

vitae

2014/12
2015/1

www.energy.sk

**Érdekes előadások,
új szempontok**

Tudósítás az ENERGY konferenciájáról

**Depresszió
a szeretet ünnepén?**

Dr. Alexandra Vosátková cikke

**Bejárjuk
a Földközi-tengert**

A Gerle expedíciójának nyomában

Mindig olyan ételeket érdemes elsősorban fogyasztanunk, amelyek (illetve alapanyagaik) a mi környezetünkünkől származnak.

A karácsonyra mindenképpen szükséges felkészülni. Meg kell nyugodni – az előkészületek nem (vagy nem csak) arról szólnak, hogy a lakásnak ragyognia kell a tisztaságtól, miközben ajándékokat hajkurászunk, megsütjük a karácsonyi süteményeket, feldíszítjük a fát...

Nézzük meg, mit szól mindehhez a testünk. Energetikai állapotunk karácsony környékén, amikor a legkevesebb a fény, eléggé bonyolult. Ilyenkor kevés az erő körülöttünk, és mi – ha akarjuk, ha nem –, a természet által meghatározott egység részei vagyunk. Ebben az időszakban tehát rendkívül fontos, sokkal inkább, mint bármikor máskor, hogy mit eszünk, és miként állítjuk össze az étrendünket.

Azon is érdemes elgondolkodnunk, mit is várunk a szervezetünkbe bevitt ételektől. Egyrészt energiát, másrészt tápanyagokat, de emellett meleget is, ami ebben a nem könnyű periódusban mindinkább hiányzik a testünknek. Nem véletlen, hogy a karácsonyi receptek tele vannak fahéjjal, szegfűszeggel, gyömbérral, csupa olyan összetevővel, amely meleget ad, másképpen szólva a jangot erősíti bennünk.

A NAGY LAKOMÁK ELKERÜLHETETLENEK

A karácsony előtti rohanásban sokszor kapkodva és keveset eszünk, majd le-

ülünk a minden földi jóval megrakott asztalhoz, és kezdődhet a több napos dínomdánom. Ez ellen egyébként semmi kifogásom – ha az emésztőrendszerünk tökéletesen működik.

Sebészi praxisomból nagyon jól tudom, hogy a karácsony körüli időszakban fordul elő a legtöbb epegörcs és gyomorpanasz. Tanácsom: a karácsonyi nagy eszem-iszom előtt 1-2 napig szedjük STIMARAL-t, hogy serkentsük az emésztőrendszerünk működését. Ez a készítmény nagyobb teljesítményre sarkallja érintett szerveinket, amelyek így már könnyebben boldogulnak a rájuk háruló fel-



adattal. Ne feledjük azt sem, hogy karácsonykor nemcsak sokat eszünk, hanem ráadásul olyan élelmiszereket választunk, amelyekkel az év többi napján szervezetünk csak ritkán találkozik.

Mindig olyan ételeket érdemes elsősorban fogyasztanunk, amelyek (illetve alapanyagaik) a mi környezetünkünkől származnak. Azaz inkább szilvát együnk, mint banánt, inkább almát, mint narancsot. Persze a karácsonyi ünnepek valóban a bőségről szólnak, ezért ne fosszuk meg magunkat attól, amit nagyon szeretünk. Ám ha nem a mi étajunkra jellemző termésekről van szó, akkor igazság szerint mindig inkább az éppen aktuális vágyunkat, nem pedig az éhségünket csillapítjuk velük.



STIMARAL

A karácsonyi nagy eszem-iszom előtt 1-2 napig szedjük STIMARAL-t, hogy serkentsük az emésztőrendszerünk működését.



GYNEX

Akik hajlamosak a „bűnözésre”, ha édességről van szó, biztosan örülnek annak a hírnek, hogy a GYNEX ezt a problémát is segít megoldani.



Arról se feledkezzünk meg, hogy a dió rengeteg zsírt tartalmaz, még ha olyan zsírokról van is szó, amelyek jótékonyan hatnak szervezetünkre. Ám epe- vagy hasnyálmirigy-problémákban szenvedőknek nem kellene diót enniük.

Itt van még az édességfogyasztás kérdése is. A cukorbetegek mindenképpen figyeljenek arra, hogy fel ne boruljon a vércukorszintjük pusztán azért, mert nem tudnak megálljt parancsolni maguknak. Akik hajlamosak a „bűnözésre”, ha édességről van szó, biztosan örülnek annak a hírnek, hogy a GYNEX ezt a problémát is segít megoldani.

PONTY SALÁTÁVAL JÖHET, DE...

Szenteste a legtöbb asztalra valamilyen halétel kerül. Ez diétás fogásnak számítana, ám a legtöbb helyen a rántott halat részesítik előnyben. Ha emellett döntünk, akkor legalább megfelelő zsiradékot használjunk a hal kisütéséhez. A növényi olajok többnyire gyorsan túlhevülnek, főleg a napraforgóolajra igaz ez. Az íz- és szagmentes rizsolaj sokkal ellenállóbb, ezért sütéshez kiválóan használhatjuk. A

krumplisalátánk is lehet jóízű a nélkül, hogy tocsogna a majonézben. Minden csak szokás kérdése.

A különböző zöldségek és a burgonya kombinálása remek ötlet, és csak jót tehetünk vele. Ha vacsora után mégis je-

lentkezne egy kis hasfájás vagy hastáji nyomás, hívjuk segítségül a REGALEN-t. Ez a készítmény annyira képes megtámogatni az epehólyag és a máj működését, hogy ezek a szerveink a szokásosnál sokkal nagyobb terheléssel is megbirkóznak.

A cukorbetegek mindenképpen figyeljenek arra, hogy fel ne boruljon a vércukorszintjük pusztán azért, mert nem tudnak megálljt parancsolni maguknak.



VÉGÜL KOCCINTSUNK!

A következő, amivel az ünnepi asztalon egész biztosan találkozunk, a bor. Kedves barátaim, a bor a természet ajándéka. Vigyázat, én az igazi borról, a minőségi nedűről beszélek. A dobozba csomagolt lötytyők nem valók az ünnepi asztalra. A bort nagy tiszteletben kell tartanunk és ennek megfelelően fogyasztanunk: inkább kevesebb minőségi bort, mint több lőrért.

Élvezzük hát ezt az időszakot, bátran lakjunk jól, és örüljünk, hogy együtt vagyunk! Örvendezzünk minden együtt töltött pillanatnak, mert soha nem tudhatjuk, hogy összejövünk-e még valaha

hiánytalanul, ugyanebben a körben. Az ünnep fényét az öröm adja!

Ám mit tegyenek azok az emberek, akiknek nincs senkijük? Akik karácsonykor egyedül maradnak? Számukra ez az időszak még nehezebb. Ilyenkor nekik a KOROLEN és a STIMARAL támogatására van szükségük. Már csak azért is, hogy ne féljenek megszólítani más, hozzájuk hasonló sorsú embereket. Hiszen a karácsony nem az ajándékokról szól.

A legnagyobb ajándék az, ha örömet érzünk, amiért megoszthatunk valamit valakivel, például az emlékeinket vagy az általunk főzött finomságokat, vagy akár a közös énekléseket. Ne maradjanak egyedül! Másnak éppen az Önök jelenléte lehet a legnagyobb ajándék.

Kívánom minden olvasómnak, hogy legyen boldog – és ne csak karácsonykor!



REGALEN

Ha vacsora után mégis jelentkezne egy kis hasfájás vagy hastáji nyomás, hívjuk segítségül a REGALEN-t.

TÉLI AJÁNLATUNK

A DECEMBER ITT TOPOROG A KÜSZÖBÜNKÖN, ÉS LASSAN, DE BIZTOSAN KÖZELEDIK A KARÁCSONY, A BEJGLISÜTÉS, A TAKARÍTÁS, AZ AJÁNDÉKOK BESZERZÉSÉNEK IDŐSZAKA.

Egészen biztosan jobb lenne, ha át tudnánk adni magunkat az advent nyugalmának, a hajnali misék lenyűgöző hangulatának, de nincs mit tenni, a legtöbben nem tudunk szabadulni attól a gondolattól, hogy nekünk kell mindent elvégezni és előkészíteni, mert más nem teszi meg ezt helyettünk.

Ahhoz, hogy ezt az időszakot ne csak túléljük, hanem mindennel időben végezzünk is, szerelkezzünk fel a REVITAE-vel, mert ez a készítmény bármikor képes energiát önteni belénk. A hagyományos kínai orvoslás az epehólyag és a máj működésének támogatását javasolja december havában, hiszen a december és a január a Fa elem idejének és energetikai pályáinak jegyében telik. Ezért a REVITAE mellé kiválóan illik ilyenkor a REGALEN, amelyet nem is annyira az erőpótlására alkalmazunk, mint inkább arra, hogy megtisztuljunk.

Mindkét termék kiváló kiegészítője a PROBIOSAN INOVUM. A készítményben található kolosztrum nemcsak támogatja májunk működését, hanem abban is segít, hogy egyensúlyba kerüljünk önmagunkkal, és ez rendkívüli előnyökkel jár a folyamatosan felfokozott állapotban levő lelkünk számára. A téli időszakban rendszerint olyan táplálékot fogyasztunk,

amelynek a szükségesnél sokkal alacsonyabb a vitamintartalma.

A nap és a fény hiánya, valamint a folyamatos rohanás és stressz sokkal korábban rányomhatja bélyegét az egészségünkre, mint azt gondolnánk. Ezért semmiképpen se feledkezzünk meg a VITAFLO-RIN-ről. A készítményben található természetes, kiválóan emészthető vitaminok segítenek abban, hogy télen is fittekk maradjunk. Legalább időnként próbáljunk meg ellazulni, pihenni! Meglátják, a BIOTERMAL-os fürdő hihetetlen hatásokkal lep meg bennünket. A fent felsorolt készítmények segítségünkre lesznek abban, hogy a karácsonyt ne csupán túléljük, hanem élvezzük is.

TANÁCSOK JANUÁRRA

A január a hko szerint egyedülálló és alapvető fontosságú hónap. Olyan időszakot hoz magával, amikor harmonizálhatjuk a régit és elvethetjük az újat. Ilyenkor búcsút kellene mondanunk a felesleges dolgoknak. Ahogy kidobtuk a tavalyi naptárt, ugyanolyan könnyedséggel bánhatnánk egyéb tárgyainkkal, hogy kizárólag a szükséges dolgokat vigyük tovább magunkkal.

A régi, használaton kívüli dolgok félretételében nemcsak az idő, hanem a VITAMARIN is a segítségünkre lehet. E készítmény középponti hatása töké-

letesen illeszkedik a Föld elem januári időszakához, és ez nagyban megkönnyíti számunkra a harmóniához vezető utat. Januárban azonban nem csupán a Föld sokat adó időszaka vár ránk, hanem sok-sok jeges út is, aminek következtében sajnos megnő a balesetek kockázata.

Fájó ízületeinken és törött csontjainkon biztosan nem segít a tudat, hogy a baleset nem véletlenül történt. Törések esetén célszerű azonnal elővennünk a KING KONG-ot, amely segíti a törést átívelő „hidacska” felépítését. Ezzel egy időben alkalmazzuk a RENOL-t is, vagyis a Víz elemhez és a csontokhoz tartozó koncentrátumot, amelynek hatására a csontok gyorsabban gyógyulnak. A csontok kiváló állapotának megőrzésében, illetve megújulásukban nagy szerepet játszik a SKELETIN. Biztosítja a szükséges építőkövet, és ezzel felgyorsítja a törött csontok gyógyulását.

A fájó ízületek, a törött csontok vagy akár egy-egy hétköznapi véraláfutás egész biztosan „hálás lesz” az ARTRIN-os kengetésért, mert ez a bioinformációs krém enyhíti a fájdalmat, emellett kívülről tökéletesen kiegészíti a RENOL belső hatásait.

(Joa)





ENERGY MAGYARORSZÁG A FACEBOOKON!

HASZNOS INFORMÁCIÓK,
ÉRDEKESSÉGEK! AZ OLDALT KEDVELŐK,
AZAZ „LIKE-OLÓK” HAMAROSAN ENERGY
NYEREMÉNYJÁTÉKON VEHETNEK RÉSZT.

ÜNNEPI NYITVA TARTÁS

Tájékoztatjuk kedves klubtagjainkat, hogy az ENERGY Magyarország Kft. Budapest, XIV. Hermina út 55. szám alatt működő, központi ENERGY klubjának nyitva tartása az ünnepek alatt az alábbiak szerint változik:

December 13-án, szombaton nyitva: 9 és 17 óra között. December 20-ától 2015. január 5-éig a Hermina úti klub zárva tart. Nyitás: január 6-án, kedden, 9 órakor.

Webshop rendelést legkésőbb december 12-éig tudunk fogadni, ezt követően a rendeléseket jövő január 7-étől tudjuk teljesíteni.

ÚJ ENERGY KLUB BUDAPESTEN

Örömmel tájékoztatjuk kedves klubtagjainkat, hogy *Mészöly Géza* labdarúgó edzőnek, a *Mészöly Focisuli* vezetőjének irányításával decemberben megnyitja kapuit a 7. ENERGY Klub Budapesten.

Budán, a III. kerületi Szépvölgyi út 15. szám alatt, az ARNOLD GYM mellett működő ENERGY Klubban a készítmények értékesítése mellett a termékeink használatával kapcsolatos szaktanácsadás és állapotfelmérés is elérhető lesz. A nyitva tartás pontos ideje és az elérhetőségek megtalálhatók weboldalunkon, az „értékesítés” menüpont alatti klublistában.

A további budapesti és regionális ENERGY klubok nyitva tartásáról, kérjük, érdeklődjön a klub vezetőjétől vagy látogasson el weboldalunkra a pontos információkért!



A nyíregyházi tanfolyamon sikeres vizsgát tett tanácsadónk

SZAKOKTATÁS NYÍREGYHÁZÁN

2014 szeptemberében a nyíregyházi ENERGY Klubban 3 hétvégén továbbképzést szerveztünk tanácsadónk és az érdeklődő klubtagok részére.

naï orvoslás (hko) alapjait megadó és az ENERGY filozófiáját is képező Pentagram® regeneráció rendszerébe, annak ciklusába. Részletes ismeretek birtokába jutottunk az 5 elemről, a hozzájuk tartozó koncentrátumokról és az őket támogató kiegészítő termékekről. Sok hasznos információt kaptunk mind a fi-

A tanterem mindhárom alkalommal megtelt, és az érdeklődést jelzi, hogy a mintegy 30 résztvevőből 18 tanácsadó sikeres vizsgát tett az elméleti és gyakorlati ismeretekből egyaránt.

A tanfolyam alatt betekintést kaptunk a hagyományos kí-

zikai tünetek, tünetcsoportok felismeréséről, mind a jellemzően megjelenő pszichés panaszokról, valamint nem utolsósorban nyomatékosan foglalkoztunk a lelki, szellemi okokkal is.

Végül tolmácsolom a résztvevők köszönetét *Czimeth István* természetgyógyásznak, ENERGY szakoktatónak azért a rugalmas, könnyed, közvetlen hangvétellű előadás-sorozatért, amellyel a tudást kézenfekvően elsajátíthatóvá tette számunkra. Hálásak vagyunk a szünetekben felmerült kérdések személyesebb jellegű, baráti hangvétellű megválaszolásáért. Jó olyan előadáson részt venni, ahol az oktató nem követi a hagyományos frontális oktatási formát, hanem kellő rugalmassággal, témát tartóan, interaktív módon innovatív.

László Rita Emőke
ENERGY tanácsadó, Nyíregyháza



AZ ENERGY IS TÁMOGATJA A FELLEGVÁNDOROKAT

A GERLE NYOMÁBAN, A FÖLDKÖZI-TENGER FÖLÖTT

TÖRTÉNELMI REPÜLÉS MEGISMÉTLÉSÉRE KÉSZÜLNEK BÁTOR MAGYAR SPORTEMBEREK. *BÁNHIDI ANTAL* REPÜLŐMÉRNÖK ÉS PILÓTA 1931-32-BEN MEGTERVEZTE ÉS A BUDAPESTI MŰSZAKI EGYETEMEN MEGÉPÍTETTE GERLE NEVŰ REPÜLŐGÉPÉT. TÁRSÁVAL EGYÜTT 1933. FEBRUÁR 19-ÉN VÁGOTT NEKI A FÖLDKÖZI-TENGET KÖRBЕРЕPÜLŐ, 12 EZER KM-ES ÚTNAK, ÉS MÁRCIUS 24-ÉN SZÁLLT LE BUDAPESTEN.

