

vitae

2009/11

www.energyklub.hu

Védekezés az influenza ellen

Dr. Gombos László írása

Ostorháziné Jánosi Ibolya

– tanácsadónk reflektorfényben

Egyesek: bíznak önmagukban

Számmisztika sorozatunk első cikke

NOVEMBERI AJÁNLATUNK

Gyermekeink ősze gyakran szenvednek középfülgyulladásban. A kezdeti tüneteket semmiképpen sem szabad alábecsülnünk, és ha gyermekünk gyakran nyúl a fülecskéjéhez, azonnal vegyük elő az AUDIRON-t. Az AUDIRON időben történő alkalmazásával megakadályozható a gyulladás kialakulása, és ennek köszönhetően megóvhatjuk csemeténket a fül felszúrásától.

A múlt hónapban, az uralkodó Kutya által támogatott megelőző intézkedések időszakában a vej csi (wei qi) védelmi energia által biztosított oltalomra összpontosítottunk. Mivel még novemberben sem nyertük meg a csatát, a szezonális betegségekkel szembeni megelőzésnek ebben a hónapban is az első helyen kell állnia.

Mielőtt kitennék a lábunkat otthonról, fújjuk be a sálunkat SPIRON-nal, főleg akkor, ha reggel a csúcsforgalomban tömegközlekedési eszközökön utazunk. Reggel 7 és 11 óra között ugyanis a *nedvesség* energiája uralkodik, és a hideg novemberi reggeleken paradicsomi környezetet teremt a baktériumoknak és a vírusoknak.

Ismételjük meg nyugodtan még egyszer a FLAVOCEL kúrát, a gyógynövények és a C-vitamin sokat segítenek mind a megelőzésben, mind a regenerációban. A H1N1 (újinfluenza) vírus rendkívül negatívan hat a bélrendszerre, ezért készüljünk fel, és ha bekövetkezik a baj, segítsük beleink működését PROBIOSAN-nal. Súlyosabb hasmenés vagy hányás esetén ne feledjük, hogy a megfelelő mennyiségű folyadékbevitel mellett az ásványi anyagok pótlása is felettébb fontos. Pár csepp FYTOMINERAL-t ilyen állapotban is képesek vagyunk befogadni. A kolloid formájú ásványi anyagok segítenek szervezetünknek, hogy ismét egyensúlyi állapotba kerüljön.

(Joa)



VÁLASZOL: AZ ORVOS ÉS A TERMÉSZETGYÓGYÁSZOK

TANÁCSADÁS A NETEN

Ebben a rovatunkban az internetes tanácsadás kérdéseiből és válaszaiból tallózzunk, némi szerkesztéssel és rövidítéssel. A dr. Szabó Ida csecsemő és gyermekgyógyász szakorvostól, Kotriczné Szilágyi Judit kineziológus és Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta természetgyógyászként származó válaszokat dőlt betűkkel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, felteheti kérdését a www.energyklub.hu honlapon.

DR. SZABÓ IDA

Sajnos ismét szükségünk van a segítségére: jelenleg, tanácsát követve, 1x7 csepp VIRONAL-t szed a családnak preventív céllal. A lányomnál a magas rizikójú HPV-t diagnosztizálták, mit tegyünk? Van-e más kiegészítő kezelés?



A VIRONAL maradhat, lányának a GYNEX 1x7 cseppet javasolt szednie emellett, a szokásos szünetekkel, és a DRAGS IMUN-ból 1x4 cseppet. A rendszeres nőgyógyászati szűrés nagyon fontos. Ha a méhszájon seb van, esetleg a CYTOVITAL krémet használhatja a méhszáj bekenésére – rettentően csíp kb. egy percig, de utána már nem. Ez csak egy-két hétig használatos.

KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

Édesanyám jobb térdében cisztát találtak, és a szalagok deformitását, csökkent porc-képződést állapítottak meg. Szeretnék tanácsot kérni, hogy mely ENERGY termékek segíthetnének a helyzeten? Nagyon sokat fáj a térd.



Édesanyjának szüksége lehet a SKELETIN porc-és ízületiépítő kapszulára, napi 3x1 db-ra. A RENOL csepre, napi 3x1-től 3x5-ig, és ami nagyon fontos, a ARTRIN krémre naponta 2-szer. Ezzel a kombinációval jelentősen javulhat az állapota. Mindenképpen igyon sok vizet.

RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA

Aranyér problémáim vannak. Elég szépen helyrejöttem az utóbbi időben, de most voltam gyógyfürdőben, és utána beteg lettem.



Létezik az, hogy a forró víztől jött ki?

Igen, létezik. Aranyeres problémákkal küszködők kerüljék a forró vizes ülfürdőt!

Tanulja meg az intimtornát, sokat javít az állapoton a rendszeres gyakorlás.

FÉNYESÍTSE AZ AGYÁT AZ ENERGY SEGÍTSÉGÉVEL!

Bármit is próbálunk elérni az életben, célunkat csak akkor valósíthatjuk meg, ha agyunkat megfelelően működő állapotba hozzuk, és minden erőnkkel koncentrálnunk a célunkra. Játsszon velünk Ön is!

Vegye át jutalomként az 5 díj egyikét!

HOGYAN JÁTSZHAT VELÜNK AZ ENERGY HONLAPJÁN?

A 2009. november 2-ától december 11-éig tartó játék részvételi feltételei a következők:

Vegye fel kamerával vagy fényképezze le saját magát, esetleg barátait egy különleges, illetve önmagához képest csúcsteljesítmény véghezvitele közben, majd a fényképet, esetleg a felvételt töltsse fel az oldalunkra.

Két kategóriában is versenyezhet: FOTÓ és VIDEO. Bárki indulhat mindkét kategóriában, ám maximum 3 videófelvétellel és 3 fényképpel. A versenyt az az agyfénysítő játékos nyeri, aki az ENERGY honlapján a legtöbb „jó jegyet” kapja.

DEBRECEN: NYÍLT NAP

Az őszi debreceni nyílt napon két nagyszerű előadás hangzott el természetgyógyászként. *Daróczi Zoltán* a pszichodráma segítségével mutatta be, hogyan hatnak a vírusok az emberi szervezetre. *Ráczné Simon Zsuzsanna* a termékek különleges felhasználási módszereiről beszélt.

Az előadások után színvonalas lehetőségekkel élhettek a résztvevők: orvosi tanácsadás, állapotfelmérés, kineziológia, masszáz, csontkovácsolás, íriszdiagnosztika, aurafotó stb. Jelen volt *Marosi Zoltán*, az ENERGY magyarországi igazgatója is.



JEGYZET HELYETT...

... most csak 3 rövid mondat fér ide. A bőséges zavarával küzdünk, ezért ebben a hónapban kimarad a lapból a szokásos jegyzetem. Ériék be ezúttal annyival, hogy jó egészséget és hasznos, kellemes olvasnivalókat kíván:

Kürti Gábor szerkesztő
kurti.gabor@energy.sk

Fődíj: 20 000 Ft értékű termékcsomag + 2 GB pendrive (női/férfi – kulcstartó/medál).

A fődíjat mindkét kategóriában odaítéljük. A további díjakat a kategóriák összevonásával adjuk ki.

2. díj: 10 000 Ft értékű termékcsomag
3. díj: 1 db KING KONG
4. díj: 1 db BIOMULTIVITAMIN
5. díj: 1 db SPIRULINA BARLEY



AGYFÉNYESÍTŐ CSOMAG 10 900 FT-ÉRT

A szellem és a lélek számára kivételesen hatékony kombinációt jelent két koncentrátum, a KOROLEN és a STIMARAL alkalmazása, CELITIN-nel megerősítve. Ezt a 3-féle terméket agyfénysítő csomagunkban most kedvezményes áron, 10 900 Ft-ért vásárolhatja meg, és ajándékokat is kap hozzá.

Jó lehetőséget jelent mindez az ENERGY tanácsadóknak az érdeklődők bevonására. Ha egy új klubtag most, az agyfénysítő csomag

megvásárlásával egyidejűleg regisztrál, akkor a regisztrációja ingyenes, és a csomag mellé egy jegyzetfüzetet és egy tollat is kap tőlünk ajándékba. Ha az említett 3-féle terméket, valamint a regisztrációt és az ajándékokat is tartalmazó, kedvezményes árú, mindössze 10 900 Ft-ba kerülő agyfénysítő csomagra valaki egyelőre nem tart igényt, közülük csupán 2-féle készítményt szeretne vásárolni, erre is mód. Ez esetben november 2. és december 11. között 7 ezer Ft-ért regisztrálhat, egyúttal megkapja a KOROLEN-t, valamint jár neki a regisztrációhoz egy ajándék CELITIN, 3500 Ft értékben.

FÉNYKLUB NYÍREGYHÁZÁN

Megnyitotta kapuit Nyíregyházán, a város szívében az új ENERGY Fényklub. A klubban holisztikus gyógyászat, többek között asztrológia, jóga, mozgásművészet-oktatás, masszáz, energetikai gyógyászat, lélekgyógyászat, mágnes-, illetve fényterápia igénybevételére és természetes ENERGY szaktanácsadásra nyílik lehetőség.

A klub 3 szinten segít a testi-lelki megújulásban. Szeretettel várnak minden érdeklődőt a Kálvin tér 8 sz. alatt.



MISKOLCI EGÉSZSÉGNAP

Nagy volt az érdeklődés az október 17-én megrendezett miskolci egészségnapon. Az első részben két nagyszerű előadást hallottunk.

Az első téma a lelki konfliktustól a testi betegség vezető út volt. *Dr. Hegedűs Ágnes* előadásában holisztikusan gondolkozó orvosként mutatott rá a test és a lélek összefüggéseire. Gyógyszerekkel beavatkozni csak ritka esetekben kellene, mondta, a gyógyulást sokszor elég lenne természetes szerekek támogatni. Erre kiválóan alkalmasak az ENERGY készítményei, hangsúlyozta az előadó. A konfliktusok megtalálásához és feloldásához segítség lehet az előadás második része, amelyre november 13-án 18 órától kerül sor a Mandala Önismereti Klubban (Miskolc, Széchenyi út 19. 3. em.).

Következő előadóként *Ráczné Simon Zsuzsanna* fitoterapeuta természetgyógyász érdekes és hasznos ötleteket adott az ENERGY termékek gyakorlati alkalmazásához.

Az előadások után mérésekkel, tanácsadásokkal segítgettük az érdeklődőket.

Ficzere János klubvezető, Miskolc



A TARTALOMBÓL

Influenza ellen – hatékonyan	4-5
A mákolaj titkai	6
Előadások, rendezvények	7
Bemutatjuk Ostorháziné János Ibolyát	8-9
Autoimmun betegségek, immunzavarok	10-11
10-szer hatékony Spiron	12
Tanácsok kisgyermekes szülőktől	13
Terméktapasztalatok csecsemőknél	14
Számmisztika: egyes	15

MEGELŐZÉS, VÉDELEM TESTNEK ÉS LÉLEKNEK NÉHÁNY GONDOLAT AZ INFLUENZÁRÓL



Úgy tűnik, ez a téma ma nagyon, nagyon aktuális. A médiában nap mint nap egyre rémisztőbb hírek jelennek meg. Ez nemcsak a laikusoknak szóló cikkeken, hanem a szakajtóban is jelen van. Ma már a zárt orvosi fórumok, illetőleg a politikai csatározások részévé is vált. A médiában a nyilatkozatok is ellentmondásosak. Az egyik szakértő azt mondja: enyhe, néhány nap alatt lezajló járványról lesz szó. A másik több milliós megbetegedésről beszél. Sohasem láttak még ilyen gyorsan mutálódó (változó) vírust, de azért érdemes az eredeti (több hónappal ezelőtti) vírustörzs ellen készülő vakcinával beoltni magunkat.

