gyógyszerrel bővítettem. (*Gyógy-szer* – a szó nemes értelmében.) Most összegezve szeretném megosztani a Kedves Olvasóval a legfontosabb irányelveket.

## MINDIG MÉREGTELENÍTÉSSEL KEZDÜNK

A kezelést mindig méregtelenítéssel kezdem. Ehhez CYTOSAN-t vagy CYTOSAN INOVUM-ot használok, kiegészítve májvédő és vesetisztító teakeverékekkel. Ha a daganat a bélrendszert vagy a tüdőt érinti, akkor a terápiát ki lehet

# Járjunk a magunk útján, éljük a saját életünket!

▶ egészsíteni VIRONAL-lal. Jól ismert az ún. Breuss-kúra. Jómagam annak idején nem tudtam végigcsinálni, és ma is csak azoknak ajánlom, akiknek a böjtölés már volt – lehetőség szerint pozitív – tapasztalatuk. Ettől függetlenül járható és hasznos út, de nem mindenki bírja a böjtölést, főleg nem 42 napon keresztül...

Az útifűmag-héj jótékony hatást fejt ki a belekben, kitisztítja és megszabadítja őket a bélfalakra kicsapódott salak- és mérgeanyagoktól. Az ENERGY zöld élelmiszereivel való lúgosítás a kúra bevezető szakaszának elengedhetetlen része, majd a későbbiekben is évente pár alkalommal, 2-3 héten keresztül ajánlott. A BETAFIT-et mind a kezelés elején, mind a későbbiekben többször, kúraszerűen javaslom alkalmazni. Nem tartom viszont célszerűnek, ha huzamosan, hosszú távon alkalmazzák, ezáltal lúgosabb közeget kialakítva, mert sok immunfolyamat csak abban a kényesen szűk pH-tartományban mehet végbe, amilyen az emberi szervezetbe van állítva.

Az immunrendszer erősítése alapvető feladat, ezért azt azonnal el kell kezdeni, tehát a DRAGS IMUN és az IMUNOSAN szedése elengedhetetlen, lapacho vagy macskakarom teával kiegészítve. A DRAGS IMUN a kemoterápia utáni legrosszabb vérképet is 1-2 héten belül rendezi. Áttétek vagy rossz prognózisú daganatok esetén alkalmazását célszerű kiegészíteni fagyöngy injekcióval, hogy hatványozottan ösztönözzük az immunrendszert sejtjeinek képzésére. Az immunrendszert passzívan is erősíthetjük, olyan anyagok bejuttatásával, amelyek előnyösen befolyásolják az élettani folyamatokat. Ilyenek az antioxidánsok, a flavonoidok, amelyek védenek a szabad gyökökkel szemben: FLAVOCEL, GREPOFIT.

A betegség összetettsége miatt magasabb dózisú nyomelem- (FYTOMINERAL) és vitamin-bevitelre (VITAFLOLIN) van szükség, mint egyéb betegcsoportnál. Ugyanez érvényes az omega-3 zsírsavakra. A VITAMARIN elvethetetlen előnye a piacon lévő, sok más hasonló típusú készítménnyel szemben, hogy számtalozott mennyiségben tartalmaz A- és D-vitamint. Ez utóbbi ismert immunstimuláns hatásáról. Jómagam is szedtem a betegekkel hosszú távon a D-vitamint, napi 3000 NE mennyiségben. Hatékonyak még erre a célra a grépfrút-mag- és Echinacea-kivonatok (GREPOFIT), valamint a propolisz hatóanyagai.

A szervezetnek a daganatos betegség leküzdéséhez fokozott aminosav-bevitelre van szüksége, többek között az immunsejtek termeléséhez. Élelmiszereinkkel nem vagyunk képesek ezt a nagyobb mennyiséget bevinni, ezért a kínai ördögccérna (goji) tea fogyasztása mellett a komplex aminosav készítmények emelt dózisú, szintén hosszú távú bevitele is fontos.

Az élő enzimek jótékony hatását nem lehet túlhangsúlyozni. Kiváló forrásaik a frissen préselt zöldséglevék. Elsősorban a Breuss-kúrából átemelt, cékla alapú leveket javaslom, akár mindennapi fogyasztásra is. Szintén magas C-vitamin- és nyomelem-tartalma van a homoktűvisnek.

A rák alternatív gyógyításában napvilágot láttak különböző monokomponensű terápiák. Ilyenek a B17-vitamin, a magas dózisú, vénás C-vitamin, a deutériumos víz fogyasztása. Az érintetteket körültekintésre, megfontoltságra és óvatosságra intem. Nem vonom kétségbe a pozitív élettani hatásukat, de jómagam sem választottam ezt az utat egyedüli megváltásként, és a betegeimnek sem javaslom. Meglátásom szerint a daganat kialakulásakor és növekedésekor a testben zajló folyamatok, amelyekkel a szervezet igyekszik leküzdeni a betegséget, sokkal összetettebbek annál, mint hogy egy-egy kiemelt hatóanyag hosszú távon segíthetné a gyógyulást. Többoldalúan kell támogatni a szervezetünket.

A kúra első évében minden betegemet kérem a húsfogyasztás mellőzésére. A hús emésztése során felszabaduló mérgeanyagok előnytelenül hatnak a gyógyulásra és terhelik a szervezetet.

Tiltólistán vannak a savasító élelmiszerek: kávé, kóla, alkohol, szénsavas üdítőitalok, fehér cukor, emellett az állati fehérjék bevitelét is korlátozni kell. A minimum 2–2,5 liter jó minőségű víz, illetve a lapacho, a macskakarom, a zöld tea + GABA, a zöldség- és gyümölcslevék fogyasztása elengedhetetlen.