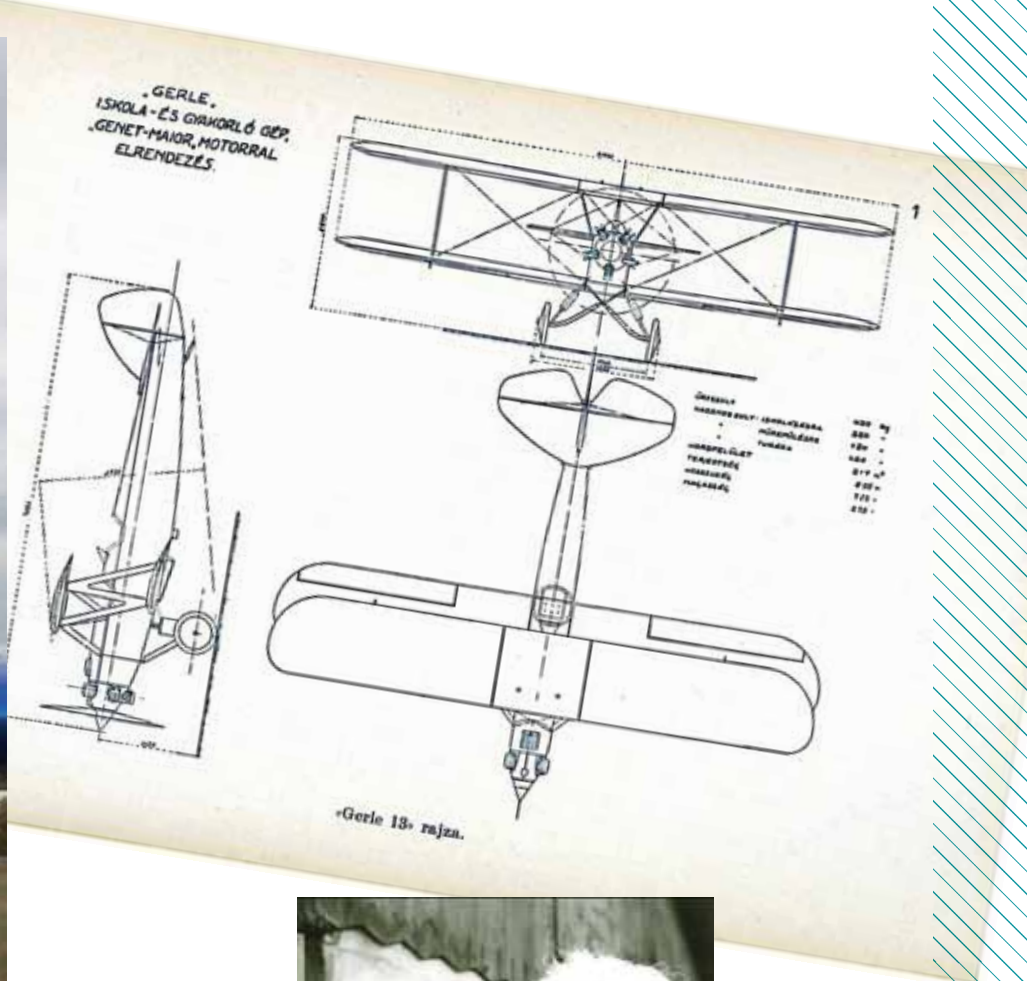
Több mint 8 évtizeddel később – a korszerű technikai lehetőségeket kihasználva – világszínvonalú repülőgép született *Magnus Fusion* néven Magyarországon. A két gép közötti párhuzam felkínálta a lehetőséget, hogy az elődök emlékének és kimagasló teljesítményének adózva megismételjük a történelmi repülést.

Két kalandvágyó, hazája hírnevét öregbíteni kívánó magyar fiatalember vágnéki hamarosan az embert próbáló kihívásnak: körberrepülik a Földközi-tengert. Az *Ég és Föld között – Fellegvándorok a világ körül* emlékexpedíció két tagja, *Földi Zoltán* pilóta és *Hankusz Kálmán* sajtófotós Bánhidi repülésének állít emléket, amikor 30 nap alatt teljesíti a mintegy 12 ezer km-es távot. A Gerle 13 emlékrepu-



lésen az expedíció a tervek szerint a következő országokat érinti: Magyarország, Ausztria, Olaszország, Franciaország, Spanyolország, Marokkó, Algéria, Tunézia, Egyiptom, Izrael, Jordánia, Ciprus, Törökország és Görögország.

Az expedíció szervezésében oroszlanrész vállalnak a *National Geographic* munkatársai. Ennek köszönhetően a túráról video- és fényképfelvételek készülnek, melyek nemcsak az ember és a gép együttesének különleges teljesítményét



Bánhidi Antal és a Gerle 13 modellje



*„A test és a lélek sportja.
Az ész és a kéz munkájának
egyik legszebb,
legmodernebb alkotása.”*

mutatják be, hanem az érintett országok nevezetességeit is – olyan szemszögből, ahogy eddig csak kevesen láthatták. A ha-zaérkezést követően fotókiállításon mutatják be az érintett országok látnivalóit, valamint dokumentumfilm készül az utazásról.

Az expedíciónak a Földközi-tenger körbepérése csupán az első része. A tervek szerint 2015-ben a repülőgép és személyzete hasonló túrák keretében körbepéri a Földet, ami a maga nemében egyedül-álló Guinness-rekord lehet.

A küldetést 8 évtizeddel ezelőtt is so-kan segítették, és természetesen az em-lékrepülés sem valósulhat meg széles-körü összefogás és támogatás nélkül. Büszkék vagyunk rá, hogy az ENERGY magyarországi leányvállalata is ott van a szponzorok között, és a Magnus utasai a mi táplálékkiegészítőinket fogyasztva vértetik fel magukat a fáradtság és min-denféle megpróbáltatás ellen a hosszú úton.



**A NAGY UTAZÓK AZ ALÁBBI ENERGY TERMÉKEKET VISZIK MAGUKKAL
(A FIGYELEM ÖSSZPONTOSÍTÁSÁHOZ, MEGELŐZÉSRE, TISZTÁLKODÁSHOZ STB.):**

VITAFORIN, ANNONA, BETAFIT, FYTOMINERAL, IMUNOSAN,
STIMARAL, SPIRON, DROSERIN SZAPPAN, PROTEKTIN SZAPPAN,
ARTRIN SZAPPAN, CYTOVITAL SZAPPAN, RUTICELIT SZAPPAN,
DRAGS IMUN SZAPPAN, CYTOSAN SZAPPAN

Az expedíciónak a Földközi-tenger körbepérése csupán az első része.



Bánhidi Antal – aki 92 éves korában, 1994. március 18-án hunyt el – így em-lékezett vissza távrepüléseire: „Aki hosz-zabb légi utat végigrepül, nemigen kér-di, hogy miért is sport a repülés. Mert szép sport. A test és a lélek sportja. Az ész és a kéz munkájának egyik legszebb, leg-modernebb alkotása. Szállni szabadon, sebesen földrészek, tengerek, fellegek felett, tudni, hogy ember vagyok, hódító ember, aki immár úr vagyok nemcsak a földön, nemcsak a vízen, de az évezredes álomvilágban, a levegőben, a fellegek kö-zött is.”

Szavai ma is érvényesek. Hiszen ki ne akarna úr lenni az évezredes álomvilág-ban?



Fotó: Nemzeti Sport – Mirkó István

SZÁVAY ÁGI ÍGY LÁTJA

„CSAK AJÁNLANI TUDOM AZ ENERGY TERMÉKEIT”

AZ ENERGY YOUTUBE CSATORNÁJÁNAK LEGFRISSEBB VIDEÓJA A VILÁGHÍRŰ TENISZEZŐVEL, SZÁVAY ÁGIVAL KÉSZÜLT, AKI PROFI PÁLYAFUTÁSÁT BEFEJEZVE MA MÁR CSAK GYEREKEKKEL FOGLALKOZIK – VELŰK PRÓBÁLJA MEGISMERTETNI ÉS MEGSZERETTETNI A TENISZT, MINÉL FIATALABB ÉLETKORBAN OKTATVA ŐKET. A BESZÉLGETÉST SZERKESZTETT VÁLTOZATBAN OLVASHATJÁK.



Hatéves koromban kezdtem el teniszezni, édesapám és édesanyám akkor amatőr szinten játszott a helyi kis klubban, Soltvadkerten. Mindig magukkal vittek, hazamenni nem igazán akartam, mindig ott ragadtam... A tenisz iránt érzett vonzalmam egyre erősödött az évek folyamán.

Ha nem sportoltam volna, biztos, hogy más ember vált volna belőlem. A sport megtanított kitartásra, hozzáállásra, munkára, alázatra. Arra is, hogy tudni kell győzni és veszíteni is, ami szintén nagyon fontos. A sport megtanított csapatban dolgozni és egyedül alkotni. Igen sok pozitív dolgot adott az életemhez.

Úgy gondolom, hogy minden gyermek számára nagyon hasznos lenne a sport, arról nem is beszélve, hogy a tanulást is nagyon jól kiegészíti. Sokkal könnyebben és jobban tudnak figyelni az iskolában

azok a gyermekek, akik a tanulás mellett rendszeresen mozognak is.

Mire vagyok büszke? Nyilván elsősorban – és úgy érzem, joggal – a helyezésemre, vagyis arra, hogy tizenharmadik voltam a világon (2008-ban). Még három eredményemet emelném ki: az egyik a US Open, amikor a legjobb 8 közé jutottam, a másik, amikor a Roland Garros-on megvertem *Venus Williamst* (aki akkor a világranglista harmadik helyezette volt). Végül a pekingi tornagyőzelmemre is büszke vagyok, ott a szerb *Jelena Jankovičot* tudtam legyőzni, aki emlékeim szerint akkor a második volt a világranglistán, de volt ranglistavezető is. Ezt a mérkőzést a meccslabdáról fordítottam meg, és máig nagyon kedves emlék számomra.

Egy profi sportoló egész élete, sőt minden napja, napi 24 órában gyakorlatilag arról szól, hogy ő élsportoló. Ebbe minden beletartozik, kezdve a rengeteg edzéstől, a kiegészítő tornától, a rehabilitáción, az orvosi felkészülésen át a táplálkozásig. Nyilván nagyon fontosak a táplálékkiiegészítők. Mindez hozzá tartozik ahhoz, hogy sportolóból élsportolóvá váljon valaki, illetve képes legyen megállni a helyét a világban.

A sportban, valamint a hétköznapi életben is igen lényeges a táplálkozás. Úgy gondolom, főként ezen múlik, hogy egészségesek vagyunk-e, vagy sem. Nekem – és úgy gondolom, minden más élsportolónak is – nagyon oda kell figyelni erre. Rám ez különösen igaz, mert különböző ételallergiáim vannak. Sajnálom, hogy korábban, amikor még játszottam, nem ismertem olyan étrend-kiegészítőket, mint például az ENERGY készítményei, hogy ezeket kompenzálni tudták volna. Úgy érzem,

*Óriási különbséget látok:
az ENERGY termékek abban
szenzációsak, hogy nemcsak
a tüneteket kezelik,
hanem az okot szüntetik meg.*

igencsak hiányzott a pályafutásomból, hogy ezeket a kiegészítőket annak idején nem tudtam szedni.

Kedves ismerősöm, *Mészöly Géza* közvetítésével jutottam el egy tündéri természetgyógyászhoz, aki megismertetett az ENERGY termékeivel. A javasolt készítményeknél személyre szabottan megadta, melyikből mennyit szedjek. Valójában mióta ezeket fogyasztom, nagyon sokat javult az állapotom, és hálás vagyok mindezért.

Miután befejeztem a profi pályafutásomat, mindenképpen szerettem volna továbbra is a tenisz közelében maradni. Leginkább picikkel szeretek foglalkozni. Imádom a gyermekeket, nagyon jól ki tudok jönni velük. Úgy gondo-

Sokkal könnyebben és jobban tudnak figyelni az iskolában azok a gyermekek, akik a tanulás mellett rendszeresen mozognak is.



lom, hogy ebben az életkorban tesszük le mindennek az alapját, itt próbáljuk megszerettetni velük ezt a sportot. Nem sportágként fogjuk fel ezt az egészet, hanem abszolút értelemben játékként. Úgy érzem, ez sikerül is, és a picik nagyon élvezik az edzéseket.

Az ENERGY termékei igen jók a hétköznapi életet élő emberek számára, és persze a sportolóknak is. Jómagam él-sportolóként sajnos nem tudtam megtapasztalni a hatásukat, de gondolom, sokat segíthetnek a teljesítmény fokozásában, illetve a regenerálódásban. Hozzájárulnak ahhoz, hogy a kifáradás sokkal később következzen be, illetve hogy másnap sokkal frissebben keljen fel a sportoló. A sérülések gyorsabb javulásában, a betegségek lerövidítésében is megvan a szerepük az élsportolóknál. Ugyanakkor a betegségmegelőző hatásuk is nagyon fontos egy átlagember-

nél, aki nincs kitéve akkora terhelésnek, mint egy sportoló. Mindenkinek van stressz az életében, mindenkinek előfordul, hogy a szükségesnél kevesebbet tud pihenni. Mindezen problémák kezelésére, kiküszöbölésére elsőrangúak ezek a termékek.

Jómagam már kipróbáltam mind a tablettás, kapszulás készítményeket, mind pedig a cseppekben szedhető koncentrátumokat, sőt teszteltem a kozmetikai termékeket, a teákat és a samponokat is. Az a véleményem, hogy mind nagyon-nagyon jók, előnyös hatást gyakorolnak a szervezetemre.

Sajnos az egészségemmel elég sok probléma adódik, ezért már több éven át többfajta terméket, ami csak létezett és ajánlottak nekem, próbára tettem. Így van összehasonlítási alapom. Óriási különbséget látok: az ENERGY termékek abban szenzációsak, hogy nemcsak a tüneteket

kezelik, hanem az okot szüntetik meg. Más termékénél, ha abbahagytam a szedését, már rövid időn belül visszajöttek azok a tünetek, amelyek nem jelentkeztek addig, amíg szedtem azt a bizonyos terméket.

Az ENERGY-nél ezt egyáltalán nem érzem. Ha valamilyen rendellenesség megszűnt bennem, a harmónia helyreállt, és a természetgyógyászom azt mondja, hogy már nem kell szednem a javasolt terméket, akkor valóban nem érzem a korábbi tüneteket. A szervezetem saját regenerációs programja mindezt szépen kontrollálni tudja.

Minden mindennel összefügg, és ha az ember egészségesebb, akkor kevésbé lesz tele stresszrel, könnyebben tud pihenni, jobb lesz a kedve. És mindettől nyilván a lelke is jobban érzi magát. Az egész embert egységben, egyetlen nagy szervezetnek kell tekinteni, amint ezt az ENERGY is teszi.

A legfontosabb szerintem az, hogy az ENERGY készítményei hatékonyak, és csak természetes anyagokból vannak összeállítva. Az ENERGY termékeit mindenkinek csak ajánlani tudom.



ÖNT IS FENYEGETI A TÉLI DEPRESSZIÓ?

ISMÉT KISŰT A NAP AZ ÉLETÜNKBEN

A FÉNYRE MINDENNÉL NAGYOBB SZÜKSÉGÜNK VAN, ÉS EZ MÉG INKÁBB IGAZ TÉLEN. HISZEN HA KEVÉS VAN BELŐLE, MÁRIS KOPOGTATHAT AZ AJTÓNKON A DEPRESSZIÓ. A FÉNY, A SZÍNEK TARKASÁGA ELENGEDHETETLEN A JÓ KÖZÉRZETHEZ, AZ ÉLETKEDVÜNKHÖZ.

Dr. Alexandra Vosátková

A hagyományos kínai orvoslás (hko) szerint a depresszióknak több típusa van. Létezik egyrészt tavaszi depresszió, amikor az ember nem akar vagy nem tud kibontakozni, továbbá a nyári depresszió, amikor túl sok az erő és a szépség körülöttünk, mi pedig nem tudjuk, mihez fogjunk hozzá legelőször, majd pedig jön az őszi és téli depresszió – amit valószínűleg elődeinktől örököltünk, a génjeinkben van. Korábban ugyanis nem volt természetes, hogy az ember be tud fűteni, vagy

lesz mit ennie télen, így aztán soha nem volt biztos az sem, hogy egyáltalán túléli a telet.

KEDÉLYÁLLAPOTUNK A CSÁSZÁRTÓL FÜGG

Ha az adott évszakhoz tartozó készítményeket használjuk, soha nem követhetünk el hibát. De van itt még egy gondolat a hko-ból: „Ha a császár rendben van, a mesterek elégedettek.” Természetesen itt az érzelmek uralkodójáról, császáráról, vagyis a szívről van szó. Ennek a 3 ezer éves üzenetnek a megfigyeltével eljuthatunk a mondat lényegéhez, tehát ahhoz

az alapszabályhoz, hogy ha a lelkünk, főleg az érzelmeink rendben vannak, akkor minden szervünk elégedetten működhet. Másfelől közelítve: a gyógyszerek csak akkor segítenek, ha az érzelmek egészségesek. Vigyázat, nem arról van szó, hogy jobb, ha egyáltalán nincsenek emócióink, inkább arról, hogy az érzelmeinknek összhangban kell lenniük az aktuális helyzettel és saját magunkkal.