Máshol elmondják, hogy a vírus még nem mutálódott. Egyszerre vagy egymás után kell a kétféle oltást adni. Érdekesek a cseh és a német orvosok véleményei is.

Azt sugallja minden, hogy az oltás az egyetlen üdvözítő dolog. Bennem mint magánemberben a „kisördög” azt sugdossa, hogy itt hatalmas pénzkekről is szó van. Ahogy a médiából megtudhattuk, az országunk részére e stratégiailag olyan fontos terméket gyártó cég több mint 90 százaléka egy ciprusi offshore cég tulajdonában van, de nem tudni, hogy ki a valódi tulajdonos. Lehet tovább is gondolni a dolgot...

JAVASLATOK A MEGELŐZÉSHEZ

Mit tehetünk még a vírus ellen?

Legelőször is száműzzük magunktól a félelmet. Ne hallgassuk és nézzük a félelmet keltő híreket! Ha félünk, aggodalmaskodunk, máris gyengül az immunrendszerünk. Mint a néhány éve elhunyt írónő, *Szepes Mária* is tanítja: félni valamitől annyit jelent, mint mágnessé válni a félelem tárgya számára. Ha megszűnt a félelem, megszűnt a vonzás.

Fontos továbbá a pozitív hozzáállás a dolgokhoz. Jó a rendszeres relaxálás, a megfelelő zene hallgatása, a meditálás vagy a jóga. A megelőzés céljából tartsuk magunkat az általános higiéniés rendszabályokhoz: gyakori fertőtlenítés kézmosás, szellőztetés, friss, tiszta levegőn való tartózkodás, a tömeg kerülése stb. Lehetséges jó minőségű, három rétegű maszk viselése – én ezt javasolnám az egészségeseknek is (nem csak a betegeknek), ha úgy érzik, szükséges a védekezésükhöz. A régi szlogen – „zsebkendőbe köhögj, tüsszentsz” – ma is érvényes, bár kevesen tartják hozzá magukat.

Testünket edzhetjük a *Kneipp* által ajánlott lemosásokkal, váltófürdőkkel is. Javasolható a szauna, illetve a gőzfürdő rendszeres használata, a test (torok, láb) lehűlésének, átmedvesedésének kerülése, a dohányzás elhagyása, a megfelelő alvásidő, az optimális hőmérséklet beállítása a szobában, különösen a hálószobában, az elalvás előtti szellőztetés, tornagyakorlatok a szabad levegőn vagy az alaposan kiszellőztetett szobában. Fontos még a testi-lelki „túlhajszoltság”, a stressz kerülése.

Készítsük fel a szervezetet az őszi időszakra, mivel ilyenkor a légzőszervek és a tüdő is fokozot-

tan érzékeny a fertőzésekre. Az őszi gyümölcsseinek fogyasztása, a szervezet vitaminraktárainak feltöltése is szükséges. Javasolható a szőlőkúra. Fogyasszunk minél több gyökérzöldséget, mint a répa, hagyma, fokhagyma, cékla, fekete retek. Nagyon jó a sütőtök és a tökmag, továbbá az őszi gabonák gyakori beiktatása az étrendbe. Gondoljanak csak a kásákra és az otthon sült kenyér illatára, ízére. Felhívom a figyelmet a (minél sötétebb) zöld levelű zöldségekre is. A nyári zöldségekről térjünk át az ősziekre: tök, brokkoli, karfiol. Ajánlott továbbá a savanyított káposzta bőséges fogyasztása.

Korábban több éven át dolgoztam influenzaosztályon és körzeti ügyeletesként is. Járványos időben 24 óra alatt akár 80-100 beteget is elláttam. Én magam sohasem kaptam el a betegséget. Akkor még nem ismertem az alább felsorolt egyéb védekezési lehetőségeket, így esténként „csak” hagyma, fokhagyma rendszeres fogyasztásával védtem magam. Megjegyzem: sem én, sem a családtagjaim sohasem kaptunk influenza elleni oltást. Szigorúan csak magánemberként mondom mindezt. Közeli ismerőseimnek is alternatívaként az *Oscillococcinumot*, illetve a megfelelő *ENERGY* termékeket ajánlom.

De döntse el ezt mindenki saját maga, és beszélje meg a kezelő- vagy háziorvosával is.

AJÁNLOTT HOMEOPÁTIÁS SZEREK, IMMUNERŐSÍTŐK

Lássuk az egyéb, alternatív védekezési lehetőségeket. (Az alább felsorolt szerek mindegyike megtalálható az interneten, a homeopátiával, a gyógynövényekkel, a méhészeti termékekkel, vagyis az apiterápiával foglalkozó oldalakon, valamint a gyógynövénykönyvekben, elsősorban *dr. Nagy Géza* könyveiben.)

Az *Oscillococcinum*: az influenza fő, valódi vírusellenes homeopátiás gyógyszere. A csaldomnak már szeptemberben elkezdem adni, havi egy alkalommal egy fiolát. Ha nincs járvány, akkor havonta ismételjük az őszi-téli hónapokban. Járványveszélykor hetente egy fiola az adag. Nyár végén, ősszel érdemes belőle „bеспájolni” (2-3 dobozzal), mert volt olyan influenzás időszak, amikor sokáig hiánycikké vált. Ha kitört a betegség, naponta 1-3 fiola, (első nap 3x1 fiola, 2. nap 2x1, 3. nap 1x1 fiola) a

megfelelő adagolás. Megjegyzendő, hogy ez a készítmény átmenetileg felerősítheti a tüneteket, ugyanakkor gyorsítja is a betegség lefolyását.

Magából a kórokozóból készült homeopátiás gyógyszer az *Influenzinum* nozódta. Megelőzésként C200-s hígítás esetén 2 hetente 2 napig 1x5 golyócska, a C30-ból 2 napig 2x5 golyócska naponta, és ez 5 naponként ismételhető. Ezt a szert ne szedjük akkor, ha a tünetek már megjelentek! Adható még abban az esetben, ha a gyógyulás nagyon elhúzódó, vagy sokáig fennállnak még maradványtünetek.

Továbbá immunrendszerünk erősítése szükséges. Ezt elősegítik az antioxidánsok, cink, szelén, folsav, C-vitamin, frissen facsart gyümölcs és zöldséglevék fogyasztása, lehetőleg helyben termelt idénygyümölcsökből, zöldségekből. Ezek fogyasztását se vigyük azonban túlzásba. A leveket tiszta vízzel hígíthatjuk is. Naponta legalább egy (magyar) alma javasolt. A bio minőséget, gondolom, nem kell hangsúlyoznom. A homeopátiás *Echinacea* D4-6-12-es vagy 5CH-s hígításban napi 2x5 golyócska 5-7 napig, majd 7-10 nap szünet. Kialakult betegség esetén 3x5 golyócska naponta 4-6 napig. Folyamatosan nem szabad szedni!

A *Vincetoxicum* (vadpaprika) egyéb lázas, hurutos betegségek esetén is jó, D6-12-es hígításban 1-2x5 golyócska 1-2 hétig. Ha a tünetek már kialakultak, 3-4x5 golyócska javasolt maximum 5-6 napig. Ha nincs javulás 2-3 nap után, jelentkezzen orvosánál.

A homeopátiás komplex szerek közül ajánlható még az *Engystol* és a *Gripp-heel* injekció (1 pohár vízben oldva) vagy a tabletták. Az injekciót be is lehet ad(at)ni az előírásnak megfelelően, de az macerásabb, és sokan nem szeretik magukat szurkál(tat)ni. Segíthetnek még a *Lymphomyosot* cseppek. A javaslat, az adagolás és a leírás megtalálható az interneten vagy a dobozukban.

MÉHÉSZETI TERMÉKEK, GYÓGYNÖVÉNYEK

A méhészeti termékek közül a propolisz cseppek, a hárszméz, az akácméz, a hagymaméz, a vöröshere és a fenyőméz ajánlott. Jó még a virágporkúra, a méhpempő, a lépesméz elrágcsálása. A virágporra érzékenyeknek természetesen ezek nem ajánlottak!

A gyógynövények közül számításba jön az illóolajat tartalmazó kakukkfű, szurokfű, borsika-fű egyenlő arányú keveréke, továbbá a hársfa, a bodza, a rozmaring. A bodza- és hársfateát huzamosan ne fogyasszuk, mert szívgyengeséget okozhatnak! A teát lehetőleg magában igyuk, de lehet a langyos teába mézet és citromot is tenni. Megemlítendő még a Szlovákiában kapható szomoljai szeklice (Leuzea), valamint a ginszeng, a bazsalikom, a benedekfű és a keskenylevelű útifű. Az angyalfűből és a bábakalácsból készített bor és alkoholos kivonat ugyancsak hasznos lehet.

Nagy mennyiségű C-vitamint tartalmaz a csipkerózsza bogója: 1 evőkanálnyit 2 dl langyos vízben áztassunk 6-8 órán át! A vitamin kinyerésére ezt sohasem főzzük vagy forrázzuk!

Szintén sok C-vitamint tartalmaz a homoktövis bogója és a növényből készült termékek. A friss homoktövisben kb. tízszer több C-vitamin található, mint a narancsban. A benne található egyéb anyagok (béta-karotin, E-, F-vitamin, flavonok, kalcium, magnézium, cink stb.) miatt ideális téli segítség számunkra.

Immunerősítő gyógynövény továbbá a bíborvörös kasvirág (Echinacea) tinktúra. Influenzánál megelőzésre napi 20 cseppet fogyasszunk, de huzamosabb ideig ezt se szedjük!

ILLÓOLAJOK AROMALÁMPÁBA, FÜRDŐVÍZBE

Az illóolajok (gyógyszertári minőség) közül a teljesség igénye nélkül ajánlhatók: eukaliptusz, citrom, citromfű, borsmenta, mirtusz, izsóp, rozmaring, szurokfű, kakukkfű, zsálya, muskotályzsálya, fenyőfélek, ánizs, bazsalikom, kajeput, fahéj, kopaiva, mirha, niauli. Ezeket illatmécsesben (aromalámpában) alkalmazhatjuk, általában 5-15 cseppet. Inhalálásra is lehet őket használni. Ekkor 2-3, maximum 5 cseppet tegyünk 2-3 liter forró vízhez.

Epilepsziások nem használhatnak néhány illóolajat, ezek: kakukkfű, kömény, rozmaring és zsálya. Terhes nők sem alkalmazhatják mind egyik illóolajat.

Illóolajos fürdő készítésénél az illóolajból 10-15 cseppet (!) oldunk fel kevés (3-4 evőkanál) tejben vagy tejszínben, de lehet mézben (vagy zsíros bőr esetén folyékony szappanban is oldani), és ezt öntjük a kád fürdővízbe. Gyermekeknek – felnőtt kádba – maximum 3-5 cseppet tegyünk. Ha a bőr kipirulna, égő érzés jelentkezne, értelemszerűen csökkentjük az adagot.

Illóolajok belsőleg való alkalmazását öngyógyításra, laikusoknak nem ajánlom.

AZ ENERGY NYÚJTOTTA LEHETŐSÉGEK

Kb. 10 éve még receptre is fel tudtam írni a gyógynövényeket, amelyeket a gyógyszertárakban teávé állítottak össze, a bolti ár egytizedéért.

Majd elkövetkezett az időszak, hogy hol ez, hol az a gyógynövény sem volt kapható, úgy-hogy abba kellett hagynom. Ily módon sajnos elmarad a gyógyteakészítés „szertartása” is, nem élvezhetjük az illatát, egyedülálló ízét sem. Gondoljunk csak egy hársfateára.