## ZÁRSZÓ

Mint már említettem, a test-lélek-szellem egységét vallom a gyógyításban és tartom szem előtt mint vezérfonalat, ezért a betegeimnek is hangsúlyozom, hogy ne csak a külső tényezőkre – tehát a helyes étrendre, a sportra és az étrendkiegészítők szedésére – figyeljenek oda, hanem az emberi kapcsolataikat is rendbe kell hozni és ápolni. A rendezetlen belső világ előbb-utóbb testi tünetekben jelentkezik.

Nap mint nap látom, mennyi önértékelésben sérült, frusztrált ember van. Ha önmagunkat nem tanuljuk meg szeretni, valószínűleg mást sem fogunk tudni igazán. Önmagunk elfogadása, hibáink felismerése és kiküszöbölése emberi nagyságunkat növeli és hozzájárul egészségünk megőrzéséhez vagy a betegség leküzdéséhez.

Az a bizonyos belső hang sokszor jól süg nekünk, csak külső vagy belső kényszerünk által

vezérelve elnyomjuk... Mélyedjünk el, befelé figyelve és játszma-mentesen próbáljunk választ keresni a kérdésekre: mit akarunk az élettől, és az élet mit akar tőlünk? Jó úton járunk-e?

Ha az út, amelyen járunk, folyamatosan fájdalmat okoz, akkor az nem a mi utunk! Ne akarjunk mindenféle társadalmi konvencióknak megfelelni, felnőttkorban is a szülőök vagy a partnerünk életét élni, az ő értékrendjüket önmagunkra erőszakolni. *Egyediek és megismételhetetlenek vagyunk.* Sok félresiklott életbe tekintettem be az elmúlt években, amelyek nem egyszer helyrehozhatatlan kárt tettek a lélekben és a későbbiekben a testben is.

A félreértések elkerülése végett szeretném megjegyezni, hogy nem a bölcs szülői intelmekről beszélek, amelyeket sokszor célszerű megfogadni! Időközönként keresztteződésekhöz, ezáltal döntésekhez érünk életünk során. Sokan nem mernek lépni vagy kilépni egy rossz házasságból, frusztráló munkahelyről, megvédeni magukat a zsarnok szülővel, partnerrel szemben, vagy éppen az egész életük a gyerekeik szolgálatáról szól. Természetesen ezen nem a sérült gyermekeket értem, akik mellett tiszteletreméltó módon egy életre szóló szolgálatot teljesít a szülő.

Kívánom minden Kedves Olvasónak és érintettnek, hogy legyen kellő önbecsülése, ereje az élethez, a gyógyuláshoz, álmai megvalósításához, hogy az utolsó napon majd elmondhassa: „Ama nemes harcot megharcoltam, futásomat elvégeztem, a hitet megtartottam.” (Pál II. levele Timóteushoz 4.7-8)

Mindenkinek egészségben megélt, boldog és kiteljesedett életutat kívánok, amelyen a bölcsesség és az eredendő emberi jóság vezérli cselekedeteiket!

**Dr. Faragó Csilla**  
orvos-természetgyógyász

*Csütörtökönként a Rákóczi úti ENERGY Klubban a cikk szerzőjével való személyes konzultációra, bemérésre és orvos-természetgyógyászati tanácsadásra van lehetőség. Bejelentkezés a 06 30 854-5255-ös telefonszámon.*



# A kronobiológia és a Pentagram® termékek Csakráink és a születéskor kapott energiacsomag

A kronobiológia módszerét dr. Artur Zsaszkov orosz professzor dolgozta ki, több évtizedes kutatómunkával. Különböző temperamentumú, adottságú, munkakörű emberek csoportjait vizsgálta fizikai, érzelmi és intellektuális tulajdonságaik alapján. A kronobiológia születési energetikai szintet tár fel, kiváló módszer az emberek egészségi állapotának felmérésére, ami fontos a megelőzés szempontjából.



Elengedhetetlenül szükségesnek tartom a hozzánk fordulóknak személyiségének, csakraenergetikai alapszintjeinek (vagyis energiaközpontjaik működésének) az értékelését,

hogyan a számukra legjobb, személyre szóló segítséget kínálhassuk fel. Nem véletlenül vagyunk egyediek, gyógyulási esélyeink is különböznek. Nem lehet általánosítani! A kronobiológia révén megvizsgálhatjuk az egyes emberek befogadóképességét, ehhez rendelkezhetjük az ajánlott kezelési formákat. Az sem mindegy, hogy a gyógyító milyen temperamentumú, mennyire képes ráhangolódni a másik emberre. Ha az energetikájuk teljesen eltérő, vagyis nem illenek össze, a gyógyítás hatástalan marad.

Rendezésünkre áll a Zsaszkov professzor által kifejlesztett speciális táblázat, amelynek alapján meghatározzuk az illető születéskor kapott életenergia-szintjét, és csakráink energetikáját. Természetesen életünk folyamán ezek a szintek változnak, de ha a változás túl nagy különbségeket okoz, az már betegségek egész sorát idézheti elő. Célunk tehát az optimális energiaszint megtartása.

Minden ember a születésekor kapott energiacsomaggal érzi legjobban magát. Ha ez a szint mélyen az optimális alá esik, krónikus betegségekre, ha magasán fölé emelkedik, akut megbetegedésekre hajlamosít. Legjobb a bajokat a kezdeti stádiumban felfedezni, ezért fontos a rendszeres kontroll és az újabb mérések. Ebben nyújt segítséget a csakrák állapotfelmérése,

valamint az ENERGY termékeinek használatát megelőzésre, gyógyításra egyaránt.