Sajnos az emberek a mi hazánkban nem tudnak örövendezni. Ez főleg akkor szembetűnő, ha külföldről térünk haza. A mi közép-európai tájainkat és mentalitásunkat Ázsiával összehasonlítva ez



KOROLEN

A KOROLEN valóban rendkívüli módon képes visszahozni, illetve újra létrehozni az öröm érzését.

duplán igaznak tűnik. Prágában már a repülőtéren mindenhol morcos embereket látunk, mindenki idegeskedik, felesleges dolgokon mérgelődik, holott mindnyájuknak van hol aludniuk, van mit enniük, sőt repülőjegyre is jutott pénzük, vagyis szegényeknek sem nevezhetők. Ennek ellenére állandóan elégedetlenek és morognak...

A szív érzelme az öröm. Ha nem kutatunk utána, nem szerzünk örömet saját magunknak és másoknak, akkor a szívünk szenved. Nem szükséges nagy és drága dolgokban gondolkodnunk. Annyi is elég, ha nemcsak a problémákat lát-

...ha a lelkünk, főleg az érzelmeink rendben vannak, akkor minden szervünk elégedetten működhet.



...amikor az ember benne van egy adott helyzetben, belülről gyakran egyik megoldást sem látja.

juk magunk körül, hanem azt is, hogy nyílnak a rózsák, vagy hogy az ablakban ülő cicának milyen szép a háta stb. Ám a sors olykor a rosszabbik oldalát mutatja nekünk. Főleg azt viseljük nehezen, ha valami véget ér. Például egy hozzánk közel álló ember élete, a munkánk egy adott munkahelyen, a kapcsolatunk stb. Ezek mind természetes, szükségszerű események, mégis gyakran nehezen tudjuk feldolgozni őket. Ilyenkor segítségre van szükségünk, hogy újra képesek legyünk örömet találni az életünkben, hogy megnyugodjunk, képessé váljunk a történetek feldolgozására, a továbblépésre, és hogy feltárulhasson előttünk a jövő...

Azt mondják, hogy minden dolognak, minden egyes problémának legalább 3 megoldása van. A legjobb, a legrosszabb, és még egy, valahol a kettő között. Ám amikor az ember benne van egy adott helyzetben, belülről gyakran egyik megoldást sem látja. Erőre van szüksége ahhoz, hogy képes legyen egy kicsit eltávolodni és messziről rápillantani a helyzetére, hogy lássa, valójában milyen lehetőségei vannak.

Praxisom során számtalan szomorú, sőt depressziós emberrel találkoztam már. Szerencsére segíthetünk nekik a KOROLEN-nel, amely nagyon gyorsan meg tudja erősíteni az érzelmeket, így az érintettek megláthatják a kivezető utat.

REMEK KOMBINÁCIÓ

Ha a kimerültség már súlyos, a KOROLEN-t megtámogathatjuk a STIMARAL és a REVITAE használatával. Ezt a kombinációt „életmentőnek” tartom súlyos lelki kimerültség esetén. A KOROLEN valóban rendkívüli módon képes visszahozni, illetve újra létrehozni az öröm érzését. Ezenkívül érdemes még kihasználni a RUTICELIT áldásos, nyugtató hatásait is. Kenjük a krémet a mellkasra, valamint a csukló belső oldalára.

Érdekes fejlemény, hogy a nyugati orvostudomány akarva-akaratlanul mind-

inkább teszteli és alkalmazza a hko ismereteit. Például ma már ott tartunk, hogy tudományosan is igazolták: a stressz erőteljesen hat az immunrendszer működésére. Tehát csak nyugalom, semmi izgalom, és tartsuk melegen a lábunkat! Hozzátenném, hogy a KOROLEN legyen a kezünk ügyében.

Kívánom Önöknek, hogy főleg a szép dolgokat lássák maguk körül! Ettől a rosszszak nem tűnnek el ugyan, de mivel kevesebb figyelmet fordítunk rájuk, a hatásuk jelentősen gyengül.



REMEK KOMBINÁCIÓ

Ha a kimerültség már súlyos, a KOROLEN-t megtámogathatjuk a STIMARAL és a REVITAE használatával.

ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

BUDAPEST 1

Klubvezető: Marosi László
Nyitva tartás: H-K: 9:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.
Cím: 1146 Budapest, Hermina út 55.
Telefon: +36 1/354 0910
Fax: +36 1/354 0911
E-mail: info@energyklub.hu
Web: www.energyklub.hu

BUDAPEST 2

Klubvezető: Kis Éva
Nyitva tartás: H-P: 9:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás. Minden hétfőtől csütörtökig 10-15 óráig ingyenes műszeres termékbemérés, Candida és penészgomba szűrés.
Péntekenként ingyenes Orgon terápia (előzetes bejelentkezéssel).
Minden 25 ezer Ft feletti vásárlónk egy terápiás eszközt kap ajándékba, melynek segítségével energetikai szinten a panaszok okaira lehet hatni.

További állapotfelmérési lehetőségek:

- Hajvizsgálat/Skalpdiagnosztika
 - Műszeres toxin és gócteszt
 - Hormonegyensúly tanácsadás
 - Allergia és ételérzékenység vizsgálat
- Előzetes bejelentkezés szükséges telefonon vagy e-mailben.

Cím: 1143 Budapest, Stefánia út 81. fszt. 2., Nice Hajgyógyászat
Telefon:
Kis Éva klubvezető: +36 30/754-5417
Szabó Erzsébet: +36 30/754-5416
E-mail: info@nicehajgyogyaszat.hu
Web: www.nicehajgyogyaszat.hu

BUDAPEST 3

Klubvezető: Nagy Renáta
Nyitva tartás: H: 12:00-19:00;
K-CS: 10:00-16:30; P: 10:00-15:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic és Core-Inergetix bemérés tanácsadással, köpölyözés, fülakupunktúrás addiktológia, mozgásterápia, kineziológia, reflexológia, Bach virágterápia, diapozitív, hormonegyensúly tanácsadás, számmisztika, asztrológia, karma, párkapcsolati asztrológia, kronobiológia, új germán medicina, reinkarnációs

terápia, theta healing technika, masszázások: svéd, nyirok, thai és talpmasszázs, lélek, szívárvány és ma-uri masszázis.

Cím: 1072 Budapest, Akácfa u. 13. 2. emelet, 22-es kapucsengő
Telefon: +36 20-261-2243
E-mail: energyklubbudapest@gmail.com
Web: www.energyklubbudapest.blogspot.com

BUDAPEST 4

Klubvezető: Czimeth István
Nyitva tartás: H-P: 10:00-18:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, szenzibilizáló történet energetikai állapotfelmérés és ENERGY termékek tesztelése, gyógyító beszélgetés, bioenergetikai állapotfelmérés, Bach-virágterápia, tarot személyiségelemzés, alternatív gyógymódok, fizioterápia (légzőgyakorlatok, mozgásgyakorlatok).
Cím: 1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz. 51-es kapu tel.
Telefon: +36 20-504-1250
E-mail: energybuda@energyklub.hu

BUDAPEST 5

Klubvezető: Németh Imréné Éva
Németh Imre
Nyitva tartás: K-P: 12:00-20:00,
Szo: 10:00-16:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsokkal, személyre szóló adagolások beállításával. Meridiánok és a szervezet energetikai állapotának felmérése Meridimer készülékkel, mérés kiértékelése, terápiás javaslat. Biofizikai állapotfelmérés lehetősége Sensitiv Imago készülékkel, kezelési javaslat, ENERGY termékek személyre igazítása, bemérése. Rife frekvenciaterápia (előzetesen csakrák állapotának vizsgálata). Talpdiagnosztika és reflexológiai kezelés spirituális támogatással, keleti arcdiagnosztika terápiás javaslattal. Állapotfelmérés a kínai 5 elem tan alapján, valamint kiegészítő felmérés Magnetspace testelemző készülékkel. Fitoterápiás szaktanácsadás. Alternatív mozgásterápiák: jóga, öngyógyító gyakorlatok. ENERGY házipatika összeállítása, igény szerint családoknak. Theta Healing terápiás módszer, személyiség, önismeret numerológiai, asztrológiai, kronobiológiai módszerekkel és Bach-virágterápiával. Kéthetente előadások, hétvégén

képzések, kreatív foglalkozások az egészség szolgálatában, az ENERGY termékek tükrében. A mérések, terápiák időpont-egyeztetéssel történnek.

Cím: ENERGY Belváros, 1085 Budapest, Baross u. 8., fsz. 1., 12-es kapucsengő (2 percre a Kálvin tértől).
Telefon: +36 1-235-0789
E-mail: energy.belvaros@gmail.com és az ENERGY Belváros Facebook oldala.

BUDAPEST 6

Nyitva tartás: H-P: 10:00-19:00,
Szo: 10:00-15:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás.
Cím: Budagyöngye Bevásárlóközpont, 1026 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 121. fsz. Életenergia-Ökoenergia Szaküzlet
Telefon: +36 70-443-3467
E-mail: budagyongye@okoenergia.com

DEBRECEN

Klubvezető: Kovácsné Ambrus Imola
Kovács László
Nyitva tartás: K: 9:00-18:00,
Sze-Cs: 9:00-12:00, P: 9:00-18:00
Tevékenységi kör: ENERGY készítmények értékesítése (személyesen az ENERGY Klubban, illetve postai úton); szaktanácsadás; elismert orvosok, természetgyógyászok kiejánlása (pl. háziorvos, fogorvos, homeopata orvos, kineziológus, reflexológus, fitoterapeuta, dietetikus, csontkovács, masszőr, íriszdiagnosztika, műszeres állapotfelmérő, hormonegyensúly terapeuta stb.)
Cím: „Füredi Kapu Lakópark” 4032 Debrecen, Böszörményi út 68. 'J' Épület, földszint (Füredi út és Böszörményi út sarkán, Kosuth lakotanya felőli oldal)
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: 9:00-18:00, Cs: 13:00-18:00. A megszokott nyitva tartási időben Véghe Elvira fogadja a klubtagokat, illetve rendeléseket.
Tevékenységi kör: ENERGY termékek forgalmazása, használatukhoz személyes tanácsadás, SCIO biofeedback program alkalma-

zás, mágnesterápia, infrasauna, spirituális válasz terápia (SVT), reflexológia, gyógy- és frissítő masszázs.

Cím: 9022 Győr, Szent István út 12/3. fsz.4.
Telefon: +36-96-335-650, +36-30-353-8607, +36-20-395-2688
E-mail: ilona.kocsis@t-online.hu, energy.elvira@gmail.com

KALOCSA

Klubvezető: Hargitainé Mónika
Nyitva tartás: H-K-CS-P: 08:00-17:00
Tevékenységi kör: 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: Ficzer János
Nyitva tartás: Sze: 16:00-18:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, bioezonancias mérés, tanácsadás.
Cím: 3700 Kazincbarcika, Barabás Miklós u. 56.
Telefon: +36-30-856-3365
E-mail: fj58@citromail.hu

KECSKEMÉT

Klubvezető: Mészárosné Lauter Erzsébet természetgyógyász
Nyitva tartás: H-P: 9:00-18:00, Szo: 9:00-12:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás.
Cím: Fitotéka Gyógynövény Szaküzlet, 6000 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
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, masszázs, meditáció, lélegzőgyógyászat.
Cím: 8360 Keszthely, Lovassy Sándor u. 13.
Telefon: +36-30-560-7785, +36-30-225-4917
E-mail: ibi-bazsa@freemail.hu

MISKOLC

Klubvezető: Ficzer János
Nyitva tartás: H: 14:00-17:00, Sze: 10:00-14:00, Cs: 14:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, terméktesztelés.
Cím: 3526 Miskolc, Zsolcai kapu 9-11. I.em.
Telefon: +36-30-856-3365
E-mail: fj58@citromail.hu

NYÍREGYHÁZA

Klubvezető: Fitos Sándor
Nyitva tartás: H-P: 13:30-16:30
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás.
Cím: 4400 Nyíregyháza, Ferenc krt. 5.
Telefon: +36-20-427-5869
E-mail: fits58@gmail.com

PÉCS

Klubvezető: Molnár Judit
Nyitva tartás: Hétfő 8:30-10:00, 14:00-20:00
Kedd 7:30-10:00, 14:00-16:30
Szerda 7:30-10:00, 14:00-20:00
Csütörtök 8:00-10:00, 14:00-21:00
Péntek 7:30-10:00
Minden hónap 3. péntekjén 14:00-20:00-ig, ekkor 17 órákor előadás, klubnap.
Más időpontban telefonos egyeztetés lehetséges.
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás. Panaszok testi és lelki okainak feltárása és kezelése komplex holisztikus módszerekkel. Vizsgálatok: személyre szabott termékmeghatározás az ENERGY termékeiből. Földszugárzás bemérése, gyógyító beszélgetés, lélegzőgyógyászat, belső utazás, 3-1-2 meridiántorna.
Cím: 7623 Pécs, József Attila u. 25.
Telefon: +36-72-242-745, +36-30-253-1050
E-mail: energy.pecs@freemail.hu

SIÓFOK

Klubvezető: Ángyán Józsefné
Nyitva tartás: Megbeszélés szerint, telefonos egyeztetés alapján rugalmasan.
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés.
Cím: 8600 Siófok, Wesselényi út 19.
Telefon: +36-20-314-6811
E-mail: margagitika@gmail.com

SOPRON

Klubvezető: Stánicz Jenő
Nyitva tartás: H-P: 11:00-13:00 és 14:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Voll-vizsgálat és terápia, talpreflexológia.
Cím: 9400 Sopron, Lehár Ferenc u. 1/A.
Telefon: +36-70-630-0991, +36-70-630-1039
E-mail: stanicz.jeno@gmail.com

SZEGED 1

Klubvezető: Dr. Bagi Magdolna csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvos, orvos-termetgyógyász, akupunktúrás és homeopátiás szakvizsgálóval.
Nyitva tartás: H-Sze-P: 09:00-12:00
K-CS: 09:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás. A klub keretein belül orvosi szakrendelés is zajlik.
Cím: 6724 Szeged, Londoni krt. 22/B.
Telefon: +36-30-466-1823
E-mail: energyklub1szeged@gmail.com

SZEGED 2

Klubvezető: Mészáros Márta
Nyitva tartás: H-P: 13:30-17:30
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, természetgyógyászati állapotfelmérés, talpmasszázs (reflexológia), köpölyös cellulit és fogyaszto masszázstekerreléssel, köpölyös hátgerinc masszázst, ránctalanító köpölykezelés, testmasszázs.
Cím: 6722 Szeged, Vitéz u. 1. (Hősök kapuja, Boldogasszony sugárútról nyílik.)
Telefon: +36-30-289-3208
E-mail: m.marti1952@gmail.com

SZENTES

Klubvezető: Fábján Julianna
Nyitva tartás: H-P: 10:00-17:00, Szo: 9:00-12:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, egészségügyi állapotfelmérés bioezonancias műszerrel.
Cím: 6600 Szentes, Horváth Mihály u. 4/A.
Telefon: +36-30-955-0485
E-mail: julia@metafor.hu

SZÉKESFEHÉRVÁR

Klubvezető: Ostorháziné Jánosi Ibolya
Nyitva tartás: H-CS: 13:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás.
Cím: 8000 Székesfehérvár, Várkörút 56. (Várkörút-Budai út sarok)
Telefon: +36-20-568-1759
E-mail: janosi.ibolya@gmail.com

SZOLNOK

Klubvezető: Németh Istvánné Éva
Nyitva tartás: H-P: 9:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, természetgyógyászati állapotfelmérés és tanácsadás.
Cím: 5000 Szolnok, Arany János út 23.
Telefon: +36-56-375-192
E-mail: szolnokegeszseghaz@gmail.com

SZOMBATHELY

Klubvezető: Nánási Tiborné
Nyitva tartás: H-P: 9:00-12:00 és 13:00-17:00, Szo: 9:00-12:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.
Cím: Naturatéka, 9700 Szombathely, Szent Márton u. 15.
Telefon: +36-30-534-2560
E-mail: naturateka.szombathely@gmail.com

VESZPRÉM

Klubvezető: Mezei Tünde
Nyitva tartás: H-P: 9:00-17:00
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, vitális térterápia, állapotfelmérés (Bemi-San készülékkel).
Cím: Padmaház, 8200 Veszprém, Szeglethy u. 1., 1. em. 104-es üzlet, a mozgólépcsővel szemben.
Telefon: +36-88/789-481, +36-30-488-4973
E-mail: info@padmahaz.hu
Web: www.padmahaz.hu

ZALAEGRSZÉG

Klubvezető: Takács Mária
Nyitva tartás: H-P: 13:30-18:30
Tevékenységi kör: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, ingyenes termékteszt, Immunotic, Orgon sugárzó és bioenergetikai kezelések.
Cím: 8900 Zalaegerszeg, Mártírok út 17.
Telefon: +36-70-607-7703
E-mail: mara.energy@gmail.com
Web: www.maraboszi.hu

AZ ENERGY TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

AJKA:

Kun Gyula, okleveles akupresször természetgyógyász, **Kun Gyuláné Zsuzsa** természetgyógyász, okleveles gyógymasször, Vítal Sziget Wellness központ: 8400, Szabadság tér 20. Hélios Üzlet-ház, biofizikai terméktesztelés, hajgyógyászat.