Természetesen esténként, vagy ha időnk van rá, elkészíthetjük teáinkat.

A táplálékkiegészítők közül az ENERGY cég készítményeit évek óta ismerem, használom. Ezek a jól összeválogatott összetevőket már készen tartalmazzák. Nem kell boltokban keresgelnünk, és külön összeállítanunk a teáinkat, fürdőnket stb. E termékek nagy előnye, hogy a kis üvegben vagy előre elkészítve (egy üveg szénsavmentes vízben) magunkkal vihetjük őket. (Nem minden munkahely tűri el a munkaidőben történő teakészítést.)

Véleményem szerint az alábbi termékek ajánlhatók elsősorban. Ősszel a tüdő és a légutak erősítésére hasznos alapszer a VIRONAL gyógynövény-koncentrátum, amely a kitűnően összeállított gyógynövények, illóolajok és egyéb anyagok keverékét készen tartalmazza. A 200 mg C-vitamint és hibiszkuszt, valamint 5-féle illóolajat tartalmazó FLAVOCEL-ről és a grépfrút-mag-kivonatot, kasvirágot, hibiszkuszt, zsályát is magában foglaló GREPOFIT-ről sem szabad megfeledkezni.

A „nagyagyú” az immunstimuláló és a fertőzések elleni hatásos „sárkányvér”, vagyis a DRAGS IMUN, valamint az ugyancsak fertőzések elleni, illetve immunerősítő IMUNOSAN.

Meg kell említeni még a GERIATRIM összetett, immunrendszeret is segítő hatásait, a vitaminokat, homoktöviset, Aloe verát, gránátalmát, méhpempőt, japánbirset, kínai schizandrát tartalmazó BIOMULTIVITAMIN-t, továbbá a fontos ásványi anyagokat, makro- és mikroelemeket kolloid formában tartalmazó (így 98%-os felszívódást biztosító) FYTOMINERAL cseppeket.

Szintén ajánlható készítmény az immunrendszer erősítésére, tüdőproblémákra ható anyagokat is magában foglaló KING KONG. Ugyancsak növeli a szervezet ellenálló képességét a leuzeát is tartalmazó STIMARAL.

A PROBIOSAN-t is kihasználhatjuk az immunrendszerünk erősítésére légúti hurutok, megfázások esetén. Gyulladásellenes, immunrendszerre is ható, továbbá A- és D-vitamint tartalmazó készítmény a VITAMARIN. A-vitamin tartalma a nyálkahártyák (légutak) szempontjából védőhatású. A D-vitaminról számos adat gyűlt össze, bizonyítva, hogy alacsony D-vitamin-szint esetén 40%-kal gyakrabban fordul elő légúti fertőzés, így influenza is.

A zöldárpa (BARLEY), illetve az algát is tar-

talmazó SPIRULINA BARLEY javallatai között is megtalálhatjuk a gyulladásokkal, fertőzésekkel szembeni védelmet, valamint a nyálkahártyák regenerációját támogató hatást. A CHLORELLA alga indikációi között is leírták az immunrendszer működését ösztönző hatást, továbbá gazdag forrása a vitaminoknak, ásványi anyagoknak, nyomelemeknek, amelyek segíthetnek bennünket szervezetünk erősítésében, a fertőzések elleni küzdelemben.

A fenti készítmények szedését szintén csak ajánlani lehet.

A KÜLSŐ VÉDELEM ESZKÖZEI

A helyiségek levegőjét fertőtlenítő, 11-féle illóolajat tartalmaz a SPIRON spray, szerintem nagyon kellemes, citromos jellegű illattal.

Hétféle illóolaj, grépfrút-mag, tuja, boróka, kámforfa, licsi stb. kivonat és humin anyagok található a BALNEOL fürdőolajban. Alkalmazásakor az illóolajok illatterápiás hatása is érvényesül. A Podhájaska termálforrás sókoncentrátumát tartalmazó BIOTERMAL fürdő-só kapcsán kiemelendő a sós fürdő jó hatása a légúti betegségekre.

Mint a fenti felsorolásból és összehasonlításból látjuk, az ENERGY készítmények komplexen tartalmazzák a szükséges gyógynövényeket, illóolajokat és egyéb összetevőket. Észrevehetjük, hogy szinte az összes ENERGY termék felsorolható – vagy fertőzés-, illetve gyulladásellenes, légzőszervünket, immunrendszerünket segítő hatásuk, vagy a szervezetünket nélkülözhetetlen vitaminokkal, nyomelemekkel, ásványi anyagokkal ellátó, pótló összetételük okán.

Családunk az őszi-téli időszakban általában az Oscillococcinumot, ritkábban az Echinaceát szedi, de rendszeresen használjuk a fent említett ENERGY készítményeket, elsősorban a GREPOFIT-ot, a FLAVOCEL-t, a SPIRON-t, a VITAMARIN-t, a fürdőolajat és a sót. A VIRONAL-t, a gyógynövények íze miatt, családunk más tagjai nem kedvelik, ezt csak én szedem ősszel.

NÉHÁNY JÓ TANÁCS

Végül néhány jó tanács: egy időben ne alkalmazzák a homeopátiás szereket, illetve az illóolajokat tartalmazó készítményeket. Hetente, havonta azonban lehet őket váltogatni. Egy időben elég 1-2-féle készítményt szedni.

Ha megbetegszene, maradjanak otthon, feküdjenek (feküdjék ki a betegséget), szedjék a felírt gyógyszereket, vitaminokat, a fent ajánlott készítmények valamelyikét, kortyolgassanak gyógyteákat. Könnyen emészthető, vitaminokban, ásványi anyagokban gazdag táplálékot fogyasszanak. És természetesen, ha az állapotuk néhány nap alatt nem javul, esetleg romlik, keressék fel (ismét) orvosukat.

Az ENERGY honlapján található, *Influenza – Védekezzen időben!* című, Jirí Hanzel doktor által írott cikket is ajánlom elolvasásra.

Dr. Gombos László
belgyógyász főorvos

HASZNOS OLAJFÉLÉK (1.)

MÁKOLAJ: ELIXÍR A BŐRNEK, A HAJNAK ÉS A KÖRÖMNEK

Most induló sorozatunkban ismertetjük a különféle gyógyító erejű olajfajtákat, amelyeket belsőleg is fogyaszthatunk, illetve gyógyhatású készítmények összetevőjeként ugyancsak alkalmazhatók. Elsőnek a mákolajról írunk, amely hasonló előnyös tulajdonságokkal büszkélkedhet, mint a lenmagból vagy a kendermagból hidegen sajtolt olajok.



Az emberiség már több évszázada használja a mákot, nemcsak energiaforrásként, hanem mint a legkülönbözőbb gyógykészítmények alkotóelemét is. Az antik világ atlétái például mézzel és borral kevert mákmagokat fogyasztottak, hogy így őrizték meg erejüket és egészségüket.

A törékeny növény tejből nyert ópiumon kívül a másik fő produktum a mákolaj (*Oleum papaveris*). A mákolajat a kis szürkés-kék mákmagokból nyerik hideg sajtolással, és miként mifelénk többnyire tisztában vannak vele: a magokban nincs semmiféle narkotikum (sok külföldi éppúgy visszautasítaná a mákos kalácsot, mint az ópiumpipát).

GYÖNYÖRŰ HAJ, KEMÉNY CSONTOK

A mákolaj a lenmag vagy a kendermag olajához hasonló tulajdonságokkal büszkélkedhet. Vannak benne értékes esszenciális zsírsavak (ómega-3 és ómega-6), ám az említett másik két olajhoz képest a mákolaj kevésbé zsíros, világosabb színű, és lassabban szárad ki. Ez utóbbi tulajdonságát elsősorban a festők használják ki a különböző színek kikeverésekor.

Szenteljünk egy kis figyelmet a mákolaj előnyös tulajdonságainak és az egészségre nézve

jótékony hatásainak. A mákolaj a már említett telítetlen zsírsavak mellett nagy mennyiségben tartalmaz kalciumot, magnéziumot, vasat és E-vitamint. Valóságos elixírként kiválóan hat a bőr, a haj, a köröm és a csontok állapotára. Az esszenciális zsírsavak – csakúgy, mint a lenmagolaj és a kendermagolaj esetében – táplálják, hidratálják, regenerálják, óvják és selymessé is teszik a bőrt. A mákolaj kiváló a száraz, töredezett, ekcéma vagy gyulladás következtében sérült bőrre, és segítséget nyújt különféle sömörök esetén is.

Magas kalcium- és magnéziumtartalmának köszönhetően a mákolaj táplálja, védi és rugalmassá teszi a körmöket és a haját. Emiatt a mákolajat sokszor felfedezhetjük az arckrémek, hajbalzsamok és kondicionálók összetevői között.

Az ENERGY készítményeinek sorában megtaláljuk a mákolajat például a bioinformációs regeneráló krémek közül a DROSERIN-ben és a CYTOVITAL-ban. Az olajban levő kalcium már az anyaméhben belül is támogatja a megfelelő csontfejlődést. Megelőzhető vele a csontritkulás és a fogszuvasodás korai kialakulása.

A MÁK ÉS AZ IDEGRENDSZER

A mákaromának köszönhetően a mákolaj nyugtatóan hat a lélekre. Jelentős mértékben nyugtatja a központi idegrendszert, segítséget nyújt idegi eredetű betegségek, lelki kiegyensúlyozatlanság és stressz esetén. Kiválóan alkalmazható masszázshoz és illóolaj-keverékekben. Csillapítja az izomgörcsöket és a fejfájást, valamint elősegíti a nyugodt alvást. (Erre utal a mák latin neve is: *Papaver somniferum* annyit jelent, hogy álmost hozó.) Alkalmazása jótékony hatású például a stressz (a szülők válása, örökbe fogadás stb.) miatt magas vérnyomásban szenvedő serdülőkre és fiatalokra. Érdekes tény továbbá, hogy az ómega-3 zsírsavak javítják a sejtek inzulinérzékenységét (vagyis előnyösen alkalmazhatók a 2-es típusú cukorbetegség megelőzésében, illetve kiegészítő kezelésében – a szerk.)

DAGANATMEGELŐZÉS

Az olajsav, amely szintén megtalálható a mákban, javítja az emlékezőképességet, és csökkenti a vérnyomást.

Az utóbbi idők kísérletei alapján mostanában a mellrák megelőzésének egyik lehetőségeként emlegetik a legtöbbit.



MÁKOLAJ A KONYHÁBAN

A mákmagokat emberemlékezet óta használják a konyhában. A mákolaj rendkívül finom és kellemes illatú, alkalmas hideg vagy meleg, édes vagy sós ételek készítésére, beletehetjük salátaöntetekbe, főzhetünk és süthetünk is vele. Nem csupán finom, hanem jó érzéssel is eltölthet bennünket a fogyasztása, hiszen a telítetlen zsírsavak segítenek megelőzni a szív- és érrendszeri betegségek kialakulását.

Ha egyszer túl sokat enne, és elkezdene „égni” a gyomra, vegyen be egy kanálnyi mákolajat. Meglátja, hogy egy kis idő múlva már nem lesz semmi baja.

Legyen tehát akár testi, akár idegrendszeri, lelki-érzelmi problémája, vagy egyszerűen csak szeretne egy jó, illatos mákos kalácsot, a mákolaj mindig kiváló és egészséges alternatívát kínál.