A következőkben a fizikai markerek szerinti típusokat, betegségajlamait, kezelésüket mutatom be röviden, a Pentagram® koncentrátumok segítségével.

## KÜLÖNBÖZŐ TEMPERAMENTUMÚ EMBEREK

Fizikai szinten két csakra energetikáját vizsgáljuk: a keresztcsonti, más néven szexcsakráét (2-es csakra, szanszkrit nevén *szvādhiszthána*), továbbá a napfonat csakráét (3-as vagy *manipura*). Így feltárhatjuk az energiaközpontokhoz kapcsolódó szervek állapotát. Alacsony értéknél már előre, tehát tünetmentesség esetén is sokat tehetünk, felvilágosítva a beteget, hogy mire figyeljen. Túl magas értéknél általában gyulladásos folyamatok zajlanak, melyekre remek szereket tudunk ajánlani. Közepes értékeknél a betegség kialakulásának kockázata minimális (persze megfelelő életmód mellett!). A fizikai kontúr szexcsakra értéke (libidó) azt mutatja, miként reagálunk a külső ingerekre, a napfonat csakráé pedig azt, hogy milyen mértékben dolgozzuk fel az információkat (emésztés).

(Ha valakinél túl alacsony vagy túl magas a 2-es vagy a 3-as csakra energiaszintje, akkor ezen csakrák párjainál – az 5-ös, illetve a 4-es csakra területén – ugyancsak kiegyensúlyozatlanná válik az energetika, ezért a hozzájuk tartozó szerveknél szintén fokozott lesz a betegségajlam. Csak egy példa: a nőgyógyászati problémák előtt vagy után /2-es csakra/ szinte

törvényszerűen megjelennek a torok- és pajzsmirigybetegségek /5-ös csakra/ – A szerk.)

## MELANKOLIKUS TÍPUS

Precíz, együttérző, hálás, jó ember, de erőtlén, zárkózott, pesszimista, sok esetben a védekezés miatt elhúzik, „páncélt növeszt” a külvilág felé. Alacsony 2-es és alacsony 3-as csakra értékek jellemzők rá.

A krónikus energiahányból származó betegségek jellemzők rá. A vese, hólyag, nemi szervek és az emésztés problémái mellé társul a gyenge immunrendszer.

RENOL-lal – megfelelő időpontban megválasztva – kezelhető, egyensúlyba hozható a vizeletkiválasztó rendszer működése, ezáltal a krónikus fáradtság tünetei is enyhülnek. A RENOL az immunrendszerre is jótékony hatást gyakorol, mert regenerálja a vesét, a nyirokrendszert, eltávolítja a testből nehézfémeket, csökkenti az ödémaképződés okozta terhelést. A lélek szintjén lazításra ösztönzi a melankolikus embert, határozottabbá, bátrabbá, optimistává teszi.

## A KOLERIKUS

Céltudatos, lelkesítő, maximalista, határozott, de ideges, türelmetlen, egyensúlytalan ember. Alacsony 2-es és magas 3-as csakráértékek jellemzők. Krónikus vese-, hólyagproblémák, a nemi szervek betegségei és az emésztőrendszerben akut gyulladásos folyamatok jelentkeznek nála. Epehólyag-gyulladás, májproblémák, epekő és gyomorfekély hajlam ugyancsak felléphetnek.

A RENOL megfelelő választás számára a húgyutak krónikus betegségeinek felszámolásában, és a krónikus nőgyógyászati panaszok enyhítésére, prosztataproblémák oldására szintén kiváló. A GYNEX ugyancsak hatékonyan „bevethető” a hormonrendszer egyensúlyának megteremtésére. A változókorban stabilizáló hatású, védi az érrendszert, gátolja a csonttrikulást, csillapítja az ingerlékenységet, az izzadást és a hőhullámok ellen is kiváló.

A REGALEN a benne lévő gyulladáscsökkentő hatóanyagú gyógynövényeken túl a lélek szintjén is hat, mert normalizálja a hangulatot, enyhíti a haragot, a türelmetlenséget, indulatosságot, melyek gyakran a máj- és epebajok kiváltó okai.

## SZANGVINIKUS TÍPUS

Erős, határozott, versenyző típus, vidám és optimista, de türelmetlen, lenéző és durva is lehet. Optimális, középértékű szexcsakra és magas napfonat csakra értékeket találunk nála.

A szangvinikus ember általában igen egészséges, maga az életerő. Ha betegség támadja meg, az a legtöbb esetben akut, gyors lefolyású, és leginkább az emésztőrendszert érinti. Nagyon jól reagál a gyógynövénykivonatokra.

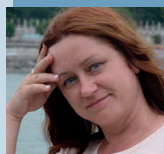
Neki a REGALEN-t ajánlom, amellyel előnyösen befolyásolható a bélgyulladás, a fekélyek, a gyomorégés és a felfúvódás. A REGALEN a



## Válaszolnak a természetgyógyászok

# Tanácsadás a neten

Ebben a rovatunkban az internetes tanácsadás kérdéseiből és válaszaiból tallózunk, némi szerkesztéssel és rövidítéssel. A természetgyógyászoktól, **Kotriczné Szilágyi Judit** kineziológustól és **Ráczné Simon Zsuzsanna** fitoterapeutától származó válaszokat dőlt betűvel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, felteheti kérdését a [www.energy.sk](http://www.energy.sk) honlapon.



### KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

Szeretném elapasztani az anyatejet, mert már 1,5 éve nem szoptatok. Hormonális tablettát nem szeretnék alkalmazni, mert tartok tőle. Milyen terméket használhatom? A GYNEX segít?