BUDAPEST:

Abidin Mehoubinéné Erzsébet, Candida mérés és kezelés, Tel.: +36 30/292 0977

Dr. Bán Marianna, fogorvos, természetgyógyász, auraszóma, tel.: +36 30/475 2859

Czető 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, Fittpoint Biobolt 1024 Bp., Lövház 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-, göckeresés minden hónap első csütörtök, péntek, szombatján.

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., kapucsgölg 69. Tel.: +3630/996 2787

Dr. László Mária belgyógyász, onkológus, reumatológus. 1136 Bp., Raul Wallenberg u. 12. IV/3. Telefon: +36 20/480 0246

Mátai Marina, természetgyógyász, lélekmasszázs, holisztikus ringató terápia, relaxációs és szimbólumterápiák, keleti masszázások, mágneses akupunktúrás kezelések. Tel.: +36 20/345 9408

Mázsár Csabáné, Jókai Biocentrum, 1043 Bp., Árpád út 77, Telefon: +36 70/539 9360

Melcherné Hácsek Ildikó, Tel.: +36 20/997 5548

Nagy Irén Éva, fülakupunktőr, kineziológus, akupresször, telefon: +36 30/942 3155

Puhl Andrea talpalflexológus, fülakupunktúrás addiktológus, hormonyensúly terapeuta. Tel.: +36/70/3401470, puhl.andrea@gmail.com

Sára Bernadett, okl. természetgyógyász, fülakupunktúrás addiktológus, meridiándaagnosztikai állapotfelmérés, életvezetési tanácsadás, tel.: +36/70/777-0444, e-mail: detti896@gmail.com

Szabó Géza radieszttéta 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., Orlay u. 10. Telefon: +36 70/272 4888, E-mail: ripplmasszazs@freehostia.com

Szieber Ágnes, tel.: +36 30/387 6599

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

Unginé Sachs Henrietta, természetgyógyász, radieszttéta, reflexológia, akupresszúra. 1144 Bp., Fűredi 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

Tósa Tímea hormonyensúly-terapeuta, táplálkozás- és életmód tanácsadó. +36/70/3379315 www.egeszsegrecept.hu

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

BÁCSBOKOD:

Dudás Csaba (ENERGY tanácsadó, Shiatsu kezelések), 6453 Bácsbokod, Hunyadi u. 50. Tel.: +36 30 9815-430. Email: dudascsaba68@gmail.com

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 okfelftáró vizsgálatok. Tel.: +36 20/431 3845

BALATONFÜRED:

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

BÉKÉSCSABA:

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

DEBRECEN:

Daróczy Zoltán miniszteriumi vizsgabiztos, természetgyógyász, vizsgáztató és szakértő. Telefon: +36 30/963-1635; +36 52/537-777 www.termeszetgyogyomdok.hu

Dr. Szabó Ildikó orvos-természetgyógyász, hagyományos kínai orvoslás szakorvosa, akupunktőr, addiktológus, lézertapeuta. Tel.: +36-20-493-3963. www.sinuhe.hu

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

Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta-természetgyógyász, hormonyensúly terapeuta, ENERGY szakoktató. Tel.: +36 30-449-2304.

Lévainé Szűcs Ibolya szemtréner, akupresször, kineziológus, komplementer medicina oktató. Telefon: +36 30/634-3146.

Rácz Krisztina kineziológus, természetgyógyász +36 70/391-9249, www.holisztikussegseg.hu

Rácz Éva természetgyógyász, biofizikai állapotfelmérés. Tel.: +36-70-392-2839

Laboncz Anna hajgyógyász, természetgyógyász, hormonyensúly terapeuta, +36 30/488-2266

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

Valóné Makó Andrea fitoterapeuta-természetgyógyász, biofizikai állapotfelmérés +36/30/526-4501

Hojcska Noémi dietetikus, hormonyensúly terapeuta, tibeti hangtál terápia, +36/20/362-9535

Gálné Balla Ilona hormonyensúly terapeuta, biofizikai állapotfelmérés, +36/30/219-9311

Nagyné Széles Éva egészségügyi szakasszisztens; biofizikai állapotfelmérés. Tel.: +36/70/314-1486

Töke Csaba nemzetközi csung jüan csikung oktató, mozgás terapeuta. Tel.: +36 30/593-2821, www.aranydaru.hu

Dr. Veress Mariann fogorvos, homeopata, hormonyensúly-terapeuta, biofizikai állapotfelmérés, +36/20/977-7693

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

DÓMSÓD:

Nagy Enikő, ENERGY szaktanácsadó, energetikai állapotfelmérés, 2344, Gólya út 6.

Telefon: +36 20/590 7827

DOROG

Mola Ferenc kiropraktőr, biofizikai állapotfelmérés, hipnózis tel.: +36/20/9468202

DUNAHARASZTI

György Kinga fitoterapeuta-természetgyógyász, akupresször, hormonyensúly-tanácsadó, +36/20/500-6254

DUNAKESZTI:

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

EGER:

Szolári Ágnes kineziológus, természetgyógyász, hormonyensúly-terapeuta, Magnetspace állapotfelmérés és kezelés, craniosacralis terápia, +36 30/301-3702, info@szolarikinez.hu, www.szolarikinez.hu

D'Ess Erika természetgyógyász, fülakupunktúrás addiktológus. Telefonszám: 30/392 09 25

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:

Ósze Anita alternatív gyógyász és Szabó György metafizikai pszichoterapeuta. ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Nelson géppel biofizikai mérés, reiki kezelés, lélekgyógyászat. Kolozsvári u. 15. Tel.: +36 70/947 0125, +36 70/947 0128, web: www.angyalienergia.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

Vég Elvira alternatív mozgás- és masszázsterapeuta, reflexológus, gyógymasször. Elérhető: a győri ENERGY klubban, telefonos időpont-egyeztetés +36-30-353-8607 telefonszámon.

Filip Erika egész testes testregulációs (GNM, german új medicina), EFT terapeuta. Fény háza alternatív gyógyászat. Tel.: +36-20-455-7072 www.tunetmentesen.hu

Molnár Gabriella természetgyógyász, akupresször, reflexológus. Biorezonanciás állapotfelmérés, kezelés, akupresszúra, su-jok terápia, reflexológia, Bach-virágterápia, +36-30-313-0613, Győr, Víztiükör utca 17/b. fsz.1., www.gyogyulasgyor.hu

GYULAFIRÁTÓT:

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

HAJDÚBŐSZÖRMÉNY

Gajdáné Bagdi Nóra, természetes gyógymódok tanácsadó, környezetgazdálkodási agrármérnök +36/30/3940610, e-mail: bagdi.nora@freemail.hu

HÓDMEZŐVÁSÁRHELY:

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

Szélné Budai Mónika, Egészség Kincsek 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

Pesztalics-Vágó Krisztina masször, ENERGY termékek értékesítése, állapotfelmérés, szaktanácsadás, termékeszt, svéd-, talp-, thai bambusz-, cellulit- és fogyaszto masszázs. 6300 Kalocsa, Hajdú utca 15. Telefon: +3670/361-7876, E-mail:pevakrisz@gmail.com

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: penzeszsuzsanna@freemail.hu
Szathmári Margareta, 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.
Kovácsné Horváth Tímea fitoterapeuta. Egészségi állapotfelmérés, gyógynövény terápia (Kecskemét, Ballószög) +36/20/342-1415
kovacsne.timea@napranezo.hu, www.napranezo.hu

KESZTHELY:

Molnár dr. Annus Erzsébet toxikológus, fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász. Természetgyógyászati és addiktológia rendelő, biofizikai állapotfelmérés, ENERGY terméktesztelés, dohányzástól 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, Voll-féle elektroakupunktúrás állapotfelmérés, ELIXIR Stúdió, Kiskunfélegyháza, Bathyány u. 3. Telefon: +36 20/226-4000

KISKÖRÖS:

Napraforgó Biobolt – Szabóné Mig Etelka fitoterapeuta, állapotfelmérés, lélekmasszázs, Bach-virágterápia. 6200 Kiskörös, Petőfi tér 15. Tel.: 06 70 3827078, e-mail: mig.etelka@gmail.com

KISKUNHALAS:

Vitamin üzlet – Kovácsné Pelikán Ágnes 6400 Kiskunhalas, Sétáló u. 3/c, +36-30-845-5468, E-mail: aktl5665@gmail.com

Vén Ferencné Éva természetgyógyász-fitoterapeuta, ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, testelemző Magnetspace készülékkel, ájurvédikus, lávaköves és nyirokmasszázs, Bach-virágterápia. 6400 Kiskunhalas, Bogárázó 21. Telefon: 30-63-76-559, E-mail: veneva@freemail.hu

KÓPHÁZA:

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

KŐSZEG:

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

LETENYE:

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

MÉLYKÚT:

Szűcs István, telefon: 06 77/460 249

MEZŐKÖVESD:

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

MEZŐNYÁRAD:

Vighné Novák Erika reflexológus. 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

MONOR

Szalók Edit okl. természetgyógyász, fitoterapeuta, Ma-uri masször. Dr. Voll-féle teljeskörű állapotfelmérés, radiesztézia (káros föld sugárzás mérés). ENERGY termékek szaktanácsadása, értékesíté-

se, Ma-uri-, szeretet-, talp- és talpcsakra masszázs, svédmasszázs, Bach-virágesszencia, Schüssler sók. Monor, Kossuth L. u. 37., tel: +36/29/415-596 +36/20/201-83-88, e-mail: szalokedit@gmail.com internet: www.ma-uri.mlap.hu

MOSONMAGYARÓVÁR:

Bio-Spektrum Orvos-természetgyógyászati Központ. Dr. Tóth Ildikó homeopátiás orvos és bio-fogorvos. Teljeskörű orvos-természetgyógyászati szolgáltatás. Mosonmagyaróvár 9200, Lúcsy u. 8., tel.: +36 30/ 618 1712

Salus Aegroti Egészségház természetgyógyász rendelő, Wicher Nikolett: állapotfelmérés, reflexió-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, terméktanácsadás, 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, Supertronic mérés. 4300 Nyírbátor, Kiss szoros u. 14. Telefon: 42/283 390

NYÍREGYHÁZA:

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

OROSHÁZA:

Oskó Csilla, 5900 Orosháza, Thék Endre u. 4. Telefon: +36 30/974-3536
Vitaporta Gyógynövény és Biobolt, Orosháza 5900, Rákóczi út 16, Tel.: +36 30/286-8510

PAKS:

Egészségisiget Biobolt, Villany u 2. (Piac térnél). 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, boginarsom@invitel.hu

PÉCS:

Molnár Judit ENERGY klubvezető, szaktanácsadó, természetgyógyász, fülakupunktúrás addiktológus. Tel: 72/ 242-745, +36 30/ 2-531-050

Dr. Fábán Rozália foglalkozás-egészségügyi szakorvos, természetgyógyász. Telefon: +36 70/949 7958
Dr Ivanova Enikő belgyógyász szakorvos. Telefon: +36 70/244 4211

Göloncsér Ágnes, ENERGY szaktanácsadó 7635 Pécs, Fekete út 13. Tel.: +36 20/518 5411

Benkó Tibor fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász, gyógymasször. Telefon: 06 72/242 745

Petro Petronella kineziológus, karmaasztrológus. Telefon: +36 70/455 8974

Wolné Kordik Brigitta gyógymasször. Telefon: +36 30/548 2742

Solymár Erzsébet ENERGY szaktanácsadó 7632 Pécs, Dobó István u. 76. Telefon: 06 72/239 974; +36 30/425 5800

PILISBOROSJENŐ:

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

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, 6727 Szeged, Vadas Márton u. 70. Tel.: 06 62/640 279, +36 30/636 6247.

Natura Bolt, Csongrádi sgt. 9. Telefon: 06 62/555 882
Rózsavölgyi Attila fülakupunktúrás addiktológus, reflexológus. 6725 Szeged, Moszkvai krt. 4., +36 30 314 37 44, www.naturakozpont.hu

SZEKSZÁRD:

Boros László masször, terapeuta.

Telefon: +36 20/349-75-53

Herbária Borágó Bt, 7100, Széchenyi u. 19. Telefon: 0674/315-448

Ollé Gabriella természetgyógyász, Egészségisiget, Alkotmány u. 13. fsz. 1. Tel.: +3620/349 7568

Unyi Mária Holistic Pulsing masszázs, 3-1-2 meridiántorna. Telefon: +3630/315-5425

SZENTENYI:

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: agicszmadia@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:

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

SZIRMABESENYŐ:

Demjänné Kocsis Andrea, Biocentrum Klub Művelődési Ház udvar. Stresszoldó relaxációs masszázs, szaktanácsadás, arc-test kozmetika. Supertronic energetikai szintfelmérés, demand@citromail.hu, 06 70 374 1637
Kecskés Jánosné, Biocentrum Klub Művelődési Ház udvar. 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 természetgyógyász, kineziológus, gyógynövény- és kristályterapeuta, hormonegyensúly-terapeuta, Magnetspace állapotfelmérés és kezelés. + 36/30/219-9299 e-mail: kanizsane.zsuzsa@t-online.hu; www.antalzsuzsa.hu
Tamásiné Kalmár Judit természetgyógyász, hormonegyensúly-terapeuta, biofizikai állapotfelmérés tamasine.kalmar@t-online.hu +36/30/611-96-97

TOLNA:

Verseghy né 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 Berzsényi u. 5. Tel.: 06 92/318 027

ZEBEGÉNY:

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

KONFERENCIA

OKTÓBER 25-ÉN, SZOMBATON KERÜLT SOR AZ ENERGY MAGYARORSZÁG KFT. ÁLTAL RENDEZETT SZAKMAI KONFERENCIÁRA. A BUDAPESTI HOTEL FLAMENCÓBAN TÖBB SZÁZ ÉRDEKLŐDŐ GYŰLT ÖSSZE, ELSŐSORBAN VEZETŐ TANÁCSADÓK.

IRÁNYTŰ

A PENTAGRAM ÚJ MEGKÖZELÍTÉSBE

Marosi Zoltán ügyvezető igazgató megnyitó szavai után elsőként dr. Lubomír Chmelař lépett a mikrofonhoz. Az ENERGY csehországi anyavállalatánál a szakmai tanácsadó testület elnöki tisztét betöltő Chmelař doktor a Pentagram® regenerá-

Szavai szerint egy gondosan kiegyensúlyozott gyógynövény-koncentrátumban 3 alapvető összetevő van jelen, a többi komponens részben kiegészíti ezek hatásait, részben pedig ellensúlyozza ennek a háromnak az esetleges mellékhatásait. A készítményekben rendkívül fontos szerepük van a bioinformációknak. A leglé-

gyes elemek kölcsönhatásának példáiról beszélt. Az egyik leggyakoribb hibának azt nevezte, amikor szívproblémák esetén KOROLEN-t kap az illető, amely nagyobb teljesítményre sarkallja a szívet. Általában elmondható, hogy a tünetek az adott elemhez képest kettővel előtte vagy kettővel utána következő elemnél jelentkeznek, és ilyenkor célszerű a közbülső elemet megtámogatnunk.

Chmelař doktor rámutatott, hogy az 5 elem között az energia mindig az óramutató járásának megfelelő irányban halad. Ebből következően ha valamelyik elemnél energetikai blokk keletkezik, akkor az energia az öt megelőző elemnél felgyülemlik, míg a következő elemnél energiahiány tapasztalható. Konkrét példával élve: ha a Fa elemnél alakult ki energetikai blokk, vagyis a máj nem működik megfelelően, akkor a Víz elemnél, tehát eggyel előtte, a vesénél plusz energia lesz, míg a Fa után következő elemnél, a Tűznél, vagyis a szívnél energetikai hiány lép fel.