Vladimír Vonásek
(Folytatjuk)



ENERGY KLUBOK ELŐADÁSAI, RENDEZVÉNYEI

Település	Cím	Időpont	Előadás témája, előadó	Kapcsolat
Budapest	1149 Budapest, Róna u. 47/A.		A programokról érdeklődjön Marosi László klubvezetőnél.	061/354 0910 061/354 0911 E-mail: hungary.energy@energy.sk www.energyklub.hu
Budapest	Rákóczi Center Üzletház, 1074 Bp., Rákóczi út 54. II. em. 217.	minden hónap 2. keddjén 17 órától	Előadók: Várkonyi Edit kineziológus, természetgyógyász és Varga Judit kineziológus	0620/261 2243 ozisz.bt@citromail.hu
Szeged	Villornet Hargitai u. 40.	minden hónap második szerdája, 18 óra	Előadás és szaktanácsadás, tartja: Dr. Szabó Ida csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvos-természetgyógyász.	0662/480 260
Szeged	Nemes Takács u. 1. (Petőfi S. sgt és Nemes Takács utca sarok)	minden hónap páros szerdája, 17 óra	Előadó: Mészáros Márta természetgyógyász, reflexológus, gyógyszer-tári analitikus, szakasszisztens	0662/322 316 0630/289-3208
Debrecen	Nagy Lajos király tér 1-5., Technika Háza (Egyetem sugárút)	november 20., péntek, 18 óra	Energy klubest. Fogápolás gyermekkortól az időskorig, az ENERGY készítmények hatékony alkalmazása a fogászati problémák kezelésében. Előadó: Dr. Veres Mariann fogorvos, szájsebész, természetgyógyász	0630/458 1757 E-mail: info@imolaenergy.hu
Nyíregyháza	Május 1. tér	minden 2. hét kedden 17.30 – 19.30 között	Klubnap és konzultáció. Érdeklődjön Fitos Sándor klubvezetőnél	0620/427 5869
Győr	Szent István út 12/3. fsz. 4.	minden hónap első kedd, 18 óra	Terméktapasztalatok, információk cseréje. Előadó: Kocsis Ilona klubvezető	0696/335 650 0620/395 2688
Pécs	József Attila u. 25.	Klubnap minden szerdán 17 órától.	Érdeklődjön a részletekről Molnár Judit klubvezetőnél.	0630/253 1050 energy.pecs@freemail.hu
	Kovács János u. 1., a FEEK előadó-terme.	november 20., péntek, 17 óra	Előadás: Hogyan támogathatjuk az ENERGY készítmények hatását akupresszúrával? Előadó: Kürti Gábor természetgyógyász, akupresszőr, reflexológus.	
Zalaegerszeg	Ady E. u. 31.	minden hónap 2. keddjén 17 órától	Előadások a klubban. Érdeklődjön Kozsa Anita klubvezetőnél.	0692/347 746 0630/857 4545 kozsanita@freemail.hu
Miskolc	ITC földszinti Kamaraterem (Mindszent tér 1.)	november 9., hétfő, 16-17 óra között	Ingyenes orvosi tanácsadás, havonta egyszer. Tanácsadó: Dr. Hegedűs Ágnes holisztikus orvos. Előzetes bejelentkezés Ficzere János klubvezetőnél.	0630/856 3365, fj58@citromail.hu
Kazincbarcika	Barabás M. u. 56.	minden szerdán 16-18 óra között	Klubnap. További információ: Ficzere János klubvezető.	
Keszthely	Lovassy Sándor u. 13/A.	minden kedden 17.30-19 óra között	Energy klubnap. További információ: Gyenesé Ibolya klubvezető	0630/560 7785 0630/225 4917 ibi-bazsa@freemail.hu

Egyéb rendezvényekről érdeklődhet a helyi ENERGY klub vezetőjétől telefonon vagy e-mailben!

Az Energy országos klubhálózata:

Budapesten: 06-1-354-0910, 06-20-261-2243 – Nyíregyházán: 06-20-427-5869 – Szegeden: 06-30-289-3208, 06-62-480-260 – Kazincbarcikán: 06-30-856-3365 – Miskolcon: 06-30-856-3365 – Pécsen: 06-30-253-1050 – Szolnokon: 06-56-375-192 – Győrben: 06-20-395-2688 – Keszthelyen: 06-30-560-7785 – Debrecenben: 06-30-458-1757 – Kalocsán és Baján: 06-30-326-5828 – Szombathelyen: 06-30-534-2650 – Zalaegerszegen: 06-30-857-4545 – Kecskeméten: 06-30-855-0406 – Veszprémben: 06-30-488-4973, 06-70-703-7489 – Székesfehérváron: 06-20-568-1759

BESZÉLGETÉS OSTORHÁZINÉ JÁNOSI IBOLYÁVAL

„MINDEN EMBER, AKI ELJÖN HOZZÁM, TÜKRÖT TART ELÉM”

Sok más téma mellett vissza-visszatérő eleme az alábbi interjúnak a SUPERTRONIC készülékkel végzett mérés és annak tanulságai. Megtudhatjuk többek között, miért nem szabad 5 perc alatt tesztelni, és hogy bizony gyakran előfordul: magának a „beteg” gyermeknek nincs semmi baja, viszont a szülőknek annál nagyobb. Ezt a gyerekek megérik, és tüneteket produkálnak. – Vezető tanácsadókat bemutató sorozatunkban ezúttal a székesfehérvári klubvezetővel, Ostorháziné Jánosi Ibolyával beszélgett a szerkesztő, Kürti Gábor.

Honnan és mikor indultál?

A gyógynövényekkel 20-25 éve kezdtem el foglalkozni. Ez az irány érdekelt már akkor is, amikor a gyermekeim születtek. Sokszor voltak betegek, és kerestem a lehetőségeket, hogy ezt miként tudjuk kiküszöbölni. *Maria Treben* Egészség Isten Patikájából című könyve akkor jelent Magyarországon, az volt az alapkönyvem.

Mentünk gyűjteni a gyógynövényeket, ezt a gyermekeim is nagyon élvezték. Mindennap gyógyteát ittak, és a kúrák sikeresek voltak. Egy alkalommal egy anyák napi ünnepélyen el kellett mondani, ki miért szereti az anyukáját. Az én fiam azt mondta: azért szereti az anyukáját, mert olyan finom gyógyteákat tud főzni.

2002-ben kerültem kapcsolatba az ENERGY-vel, a húgom révén, aki Pécssett feküdt kórházban, és ott *Göloncsér Ágiék*kal, *Molnár Juditék*kal jött össze. Aztán *Göloncsér Ágiék*nak Fehérváron szerveztünk mérőnapokat, és rögtön megszerettem a SUPERTRONIC-ot. Kipróbáltam, a család is tesztelte, ajánlottam. Még abban az évben lehetőségem nyílt, hogy kiutazzam Olmützbe, és ott tulajdonképpen *Chmelař* doktortól tanultam meg mérni. *Göloncsér Ágiék*nak nagyon sokat köszönhetek, mert ők tanítottak, sokat jártam hozzájuk Pécsre. Később *Hargitai Mónival* jöttem össze, és vele, illetve tőle tanulok.

Mi volt az eredeti érdeklődési köröd, és miképp változott mindez?

Én jelenleg is irodavezető vagyok egy mélyépitő és pályázati ról kft.-nél, korábban is hasonló területen dolgoztam. Viszont az ENERGY-ben megtaláltam mindent, amit sokáig kerestem. Korábban sokféle MLM rendszert kipróbáltam, hogy a családomon segítsék, de egyik sem kínált olyan hatású termékeket, mint az ENERGY. 2002 óta nem is váltottam, mert mind nekem, mind a környezetemnek ez a legjobb. Nagyon szerencsés helyzetben vagyok. Az a cég, amelynél dolgozom, egy kétszintes irodában, a saját tulajdonában működik. Az emeleti részt nekem bérbe adták, és a fehérvári klub ott működik március-április óta. A nyitva tartást meg tudom úgy oldani, hogy 9-17 óra között jöhetnek a vásárlók. Ott dolgozom, viszont ha valaki a klubba jön, akkor kiszolgálom, mert irodavezetőként teljesen

kötetlen a munkám. A munkaidőm végétével, 5 óra után, ugyanitt, az emeleti szinten mérek SUPERTRONIC-kal, és öreg este van, mire hazakeveredem. Általában naponta 2 mérés van, idő hiányában többet nem tudok bevállalni, ezért már 3 hétre előre, folyamatosan telik a naptáram. A hétvégék már a családé.

Van-e valami olyan hobbid, kedvenc időtöltésed, amely nem a munkával kapcsolatos? Mit csinálsz a hétvégeken?

A férjemmel nagyon szeretünk kirándulni, túrázni és horgászni. Horgászni csak csendben lehet. Keveset beszélgetünk, figyeljük a természetet. A víz közelsége jó hatással van az érzelmekre, teljesen kikapcsol.

Mind a kétféle munka, amit nap mint nap 10-12 órában végzel, teljes embert kíván. Különböző tevékenységeid valahogy kiegészítik vagy támogatják egymást?

Nem tudom, hogy van ez, de az ENERGY és a mérések nekem erőt, energiát adnak. Tehát a napi munka után, amikor várom az ügyfelet, fáradt vagyok, de a mérés után már nem. Feldobott állapotban megyek haza, teljesen feltöltődök.

Vajon mitől van ez?

Azt hiszem, azért töltődöm én is, mert tiszta, segítőkész szándékkal végzem a dolgom. Ezért a méréseknek megadom a módját, a kellő időt, és ez meghozza a sikert. Ha valaki azzal szalad be a klubba, hogy „van 5 percem, teszteld ki gyorsan, mire van szükségem, mit szedjek”, akkor én nemet mondok. Ha gyógyulni szeretne valaki, akkor tisztelje meg magát annyira, hogy kérjen időpontot, és szánja rá azt az 1-1,5 órát, mert akkor tudjuk a lehető legjobb eredményt kihozni.

A mérés nálam egyébként nemcsak a szerkiteszteléséből áll. Négyezemközt, a külső körülményeket kizárva, tiszta fejjel, az illető emberre ráhangolódva történik. Van, aki szkeptikusan jön, és pozitív energiákkal telve távozik. É akkor a szereket még nem is szedte... De esetleg elhangzott egy olyan mondat a beszélgetésünk alatt, amelyre neki éppen szüksége volt ahhoz, hogy rájöjjön, élete valamelyik területén változtatnia kell. És akkor következnek az ENERGY szerek, amelyek aztán – a változtatási szándékkal együtt – megteszik a magukét.



Hogy mit jelent mindez? Valaki egy mérés után, az öt hozzám küldő barátnőjének azt mondta, hogy „olyan volt, mintha egy pszichológusnál jártam volna”. Akkor jót nevettem rajta, de ha belegondolunk, ez nem véletlen. Ha végigmérjük valakinél az energiapályákat, végignézzük, hogy melyik szerv, szervrendszer miként működik, azzal nem csak az ember fizikai állapotára derül fény. Ha tisztában vagyunk azzal, hogy az egyes energiablokkok milyen érzelmi-gondolati hozzáállással társulnak, akkor már a mérés alatt megnyilvánul a teljes ember.

Néha kicsit keményebb kérdéseket kell feltenni az embereknek. Ezeket esetleg kicsit megdöbbennek, mert akad, aki csak akkor kezdi érezni, hogy ez komoly dolog, és itt a saját életének jövőbeni minőségéről hozza meg a döntést. Éppen most járt nálam egy hölgy, aki köszönetképpen ezt mondta: „Tudod, én ezeket mind sejtettem, de ahogy így elmondtad, olyan volt, mint egy arcul csapás.” Így 7 év után már megéri az ember, hogy kinek kell az „arcul csapás”, és kinél szükséges finomítani a dolgokat, hogy eredményt érjünk el.