*Valószínűleg hormonális okból nem apad el a tej. Jó lenne végeztetni egy hormonvizsgálatot. Valószínű, hogy magas a*

*prolaktin hormon szintje. E mögött sokféle ok lehet, lelki vagy egyszerű lerakódás, de komoly probléma, pl. mirigydaganat is. Ezt ki kellene szűrni. Fognak felírni tablettát, és az nem hormon. Az ENERGY készítményeket kiegészítésre kellene ciklusfüggően alkalmazni, a menesz első napjától a végéig nem szedni. A menesz után 10 napig RENOL, ezt követően pedig KOROLEN a meneszig. Két hónap után kérek visszajelzést az eredményekről.*

\*\*\*



### RÁCNÉ SIMON ZSUZSANNA

Kb. 1 hete szedem a FYTOMINERAL-t. Azóta állandóan fáj a gyomrom, és rossz a közérzetem. Pedig csak napi 15 cseppet mertem bevenni. Mit tegyek?

*Néhányan intenzíven reagálunk a FYTOMINERAL-ra. Javasolom, hogy minden étkezés után 2-3-4 cseppet vegyen be egy pohár vízben. A FYTOMINERAL igen hatékony, már kis mennyiségben is jól hasznosul.*

## További energiaközpontok, betegséghajlamok

lélek szintjén lecsillapítja a szangvinikus ember haragját, indulatosságát, türelmetlenségét, impulzivitását.

### A FLEGMATIKUS

Kényelmes, türelmes, befogadó, hűséges, precíz, de lassú, lusta, a múlthoz ragaszkodó ember. Magas 2-es és alacsony 3-as csakraértékek jellemzik.

Energiatöbbletből származó vese-, hólyag- és nemi szervi gyulladások, akut folyamatok, valamint energiahányból származó krónikus bélrendszeri megbetegedések, emellett ödéma és székrekedésre való hajlam jelentkezik nála. Mindehhez gyenge immunrendszer társulhat.

Ennél a típusnál a GYNEX hozzájárul az immunrendszer erősítéséhez, alkalmas a nőgyógyászati gyulladások kezelésére (férfiaknál a RENOL és a KING KONG), valamint lelki szinten a lustaság és a lassú gondolkodás javítására. Akut vese- és hólyagpanaszokra a RENOL lehet a megfelelő szer mindkét nem számára.

Krónikus bélpanaszok esetén a VIRONAL segíthet a harmonizálásban, a gyulladás csökkentésében.

REGALEN-nel az ödémát csökkenthetjük, mivel összetevőit tekintve erős méregtelenítő, vízhajtó hatású. Sokat segíthet a CHLORELLA fogyasztása az elsavasodás megszüntetésében, az emésztőrendszer tisztításában, a méreganyagoktól, nehézfémektől való megszabadulásban, ezzel gátolva a vírusok, baktériumok és gombák kóros elszaporodását.

Zsazskov professzor felfedezte, hogy egyes típusok is léteznek, más energiaszintekkel. Őket a kronobiológia „finomhangolásainak” tartjuk.

### ÉRZÉKENY KOLERIKUS TÍPUS

Optimista, céltudatos, lelkes, befogadó, de sértődékeny, türelmetlen és agresszív. Extrém

alacsony szexcsakra szintet és alacsony napfonat csakra értéket találunk nála.

Mindkét szinten krónikus betegségekkel számolhatunk – a vizeletkiválasztó rendszer, a szaporítószervek és az epe-, máj-, gyomor-problémák, bélbajok, krónikus székrekedés, renyhe bélműködés miatt. Ezek a betegségek szinten tarthatók, de kóros energiacsökkenésre azonnal kiújulnak.

Jól megválasztott időszakban a RENOL adagolásával megszüntethető a kóros energiahány a belső szervekben, és a lélek szintjén is stabilizálja a betegek hangulatát.

A KOROLEN harmonizáló hatásával oldja a stressz okozta problémákat, segíti a koncentráció-képességet (az agy oxigénellátásának javításával), a hormonrendszer működését. Lecsendesíti a hisztériát, az agresszív viselkedést, és az immunrendszert is támogatja.

A REGALEN a renyhe bélműködésre is hat, mert az emésztéshez szükséges normális epe-hólyag-működést állítja helyre, ezzel enyhíti vagy megszünteti a krónikus székrekedést.

A zöld élelmiszerek közül a CHLORELLA támogatja legjobban a belek hasznos mikroflórájának kialakítását, a bélműködést és a belek gyulladásos folyamatainak felszámolását.

### A FLEGMATIKUS-SZANGVINIKUS

Toleráns, széles látókörű, mozgékony, maximalista, de beképzelt, nagyképu, uralkodó is lehet. Jellemző rá az extrém magas 2-es és az optimális 3-as csakraszint.

Az ilyen ember kimondottan súlyos, visszatérő gyulladásos betegségekre hajlamos a vese, a húgyhólyag, a nemi szervek tájékán. Emésztőrendszere viszont stabil, enyhe székrekedés előfordulhat ugyan, de megfelelő táplálkozással javítható.

Az érintetteknek RENOL-t javasolok a húgyutak fertőzéseire, valamint GYNEX-et a nemi szervek gyulladásainak csökkentésére. Mindezt egyénre szabottan kell megválasztani, kiegészítve GREPOFIT és DRAGS IMUN rövid idejű, intenzív adásával. Ugyancsak segít az ARTRIN KRÉM vesetájékon alkalmazott, napi 1-2 alkalommal történő bedörzsölése.