A másik változat az, hogy például szívprobléma esetén nem látunk tünetet a Víz elemnél, ekkor viszont érdemes megnézni, hogy mi a helyzet a fékező ciklus másik elemével, vagyis a Fémmel. Ha a szívnél plusz energia van, akkor a blokk a következő elemnél, vagyis a Földnél keresendő, míg az energiahiány a Fém elemnél jelentkezik, és többnyire a vastagbél működési zavarában nyilvánul



Dr. Lubomír Chmelař Ph.D.

ció új felfogását ismertette a résztvevőkkel. Az 5 elem ábrájának ismert változatától eltérve a Föld elemet helyezte felülre, mert – mint mondotta – a Föld elem a fejszerveivel van összeköttetésben. Ezt követően a gyógyítás és a regeneráció közötti különbséget elemezte, kifejtve, hogy a regeneráció nem közvetlenül a beteg szervre hat.

nyegesebb alapelv az, hogy minden növény hatásának egy irányba kell mutatnia, mégpedig a Pentagram adott eleme felé.

Rátért az egyes elemeknek a szervezetben betöltött szerepére, és ismertette, hogy milyen funkciókkal vannak összeköttetésben, illetve a működésükben fellépő zavar milyen egészségügyi következményekhez vezet. A továbbiakban az



Az elhangzott 4 előadást itt csak vázlatosan ismertethetjük, de mindegyik teljes egészében elérhető az ENERGY Magyarország videocsatoráján, a youtube-on.

meg. A megoldás ezúttal is a közbülső elem, vagyis a Föld kezelése lesz.

„Annak vagyok a híve, hogy egyszerre csak egyféle koncentrátumot használjunk, mert a szervezet egyszerre csak egyféle funkciót tud megoldani”, hangsúlyozta az előadó. Ha mégis kombinációban gondolkodunk, akkor tartsuk szem előtt, hogy a VIRONAL elsősorban az immunrendszerre hat. Ezért gyakorlatilag bármelyik koncentrátummal kombinálható. A legsúlyosabb fertőzések esetén bevált kombináció a VIRONAL és a KOROLEN használata, először a VIRONAL-t alkalmazzuk, majd néhány perc különbséggel következhet a KOROLEN, de egyszerre semmiképpen ne vegyük be őket. A kombinált kezelés céljára elsősorban nem a koncentrátumok, hanem a kiegészítő készítmények alkalmasak.

„Legyen otthon mindenkinél VIRONAL mint elsősegély szer”, mondta. A VIRONAL akut fertőzés esetén néhány napig adható, de sokszor egyetlen adag is elég belőle a fertőzés továbbterjedésének a megállítására, illetve visszaszorítására. „Ha azonban a VIRONAL 3 nap alatt sem használ, akkor felesleges tovább adni”, mutatott rá. Ilyenkor inkább segít a RENOL vagy a KING KONG.

A koncentrátumok adagolása a homeopátiás szerekéhez hasonló. Tehát nem az a fontos, hogy mennyit adunk belőle, inkább az, hogy milyen gyakran. Az adagolás meghatározásához alapelv lehet, hogy egy cseppet számítunk 15 testsúlykilogramorra – ez a biztonsági adagolás. Az alacsonyabb adagolás mellett szól az az érv is, hogy a nagyobb mennyiség esetén már bizonyos mértékig elnyomódnak

Az öt elem ábrájának ismert változatától eltérve a Föld elemet tette felülre, mert a fej szerveivel van összeköttetésben.



a bioinformációk, amelyek egyébként rendkívül fontos szerepet töltenek be. Általában gyermekeknél napi háromszori bevétel, felnőtteknél napi kétszeri bevétel ajánlott, az idősebb embereknek azonban, akiknek lassabb a reakcióidejük, elég lehet napi egyszeri bevétel is. Akut állapotban a VIRONAL-t addig adjuk, amíg a tünetek meg nem szűnnek, majd még 2-3 napig. Krónikus esetben ajánlatos a 3 heti szedés plusz 1 hét szünet ritmus megtartása, és ezt a kúrát legfeljebb kétszer meg lehet ismételni. Ha a szer ennyi idő alatt sem működik, akkor valószínűleg rosszul választottuk meg a készítményt. Felhívta az előadó a figyelmet arra, hogy krónikus esetben a hatás gyakran csak a szünetben jelentkezik, és minél hosszabb a szünet, annál jobb lesz a hatás is.

Érelmeszesedésnél a GYNEX-et a KOROLEN-hez képest jobb választásnak tartja Chmelář doktor, mégpedig úgy, hogy felváltva adja a REGALEN-nel, esetleg még CELITIN-nel egészíti ki a kúrát.

ÉRZELMI ZAVAROK ÉS A HKO

A következő előadó dr. Rideg Sándor volt, aki az érzelmi zavarokat elemezte, a hagyományos kínai orvoslás (hko) fogalomrendszerébe illesztve. Beszélt arról a harmóniáról, amely elengedhetetlen a kiegyensúlyozott érzelmi élethez. Ha ebben zavar áll be, akkor ez a verbális kommunikációban, vagyis a beszédben, illetve a



Dr. Rideg Sándor

motoros funkciók összhangjában mutatkozik meg. *Az ember ilyenkor azt mondja, amit valóban érez.* A hko az idegrendszeri gyengeséget, vagyis az idegrendszer zavarát perifériás megnyilvánulásokban is értékelni tudja, így a szervbeszéd (vegetatív reakció), a testbeszéd (motoros funkciók), valamint a különböző verbális megnyilvánulások (bőfögés, sírás, nevetés) vagy a vesebetegknél a nyögés ugyancsak nyomra vezet a hko ismerőjét.

Az izomfeszültség, illetve az izomgörcs igen gyakori jele a vegetatív zavarnak, amiből következtetni lehet az érzelmi zavarra. Az energiatöbblet, illetve -hiány megint csak jó útmutatónk lehet a továbblépéshez, ez a gyakorlatban többnyire a *qi* bőségét vagy elégtelenségét jelenti. A májnal a düh *qi* bőséget takar, míg a szorongás *qi* elégtelenségre utal. A szív esetében a nevetés *qi* többletet, a sírás *qi* hiányt érzékeltet. A lépnel a zaklatottság, a rögeszmék a *qi* többletét mutatják, a depresszió és a szellemi restség viszont a *qi* hiányát jelzi. A vesénél az önkényeskedés a *qi* bőségét mutatja, míg a szorongás és a különböző főbiák a *qi* hiányát jelzik. Végül a tüdőnél a felindulás a *qi* többletére, míg a bánat és az aggodalom a *qi* hiányára utal.

Rideg doktor hangsúlyozta, hogy az egyes funkciókörök egymással szoros kapcsolatban állnak, és a diagnózist a hko 8 elve alapján lehet felállítani. A máj esetében a harag (amelynek a hátterében gátlás vagy túlzás található) egyfajta „ütéssel” jár a gyomorban. Az epés beteg kolerikus típus, könnyen felindul. Rámutatott, hogy a kolitisz, vagyis a vastagbélgyulladás nem a tüdő, hanem a máj funkciókörének a problémája. Az ilyen ember „lenyeli a mérget”, ettől lesz túlterhelt és fáradt, és jól tesz neki a REGA-

...az egyes funkciókörök egymással szoros kapcsolatban állnak, és a diagnózist a hko 8 elve alapján lehet felállítani.

LEN vagy a GYNEX. Megkülönböztette egymástól Rideg doktor a nyombélfekélyt és a gyomorfekélyt, olyan értelemben is, hogy az előbbit máj eredetűnek nevezte (ezért hasznos rá a REGALEN), míg az utóbbit, vagyis a gyomorfekélyt a lép működési zavarával hozta összefüggésbe, így a GYNEX-et javasolja rá.

Mindenképpen el kell kerülni „a harag lenyelését”, mert ez autoagresszióhoz vezet. Az energetikai gyakorlatok közül Rideg doktor a *daru qi gongot* javasolta, amely alkalmas a belső harag kivezetésére. További példák között említette a szív hektikát, amely remegéssel, reszketéssel, sápadtsággal, gyengeséggel, soványsággal és tarkófájdalommal jár együtt, de kísérőjele lehet a vállizom görcse és a szexuális zavarok is. A lépnel a depresszió és a melankólia jelzi egyértelműen a funkciókör zavarát, ezt már *Hippokratész* is tudta. A befelé fordult agresszió egy idő után depressziót hoz létre, aminek egyik megnyilvánulása az elhalt, zibbadt lábak. A tüdő esetén a szomorúság, a szeretet csökkenése, légzési problémák, bánat, gond stb. hordoz a gyógyító számára fontos információkat. A szeretet terén elszenvedett veszteség például tbc-ben nyilvánulhat meg. A szeretet veszteség a tüdő *qi* legyengüléséhez vezet. A tüdő azonban,

mint tudjuk, szoros kapcsolatban áll a bőrrel, tehát először bőrtünetek jelentkezhetnek: asztma, illetve neurodermatitisz léphet fel. Az érzelmi veszteség mindenképpen károsítja a tüdő *qi*t, és ez először bőrkiütésben jelentkezik. A felsoroltak, mint mondotta, mind a *tüdő jin szindrómának* a jelei. Ilyenkor a tüdő minőségét erősíteni tudjuk akupresszúrával (a T-1, T-7, T-9, Sz-6, Sz-7, H-13, Vab-4 pontok kezelésével), valamint moxával.

A vese a félelemmel áll kapcsolatban, tehát bizonytalanság, stabilitáshiány van a háttérben. Ha a vese *qi* mértéke csök-

ken, akkor ez a zárófunkciók zavarához, vagyis vizelet- és széklettartási problémákhoz vezethet.

Az előadó párhuzamot vont a „szív páciensek” és a „vese páciensek” között. A „vese páciens” például lehet figyelmetlen, szórakozott, ami a *vese jang* hiányát mutatja. A továbbiakban a máj és a lép funkciókóréről beszélt. Az utóbbinál példaként említette a lumbágót és a porckorong problémákat. Elmondta Rideg doktor, hogy az ENERGY teái kiválóan hatnak az idegrendszerre. Gondolhatunk például a LAPACHO, a LYCIUM, valamint a GREEN TEA GABA teákra. A KOROLEN-t említve kiemelte, hogy ez a koncentrátum támogatja a szerotonintermelést, és a neurotikusoknak kiváló kombináció lehet, ha PERALGIN-nal együtt szedik. A REGALEN tökéletesen beválik a hiperaktív gyermekeknél, a figyelemhiányos szindrómánál. A RENOL és a GYNEX a nagy kilengések megszüntetésére alkalmas, tehát diszlexia, beszédzavar esetén tanácsolhatjuk szedésüket. A STIMARAL érdekes tulajdonsága, hogy még a Parkinson-kórosoknak is jó lehet, mert támogatja az idegi ingerületek átvezetésében rendkívül fontos szerepet betöltő anyagnak, a dopaminnak a termelődését. A FYTOMINERAL első-

sorban nyomelemek pótlására alkalmas, így magnéziumhiány esetén javasolt, a CELITIN a memória és az összpontosítás remek támogatója, a VITAMARIN pedig jól bevált az omega-3 zsírsavak pótlására, emellett kedvetlenség esetén is érdemes szedni. A CHLORELLA érdekes módon nemcsak tisztít, hanem az agykárosodott betegeknek is segítséget nyújthat.

A SPORT ÉS A TÁPLÁLÉKKIEGÉSZÍTŐK

A délutáni előadások sorát dr. Veress János sportorvos, radiológus, természetgyógyász nyitotta meg. Bevezetőjében felidézte 20 évvel ezelőtti vizsgálatait, amikor ezer gyermek szűrése alapján levonhatta azt a következtetést, hogy kétharmaduknak (!) nem volt egészséges a gerince. Sajnos a mozgáshiányos élet mindinkább jel-

utána elmúlik. Vagyis nem egyszeri, illetve időnkénti megterhelésről, hanem folyamatos életmódról van szó. Veress doktor felhívta a figyelmet arra, hogy érdemes mérni a reggeli nyugalmi pulzusunkat alaphelyzetben, vagyis fekvé, és ez az, ami meghatározza, hogy meddig vagyunk terhelhetők. A 20 éves fiatalnak rövid ideig még a 220-as pulzus is rendben van, például 100 méteres síkfutásnál, míg egy 60 éves embernek mindössze 40-nel lehet több a pulzusa, mint amit alaphelyzetben, nyugalomban mérünk. A terhelés a szervezet számára akkor jó, ha a nyugalmi pulzus csak mérsékelten nő meg.

A mai gyermekeket azért is látjuk túlmozgásosnak, mert mozgáshiányos életet élnek. A felnőtt korra áttérve már fontos az életmódváltás megtervezése, ugyanakkor az edzettség és állóképesség

súly, az alkati tulajdonságok figyelembevétele, a korlátok és lehetőségek ismerete és követése.

A mozgásra rátérve elemezte az életkori sajátosságok szerepét, az alkati adottságokat, illetve azt, hogy mit lehet kezdeni egyes szerzett tartáshibákkal vagy a lúdtalppal. Az „izom mindenáron” alapelvét nem javasolt követni – még akkor sem, ha rendszeresen járunk edzőterembe. A különféle csodaszerektől óvakodjunk, de vitaminokat, megfelelő étrend-kiegészítőket érdemes szedni, ha ezek jó minőségűek. A pszichés terhelések ugyancsak súlyt jelentenek az ember számára, valósággal nyomják a vállat. Nem javasolta Veress doktor a magas fehérjetartalmú kiegészítők fogyasztását, mert ezek közép-, illetve hosszú távon mindenképpen ártanak.

Részletesen beszélt a táplálkozás szerepéről, az alapanyagok minőségéről, a beszerzés forrásairól és az igényességről, arról, hogy a megfelelő táplálkozáshoz tudatos hozzáállás szükséges.

Ügyelnünk szükséges a testi-lelki méregtelenítésre. Arra, hogy mi az, amit ösztönösen, és mi az, amit tudatosan végzünk az életünkben. Az életet egyfajta önismereti tréningnek kell tekintenünk, amelyben mindhalálíg tanulunk, miközben tudjuk, hogy minden viszonylagos.

Végezetül a tudás és a tudatosság szerepéről szólt dr. Veress János. Kiemelte: nincsenek külön utak, az ENERGY útja a mi utunk, az ENERGY szerek segítenek a helyes útválasztásban és abban, hogy rajta



Dr. Veress János

lemző a gyermekkorban is. Hiányoznak a gyermekek számára a próbatételek, az igazi fizikai, lelki terhelések. Mivel ezekből kevés van, a sport lehet(ne) az a mesterséges próbatétel, amelyre gyermekeinknek szükségük van. A sport emellett a legjobb módszert jelenti a vegetatív idegrendszer kiegyensúlyozására. Persze nehéz a terhelés megfelelő mértékének eltalálása, főleg akkor, ha valaki már a középkorú vagy idősebb korosztályhoz tartozik, de ilyenkor is szükséges a mozgás. Legfeljebb óvatosabban kell elkezdeni, például az első terheléseket vízben érdemes megadni a szervezetnek. A letörtség és fáradtság egyik legjobb ellenszere a sport, de a sportolónak természetesen vigyáznia kell, nehogy alul- vagy túledzett legyen.

Fontos tudni, hogy az edzettségi állapot mindössze 3 hónapig tartható fenn,

Hiányoznak a gyermekek számára a próbatételek, az igazi fizikai, lelki terhelések.

kialakítása is. A trendi szokásoknak nem kell mindig behódolni, hanem jobb, ha az arany középút választjuk, és betegen is élhetünk teljes életet. Fontos, hogy heti 2-3 alkalommal „csúcsra járassuk” magunkat, vagyis jól megizzadjunk. Jelmondatunk lehet a következő: „sose lázadj fel, sose csüggedj el”.

Az előadó az egészség alappilléreinek a következőket nevezte: megfelelő mozgás, szellemi háttér, táplálkozás, testi-lelki egyensúly, méregtelenítés, megfelelő test-

maradjunk a választott utunkon. Előadása végén szólt az ENERGY konkrét termékeiről, egy-egy mondatban ismertette, melyik készítményt milyen esetben tartja hasznosnak és szükségesnek.

VITAMINOK, EGÉSZSÉG, ENERGY

A konferencia utolsó előadója Ráczné Simon Zsuzsanna, fitoterapeuta természetgyógyász volt Debrecenből. Először a vitamin meghatározását idézte fel 1911-

ből, majd emlékeztetett rá, hogy a vitaminokat két csoportra oszthatjuk. A vízben oldódók közé tartoznak a B-vitaminok, a C-vitamin, a P-vitamin, míg a zsírban oldódók közé soroljuk az A-vitamint, a D-vitamint, az E-vitamint, az F-vitamint és a K-vitamint.

Rámutatott, hogy természetes vitaminforrásaink ma már kiapadóban vannak. Persze a vitaminhiány okai a hibás táplálkozásban és a „csoda diétákban” is benne rejlenek. A túlsúly napjainkban népbetegség, „sajnos már egy 5-6 éves gyermek is úgy néz ki, mint egy golyó”.