Míg a gyerekeknél a mérés segítséget ad a szülőknek csemetéje jobb megismeréséhez, addig a felnőtteknél ez egy jó önismereti „játék”. Akik ezt megértik, azok sorra küldik hozzám családtagjaikat, ismerőseiket. De nem én vagy az ENERGY szerek oldják meg a problémáikat, mi csak katalizátorok vagyunk a változás előidézésében.

Egy-két évre szinte teljesen abbahagytad, aztán megint elkezdted a méréseket. Miért?

Többek között azért hagytam abba, mert olyan emberek kerestek meg, akik nem vállalták fel a saját felelősségüket a gyógyulásért, inkább megpróbálták rám hárítani: „itt vagyok, gyógyíts meg”. De ez így nem működik... Egy évig nemigen mértem, csak azoknak, akik kimondottan kérték, hogy segítsék nekik. Aztán egyszer csak ismét szükségét éreztem, igaz, közben sok változás történt az életemben, és jó irányban. Mióta megint aktívan mérek, nincsenek hangulatlanságaim, és sokkal kiegyensúlyozottabb vagyok. Úgy éreztem, szükséges számomra, hogy emberekkel foglalkozzam, segítsék rajtuk,

MI CSAK KATALIZÁTOROK VAGYUNK A VÁLTOZÁS ELŐIDÉZÉSÉBEN

ez volt minden vágyam. Érdekes, hogy amikor újra kezdtem, csak olyan emberek találtak rám, akik maguk is változtatni akartak, és tanácsot kértek tőlem, hogy milyen irányban változtassanak. Mostanában szinte csak sikerélmények vesznek körül, és látom a pozitív változásokat.

Egyébként azt az időt, amíg nem mértem, jól kihasználtam, fitoterápiát tanultam. Hivatalos vizsgát is tettem, ma már fitoterapeuta természetgyógyász vagyok. Amivel foglalkozom, azt szeretném nagyon jól tudni, és ebben profi lenni, ezért mindig szeretnék újat tanulni. Ez több a mérés technikai jellegű tanulásnál, van benne emberismeret és pszichológia is. És aki eljön hozzám, az egyben tanít is.

Mondanál egy-két esetet, hogy konkrétan kiktől mit tanultál?

Meg kellett tanulnom azt, hogy csak annak segítsék, aki kéri tőlem a segítséget. Tehát én nem tukmálhatom rá valakire a gondolataimat, illetve a konkrét segítséget, amíg maga az illető nem érzi az egészségnek a fontosságát. Ez a családokra is érvényes. Például apámnak ajánlottam, hogy bemérem. Először húzódozott, aztán végül elfogadta a segítséget, és végigcsinált egy kúrát. Így változik az ember...

Mivel véletlenül nincsenek, minden ember, aki eljön hozzám, tükröt tart elém. Mindegyikből tanulhatok – legyen szó párkapcsolatról vagy gyermeknevelésről. Látom, milyen hibákat követnek el az emberek a párkapcsolatokban. Nekem ugyanazt már nem kell elkövetnem, átélnem, mert láttam másoknál, milyen következménye van. Ugyanígy vagyok a gyermekneveléssel. Igaz, az én gyermekeim már nagyok, de látom, hogy mások miként nevelik a gyermekeiket. Ebből is le tudom szűrni, hogy így vagy úgy nem jó.

Sok esetben éppen a gyermekekkel adódott a legnagyobb élményem. Gyakori, hogy magának a gyermeknek semmi baja nincs, viszont a szülőknek annál nagyobb. Legyen az akár párkapcsolati, akár munkahelyi vagy más probléma, a gyerekek nagyon jól megérik, és tüneteket produkálnak. Igaznak érzem azt a mondást, hogy „ha elhózzák a beteg gyereket, akkor az anyukának adj KOROLEN-t”.

Konkrét sikereid a gyerekekkel?

A gyerekeknél nagyszerű dolog, hogy ha egyszer sikerült meggyőzőm őket, akkor ki tudják kapcsolni az egójukat, és feltétel nélkül hisznek bennem meg a szerekben. Volt egy kisfiú, aki sokféle vizsgálaton ment keresztül, de nem találtak nála problémát. Lefogyott, legyengült, alig tudott feljönni a lépcsőn, gyakorlatilag úgy nézett ki, mint egy kis öregember. Kedvetlen és depressziós volt. Miután itt jártak, úgy ment el

tőlem, hogy a mamáját biztatta: „én meg fogok gyógyulni”. A depressziója gyönyörűen eltűnt, végül találtak ugyan nála valamilyen szervi problémát, de abban is javulás állt be. Ezt követően járt hozzám az anyukája, sőt később a család is.

Gyerekeknél a SUPERTRONIC mérés abban is segít, hogy a szülő jobban megismerhesse, megérthesse a gyermekét. Mondok erre egy példát. Egy olyan kisgyerek, aki már régóta egyedül végezte a dolgát, egyik napról a másikra elkezdett félni attól, hogy este kimenjen a WC-re, szülői kíséretet kért. A szülő azt gondolta, „megint egy dili, majd elhagyja”. Kimérve a gyereket, kiderült, hogy a vese–húgyhólyag pályája nincs egyensúlyban. Ennek a testi szintű tünetei még nem jelentkeztek, de tudjuk, hogy a vese–hólyag egyensúlyzavar egyik érzelmi tünete éppen a félelem, a szorongás.

A mérés után tehát szembesült a szülő azzal, hogy nemcsak egy újabb hóbortja lett a gyerekeknek, hanem komoly oka van a megváltozott viselkedésére. Ettől kezdve a szülő is másként állt hozzá, megértette, komolyan vette a gyerek problémáját. Jó tanács tehát a szülőknek: mindig tulajdonítsanak jelentőséget annak, ha a gyermekük valamilyen új szokást vesz fel, ne csak legyintsenek rá, mert ezzel komoly egészségi problémákat előzhetnek meg.

Adnál-e valamilyen általános tanácsot azoknak, akik ENERGY készítményeket szednek?

Igen fontos a mértékletesség. Ugyanis sokan esnek abba a hibába, hogy belépnek az ENERGY-be, és nekiállnak mindent szedni, „ész nélkül”,

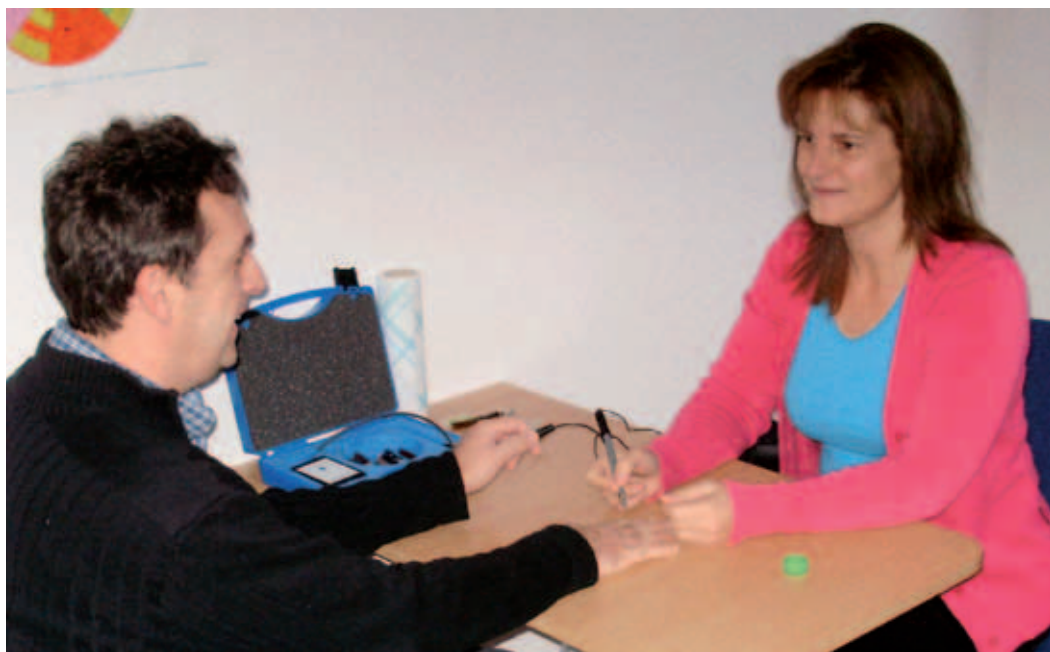
esetleg egyszerre is. Nem úgy hat, mint kellene. Inkább szedjenek csak egyfajta, de rendszeresen, mert ha többfélét egyszerre alkalmaznak, azok mérsékelhetik vagy kiolthatják egymás hatását. Amit az egyik készítménnyel elérnek, azt a másikkal visszaveszik, mert az egyik nyugtat, a másik egy kicsit „megemel”. A tanácsom az, hogy az alapkészítményekből, valamelyik cseppből mindenképpen csak egyfélét szedjenek, a többiből lehet esetleg egyidejűleg többfélét, de akkor sem nyaklód nélkül. Az utóbbi esetben feltétlenül kérjenek tanácsot egy hozzáértőtől, hogy jól összeválogassa a hasonló hatású termékeket.

A rendszeres előadásokon kívül tervezel-e valamilyen más programot, újdonságot a klubban?

Sok reflexológus, masszőr van a környezetemben, akik küldik az ügyfeleket, és használják ők is a termékeinket. Arra gondoltam, hogy tavasszal szervezünk egy olyan nyílt napot, ahol mindenki teszi a saját dolgát: van, aki masszíroz, van, aki reflexológiai kezelést végez.

Szerencsés vagyok, hogy kezdettől fogva olyan emberekkel dolgozhatom együtt az ENERGY-n belül és most itt, szűkebb körben, a fehérvári ENERGY klubban is, akikkel azonos a motivációnk, nagyon hasonlóan gondolkodunk, és folyamatos bennünk a tanulási vágy. Ezért nálunk nincs rivalizálás, hiszen a célunk, a segítő szándék közös, támogatjuk egymást, és tanulunk egymástól. Azt hiszem, jó csapat formálódik itt, Fehérváron.

K. G.



IMMUNZAVAROK: AUTOIMMUN BETEGSÉGEK, RÁK

Társadalmunkban az immunzavar egyre gyakoribb jelenség. Kétségtelenül a leggyakrabban előforduló immunzavarok közé tartozik az allergia és az immunbetegségek. Az allergia az emberiség 20%-át érinti, az immunbetegségek a népesség 3%-át sújtják. Valószínű, hogy előfordulásuk egyre gyakoribb lesz.

Az immunzavarokat az egyszerűség kedvéért két fő csoportba sorolhatjuk:

- 1.) immunhiányos állapotok
- 2.) immun-túlérzékenység.

Mindkét esetben arról van szó, hogy az immunrendszer nem működik megfelelően. Vagy csökken a hatékonysága, vagy túlzott mértékben reagál a külső, illetve belső környezeti ingereire.

IMMUNHIÁNYOS ÁLLAPOTOK

Ilyenkor a test képtelen a fiziológiai immunreakcióra. A hétköznapi és kevésbé erős kórokozók elleni védekezőképessége jelentősen csökken. A beteg súlyos, hosszadalmas fertőzésekben szenved, amelyek sokszor életveszélyesek. Gyakorik a gennyes sebek, tályogok és az állandó hasmenés. Ilyen esetben feltételezhetően szövődmények lépnek fel az oltások után, gyakoribb a daganatok kialakulása, valamint az autoimmun állapotok előfordulása.