### KÖZEPES SZANGVINIKUS TÍPUS

Alkalmazkodó, egyensúlyos, kommunikatív, de felületes, befolyásolható, kaméleon típus. Alacsonyabb szexcsakra és optimális napfonat csakra értékeket találunk nála.

A közepes szangvinikusoknak minimális hajlamuk van a krónikus vese- és húgyhólyag-problémákra, valamint a szaporító szervek megbetegedéseire, emésztőszervi bajokra pedig egyáltalán nincs hajlamuk.

Számukra megelőzőként javasolok egy-egy KOROLEN-kúrát immunerősítésre, regenerációra, a nehézfémek és az esetleg felszaporodott gombák eltávolítására, általános testi-lelki megújulásra, továbbá a zöld élelmiszerek közül a BARLEY-t.

A fentiekből kitűnik, mennyire nem mindegy – még azonos tünetegyüttes megléte esetén sem –, hogy a különböző típusú embereknek melyik táplálékkiegészítőt és milyen adagolásban adjuk. Ne feledjük azt sem, hogy a betegséget az önmagunkra való odafigyelés gyógyítja meg!

**Kiresné Vincze Ilona**  
parapszichológus, numerológus

Bejelentkezés személyiségelemzésekre:  
(30) 570-3449  
További információ és elérhetőség az ENERGY Belváros Klubban

# Beszédes arcok

**Mai világunk a korszerű gyógyítás korszaka. Az endoszkópok, izotópok, laborok, röntgenek, UH, CT, MRI és egyéb, az emberre félelmetesen, néha ijesztően ható gépi diagnosztikák korszakát éljük. Gyakran e gépek vizsgálati eredményeitől vár megoldást az orvos és a páciense is a gyógyuláshoz. A beteg lassan elvész ebben az útvesztőben... Pedig a megoldás ósidők óta látható, nincs elrejtve, a szemünk előtt van, az arcunkra kódolva!**



Évezredek óta foglalkoztatja az emberiséget a kommunikáció egyik jellegzetes, legjobban az emlékezetbe vésett testrésze, az arc. Ahogy nincs két egyforma kavics a folyóparton, úgy nem találunk két

teljesen egyforma emberi arcot sem. Néhány évszázaddal ezelőtt a tehetősebb, híres emberek festőművészeket kértek fel saját portréjuk elkészítésére, ezzel is reprodukálva arcvonásaikat. Manapság a fénykép pótolja ezt.

## A SAVANYÚ KÉPTŐL AZ ANGYALI ARCIG

Kifejezéseink sokasága utal arra, hogy milyen következtetéseket vonunk le egy-egy arc látványából: savanyú képet vág, angyali arca van, fintorog, dühös, unott arcot ölt. Az arcunk hordozza a legtöbb információt rólunk, emberekről, hiszen ez a test legerősebben reagáló, legérzékenyebb része, egyben az érzelmek pontos közvetítője.

Az arc komplex izomhálózatból áll: a koponyán és az arcon tíz izomrendszer közel negyven izma található, és ezek számtalan gesztus, mozgás, érzés kifejezésére képesek: tágra nyílt szemek, felhúzott szemöldök, mosoly, nevetés, komor arkifejezés, szomorúság, bánat, kételkedés, boldogság, félelem, nyugalom, érdeklődés. A fej szervezetünk érzékelő rendszerén belül az öt érzékszervből négyet is képvisel (orr, szem, fül, száj).

Ki gondolná azonban, hogy az arcon a megélt tapasztalatokon túl az egészségi állapot is – jellegzetes vonásokkal, ráncokkal, bemélyedésekkel, elszíneződések formájában – bevéődik? Kínában már évezredek óta a diagnosztikai megfigyelések egyik eleme az arc vizsgálata.

A keleti gyógy módok (indiai, japán, kínai stb.) alapja az a filozófiai és diagnosztikai elv – manapság inkább művészetnek tartják –, amelynek értelmében az alany összességében, valamint az arcát elemenként, alaposan megszemlélik, és hagyják, hogy ebben az elemző folyamatban

bizonyos hatások, nyomások és ösztönös megérzések érvényesüljenek. Ennek a több évezredes múltra visszatekintő, holisztikus megfigyelési rendszernek az eredményeiből tapasztalati úton következtetéseket vonhatunk le az illető egészségi állapotára vonatkozóan.

## JIN VAGY JANG?

Szemlélés alkalmával, ha az első benyomásunk alapján a vízszintesen ható vonalak inkább túlsúlyt mutatnak az arcon, akkor a jang hatásait észlelhetjük: hosszúkás, keskeny szem, lapos orr, nagy és élesen kirajzolódó állkapocs (1. ábra). A függőlegesen ható kiterjedés viszont inkább a jin erőik túlsúlyára utal: kerek szem, hosszú és erősen kiemelkedő orr (2. ábra).

Amint láthatjuk, a keleti filozófia jin-jang törvénye az arcelemzés minden részletében, elemében visszaköszön. Az arcnak az első benyomáson túl önállóan is van jin és jang felosztása; az arcot képletesen a két fül alatt húzott vízszintes vonallal választhatjuk két részre (3. ábra). A jin terület a vonaltól a fej felső felére eső rész (orr, szemek, homlok, fejbőr) – testünk egészének jin részét tükrözi vissza az arcon, így ott „látjuk” a következőket: tüdő, szív, vese, máj és idegrendszer. A vonal alatti terület, a száj és környéke, az áll stb. testünk alsó, jang részét tükrözi, benne az emésztési traktussal, valamint a nemi szervrendszerrel.