Döbbenetes fogyókúrák is divatba jöttek, például az Egyesült Államokban és Angliában az a „fogyókúra”, amelynek előírásai szerint csak vizet, illetve alkoholt isznak. Szólt a felszívódási zavarokról, amelyeknek az oka, hogy a bélbolyhok pusztulnak a vékonybélben. Rámutatott, hogy a gluténérzékenység nem azonos a lisztérzékenységgel. A gluténérzékenység először elpusztítja a bélbolyhokat, majd pedig autoimmun betegséget okoz.

A vitaminhiány egyéb okai lehetnek: a vitaminhatás gátlása, anti-vitaminok (pl. nyers fehérje, kávé, alkohol, dohány), antibiotikumok, kortikoszteroidok, sugárhatás, fokozott szükséglet, fokozott izommunka, fokozott anyagcsere, növekedés, terhesség, szoptatás és egyoldalú táplálkozás.

A továbbiakban részletesen ismertette az egyes vitaminok szerepét, szólt forrásaikról, hatásaikról, valamint arról, hogy az egyes ENERGY készítmények milyen vitaminokat kínálnak számunkra.

A B-vitaminok általánosságban: szabályozzák az idegrendszer működését, az emésztést, az anyagcsere-folyamatokat és a növekedést. Hatásukat csökkentik: túlzott alkohol-, kávé- és cukorfogyasztás, dohányzás, láz, gyulladások, stressz, antivitaminok, nyugtatók. A BARLEY, a SPIRULINA BARLEY, a VITAFLOLIN, a CELITIN, a PROBIOSAN, a CHLORELLA és a REVITAE a B-vitaminok bőséges tárházát kínálja számunkra.

A C-vitamin hatásai igencsak szerteágazók, csak néhányat említve közülük: kollagénpépződés, vérképzés, ellenálló-képesség támogatása.

A P-vitamin gyakorlatilag a bioflavonoidokat (citrin, heszperidin, rutin) takarja, ezek támogatják a C-vitamin felszívódását, erősítik az érfalakat, gátolják a vérzést. Az



Ráczné Simon Zsuzsanna

...a vitaminhiány okai a hibás táplálkozásban és a „csoda diétákban” is benne rejlenek.

ENERGY-készítmények közül e tekintetben a FLAVOCEL, a BETAFIT, a VITAFLOLIN és a REVITAE van segítségünkre.

Az A-vitamint kizárólag állati eredetű élelmiszerek (pl. halmájolaj, tej, vaj, sajtok, tojás) tartalmazzák, ezért a vegetáriánusok ebből is hiányt szenvedhetnek. Előanyaga a béta-karotin, a növényi fotoszintézisben szerepet játszó egyik pigment. Az A-vitamin felelős a látásért, az immunrendszer működéséért, az embrió fejlődéséért, növekedésért és az egészséges bőrért.

Forrásául szolgálnak a következő ENERGY-készítmények: VITAMARIN, BARLEY, BETAFIT, DERMATON OIL.

A D-vitamin a bőrben képződik, napfény hatására. Fontos tudni, hogy nem raktározódik el a májban. Felelős a csontozat és a fogak növekedéséért fiatal korban, több hormonnak az előanyaga, az immunrendszer támogatója. Az ENERGY VITAMARIN készítménye kínálja a megoldást számunkra.

Ráczné Simon Zsuzsanna emlékeztetett a SOTE I. sz. Belgyógyászati Klinikájának vizsgálatára, amelynek alapján elmondható, hogy a magyar lakosság 95%-a (!) D-vitamin-hiányos. A 2013. szeptember 21-én megtartott D-vitamin Orvosi Konferenciája megerősítette, hogy összefüggés van a D-vitamin-hiány és a magas vérnyomás, a szívinfarktus és a stroke gyakorisága között. Egyértelmű az összefüggés a D-vitamin-hiány és a Par-

kinson-kór, az időskori szellemi leépülés, a depresszió és a skizofrénia között is. Emellett a résztvevők rámutattak, hogy a D-vitamin alapvető szerepet játszik az agy fejlődésében. Fontos szerepet tölt be különösen az emlő-, a gyomor-, a bélrendszer- és a prosztaták megelőzésében, illetve a kezelést követően a betegség kiújulási kockázatának mérséklésében.

Az E-vitamint a „termékenység vitaminjának” nevezte az előadó. Felelősnek mondotta a PMS tünetek enyhítéséért, a termékenységért, a változókori tünetek enyhítéséért is. Emellett támogatja a keringést és az immunrendszert, csökkenti a koleszterinszintet és antioxidáns. Hatása fokozódik foszfor, rutén és mangán jelenlétében.

Az ENERGY-készítmények közül a VITAMARIN és a DERMATON OIL tartalmazza nagyobb mennyiségben.

A K-vitamint a bél baktériumflórája állítja elő. Hat a véralvadási folyamatra, segíti a D-vitamin felszívódását. Az aspirin, az antibiotikumok, az avas zsírok és a röntgensugárzás károsítja, hiánya orrvérzéshez vezethet.

Az F-vitamin gyakorlatilag a telítetlen zsírsavmolekulák (arachidonsav, linolsav, linolénsav) jelenti. A vérképzésben, a hormontermelésben és a gyulladáscsökkentésben tölt be nélkülözhetetlen szerepet. A VITAMARIN és a PERALGIN kínálja számunkra.

BÖLCS TESTÜNK ÜZENETEI (7.)

A CSALÁDÁLLÍTÁSRA MEGÉRKEZIK AZ 50-ES ÉVEIBEN JÁRÓ, KÖZEL NEGYED ÉVSZÁZADA FÉRJNÉL LEVŐ OLGA ASSZONY. KICSIT TELTEBB IDOMOKAT MUTATÓ, MÁR SOKAT MEGÉLT (NEM CSAK A PARTNERKAPCSOLAT TERÉN) ASSZONYRÓL VAN SZÓ. SUGÁRZIK BELŐLE A JÓ KEDV ÉS A HUMOR, AMIVEL SZEMPILLANTÁS ALATT „MEGFERTŐZI” KÖRNYEZETÉT IS.

Dr. Ivana Wurstová

Szeretné, ha megnéznék a férjéhez fűződő kapcsolatát. Mint mondja, az elmúlt években már nagyon eleget lett belőle, és az utóbbi időben olyan agresszív rohamok törnek rá, hogy úgy érzi, legszívesebben megfojtaná egy kanál vízben. Mérlegeli, hogy elválna tőle, mert már nem bírja tovább.

Többre nem is vagyok kíváncsi. Olga kiválasztja a saját figuráját. Férje szerepébe egy nőt állít, ami már önmagában feletébb érdekes. A hölgy fejére férfi kalapot teszünk, a jobb tájékozódás és a szeminárium többi résztvevője kedvéért. A családállítás megkezdődik. Az Olgát alakító hölgy rendkívül nyugtalan, fel-le járkál a teremben, és látszik, hogyan nő benne a harag.

„LEGSZÍVESEBBEN BELÉSZÚRNÁM A KÉST”

„Szándékosan teszi ezt velem, nézzétek csak, milyen lehetetlen alak, már látni sem bírom...”, hangzanak el a férjet illető, ehhez hasonló szidalmak. A férj (ebben a konstellációban egy nő) csupán áll és figyel. Úgy látszik, semmit sem ért az egészből. Csak nézi szeretetteljesen a feleségét, szeretne kommunikálni vele, ám a feleség ezt láthatóan nem akarja.

A férj úgy áll ott, mintha melegítő és gumicsizma volna rajta, miközben a vasvilárra támaszkodva kémleli a világot maga körül. Várakozások és előítéletek nélkül, egyszerűen úgy, ahogy van. A nő, aki a férjet alakítja, szép lassan elkezd mosolyogni a feleséget alakító hölgyre, és azt mondja neki, hogy a világon semmi sem tetszik neki jobban, mint párjának a telt idomai, csodálatos csípője, keblei és fenéke.

Ez azonban még inkább felpaprikázza a feleséget... „Megölöm. És ahogy esténként zabálja az almákat...”, tör elő belőle a váratlan fordulat. „Késsel szeleteli és zabálja őket. Legszívesebben belészúrnám azt a kést”, bökk felé, mintha kés volna a kezében.

ROMANTIKUS ELKÉPZELÉS

A férfi csak áll és néz. Ekkor beállítok a konstellációba egy másik férfit, és a helyzet azonnal megváltozik. A nő figyelme az új férfira terelődik, és teljesen megelégedezik a férjéről. Az új férfi jól érzi magát, nem is nagyon érzékeli a feleség jelenlétét, egyszerűen csak ott van. Megkérdezem, elképzelhető-e, hogy ő egy volt szerelem, egy elfelejtett férfi az életéből, esetleg egy be nem vallott kapcsolat? Né tán szerető? A feleség állítja, hogy nem így van, a férje volt az egyetlen partnere az



életében. Rendben, akkor hagyjunk még egy kis időt...

A történet kezd világossá válni. A férfi romantikusnak, álmodozónak tűnik. Filmbéli romantikus hősökre emlékeztet. A feleség és az új férfi egymás szemébe néz.

Azt mondom a feleségnek, hogy szegődjön az új férfi mellé, ha akar. A feleség azonban csak áll, tovább mérlegel, nézi a férfit, és az egész helyzet nagyon gyanússá válik számára. Elkezd a férfit az ujjával böködni, mintha ellenőrizni akarná, hogy valóban stabilan áll-e.

Ekkor rájön, hogy a pozíciója nem nevezhető stabilnak. Nagyon ingatag, mintha gumiból volna, ráadásul olyan furcsa képet vág. Rápillant a férjére, aki még mindig szeretetteljesen nézi, majd az új férfira néz. Ám az észre sem veszi, valahova a távolba bámul, és az egész tulajdonképpen teljesen közömbös számára.

„Ő a te romantikus elképzelésed”, mondom a feleségnek. „Karolj belé, és elmehetsz vele. A férjedet itt hagyhatod.”

HOGYAN LÁTJA A FELESÉGÉT A FÉRJ...

És abban a pillanatban a feleség megérti a lényegét. Értetlenül csóválja a fejét, nem tudja elhinni, amit lát. A romantikus férfit elvezeti, és félénken ránéz a férjére. És csak most veszi észre, amit az elmúlt 25 év alatt még soha. Meglátja a férje szemében a szerelmet, bár most, a családállítás során egy idegen nő szemében azonosítja mindezt. Ám egy olyan nő szemében, akinek ez az egész egyáltalán nem idegen, aki nagyon is jól érti, miről van itt szó. A feleség most ismét kipróbálhatta, hogyan tekintenek a férfiak a feleségükre. Megértette, hogy nem foglalkoznak a plusz kilókkal, hogy asszonyuk úgy tetszik nekik, ahogy van, mert az ő feleségük... A jelen lévőket szívük mélyéig meghatja az előttük feltáruló kép.

Higgyünk a partnerünknek, legyünk hálásak azért, hogy létezik és velünk él, és próbáljuk meg olykor félretenni a romantikus elképzeléseinket. Nézzünk a társunkra nyitott szemmel, mindenféle előítélet és várakozás nélkül. Lehet, hogy meglep minket a látvány. Talán annyira, mintha akkor először látnánk őt igazán.

Csodálatos szeretetünnepet kívánok!

(Folytatjuk)



*Nézzünk a
társunkra
nyitott szemmel,
mindenféle
előítélet és
várakozás nélkül.*



KLUBPROGRAMOK

BUDAPEST 2.

ENERGY Klub Zugló, XIV. Stefánia út 81. fsz. 2.

Nice Hajgyógyászat

Minden hétfőtől csütörtökig 10-15 óra között ingyenes műszeres termékbemérés, Candida- és penészgomba-szűrés.

Péntekenként ingyenes Orgon terápia (előzetes bejelentkezéssel).

Minden 25 ezer Ft felett vásárlónk egy terápiás eszközt kap ajándékba, melynek segítségével energetikai szinten a panaszok okaira lehet hatni.

További állapotfelmérési lehetőségek:

Hajvizsgálat/skalpdiagnosztika, műszeres toxin- és göcteszt, hormonegyensúly-tanácsadás, allergia és ételérzékenység vizsgálat.

Előzetes bejelentkezés szükséges telefonon vagy e-mailen: info@nicehajgyogyaszat.hu. További info: Kis Éva klubvezető 06/30/754-5417 és Szabó Erzsébet 06/30/754-5416. www.nicehajgyogyaszat.hu

BUDAPEST 3.

1072 Budapest, Akácfa u. 13. II. emelet, 22-es kapucsengő

szerdánként 18-20 óra között

Kezdő tradicionális jogafoglalkozások, tartja **Gombos Livia** természetgyógyász, jogak oktató.

Az óra felépítése: relaxáció, lazítás, ászanak, testgyakorlatok, meditáció, pránajama, légzőgyakorlatok.

Kiemelt területek: hormonrendszer (PCOS, meddőség, klímáx) stresszoldásra, ideális testsúly elérésére.

Előzetes bejelentkezés feltétlenül szükséges a 06 30 611-3093-as telefonszámon!

csütörtökönként

Személyes konzultáció, bemérés és orvos-természetgyógyászati tanácsadás, tartja: **dr. Faragó Csilla**. Bejelentkezés a 0630-854-5255-ös telefonszámon.

BUDAPEST 5.

ENERGY Belváros Klub, 1085 Budapest, VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12. (2 percre a Kálvin tértől).

ELŐADÁSOK:

január 20., kedd 17.30 óra

Családi kötelékek: béklyó és/vagy tartókö-

tél? A lelki oldások támogatása ENERGY termékekkel, Pentagram® koncentrátumok és krémek használata, valamint a STIMARAL fontossága.

Előadó: **Czukorka Katalin** alap és haladó Theta Healing tanfolyam tanár, valamint a klubvezető.

KLUBTAGOKNAK INGYENES MÉRÉSEK, ELŐZETES BEJELENTKEZÉssel:

Meridiánok mérése Meridimer készülékkel csütörtökön új, pénteken kontroll mérések (időpont-egyeztetéssel). A javasolt ENERGY termékek személyre igazítása, adagolások beállítása.

EGYNAPOS, TANFOLYAMI JELLEGŰ TOVÁBBKÉPZÉSEK, TÉRÍTÉSSEL, SZOMBATONKÉNT:

december 6. (9.30–15 óráig)

A szeretet nyelve a numerológiában. Ajándékkészítés szeretet szimbólumokkal. Karácsonyi gyöngymanda és más meglepetések elkészítése a helyszínen.

Kiresné Vincze Ilona vezetésével képzés és mandalákészítés. Az ajándékkészítés hozzávalóit biztosítjuk. Részletes információ a klubvezetőknél.

január 17. (9–17 óráig)

Biorezonanciás állapotfelmérési lehetőségek az ENERGY termékek hatékonyságának növelésére, mérések elemzése a hko alapján. (II. rész)

Vezeti: **dr. Rideg Sándor** pszichiáter, neurológus, addiktológus főorvos, ENERGY szakoktató. Jelentkezés: energy.belvaros@gmail.com, vagy az ENERGY Belváros Klubban és elérhetőségein.

TOVÁBBI ÁLLAPOTFELMÉRÉSI LEHETŐSÉGEK, TERÁPIÁS KÍNÁLATUNK:

Talpdiagnosztika és reflexológia kezelés Pentagram® krémek speciális felhasználásával, keleti arcdiagnosztika terápiás javaslattal, állapotfelmérés az 5 elem tan alapján, valamint a Magnetspace testelemző készülékkel. Fitoterápiás szaktanácsadás, csakrák energetikai állapotának áttekintése. Biofizikai vizsgálat és terápia lehetősége Sensitiv Imago készülékkel, ENERGY termék javaslattal és személyre szóló adagolás beállításával.

Theta Healing terápiás módszer **Czukorka Katalin** konzulens, alap és haladó tanfolyam

tanár közreműködésével, keddi napokon 15.30–18.30 óra között.

Személyiség, önismeret numerológiával, asztrológiával, kronobiológiai módszerekkel, valamint az ENERGY termékeinek támogatásával. **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, asztrológus. (szerdai napokon).

Reflexológiai kezelés Pentagram® krémekkel, csütörtöki napokon **Nebhaj Edit** buddhista tanító, asztrológus, reflexológus közreműködésével. Jelentkezés az ENERGY.belvaros@gmail.com, vagy az ENERGY Belváros Klubban és elérhetőségein.

Sejtszintű energetikai állapotfelmérés, a talált problémák megoldása ENERGY készítményekkel. **Dr. Czinege László** orvos-természetgyógyász január 29-én (csütörtökön) terápiás tanácsadást tart. Előzetes időpont-egyeztetéssel **dr. Czinege László** elérhetőségén 06-30-906-9114, vagy az ENERGY.belvaros@gmail.com címen és személyesen a klubban.