Az elsődleges immundeficit veleszületett, genetikailag meghatározott. A másodlagos immunhiányos állapot nem veleszületett, hanem szerzett probléma, amely valamely betegség, gyógykezelés vagy az adott életmód miatt alakult ki. Sokkal gyakoribb, mint az elsődleges

immunhiány. Előfordulása: HIV fertőzés, krónikus fertőző betegségek, súlyos májbetegségek (cirrózis), nefrotikus szindróma, veleszületett vérszegénység, daganatos betegségek (főleg leukémia és lymphoma) esetén. Egyes orvosi eljárások – kemoterápia, immunszuppresszív szervátültetés után, anesztézia, nagyobb műtétek – következtében ugyancsak kialakulhat. További kockázati tényezők lehetnek: radioaktív sugárzás, súlyos alultápláltság, súlyos égési sérülések, terhesség alatti alkoholizmus, idős kor.

IMMUN-TÚLÉRZÉKENYSÉG

A patológiás túlérzékenység következtében az immunrendszer kárt okoz a szervezetben. Mindezt vagy veleszületett hajlam, vagy egy bizonyos antigén, esetleg autoantigén agresszív, hosszan tartó hatása okozza. Az immun-túlérzékenység megjelenési formái: allergia, anafilaxiás reakció, veleszületett allergiás túlérzékenység (atópia), autoimmun betegség, kontakt bőrgyulladás, krónikus gyulladások, vérátömlesztés és szervátültetés utáni reakciók.

Az autoimmun reakció normális körülmények között olyan fiziológiai jelenség, amely az ún. autotolerancia mechanizmusáért felel (ennek az a feladata, hogy minden olyan dolgot megsemmisítsen, ami a test számára idegen). Ha ez a mechanizmus „kicsúszik” az ellenőrzés alól (a szervezet képtelen megkülönböztetni a saját és az idegen eredetű fehérjéket), megromolódhatnak a szövetek, és károsodást szenvedhetnek a fiziológiai funkciók – ebben az esetben autoimmun betegségről beszélünk.

AUTOIMMUN BETEGSÉGEK

Olyan krónikus megbetegedésekről van szó, amelyek akár rokkantságot is okozhatnak. Előfordulásuk gyermekkorban viszonylag ritka, leginkább a pubertáskor és a nyugdíjaskor közötti időszakban ütik fel a fejüket. Az autoimmun betegségek többnyire a fejlett országokban élő nőknél fordulnak elő. Gyakori a családon belüli többszöri megjelenésük is.

Az autoimmun betegség kialakulásában több tényező (sokszor kombinálódva) játszik szerepet. Érthető módon az egyik legfontosabb közülük a genetikai, amelyhez azonban több külső faktor csatlakozik: hormonális stimuláció (ebből a szempontból a hormontartalmú fogamzásgátlók szedése igencsak hátrányos, mert ez lehet az egyik ok, amiért a szóban forgó betegség gyakrabban fedezhető fel a nőknél), gyakori fertőzések, bizonyos orvosságok szedése, oltások (a patológiai immunreakció rendszerint a gyógyszeresedés abbahagyásával lecseng).

Példák az autoimmun betegségekre:

- ❖ vesebetegség (glomerulonephritis);
- ❖ belső elválasztású mirigyek megbetegedése – 1. típusú cukorbetegség (diabetes



mellitus), a pajzsmirigy és a nemi szervek megbetegedése;

- ❖ ízületi és izombetegségek, így reumás jellegű ízületi gyulladás (reumatoid arthritis); bőrbetegségek, pl. lupus erythematosus;
- ❖ érgyulladás (vasculitis, angitis);
- ❖ szív- és érrendszeri betegségek, reumás láz, Lyme-kór;
- ❖ idegrendszeri betegségek (sclerosis multiplex, myasthenia gravis);
- ❖ emésztőszervi megbetegedések (coeliakia vagy sprue, colitis ulcerosa, Crohn-betegség).

AZ IMMUNRENDSZER ÉS A RÁK

Az egészséges sejtek a testben a legkülönbözőbb okokból alakulhatnak át rákos sejtekké, és a tudomány még távolról sem ismeri az összes okot (a sejt vírusos vagy kémiai stimulációja, ionizáló sugárzás stb.). Az átváltozás rendszerint a sejtosztódás folyamatát ellenőrző génmutáció következtében indul el. Ez a mutáció ellenőrzetlen osztódásához (elsődleges daganat), más szövetekbe történő bejutásához és agresszív növekedéshez (másodlagos daganat – áttét) vezet.

Az immunrendszernek elméletileg fel kellene ismernie a rákos sejteket, majd az immunfelügyelet mechanizmusának keretén belül meg kellene őket semmisítenie. Az immunrendszer bármilyen mértékű legyengülése vagy túlerheltsége következtében azonban a rosszindulatú transzformálódott sejteket az immunfelügyelet nem szűri ki (ezt a rákos és a normális sejtek nagyfokú hasonlósága is okozhatja). Hozzá kell tennünk, hogy az emberi szervezetben viszonylag gyakran történik ilyenfajta átalakulás, ám ha az immunrendszer megfelelően működik, akkor a problémát már születésének pillanatában elfojtja. Ezért ha rákos betegségről van szó, a leghatékonyabb gyógymód, illetve megelőzés a veleszületett immunitás támogatása természetes immunstimulátorokkal.



BELSŐ ÉS KÜLSŐ CIVILIZÁCIÓS OKOK

Az immunzavarok civilizációs okai között egyaránt fellelhetjük az öröklött, a belső (életmódbeli és az étrenddel összefüggő), valamint a külső környezet számlájára írható okokat. Lássuk ezeket sorjában.

A SZOPTATÁS HIÁNYA

Tudományos vizsgálatok bizonyítják, hogy az erős immunrendszer kialakulásának egyik legfontosabb alapfeltétele a szoptatás. Bizonyított tény, hogy a sokáig szoptatott gyermekek ritkábban kapnak elfertőző betegségeket, és ritkábban lesznek allergiások. A csecsemőket legalább 6 hónapos korukig javasolt szoptatni.

STERIL KÖRNYEZET

Már számtalanszor bebizonyosodott, hogy a csecsemőknél és kisgyermeknél alkalmazott túlzott higiénia az immunrendszer megfelelő működőképessége szempontjából több mint vitatható. A bőr pH-jának különböző szappanokkal, fürdőhabokkal és fertőtlenítőszerrel való folytonos felborítása paradox módon azt idézi elő, hogy a szervezet sokkal védtelenebbé válik a külső kórokozók szemben. A sejtszintű immunitást ilyenkor feleslegesen megterheljük olyan „feladatok” elvégzésével, amelyekhez normális körülmények között a bőr és a nyálkahártyák is elegendőek lennének. Ezzel egy időben azonban nem kizárt a másik szélsőség sem. Ha valaki meglehetősen sokáig tartózkodik steril környezetben, immunrendszerére nem rónak elegendő „munkát” a külső patogének (amelyekre egyéb-

ként az ember immunrendszere eredendően fel van készülve), ezért az immunrendszernek nincs lehetősége a megfelelő „beérésre”, és ennek következtében a saját teste ellen fordítja az erejét, autoimmun betegségek alakulhatnak ki.

A BÉLMIKROFLÓRA MEGGYENGÜLÉSE

A helytelen táplálkozás következtében, valamint az antibiotikumok gyakori szedésének hatására a belekből kipusztulnak a szervezet számára fontos, jótékony baktériumok, aminek következtében a bél nyálkahártyáján keresztül könnyedén bejutnak a szervezetbe az idegen kórokozók. Ha a belekben a patológiás baktériumtörzsek kerülnek túlsúlyba, megterhelik a szervezet működését, bél dysmikrobiáról (vagy dysbiosisról) beszélünk. Ez az állapot gyengíti a szervezet védekezőképességét.

STRESSZ ÉS ÉLETMÓD

Krónikus stressz hatására csökken az immunrendszer működésének hatékonysága, és a szervezet sokkal hajlamosabbá válik a fertőzésekre. A hosszan tartó, túlzott pszichikai feszültség mindemellett allergiához, autoimmun megbetegedéshez vagy akár rákos betegségekhez is vezethet.

Az ember immunrendszerét negatívan befolyásoló további tényezők közé tartozik a mozgáshiány, a helytelen étkezés, az élelmiszerekben található adalékanyagok, a tartósítószer, szí-



nezekek és ízfokozók, valamint a dohányzás, és végül, de nem utolsósorban a „betegeskedés szeretete”. Szakemberek többször megfigyelték, majd később be is bizonyították, hogy a mély szomorúság és gyász az immunrendszer részleges „kieséséhez” vezet, aminek következménye a különböző betegségek kialakulása.

VEGYI ÉS MÉREGANYAGOK, TÚLZOTT GYÓGYSZERFOGYASZTÁS

Vitathatatlan tény, hogy környezetünk egyre szennyezettebb, és ez hihetetlen módon igénybe veszi az immunrendszerünket. A nagymértékű gyógyszerfogyasztás problematikáját szerencsére rendszerint jól értjük, különösen akkor, ha antibiotikumok, lázcillapító és gyulladáscsökkentő hatású gyógyszerek stb. szedéséről van szó. Ha a betegségekből, amelyekkel a szervezetünk gyakran képes volna egyedül elbánni, gyógyszerek szedésével igyekszünk felgyógyulni, akkor nem adjuk meg az esélyt, hogy szervezetünk önmaga küzdjön, és közben megerősödjék. A láz azonnali, elhamarkodott csillapítása lehetetlenné teszi az immunrendszer saját reakciójának „kimunkálását” (ezért a 38 °C alatti testhőmérsékletet jobb egyáltalán nem mérsékelni).

ÖRÖKLÖTT TERHELÉSEK

Bizonyos konkrét, viszonylag ritka immunzavarok közvetlen kiváltója a szülőktől öröklött genetikai mutáció. Az ilyen betegségek többségénél ún. recesszív örökletes betegségről van szó, ami annyit jelent, hogy a betegség csak akkor alakul ki, ha az adott gént mindkét szülő hordozza. Sajnos azonban több olyan gén van, amely az immunhiányos állapotokért felelős. Ezek az X kromoszómához kötődnek, ami a gyakorlatban annyit jelent, hogy az efféle problémák a fiúkat kétszer olyan gyakran érintik, mint a lányokat.

KÉT ADU ÁSZ: AGARICUS BLAZEI MURRILL ÉS CSÜDFŰ

Alapos tudományos vizsgálatok bebizonyították, hogy az *Agaricus blazei murrill* gombának sokkal erőteljesebb gyógyhatásai vannak, mint az orvoslásban korábban használt gombaféléknek. Hihetetlenül nagy mennyiségben tartalmaz ugyanis béta-glükánt.

Az ebből a fajta gombából kivont glükánok sokkal erősebben hatnak az immunrendszer aktivitására, mint az eddig tesztelt gombakivonatok. Az *Agaricus* növeli a szervezet ellenálló-képességét, és hatékony a vírusfertőzésekkel szemben. Rendkívül hatékony megelőzést nyújthat minden fertőző és civilizációs betegség (autoimmun betegségek, allergia, rák, cukorbetegség) ellen, valamint csökkent nem specifikus immunitás esetén.

A csüdfű (*Astragalus*) gyökerét előszeretettel alkalmazzák a hagyományos kínai orvoslásban. Támogatja a betegségekkel szembeni védekezőképességet, és energiát ad a testnek.

A csüdfű előnyösen hat csökkent nem specifikus immunitás esetén, és kiválóan alkalmazható vírusfertőzésekben. A növény hatóanyagai ugyanis megakadályozzák a vírusok genetikai információinak (DNS vagy RNS) lemásolását, ezáltal megakadályozzák szaporodásukat a szervezetben, és támogatják az interferonok képződését.