Az elemzés szempontból az arc 3 részre tagolható, amely egyben a fő rendszerek időrendi kifejlődésére is utal: idegrendszer, keringési rendszer, az emésztő- és a légzőrendszer. A keleti arcvizsgálat során a magzati élet kezdetétől veszik figyelembe a majdani lehetséges adottságokat, tehát úgy tartják, hogy már a méhen belül eldől az ember jin vagy jang alkata. Az elmélet szerint a magzat 3 évszakot tölt az anyaméhben, ezért a születendő gyermek jin vagy jang vonásainak túlsúlyára, jellegzeteségeire ezen alkati típusok szerint lehet majd következtetni (tavasz–nyár–ősz; nyár–ősz–tél; ősz–tél–tavasz; tél–tavasz–nyár). Ennek alapja az a megfigyelés, hogy a különböző évszakokban más-más tápanyagokat részesítünk előnyben szervezetünk táplálására (nyáron jin, télen inkább jang típusú ételeket választunk stb.), és ez igaz a magzat anyaméhben belül kapott táplálékára is.

A belső és külső hatások, amelyek a természetből, a táplálkozásból, valamint a társadalmi környezetből érnek bennünket, hatnak ránk a testalkat vonatkozásában, sőt az arcfunkciónkat illetően is. Arcvonásainkon megfigyelhető a belső erők működése. Fontos információt adhat az arcszín megfigyelése a 3 kiemelkedő területen (idegrendszer, keringési rendszer, emésztő-,



3. ábra  
Jin: tüdő, szív, máj, idegrendszer  
Jang: emésztőrendszer, nemi szervek

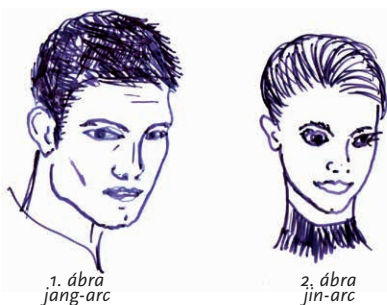
nemi és légzőrendszer). Az itt felfedezett tónusok, színek, a ráncok és egyéb bőrelváltozások (kiütések, sebek, anyajegyek stb.) utalhatnak a szervezetben már lezajlott vagy éppen jelen lévő, sőt a „készülődő” folyamatokra is.

Néhány példa. Az arcon megfigyelt vörös szín többnyire a jang és a „Tűz-forróság” túlsúlyát, általánosságban a jin hiányát jelentheti, amely utalhat a vese, a szív jin hiányára, vagyis a szív túl van terhelve, és a hajszálerek a bőrfelszín felé tolnak. A fehéresbe hajló árnyalatú, jellegzetesen halvány arcszín viszont a jin túlsúlyára utal, és ha ezzel egy időben a bőr fénytelen, akkor a vese jangjának erőteljes csökkenésére is gondolhatunk. A világos, de száraz és fénytelen arcbőr inkább a vérszegény (anémias) állapotokat jelzi, vagy a vese gyulladással járó folyamatára enged következtetni (még néhány más tényező együttállása esetén), emellett gondolhatunk a légzőszervek problémájára, asztmára, allergiára is.

## AZ IDEGRENSZERRŐL MESÉL A SZEM

A szem és annak környezete, beleértve a szemöldökök formáját, ívét is, fontos információval szolgálhat az egészséget illetően. A szemben és a tekintetben megfigyelhetjük az egész ember idegrendszerének állapotát.

Az elszíneződések fontos információt hordoznak. A szürkés elszíneződés, főként a szem alatti területen a vese energiájának (egyben az össz-életenergia jangjának) csökkenését mutatja. A vörösesbe hajló árnyalat ugyanitt a hajsolt, stresszes életvitelre is utalhat. A sárgás szín – elsősorban a felső szemhéjakon – a máj vagy az epehólyag, sőt akár a lép működési problémáit is jelezheti. A szempillák remegése (tic) fontos információt hordoz: a kóros energiák túlradását jelentheti (máj szele, belső tűz, nedvesség



4. ábra  
Az arc 3 zónája:

# Szavak nélkül is sok mindent elárulnak

elszabadulása), számos egyéb tényező figyelembevétele mellett.

Emésztőrendszerünk működését a legjobban a száj, az ajkak színe, formája és a körülötte kialakult apró ráncok, barázdák, bemélyedések, elszíneződések, sokszor sebek mutatják. Az alsó ajkak a vékonybél, vastagbél (székrekedés, hasmenés, gázképződés), a bélrendszer tükröi, a felső ajkak területe a gyomorról (gyomor kapuról) szól (herpesz), a szájszegletek az epehólyag, illetve a hasnyálmirigy működéséről adnak információt.

Az orr és a felső ajak közötti terület (philtrum) a nemi működésről árulkodhat. Ne feledkezzünk meg a fogazatról sem! A meghatározó fog-szín szintén segítségünkre lehet (az 5 elem tanában általában véve a fogak) – a vese állapotát tükrözik.

## AZ ORR ÉS A SZÁJ

Az orr és a száj központi területén a vonások sűrűbbé tömörülnek (jang energiák). Ezt az összehúzó jang erőt általában függőleges ráncok kísérik akkor, ha az illető táplálkozásában a só és/vagy az állati eredetű ételek aránytalanul gyakori fogyasztása van túlsúlyban. A vizenyősnek, arányaiban duzzadtabbnak mutatók, puha orr annak a jele, hogy a szívet terheli a túlzott folyadékfogyasztás. Az orrhegyen (és a nyelv hegyén – *A szerk.*) mutatók elváltozások pedig a szív állapotát mutatják meg.

Magunk is megtehetjük, hogy a tükör előtt állva megnézzük, összhangban élünk-e a szívünkkel. Ennél az egyensúlynál nincs fontosabb tennivalónk, amikor magunkra figyelünk.