EGÉSZSÉG KLUB A KLUBBAN, minden hónapban más-más aktuális témában:

december 2-án kedden (17.30–19.30 óráig): Lelki egyensúlyunk megteremtése, az érzelmeink harmonizálása az ünnepek előtt. Ismerkedés a „3-1-2” MERIDIÁNTORNÁVAL. A meridián tornát bemutatja **Radicsné Mátraházi Beatrix**.

január 27-én, kedden (17,30-19,30 óráig). Életünk és a hagyományos kínai orvoslás.

Az Egészség Klubot vezeti: **Kürti Gábor** természetgyógyász, az otthoni gyógyítással, öngyógyítással foglalkozó több népszerű könyv szerzője, a Natúr sziget portál (www.natursziget.com) alapító főszerkesztője.

Szerdánként két csoportban: 16.30 és 18.30 órai kezdéssel *Mozdulj-lazulj!* címmel rendhagyó jóga, hogy jól érezzük magunkat, **Juhász Irén** irányításával.

Bejelentkezés a programokra, további információ: **Németh Imréné Éva** és **Németh Imre** klubvezetőknél. Telefon: +36 1/235-0789. E-mail: ENERGY.belvaros@gmail.com

Figyelem! December 23-ától január 1-éig a klub zárva tart. Nyitás január 2-án 12 órakor.

DEBRECEN

„Füredi Kapu Lakópark” 4032 Debrecen, Böszörményi út 68. 'J' Épület, földszint (Füredi út és Böszörményi út sarkán, Kossuth laktnya felőli oldal).

Természetgyógyász szaktanácsadás a debreceni ENERGY klubban kizárólag előzetes bejelentkezéssel. Időpont-egyeztetés személyesen a klubban vagy a 30/4581757-es telefonszámon.

Szaktanácsadási időpontok:

december 9. *kedd, 17-19 óráig: Ráczné Simon Zsuzsanna* fitoterapeuta-természetgyógyász, hormonegyensúly-tanácsadó, ENERGY szakoktató.

január 13. *kedd, 17-19 óráig: dr. Zádor Csabáné Orsi* természetgyógyász, hormonegyensúly-tanácsadó.

December 1–23. között a megszokott nyitva tartással várjuk a vásárlókat, a karácsony előtti utolsó nyitva tartási nap 23-a, *kedd 9-18 óra között. Ünnepek közötti nyitva tartás: dec. 30. kedden 9-18-ig. Az új évben az első nyitva tartási nap: január 2-án, pénteken 9-18-ig.*

KAZINCBARCIKA

Barabás M. u. 56.

Klubnapok minden szerdán 16-18 óra között. (December 24-én és 31-én nem lesz klubnap!)

További info: **Ficzere János** klubvezető, 0630/856-3365.

MISKOLC

december 8., *hétfő, 15-17 óra között*

A miskolci klubban (Zsolcai kapu 9-11. I. em.) ingyenes számítógépes állapotfelmérést és orvosi tanácsadást tartunk. Tanácsadó orvos: **dr. Hegedűs Ágnes**. Előzetes bejelentkezés szükséges időpont-egyeztetés végett.

Bejelentkezés, további info: **Ficzere János** klubvezetőnél a 30/856-3365 telefonszámon.

Az idei utolsó nyitva tartási nap: 2014. december 22., hétfő. A 2015. évi első nyitva tartási nap: január 5., hétfő.

NYÍREGYHÁZA

Egészségügyi Főiskola, Sóstói út 2-4., A épület, 1. emelet.

december 4., *csütörtök, 17 óra*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A Fém és a Víz elem részletes jellemrajza és az elemekhez tartozó ENERGY termékek ismertetése.

január 22., *csütörtök, 17 óra*

Fitos Sándor klubvezető előadása:

1.) Termékek kiválasztásának spirituális megközelítése, mérése, hogyan tudjuk felidézni a betegségek tényleges okait.

2.) Évkézdés, programok tervezése, ötletek a forgalom növelése érdekében.

További info **Fitos Sándor** klubvezető, 0620/427-5869, thetan@freemail.hu

www.nyirenergy.hu.

PÉCS

ENERGY Klub, József Attila u. 25.

január 11., *vasárnap, 9-17 óra között*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató szintre hozó előadása 30 órában, ENERGY továbbképzés 1. része.

január 25., *vasárnap, 9-17 óra között*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató szintre hozó előadása 30 órában, ENERGY továbbképzés 2. része. További info **Molnár Judit** klubvezetőnél. 0630/253-1050, energy.pecs@freemail.hu

SZENTES

Városi Könyvtár, Kossuth utca 33-35.

december 12., *péntek, 17 óra*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Összefüggések az 5 elem tanban az elemek között, kapcsolatrendszerük. Az immunrendszer felkészítése a télre: VIRONAL, DROSERIN, FLAVOCEL, IMUNOSAN, RENOL, ARTRIN.

További info: **Fábján Julia** klubvezető, 0630/955 0485, metafor@vnet.hu

SZÉKESFEHÉRVÁR

Kereskedelmi és Iparkamara, Gazdaság Háza, Hosszúséta tér 4-6.

december 3., *szombat, 17 óra*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A pajzsmirigy betegség lélektana, jellemzői, az ENERGY étrend-kiegészítők, melyek segítenek a probléma megoldásában.

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

További info **Ostorháziné János Ibolya** klubvezetőnél, 0620/568-1759

janosi.ibolya@gmail.com.

SZOLNOK

Zsálya Herbaház és Egészségház (Arany János út 23.)

december 9., *kedd, 17 óra*

Dr. Kissné Veres Erzsébet természetgyógyász előadása: Hogyan készítsük fel a szervezetünket a télre, az ünnepek okozta felgyorsult stresszes helyzetekre? ENERGY termékek: zöldek, VITAMARIN, krémek, teák, CYTOSAN INOVUM, GREPOFIT, VIRONAL, BETAFIT.

december 11., *csütörtök, 17 óra*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Összefüggések az 5 elem tanban az elemek között, kapcsolatrendszerük. Az immunrendszer felkészítése a télre: VIRONAL, DROSERIN, FLAVOCEL, IMUNOSAN, RENOL, ARTRIN.

január 13. *kedd, 17 óra*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A pajzsmirigy betegség lélektana, jellemzői, az ENERGY étrend-kiegészítők, melyek segítenek a probléma megoldásában.

Továbbra is ingyenes az állapotfelmérés.

Dr. Kissné Veres Erzsébet természetgyógyász végzi Supertronic készülék és a numerológia segítségével. Személyre szabott tanácsadás, ENERGY termékek ajánlása a szervezet egészségesebb működéséért.

További információ: **Németh Istvánné Éva** klubvezető, 0656/375-192, 0630/292-8399,

szolnokegeszseghaz@gmail.com
www.szolnokegeszseghaz.hu

SZOMBATHELY

Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ, Ady tér 5.

december 8., *hétfő, 17 óra*

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Összefüggések az 5 elem tanban az elemek között, kapcsolatrendszerük. Az immunrendszer felkészítése a télre: VIRONAL, DROSERIN, FLAVOCEL, IMUNOSAN, RENOL, ARTRIN.

További info: **Nánási Tiborné** klubvezető, tel.: 0630/ 534-2560.

ZALAEGRSZEG

ENERGY Klub, Mártírok u. 17.

dec. 8-án (hétfő), 17-18: Pajzsmirigyszűrés.

dec. 9-én (kedd), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Földelés.

dec. 10-én (szerda), 17-18: Parazitaszűrés.

dec. 15-én (hétfő), 17-18: Személyes termék-tanácsadás.

dec. 16-án (kedd), 17-18: Refluxszűrés.

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

jan. 7-én (szerda), 17-18: Pajzsmirigyszűrés.

jan. 12-én (hétfő), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Önmasszázs.

jan. 13-án (kedd), 17-18: Parazitaszűrés.

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

jan. 19-én (hétfő), 17-18: Refluxszűrés.

jan. 20-án (kedd), 17-18: Hajgyógyászat.

jan. 21-én (szerda), 7-18: Mit tehetsz magadért? – Bekapcsolás.

jan. 26-án (hétfő), 17-18: Bőrbetegségek szűrése.

jan. 27-én (kedd), 17-18: Belső gyermek

jan. 28-án (szerda), 17-18: Személyes termék-tanácsadás

A meghirdetett programokat az ENERGY Klub tagjai és hozzátartozóik, 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 vagy mara.ENERGY@gmail.com, www.maraboszi.hu

*Energiában
gazdag
boldog új
esztendőt
kívánunk!*

SZÍNTERÁPIA SOROZATUNK (3.)

FEKETE, MINT AZ ÉJSZAKA

A FÉM ELEM BONYOLULT SZÍNEI UTÁN MOST KÖVETKEZZENEK A VÍZ ELEM VISZONYLAG EGYSZERŰBB SZÍNEI. BÁR TULAJDONKÉPPEN EGYES SZÁMBAN KELLENE FOGALMAZUNK, MERT A VÍZNEK GYAKORLATILAG CSAK EGYETLEN SZÍNE VAN, MÉGPEDIG A FEKETE.

Eva Joachimová

A fekete a fehérhez hasonlóan amolyan színtelen szín. Míg a fehér a *korábbi égboltba* (jang szféra) történő átmenet során vész a semmibe, a fekete a földi futamot zárja le, és olyan területre tolódik át, ahová az élet már nem mehet tovább. Nem véletlenül öltöznek fekete köntösbe a mágusok és a boszorkányok.

NYUGALOM ÉS ELTÁVOLODÁS

A fekete az éjszakának, a nap végének, a nyugalomnak és az eltávolodásnak a színe. Hatását akkor értjük meg leginkább, ha az ember idejét és a Víz időszakát a földi élet tükrében vizsgáljuk meg. Ez az időszak változtatja a *mi* fogalmkörét az *ők* kategóriájává. Ilyenkor válunk cselekvőkből megfigyelők. A Fém uralkodásának idején (öregedés) kell megtalálnunk azt az embert, aki a művünket folytatja

majd, és átadhatjuk neki az „anyagi birtokainkat”, míg a Víz időszakában a „lelki birtokaink” továbbvívójére kell rábukkannunk.

A világi örömeiktől való eltávolodást rendkívül jól mutatja a fekete öltözet, amelyet egy időre a hozzánk közel állók halála után szoktunk magunkra öltetni. Ilyenkor, ha találkozunk valakivel, ruhánk már előre figyelmezteti, hogy elnézőnek, kedvesnek, óvatosnak kell lennie velünk, mert a szomorúságunkból adódóan elképzelhető, hogy nem úgy fogunk viselkedni vele, ahogyan általában szoktunk.

A fekete szín felettébb jól reprezentálja a nyugalmat, ezért egy-egy munkamániás ember irodájában biztosan megtalálja a neki való helyet – de azért ezzel csak óvatosan bánjunk. A nyugalomhoz ugyanis igen könnyen társítható az eltávolodás érzése is, ami viszont hátrányosan befolyásolhatja az üzleti tárgyalásokat vagy a munkahelyi kapcsolatokat.

Otthon is visszafogottan bánjunk a feketével, mert az egymástól való eltávolodás családi körben sem tesz jót.

A fekete színt elsősorban a kamaszok és az idősebbek kedvelik. A fiatalságot felizzítja az élet eme szakaszának Tüze, és a Víz hűvössége legalább egy kicsit normalizálja a „lét elviselhetetlenségét”. A fekete mindemellett arra is felhívja viselője környezetének a figyelmét, hogy nem ajánlatos túlságosan közel merészkedni. A külső szemlélőben azt a félelmet kelti, hogy a lángok között megperzselődhet, ám az igazság valahol teljesen máshol van. A fiatalok belső világa olyannyira érzékeny, hogy a külvilág érintése, legyen bármilyen apró is, súlyos sebeket okozhat.

És mi a helyzet az idősekkel? Az ő korosztályuk számára a nap lemenőben van. Ahogy idősödünk, előbb-utóbb mindnyájan érezni kezdjük a változást, amely lassan, de biztosan eltávolít bennünket a hétköznapi eseményeitől. Az utolsó



黑

sugarakkal néha még mi is elindulunk ugyan, és élvezzük a melegüket, de egyre gyakrabban áldásnak érezzük az éjszaka kínálta nyugalmat.

A fekete azonban olykor hihetetlenül vad és veszélyes lehet. Elég, ha ráteszünk néhány szűrőt vagy átszójuk fémszínű fonalakkal, és a jelentése máris homlok-egyenest az ellenkezőjére változik: „Ne próbálj meg közelebb jönni, most eljött az én éjszakám ideje, a varázslat és a sötét erők időszaka.” A nyugalom feketéje ily módon a feszültség, a láthatatlan és talán veszélyes erők feketéjévé válik...

ERŐS KOMBINÁCIÓK

Öltözködéskor vagy otthonunk belső tereinek kialakításakor ritkán korlátozzuk magunkat kizárólag a fekete szín használatára. Ezért nézzük meg most a legerősebb kombinációk hatását:

Fekete-fehér: Személytelen kombináció, amely életnélküliséget kínál, és áttol-

ja az élet körforgását egy másik világba. Egy fekete-fehér enteriőrben Önöknek sem lesz kedvük játszani.

Fekete-piros: A Tűz és a Víz együttese megújítja, aktiválja az energiákat. E két szín együtt vad, féktelen, szinte már ördögi energiákat hoz létre.

Fekete-fehér, piros rózsával: a bohóc. Itt is van, meg nem is, beszél is, meg nem is...

Fekete-ezüst: „Ne próbálj közelebb jönni! Vagy még pontosabban fogalmazva: tűnj innen!” A fiatalok, a motorosok kombinációja. Az erős szavak és a széles vállak összjátéka. Ám a fekete és az ezüst egyaránt jin színek. Erejük a mennyiségben rejlik.

Fekete-sárga: a sárga Föld uralja a fekete Vízet. A sárga kimentti a feketét. Elmagyarázza, hogy azzal a távolodással nincs is olyan nagy baj, és valójában nem is távolodik. Csak talán egy kis időre van szüksége.

Fekete-sötét vörös: kivételesen erős kombináció, átviszi a fekete jin erejét a vörös jangjába, és közben azt sziszegi: „Előtted áll az éjszaka és a láthatatlan erők megkérdőjelezhetetlen uralkodója.” Ez a színekombináció gyakran használatos a különböző rituálék során.

Mi azonban a Víz színeként más árnyalatokat, főleg sötét színeket is érzékelünk. A sötétkék vagy a sötétszürke a feketéhez hasonló érzéseket idéz elő bennünk. Rosszabb a helyzet a sötétzölddel vagy a sötétvörössel, mert ezeknek a színeknek a jangja mégiscsak felkorbácsolja egy cseppet a Víz nyugalmat.

Összegzésképpen elmondható, hogy a sötét és hideg színek a nyugalom és az el-távolodás színei, míg a melegebb és sötét színek, mint amilyen a fekete is, inkább kihívásokat, feszültséget és varázslatot hoznak magukkal.

(Folytatjuk)

NÉLKÜLÜK NEM LENNE IGAZI A KARÁCSONY...

AKÁRHOGY GONDOLKODOM, EGYSZERŰEN NEM ISMEREK OLYAN RECEPTET, AMELYBEN NE KELLENE FŰSZEREKET HASZNÁLNI. A FŰSZEREKKEL FELMELEGÍTHETJÜK MAGUNKAT, LEFOGYHATUNK, SAJÁT KOKTÉLT KEVERHETÜNK VAGY AKÁR FŰSZERKERTET TEREMTHETÜNK...

Ilona Výtisková

Természetesen az évnek ebben az időszakában a karácsonyi fűszerekkel van dolgunk, azaz a csillagánizzsal, a sáfránnyal, a vaníliával, a mézeskalács fűszerkeverékkel, a gyömbérrel, a szegfűborssal, a korianderrel, a fahéjjal, a szegfűszeggel, a szerecsendióval, az ánizzsal és a kardamommal.

A csillagánizs nyugtatja a gyomrot. Nyolcágú termését kiszárítják, és egészben vagy őrölve hasznosítják. Íze az édesgyökér ízéhez hasonló. A kínai konyha elsősorban a kacsa, a liba és a sertés-hús puhításához használja. Nálunk általában a forralt bort, a mézeskalácsot, a kekszféleket vagy szilvalekvárokat izesítjük vele.

A szegfűszeg csillapítja a fájdalmat. Őshazája a Maluku-szigetek. A fűszert a szegfűszegfa virágbimbóiból szárítással készítik. A szárított, zsenge virágbimbókat egyben tesszük bele az ételekbe – vadhúsokhoz, vörös káposztába, alma- vagy tökkompótba. A forralt borbá és a mézeskalácsba jobban illik az őrölt szegfűszeg, amely hihetetlenül intenzív illatú. Már a nagymamáink is szegfűszeget rágcstáltak fogfájáskor, mert a fűszer erős gyulladáscsökkentő hatású.