A csüdfű tehát a vírusos eredetű betegségek gyógyításában használatos (a légzőszervek vírusos megbetegedése, B típusú vírusos májgyulladás, vírusos vesebetegség, krónikus prosztatata- és húgyhólyag-gyulladás stb.). Erősíti az immunrendszert akut és krónikus fertőzésnél egyaránt, és remekül használható bakteriális eredetű fertőzésekben is, amelyek rendszerint szekunder jellegűek, és a vírusfertőzést követően támadják meg a szervezetet.

Az IMUNOSAN termékdokumentációja alapján az oldalpárt összeállította:

Tereza Viktorová

SPIRON: A HATÉKONYSÁG 10 PONTJA

1. BETEGSÉGMEGELŐZÉS: ez a SPIRON legismertebb használati módja. Ruhára fújva védelmet biztosít a fertőzésekkel szemben azokon a helyeken, ahol nagyobb a fertőzésveszély, például munkahelyen, iskolában, üzletekben vagy tömegközlekedési eszközökön. A kórokozók, vírusok, baktériumok az illóolajok – számukra túlságosan agresszív – környezetében elpusztulnak.

2. SEBFERTŐTLENÍTÉS: az antiszeptikus hatású illóolajok tisztítják a sebet, megakadályozzák a gyulladást, és elősegítik a sebgyógyulást. A SPIRON kiválóan alkalmazható apróbb felületi sérülések, valamint gennyes tályogok kezelésére, de használata száraz bőr esetében nem javasolt. Nagyon óvatosan a hüvely nyálkahártyájának kezelésére is használható (messziről kell fújni); elősegíti a szülés következtében sérült nyálkahártya gyógyulását.

3. VÉRZÉS ELÁLLÍTÁSA: a vérző, vágott sebeket érdemes a sérülés után azonnal befújni

a készítménnyel (de csak akkor, ha a seb nem túl mély), a bőr azonnal összeháródik.

4. KÉZTISZTÍTÁS: a SPIRON azonnal megtisztítja a koszos és izzadt kezeket. Ezt a tulajdonságát leginkább a természetben vagy vízhiány esetén lehet kihasználni. A tiszta kezeket pedig kellemesen dezodorálja.

5. LÉGTISZTÍTÁS: a készítményben levő illóolajok megtisztítják a levegőt a kórokozóktól. Összességében kellemessé varázsolják a környezetet.

6. ROVARŰZŐ SZER: a SPIRON illata távol tartja a szúnyogokat, kullancsokat és pókokat. Ha a már befészkelődött kullancsot lefújjuk SPIRON-nal, könnyebben ki tudjuk venni.

7. ALVÁS: a SPIRON elősegíti a nyugodt elalvást. Már a legkisebb gyermekeknél is kiválóan alkalmazható.

8. NYUGTATÓ HATÁS: a SPIRON-ban levő illóolajok enyhén nyugtató hatásúak, erő-

sítik az idegrendszert, és segítik az összpontosítást. Antidepresszáns hatásúak, és javítják a kedélyállapotot.

9. FRISSÍTÉS: a SPIRON a létező legjobb autóillatosító parfüm. Javítja a koncentráció képességet, valamint növeli az éberséget, és felfrissíti a tudatot. Képes gyorsan megszüntetni a fáradtság érzését. Mint láttuk, egyéb okokból is hasznos, ha magunkkal visszük.

10. AZ AURA VÉDELME: a SPIRON kiválóan használható energetikai pajzsként.

Összeállította:
Tereza Viktorová



MIRE HASZNÁLHATJUK AZ AUDIRONT?

Akne	Kenegesse a bőrt hígított AUDIRON-nal: 100 ml bőrvízbe csepegtessen 10-20 csepp AUDIRON-t.	Szem körüli duzzanatok	Ez a tünet nőgyógyászati problémákkal állhat összefüggésben. Kenegesse a szemhéját hígított AUDIRON-nal naponta 2x.
Bőrallergia	Az ekcémához (vagy herpeszhez) hasonló tüneteket kezelje hígított AUDIRON-nal naponta 3-5x.	A szem könnycsatornáinak elzáródása	Kenegesse a szemhéját hígított AUDIRON-nal naponta többször.
Fejfájás	A homloküreg és a nyaki gerinc területét kell kengetni naponta 2x, 3-5 napon át, amíg a fájdalom el nem múlik.	Kötőhártya-gyulladás	Kenegesse a szemét naponta 2x hígított AUDIRON-nal.
Izomgörcs	Kenegesse izmait naponta 3x AUDIRON-nal 10 napon át, majd használja a DROSERIN, RUTICELIT, ARTRIN krémekeket.	Zöld hályog, szürke hályog, szemfájdalom	Kenegesse a szemhéját naponta 2x hígított AUDIRON-nal 3-5 hónapon át.
Himlő	Kenegesse a bőrt 6 napon át, naponta 3x.	Fülzúgás	Csepegtessen a fülébe naponta 2x1 csepp AUDIRON-t.
Háromosztatú (trigeminus) ideg bénulása	Kenegesse arcát naponta 2-3x, amíg az állapota nem javul.	Középfülgyulladás	Csepegtesse a készítményt óránként a fülébe.
Fogfájás, fogínyosvadás		Megfázás, nátha, torokgyulladás	Tegyén AUDIRON-nal átítatott vattát a fülébe, hagyja ott egész éjszakára – ugyanez hányinger esetén is hatásos. Kenegesse az orrüregét, valamint a homloküregnek megfelelő területet naponta többször AUDIRON-nal.
Szemölcs		Polipok, méhnyak-problémák	Csepegtessen a tamponra 5 csepp AUDIRON-t, és azt helyezze fel a hüvelybe, egy hónapon át alkalmazva.
Diabéteszes láb, lábszárfekély, orbánc		Hüvelygyulladás hüvelygomba	A nemi szerveket és környéküket kenegesse AUDIRON-nal, este csepegtessen 5 cseppet a készítményből egy tamponra, és azt helyezze fel a hüvelyébe, 20 percre.
Aranyér, duzzanatok a végbélnyílás környékén		Miómák, ciszták	Csepegtessen AUDIRON-t a tisztasági betétre, és hagyja több napon keresztül hatni.
Herpesz	Kenegesse az érintett területet naponta többször.	Korpa, sömör, atópiás ekcéma	Hajmosás után csepegtessen három csepp AUDIRON-t a hajába, masszírozza be a fejbőrébe – ezt ismételve meg minden hajmosásnál.
Lábgomba vagy a test más területein felbukkanó gomba		Hajnövesztés	Ez a pajzsmiriggyel áll kapcsolatban – csepegtessen AUDIRON-t a hajába, és kenegesse vele a kopasz területeket.
Impetigo			
Ízületek: fájdalom, duzzanat, reuma, köszvény, blokk a gerincen, teniszkönyök, sportsérülések			
Hidegallergia	Kenje be nedves kezeit naponta többször.		
Körmök töredezése	Csepegtessen az AUDIRON-ból a körömágyra naponta többször.		

Összeállította: Lenka Pochylová, Soňa Štrupová

KISGYERMEKES SZÜLŐK BEVÁLT „TRÜKKJEI”

SOK A KEDVEZŐ TAPASZTALAT, VISSZAJELZÉS

Az új ENERGY tagok között nagyon sok a kisgyermekes szülő. Kíváncsiak a többi gyakorlott, ENERGY-s szülő felhasználási tapasztalataira. Amikor bejönnek készítményekért a klubba, örömmel osztják meg velünk tapasztalataikat, de ezeket nem mindig van időm lejegyezni. Ezért e-mailben kértem meg a rutinos szülőket, írják meg, milyen készítmények, illetve termékombinációk váltak be náluk.

Nagyon sok kedvező tapasztalatról kaptam tudósítást. Ezek nagy része az őszi-téli időszak átvészeléséről szólt. Helyben vagyunk. Újra itt az őszi, jön a tél és az új típusú (H1N1) vírus. Minden szülő igyekszik megóvni gyermeke egészségét. Akikhez az a cikk eljut, azok már rátaláltak a hatékony megoldásra, melyet úgy hívnak: ENERGY.

Boldoggá tesz, hogy a szülők bizalommal fordulnak a termékekhez, illetve a készítményekkel foglalkozó, azokat alkalmazó orvosokhoz és természetgyógyászokhoz. A készítmények hatékonyak a problémák kezelésében, de nem szabad megfeledkezni a megelőzésről sem, amely most még nagyobb jelentőségű, mint általában.

MÁSFÉL ÉVES SZEDÉS UTÁN – BOLDOG KISMAMA

Először egy olyan anyuka tapasztalatát adom át, aki az ENERGY termékek segítségével lett boldog kismama. Az ENERGY készítmények másfél évig tartó szedése után „jött össze” a várva várt gyermekáldás – mind az öt Pentagram® cseppet szedték egymás után, minden szervüket megtisztították és energetizálták. *Kitti* makkegészséges és gyönyörű kislány. Az anyuka az áldott állapot alatt szedte a VITAMARIN-t, a FYTOMINERAL-t, a SKELETIN-t, derék- és vállfájásra pedig a DROSERIN krémet használta. A szoptatás alatt az anyuka VIRONAL-t szedett, ezzel támogatta a gyermek egészségét és megszüntette a puffadást.

Heti 2x a fürdővizébe DROSERIN krémet tettek, ami a tejszíntesteket és a pattanásokat is elmulasztotta, most már kap VIRONAL-t, és a védőoltások után sem lázasodik be. Az áldott állapot alatt felszedett túlsúlytól úgy szabadult meg, hogy a BARLEY-ből készített árpaital és a CHLORELLA alga segítségével havonta kb. 3 kg-ot fogyott.

VOLT, NINCS KÖZÉPFÜL-GYULLADÁS, HIPERAKTIVITÁS

Egy másik szülő 1,5 éves kislányának a krónikusan visszatérő középfülgulladására adta az AUDIRON fülcseppet, GREPOFIT kapszulával és VIRONAL cseppel kiegészítve. Azóta ez a „szentháromságuk”. Másfél havi használat után már jelentkeztek a pozitív eredmények, kb. 3 hónap után a gyerek panaszmentes lett: megszűnt a

fájdalom, azóta csak kétszer volt fülfájása, de az is elmúlt másnapra.

Óvodás korú kislányuk az első évben viszonylag gyakran betegeskedett, de mióta ő is kapja a VIRONAL-t és a GREPOFIT-ot, csak kétszer volt beteg, és az is egy-két nap leforgása alatt elmúlt. Óvodai csoportjában ő az egészség mintaképe, a legegészségesebb. Ezeket a készítményeket az óvoda megkezdése előtt érdemes adni a gyerekeknek, felkészítve őket a „szezonnra” – május végéig szedik.

ÉLELMES ANYUKÁK, GYÓGYULÓ GYEREKEK

Egy másik ENERGY-s fogyasztó, aki alsó tagozatos gyerekeket tanít, hiperaktív tanítványának a KOROLEN-t és a VITAMARIN-t ajánlotta. Már 2 hónap után látszott a változás, a gyerek nem állt ki a sorból, nem szólt közbe, nem zavarja a társait. (Hiperaktív gyerekek kapcsán ezt a tapasztalatot már többször hallottam, 2-3 hónap halolaj-fogyasztás után, de a termékek a tanulást is megkönnyítik, jobban fog a kicsik agya.)