Fitoterapeuta munkám során gyakran szembe-sülök azzal, hogy bizonyos visszatérő panaszok megléte esetén sem állítottak fel az orvosok pontos diagnózist a hozzám forduló páciensről. Számtalan lelete, vizsgálati eredménye gyűlt már össze, mégsem történik meg problémájának a feltárása. Előfordul az is, hogy a beteget hipochondernek tekintik, panaszait nem veszik kellő súllyal figyelembe.

## NÉHÁNY ÉRDEKES ESET

Az esetek nagyobb részében ilyenkor segít eligazodni a távol-keleti „arcdiagnosztika”. Néhány konkrét esetet adok közre ennek érzékeltetésére:

➤ Állandó stresszben élő, fiatal férfi fáradtságáról, görcsös hasmenés-székrekedés, nyákos székletürítés váltakozó jelentkezéséről számolt be. Alsó ajkán az erős duzzanat és a benyomódott ránc a vastagbél gyulladására hívta fel a figyelmet egy meridiánmérés alkalmával. Az arcvizsgálat csak ráerősített arra, amit a tünetek felsorolásából tudni lehetett. Az orvosi diagnózist és kezelést követően, saját döntése alapján az ENERGY termékeivel támogatja egészségének

fenntartását. Ma már teljesen tünetmentes, elhagyta a szteroidok szedését.

➤ A közelmúltban egy majdnem tökéletes energiaszintű vendégünk jin-jang egyensúlyának és minimális eltéréssel működő meridiánjainak állapotfelmérése során semmivel sem volt indokolható az állandó fáradtság érzése. Alaposan megismerlélve, szívvel kapcsolatos tüneteket jelzett az arca. Amikor kikérdeztem, kiderült, hogy a családban több szívbetegség és infarktus is előfordult már, apai és anyai ágon egyaránt. Javasoltam a kardiológiai kivizsgálást, és az igazolta is a feltételezett szívproblémát, amely egy lábon kihordott szívbelhártya-gyulladás következményeként lépett fel.

➤ Évek óta pánikbetegként diagnosztizált és kezelt, erős pszichiátriai gyógyszereket szedő, 23 éves fiatal lány fordult hozzám segítségért. Arra kért, hogy segítsék erős gyógyszereinek gyógynövényekkel történő helyettesítésében. Amikor megláttam, már tudtam, hogy nem lesz könnyű dolgom, mert az arcán erős szívtünetet fedeztem fel. Végiggondolva, hogy milyen tünetekkel is járhat egy szívbillentyű-működési zavar okozta elváltozás, téves diagnózisra kezdtem

gyanakodni. A betegnek ugyanis a pánikbetegséggel sok pontban megegyező szubjektív panaszai voltak: nehézlégzés, légszomj, mellkasi fájdalom, ritmuszavar érzése, kifáradás, általános gyengeségérzés, szédülés. A szívultrahang-vizsgálat igazolta az arcelemzés alapján kialakított feltevésemet. Azóta rendeződött a fiatal lány egészségi állapota, ami azt bizonyítja, hogy az időben felismert probléma megoldásával lerövidíthetjük a gyógyulás felé vezető utat.

\*\*\*

A felsoroltak csak apró szeleteit jelentik annak az óriási keleti diagnosztikai rendszernek, amely az emberi testről, ezen belül az „arcról olvasást” nélkülözhetetlennek tartja az emberek holisztikus szemléletű vizsgálatokor.

**Németh Imréné Éva**  
fitoterapeuta, természetgyógyász  
klubvezető, ENERGY Belváros

(A szerző arcdiagnosztikai tanfolyamot tart, amelynek időpontja: 2014. február 8., szombat. Jelentkezés az ENERGY Belváros Klub elérhetőségein.)



VITAE KLUBMAGAZIN

Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik havonta.

Felelős szerkesztő: Kürti Gábor, kurti.gabor@energy.sk

Kiadja: Hungary Energy Kft., 1149 Budapest, Róna u. 47/A.

www.energy.sk

Nyomdai előkészítés és kivitelezés:

Fingerprint Reklámügynökség, www.fingerprint.hu

Megjelenik: 20 000 példányban.

A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.



# A karácsony és a feng-shui Minél változatosabb, annál jobb

A karácsonyfa mára elválaszthatatlan részévé vált a karácsonyi ünnepeknek. Ám ha egy kicsit elgondolkodunk e tradíció eredetén, rengeteg jó ötletet kaphatunk. Érdemes a feng-shui szempontjai szerint tanulmányozni a kérdést, de az sem árt, ha elmélyülünk a népi hagyományokban is.

A karácsonyfa valószínűleg az egész világon az öröklét jelképe. A fán ragyogó fények új energiát hoznak, és a fára akasztott díszek a gazdagságot és a jólétet szimbolizálják. A hagyomány szerint minél több dísz teszünk a fára, annál gazdagabb és változatosabb lesz az életünk, és annál több élményben lesz részünk az új esztendőben.

A feng-shui szempontjából a karácsonyfa két erőt köt össze: a Fa és a Tűz energiáját. Mindkét energia a *jang* téli napforduló után bekövetkező felemelkedését domborítja ki, azaz az élet, az életfolyamatok és az életerő visszatérését. A Fa energiája egészséget, a Tűz energiája a céljaink eléréséhez szükséges erőt biztosítja. A Fa erősíti a Tűzet, ezért jó, hogy a szóban forgó két energia egy jelképen belül érvényesül.