A fahéj leginkább süteményekbe és puncsba való. Ez a nálunk már viszonylag régóta ismert fűszer Kínából és

Srí Lankáról származik. Az enyhe illatú fahéjpálcikák a fahéjfa belső kérgéből készülnek, amelyet a fa fiatal ágaiból nyerünk ki. A fahéj illatát elsősorban a téli időszakkal kötjük össze. A fűszernek kesernyős és egyben édeskés íze van. Egészben vagy őrölt formában is használjuk különböző desszertek, szilvalekvárok, ketchup, valamint karácsonyi sütemények készítésekor.

A fahéj az egyik legismertebb „meleg adó” (jangerősítő hatású) fűszer, ezért gyakran találkozunk vele különböző teakeverékekben, illetve gyömbérrel kombinált fűszerkeverékekben. Nem hiányozhat a hagyományosan elkészített forralt borból sem.

Az ánizs – más néven „kenyérmag” –

erősíti az immunrendszert, csodálatos illata van és gyógyít. Eredeti otthona Ázsia. Szegfűszeggel és fahéjjal együtt állandó fűszereplője az édes étkeknek és a karácsonyi süteményeknek.

A középkorban vágyszerkentőként használták, emellett lázat is csillapítottak vele, továbbá segítségül hívták hasfájás és megfázás esetén. A lehelet felfrissítése céljából ugyancsak gyakran rágcstáltak.

Az ánizs ízében és illatában nagyban hasonlít az édesgyökérhez. és aromatikus tulajdonságainak köszönhetően fűszerként, parfümadalékként, gyógyszerek ízjavítójaként és illatosítójaként, továbbá cukrok és likőrök (ánizslikőr) alapanyagaként is használják.





DE JÓ ILLAT VAN...

A NAGYMAMÁM ÁLTAL ÖSSZEGYŰJTÖTT RECEPTEK FÜZETE KINYITVA A KONYHAPULTON, A GYÚRÓDESZKÁN OTT SORAKOZNAK A LINZERKARIKA FORMÁK, A KAMRA TELE VAN HÓKIFLIVEL, A HŰTŐBEN VÁRAKOZIK A KÖVETKEZŐ BEGYŰRT TÉSZA, OLVAJ, ÉS KEZD MEGKEMÉNYEDNI A CSOKI ÖNTET...

Ilona Výtisková

TERÍTETT ASZTAL

Persze, hogy ne csak anya és a nagy dolgozzon, a férfiak feltörik a diót és a mandulát, ledarálják és megőrlik a fűszereket, illetve egyéb hozzávalókat, a

kreatívabbak ráadásul belevisznek egy kis pasis látásmódot is (például a gyerekek nagy örömeire úgy díszítik ki a halacska formájú mézeskalácsokat, hogy belőlük egy csapásra cápák lesznek), a pindurkák pedig szagatnak, díszítenek és kóstolnak.

A hangulatot tovább fokozhatjuk, ha felteszünk egy karácsonyi CD-t és megfűjtünk egy gyertyát.

Eközben a sütőből a legfinomabb karácsonyi illatok kezdenek szálángozni. És ki tudna ellenállni nekik?

MÉZESKALÁCS

Hozzávalók: 600-700 g finomliszt, 3 tojás, 250 g porcukor, 250 g folyékony méz, 50 g vaj, 2 kávéskanál szódabikarbóna, 2 kávéskanál rum, 2 kávéskanál őrölt fahéj, 1 kávéskanál őrölt szegfűszeg, 1 kávéskanál őrölt ánizs, egy csipet őrölt csillagánizs, szeletelt mandula.

Elkészítése: A tojást és a cukrot összekeverjük, hozzáadjuk a mézet, a felmelegített vajat, a fűszereket, és az egészet alaposan összekeverjük. A szódabikarbónát feloldjuk a rumban, majd hozzáöntjük a keverékhez. Folyamatosan hozzáadjuk a lisztet, és a keveréket félkemény tésztává gyúrjuk, majd hideg helyen egy napig állni hagyjuk.

A tésztát a sütés előtt egy órával kivesszük a hűtőből. Vékonyra nyújtjuk, és szagatjuk belőle a különböző mintákat. A formákat lekenjük felvert tojással, és szeletelt mandulával díszítjük. Sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük, és 180 °C-on kb. 15 perc alatt megsütjük.

FAHÉJAS SZÍVECSKÉK

Hozzávalók: 380 g finomliszt, 130 g porcukor, 1 kiskanál őrölt fahéj, 250 g vaj, 2 tojás, nádcukor.

Elkészítése: A gyúródeszkára átszítjük a lisztet, a porcukrot, a fahéjat, és az egészet összekeverjük. Hozzáadjuk a puha vajat, 1 tojást, és összegyúrjuk a tésztát. Belisztezett gyúródeszkán vékonyra nyújtjuk a tésztát, szívecské mintákat szagatunk belőle, majd sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük őket. A szívecskéket felvert tojással megkenjük, nádcukorral megszórnuk, és előre melegített sütőben kb. 10 perc alatt megsütjük.

ÁNIZSPELYHEK

Hozzávalók: 60 g finomliszt, 125 g étkezési keményítő, 125 g vaj, 150 g porcukor, 1 vaníliás cukor, 1 kávéskanál őrölt ánizs, porcukor a panírozáshoz.

Elkészítése: A lisztet összekeverjük az étkezési keményítővel, a cukorral, a vaníliás cukorral és az ánizzsal. Hozzáadjuk a lereszelt vajat, összedolgozzuk a tésztát, kis golyókat szagatunk belőle, majd villa segítségével pelyheket formázunk. A pelyheket 12 percre betesszük a 180 °C-ra melegített sütőbe. A megsült pelyheket porcukorban megforgatjuk. Karácsony előtt 2 héttel süssük meg őket, hogy az ünnepekre megpuhuljanak, így szétolvadnak majd a szájban.



*Mindenkinek
csodálatosan
illatozó
karácsonyt
kívánok!*

EGÉSZSÉGÜKRE!

Ismét közeledik a karácsony, és nálunk már hagyománnyá vált, hogy a nagymamát és a nagypapát egészség csomag várja a fa alatt. Mi másra is lehetne még a nagyszüleinknek szükségük az egészségen kívül?

Jomagam pillanatnyilag a FLAVOCEL-t szedem. Mint mindig, minden télen. Most már a legkisebb lányom is szívesen szopogatja a hozzáadott sztíviának köszönhetően, hiszen korábban a gyerekek túlságosan savanyúnak érezték. Emma mindig azt mondja: „Anyu, most már kérlek, tényleg



mindig csak ezt vedd meg! A gyógyszer-tárban olyan rossz ízű izéket árulnak...”

Megelőzőképpen már néhány éve a SKELETIN-t is szedem, hogy ne fájjon a derekam. A hajhullásomra pedig kiváló hatással volt a GYNEX és FYTOMINERAL kombinációja. És a samponok meg a szappanok? Hát azok valóban nagyok jók! No meg a SPIRON – egyszerűen nem tudom

abbahagyni! Férjem a KING KONG-ot szedte fáradtság ellen, tavaly karácsonyra pedig ARTRIN-t vettem neki a fájó hátára. Nos, ahogy látom, lassan mi is olyanok leszünk már, mint a nyugdíjasok, egészség ajándécsomagra várunk karácsonykor...

Dagmar Bambuchová

Oznice

HOGYAN BÁNTUNK EL A BAKTÉRIUMOKKAL?

Azt mondják, hogy egy jó tanács aranyat ér, a remek tapasztalatokkal alátámasztott jó tanács pedig valósággal megfizethetetlen...

A gyakori időjárás-változás akkor is megviseli a szervezetet, ha szedjük a VIRO-NAL-t és a FLAVOCEL-t, és kiváltképp akkor igaz ez, ha sokat forgolódunk iskolai környezetben. Úgyhogy egy napon a feleségem is olyan baktériumokkal együtt tért haza, amelyek külön „házi bulit” tartottak a torkában és a hörgőiben, bár ő házigazdaként ehhez nem járult hozzá. A kórokozók még a közelgő hétvégére sem voltak tekintettel.

Már első pillantásra láttam, hogy nem lesz nyugodt a péntek esténk. És a hét-

vége? Nos, ebbe bele sem akartam gondolni. Ezért úgy döntöttem, hogy majd én elbánok a kis gonoszokkal. A csatát egyik kezemben a VIRONAL-lal, másikban a GREPOFIT-tal kezdtem, a háttér csapatomat pedig a gyógynövényes tea képezte.

A barikádokat felépítettük, a lövészárkokat kialakítottuk. Aztán egyszer csak támadásba lendültem a DROSERIN-nel az egyik oldalon és a DERMATON OIL-lal a másikon. Elindultunk a tüdő energiapályáján, és a DROSERIN összekeveredett a DERMATON-nal, együtt

hatoltak mélyre az arcon és az orrnyékén. Majd átvándoroltak a nyakra és a mellkasra, hogy megakadályozzák a baktériumok következő támadását. Ezt a folyamatot este még kétszer megismételtük. Másnap reggel újakezdtük, és minden 4. órában adtunk egy ráadást.

Estére sikerült úgy-ahogy megállítani a kórokozók támadását. Feleségem megkönnyebbült, elmúlt a köhögése, a torokégése, és a SPIRON-nak köszönhetően még a náthája is. Alig 36 óra elteltével kítűzhetjük a győzelmi zászlót, és elmondhattuk: „A gyógyszerekkel kezelt nátha 7 napig tart, míg a kezelés nélküli egy hétig.” ENERGY-vel azonban mindehhez elég másfél nap.

Ivan Štefanka

Piešťany

SEGÍTETTEK A SAMPONOK

A nyári hónapokban kezdődött korpásodásra már többféle sampon és pakolást is kipróbáltam, de sajnos 1-2 napon belül újra visszajöttek a kellemetlen tünetek. A túl gyakori hajmosást sem találtam megoldásnak, mert így az egyébként is száraz hajam még szárazabbá vált.

A RUTICELIT samponról az ENERGY Vitae magazinjában olvastam. A sampon második hónapja használom a NUTRITIVE balzsammal együtt. Tüneteim enyhültek, a viszketés csökkent, és viszatérhettem a heti egy hajmosáshoz is.

Úgyhogy elégedett vagyok – és köszönöm, ENERGY!

Helmrich Ágnes

Vác

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

Tervezés, előkészítés:

Digitaltosh Stúdió

Nyomdai kivitelezés:

Fingerprint Reklámügynökség,
www.fingerprint.hu

Megjelenik: 16 000 példányban.

A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.

A HALHATATLAN MAGYAL

A TEA SZERELMESEI A MAGYAL SZÓ HALLATÁN A MATÉ TEÁRA ASSZOCIÁLNAK, MÁSKOK PEDIG A KARÁCSONYRA GONDOLNAK. A NÖVÉNY ÁLDÁSOS HATÁSAIT NEMCSAK A DÉL-AMERIKAI BENNSZÜLÖTTEK ISMERIK ÉVSZÁZADOK ÓTA. A KELTÁK, A BUDDHISTÁK ÉS AZ ÓKORI RÓMAIAK IS SZENT NÖVÉNYKÉNT TISZTELTEK. AZ ANGOLOK HOLLY-NAK, AZAZ SZENTNEK NEVEZIK. INNEN ERED A HÍRES HOLLYWOOD (SZENT FA) ELNEVEZÉS IS.

Vladimír Vonásek

A magyalfélék családjába körülbelül 600-fajta növény és több száz különböző nemesített dísznövény tartozik. A növények méretükben, virágaik színében, bogyóikban, leveleik formájában is különböznek egymástól, található köztük örökzöld és lombhullató, tüskés és tüske nélküli is. Ám a magyalfélék mindegyike kétlaki cserje vagy kisebb fa. Szaporodáshoz egy porzós és egy termős virág szükséges.

A magyalfélék már a harmadkorban itt voltak a Földön. A körülményekhez alkalmazkodva valamennyi kontinensen elterjedtek, az alföldektől a magas hegyi tájakig mindenhol találkozhatunk velük.

FELTŰNŐEN FÉNYES

Legismertebb fajtája a közönséges magyál (*Ilex aquifolium L.*), amely 20 méteres magasságot is elérhet. Az örökzöld cserje egyenes tartású, sűrű ágú. Kemény, fogas, bőrnemű levelei hosszukás-lándzsásak, többnyire fodros szélűek, szúrós fogakkal. A levelek feltűnően fényesek, mintha éppen megáztatta volna őket az eső. Apró fehér virágait a nyári virágzásokor rovarok porozzák be. Ősszel a sötét levelek hátulján világos piros, kb. 1 cm-es, 4-6 magot

tartalmazó bogyószerű termések jelennek meg. Ezek a bogyók tavaszig ékesítik a növényt.

A közönséges magyál főként Nyugat- és Dél-Európában terjedt el. (Csehországban először Sychrovban ültettek magyalt, 1880-ban.) Nagyon lassan növekszik, általában 100 évig is eltart a növekedése, nem ritkák az 500 éves példányok sem.

Élősövénynek is kiváló. Rendszeres nyelésével megőrizhető a formája, szúrós tüskéivel távol tartja a betolakodókat. A magyalbokor az apróbb és nagyobb állatoknak is kedvenc rejtékhelye, védelmezője.

VESZÉLYES SZÉPSÉG

A népi gyógyászatban már több száz éve használják a szinte elviselhetetlenül keserű magyallevél főzetet reuma, köszvény, láz vagy köhögés csillapítására. Napjainkban mellhártyagyulladásra, a vércukorszint beállítására és a veseműködés támogatására is javasolt. Az aromaterápiában stresszoldáshoz használják.

Vonzó piros bogyói (illetve magjai) nem ehetőek. Teobromint, a koffeinhez hasonló vegyületet tartalmaznak, amely kis mennyiségben serkenti az idegrendszer működését, nagyobb adagban azonban hányingert, rosszulletet, hasmenést, szapora pulzust, alacsony vérnyomást és fásultságot okoz. Az enyhe mérgezés jelei akár már egy-két bogyó elfogyasztása

után jelentkezhetnek (felnőtt esetében). A madarak és a rágcsálók csak késő télen csipegetik le a magyál termését, mert a fagyok hatására a bogyók finomabb ízűek és toxicitásukat is elveszítik.

A PARAGUAY-I ELIXÍR

Bizonyos magyalfajták fájával az ébenfát pótolják, például puskatus készítésekor. Több mint 60-fajta magyál azonban nemesebb célokat szolgál: serkentő italok készülnek belőlük. Az *Ilex paraguayensis* (maté) rekordmennyiségű koffeint tartalmaz, és az *ayahuasca* egyik fő összetevője. (Ez különböző pszichoaktív főzetek összefoglaló neve. A dél-amerikai sámánok az őserdőben honos ayahuasca indáiból készítik, sámán- és vallási szertartások alkalmából. Generációk óta ezt a serkentő és hallucinogén, hánytató italt használják a test és lélek megtisztításához.)

A paraguayi magyál levele, amelyből a közismert *maté tea* is készül, nagy mennyiségben tartalmaz koffeint, cserzőanyagokat, illóolajokat, vitaminokat, teobromint és ásványi anyagokat. A levelekből készített főzet serkentő hatású, támogatja az emésztést és a kiválasztást. Maté teát először a guaran indiánok fogyasztották, majd a spanyol hódítók magukkal hozták a receptet Európába, ahol a kávé egyik, egészségesebb alternatívája lett.



A magyal a keresztény hagyományban Krisztus töviskoronájának szimbóluma, míg piros termései Krisztus vérét jelképezik.

A *magyal* a keresztény hagyományban Krisztus töviskoronájának szimbóluma, míg piros termései Krisztus vérét jelképezik. Az ősi kelta vallás követői, a druidák a téli napforduló ünnepének alkalmával – már jóval a kereszténység előtt – a természet szellemeként és az élet folytatá-

sának jelképeként tisztelték a magyalt. A római szaturnáliák alkalmával a barátok ajándékként magyal ágakat küldtek egymásnak. A növényt, főleg az angolszász világban, még ma is sokféle mítosz, hiedelem övezi (*Harry Potter* varázspálcája is magyalból készült).

A szárított növény megtartja a színét, ezért remekül alkalmazható karácsonyi dekorációk készítéséhez. A karácsonyfát is ékesíti. Arra azonban ügyelnünk kell, hogy a család kisebb tagjai vagy a házi kedvenceink ne tekintsék édességnek a magyal termését.

Boldog napfordulót, csodálatos karácsonyt, mesés szép magyal ágacskákat és sok energiát kívánunk minden kedves olvasónknak az új évre!

Én is csatlakozom Vonások kollégám jó kívánságaihoz:

Németh Imréné Éva
fitoterapeuta, természetgyógyász,
a cikk szaklektora