A karácsonyi nagytakarításkor, valamint a fa és annak helyének kiválasztásakor fontos, hogy megőrizzük a fa környékén az arányokat és a harmóniát. Például egy csodaszép, de óriási, terebélyes jegenyefenyő könnyen elnyomhat minket, ha a lakásunkban nincs egy megfelelően tágas helyiség, ahová felállíthatnánk. Jövőbeni sorsunk alakulásában annak is szerepe van, hogy a karácsonyfánkat hova állítjuk.

## EGYES ÉLETTERÜLETEK MEGERŐSÍTÉSE

A feng-shui szerint a tér egyes szektorai különleges hatással vannak életünk meghatározott területeire. A karácsonyfa a karácsony jelképe, és a mi kultúránkban az új dolgok megszületésének képviselője. Ezt bátran kihasználhatjuk, és fánkat nyugodtan elhelyezhetjük a szerint, hogy életünk melyik területét kívánjuk megerősíteni. A tájékozódásban nagy segítségünkre lesz a *ba gua* térkép.

A *gua kan* a tér középső, elülső részében, a bejárati ajtótól előre nézve, biztosítja a folyto-

nosságot, ezzel párhuzamosan a karrierünket. A *gua gen* az elülső bal sarokban támogatja otthonunkat, és segít abban, hogy elméleti tudásunkat a gyakorlatban is érvényesítsük. Baráti körünk bővítésében, a világ felé történő nyitásban az elülső jobb sarokban levő *gua qian* segít. A tér közepe, a *gua chen* balra a hagyományokat és a rokoni kapcsolatokat erősíti, középen pedig az „én megszilárdítására” hat, legyen szó akár a családról, a térről, akár a jelen lévő személyek énjéről. A jobbközép, a *gua dui* lazaságot hoz életünkbe, a neve: öröm. Ha szerelemre vágyunk, vagy szeretnénk erősebb érzelmeket ébreszteni a partnerünkben, helyezzük a karácsonyfát a *gua kunba*, a helyiség jobb hátsó sarkába. A *gua xun*, a bal hátsó sarok a bőség és változatoság színhelye: egészséget és gazdagságot hoz; a *gua li*, a hátsó közép pedig elvezethet a megvilágosodáshoz vagy erősítheti az irántunk megnyilvánuló tiszteletet.

## A SZÍNEK JELENTÉSE

Ugyanígy eljátszozhatunk a fa színeivel. A fa alapszíne a zöld: tehát a születés, a kezdet. Ha a díszítésnél egy színt használunk, jelentős mértékben erősíthetjük a hozzá tartozó elem hatását (pl. arany = Fém). A harmónia megteremtése céljából az az ideális, ha mind az 5 elem színe megjelenik a fán: Tűz – vörös, Fa – zöld, Föld – sárga, Víz – kék, Fém – ezüst vagy arany.

Ha a fa tetejére ötágú csillagot teszünk, a családtagok az 5 elem segítségével kapcsolatba kerülnek az egyetemes vagy kozmikus energiákkal, a csúcsdísz pedig tovább erősíti az Univerzum hatásait. Az, hogy természetes vagy műkarácsonyfánk van, annyira nem is lényeges. Maga a jelkép a döntő, amely összehoz minket, és elvezet az egyesüléshez.

Karácsonyfánkra néhány hegyi kristályt vagy csengettyűket is érdemes felakasztanunk. Ha-



tásukat az ünnepek után ugyancsak érezhetjük otthonunkban, hiszen később is energiát és nyugalmat árasztanak magukból.

Ha valamit nagyon szeretnénk elérni, akkor írjuk le egy papírdarabra, majd tegyük piros borítékba, és akasszuk fel a fára. A karácsonyfa leszedése után a piros borítékot be kell dobni a folyóba, vagy el kell égetnünk.

## ÓSI CSEH JELKÉPEK

Csehországban 1812 óta szokás a karácsonyfa díszítése. Az örökzöld fák: a csodaszép jegenye- és lucfenyők az újjászületést, a tobozok a termékenységet jelképezték. A karácsonyfa a régi hiedelmek szerint távol tartotta a negatív gondolatokat és kísértéseket. A fára akasztott díszek befolyásolták a következő év jólétét. Az alma egészséget és szépséget hozott, egyszerűen a szeretteiket karácsonykor meglátogató szellemek eledeleként szolgált.

Az arany papírba csomagolt mogoró az életerő és a termékenység jelképe volt. A mézeskalács a jómódot és a mindig gazdagon megterített asztalt szimbolizálta. A fára akasztott édességek erősítették a szerelmet, a békességet, a harmóniát és a kölcsönös tiszteletet a családban. A díszfüzérék szorosabbra fonták a családi kapcsolatokat.

A szalmából és gabonaszemekből készített díszek szavatolták a jó termést és a megfelelő tojáshozamot. A gyertyák és a gömbök védtek a rontástól (ne feledjük, hogy a jin sötét oldalának aktivitása a téli napforduló idején a legerőteljesebb), a démonoktól és a közönséges emberi rosszindulattól. A fenyőfa tetejét díszítő csillag a betlehemi csillagot jelképezte. Megmutatta a helyes utat az eltévelyedetteknek, és fényt hozott a sötétségbe.

Minél gazdagabb volt a karácsonyfa díszítése, annál jobban bíztak az emberek abban, hogy otthonukba gazdagság és boldogság költözik. Ha pedig a háznál eladósorban lévő leány volt, ezzel is biztosíthatta sikerét.

A világban semmi nem történik magától, az Univerzum mindig tőlünk várja az első lépést. A karácsony az összetartozás, az újjászületés időszaka, ezért nincs ennél kedvezőbb idő az első lépés megtételére.