Egy másik anyuka is megosztotta a tapasztalatait, „trükkjeit” a termékekkel kapcsolatban. Pl. ha a gyerekek DRAGS IMUN-t szeretne adni, de az íze miatt nem veszi be, akkor szívszállal issza meg, így a „fincsi” ízét nem érzi. Van olyan gyerek, aki orrfolyáskor és fülfájáskor nem engedi, hogy a fülebe belecseppentsék az AUDIRON-t. Az élelmes anyuka úgy oldotta meg a helyzetet, hogy miután elaludt a gyerek, vattára cseppentette, és bedugta éjszakára a gyerek füleibe. Az AUDIRON-t még úgy is használják, hogy fültisztítóra cseppentik, és az orrüreget áttörlik vele.

A SPIRON-t a szülők az óvodai vagy iskolai csoportban is előszeretettel alkalmazzák, mert fertőtleníti a levegőt. Így ha beteg gyermek van a csoportban, csökken a fertőzés veszélye. De a SPIRON-nak azt a tulajdonságát is jól ki tudják használni, hogy nyugtat – az óvodában jobban alszanak, az iskolában pedig jobban figyelnek a gyerekek.

HASMENÉS, TÁPLÁLÉKALLERGIA

Hasmenés is előfordul a gyerekeknél, ilyenkor sokszor adnak a gyerekeknek „hasfogót”. Pedig ezt jobb lenne elkerülni, nehogy a kórokozó „bent ragadjon”. VIRONAL-lal, REGALEN-nel, PROBIOSAN-nal rendezhető a probléma.



Egy élelmiszerallergiás kislány alig tudott valamit enni, mert mindentől kiütése volt. A PERALGIN-t szedte, és most már meg tud enni a testvéreivel egy-egy Türo Rudit, és az semmilyen problémát nem vált ki.

Az egyik anyuka a „horror” időszakaként említette azokat az éveket, amíg nem ismerte az ENERGY-t. Hatéves volt a kislánya, mikor rátalált a VIRONAL-ra, aztán folyamatosan kipróbálták a termékeket – azóta is nagy megelégedéssel használják őket. Ma már a leány 12 éves, ha nyaralni vagy osztálykirándulásra megy, viszi a készítményeket (VIRONAL, GREPOFIT, FLAVOCEL, PERALGIN), és önállóan adagolja magának megelőzés céljából, ha pedig gond adódna, az édesanyja telefonon látja el adagolási tanácsokkal.

A LEGKISEBB KOROSZTÁLYNÁL BEVÁLT ADAGOLÁSOK

Összefoglalásként megemlítem, hogy melyik terméknek milyen adagolása vált be leginkább a gyerekeknél. A VIRONAL-ból 2x1 csepp a kisebb, 2x2 csepp a nagyobb gyerekeknél a megelőzésre szolgáló adag. Betegség esetén a napi kétszeri adagot ötszörire is fel lehet emelni a kritikus 2-3 napban. Az új, 180 szemes GREPOFIT-ból óvodás korúnak egy szem, kisiskolásnak 2, nátha vagy más probléma esetén a háromszorosára emelhető a napi adag. Az immunerősítő FLAVOCEL-ből napi 1 db elég a legtöbb gyerekeknek. Ha nem tudja lenyelni, hideg teában feloldható. Sok gyerek egészségtelenül táplálkozik (kóla, csoki, chips), csontozatuk nem elég erős, sok a törés. Ez megelőzhető vagy kezelhető SKELETIN-nel, amely szintén olyan méretű lett, hogy a gyerekek könnyen be tudják venni. A halolaj a tanulást segíti. A DRAGS IMUN láz esetén kiválóan működik (növényi antibiotikumként), kombinálható VIRONAL-lal. A DROSERIN krém megfázáskor használható, és hasfájásra is hatékony. A PROTEKTIN krémmel az ekcémás, kiütéses bőrt lehet kezelni. Ha szükséges volt antibiotikum-kezelés, a hasznos bélflóra visszapótlására tökéletes a PROBIOSAN.

Kovácsné Ambrus Imola
ENERGY klubvezető, Debrecen

TAPASZTALATOK CSEHORSZÁGBÓL

CUKORBETEG, SÍRÓS GYEREK, ÉRGYULLADÁS, LÁBSZÁRFEKÉLY

Szeretném Önökkel megosztani tapasztalataimat, amelyeket a gyerekek, főleg a csecsemők és a totyogók iránt érzett szeretetem révén szereztem. Mindig is vágytam rá, hogy ezeknek a kicsi, védtelen teremtményeknek megtanuljak segítséget nyújtani. Ma már elmondhatom, hogy sikerült.

Mesélhetnék Önöknek egy kisfiúról, aki ma már 7 éves, és 1-es típusú cukorbetegségben szenved. Nem egészen 3 éves kora óta gondot okozott neki az ételek befogadása. Az inzulinos kezelés elindítása után sem lett könnyebb az élete. Súlya nagyon alacsony volt, szinte semmit nem akart enni, és nem úgy fejlődött, mint kortársai. Nehezen kommunikált, nem tudta megtartani az evőeszközt a kezében, és sétálni sem járt.

NAGY VÁLTOZÁS NÉHÁNY HÓNAP ALATT

Amikor édesanyjával eljöttek a SUPERTRONIC-os mérésre, csak leült, és nem szólt semmit. Még a 3. életévét sem töltötte be. Minden mért értéke rendkívül alacsony volt, csak az immunrendszerre tűnt még viszonylag erősnek. VIRONAL-t, FYTOMINERAL-t és DROSERIN-t adtam neki. Öt hónap elteltével ellátogatott hozzám, és lelkesen elszavalt egy versikét. A felsorolt készítményekhez hozzávettük még a GYNEX-et (váltott használatra), és pár hónap elteltével a kisfiú már messziről hangosan köszönt rám a kertjükből, ahol édesanyjával játszott.

A készítményeket ma is egymással kombinálva használja, és a vértesztjei egy egészséges gyermek értékeit mutatják. Már elvégezte az első

osztályt, és ugyanolyan szépen fejlődik, mint az osztálytársai. Tudom, hogy a cukorbetegség kivétel bonyolult és egyéni megközelítést igénylő betegség, de a tapasztalat megmutatta, hogy ezeken a gyerekeken is lehet segíteni.

SZELEK, SZÜNTELEN SÍRÁS

A másik esetben a DROSERIN és a PROTEKTIN segített lecsillapítani egy csecsemő szüntelen sírását. Ismerősöm kislánya egészséges, gyönyörű gyerekként született. A kórházból való hazaérkezésük után azonban egyfolytában csak sírt. Napközben sokat bántották a „szelek”, és gyakran bekakilt. Szappan és mindenféle agyonreklámozott sampon vagy krém helyett a DROSERIN-es fürdőt ajánlottam, és azt javasoltam, hogy fürdés után a DROSERIN-nel kenegessék a kipállásokat, illetve azzal mossák meg a kicsi fejcskáját. Azt javasoltam továbbá, hogy a gyomor és a máj területén kenjék be naponta egyszer PROTEKTIN-nel. Három nap múlva a kicsi abbahagyta a sírást. A kislány remekül érezte magát. Ma már 4 hónapos, a hátáról a hasára tud fordulni, és legszívesebben már ülne.

Jó néhány totyogó nevében köszönetet kell mondanom a PROTEKTIN-nek és a REGALEN-nek is. Ez a kombináció rengeteget segített a gyermekkori ekcéma, étvágytalanság és a túlzott soványság kezelésében. Az esetek közül most

egyét emelnék ki, amely rendkívül közel áll hozzám, és a szomszéd faluban élő csemetével esett meg. Az akkor 18 hónapos, ekcémában szenvedő, vékony lábcskájú és kezecskéjű kisfiú anyukája társaságában látogatott el hozzám, miután már többféle krémet is kipróbáltak, de mindegyik hasztalan volt. A napi 2 csepp REGALEN, valamint a PROTEKTIN-es fürdés, zuhanyozás és kengetés meghozta a sikert. Nemcsak hogy eltűntek a kiütések, de a pici teste is pótolta a hiányosságokat. A hiperaktív totyogóból mára aranyos 4 éves kisfiú lett.

Vlastimila Husárová

Dobrá Voda, České Budějovice



KRÉTAI NYARALÁS SEBES LÁBBAL

Három héttel ezelőtt veszedelmes és álnok egészségi problémám adódott. De hadd kezdjem az elején. Immáron 23 éve van visszártágulat a lábamban. Igen, tudom, nem kellene nehéz súlyokat cipelnem, a kertben talicskával széthordanom a nedves földet, és egyáltalán nem kellene semmiféle férfimunkát végezni. Igen, tudom, de mit tegyek, ha nincs más, aki megcsinálja...

Úgy volt, hogy Krétára utazom nyaralni, ezért azt mondogattam magamnak, hogy most mindent befejezek, és majd ott kipihenem magam. Hát, valóban kipihentem magam. Ne gondolják, hogy fürödtem a tengerben. A repülőre már jó kis érgyulladással szálltam fel, és a nyaralás második napján szörnyülködve vettem észre, hogy a bokámnál lábszárfekély alakult ki. Szerencsére nálam volt a csodálatos ARTRIN,

amivel rendszeresen kenegettem a fájó lábaimat, a nyílt sebbe pedig AUDIRON-t csepegtettem – szintén sokszor és gyakran, mert rettenetesen féltém a fertőzéstől.

Húsz napos ARTRIN és AUDIRON használat után a gyulladásnak már nyoma sincs, és a seb is bezáródott. Ma a változatosság kedvéért CELITIN-t és KOROLEN-t vásároltam, hogy az utókezelés minél hatékonyabb legyen. A barátom, akivel együtt utaztam, mindig félelemmel telve nézte a lábam, és állandóan azt hajtogatta, hogy menjek orvoshoz. Én azonban tudtam, hogy az ENERGY-vel ezt a bajt is legyőzöm.

Köszönöm, ENERGY, hogy vagy!

Az Önök hűségese vásárlója:

Eva Cilichová
Prága



BEVEZETÉS A SZÁMMISZTIKÁBA (1.)

AZ EGYESEK HANGADÓK SZERETNEK LENNI

Most induló számmisztikai sorozatunk első részéből többek között kiderül, hogy az egyes szám legfőbb erénye a kreativitás és az alkotás. Ez minden cselekedetében megmutatkozik. Az egyes szám érvényesülési „tehetsége” hihetetlen akaraterejéből táplálkozik.

Számítsa ki Ön is, hogy a születésnapja alapján melyik számhoz tartozik, adja össze az adott naphoz tartozó számjegyeket. Egy példa: ha valaki 1975. 08. 27-én született, akkor ezeket a számokat leírva, $1+9+7+5+0+8+2+7 = 39$ -et kapunk, ami tovább bontva $3+9$, vagyis 12 , tehát $1+2 = 3$.

Az egyes számot joggal tarthatjuk valamenyny szám alapjának. Az egyes szám leginkább a hónap 1., 10., 19., 28. vagy 11. napján születettek életére van nagy hatással. Az egyesnek felettébb nagy szüksége van a függetlenségre és az eredetiségre. Mindig képes önmaga lenni. Legszívesebben a maga dolgaival törődik, a maga feje után megy, nem szeret semmit senkinek bevallani, és utál magyarázkodni. Az egyesnek gyors, világos és alkotó jellegű a gondolkodásmódja, és ennek köszönhetően mindig vezető szerepre törekszik. Minden helyzetet csak a saját szemzőgéből lát, és rendszerint a saját látásmódja szerint oldja meg a problémákat.

MINDIG BÍZIK ÖNMAGÁBAN

Az egyes mindig bízik önmagában, saját erejében, ugyanakkor rendkívül érzékeny szám is. Mindig kész meghallgatni barátait, és igyek-

szik minden erejéből segítséget nyújtani nekik. Vezetői képességei arra jogosítják fel, hogy irányítsa a többieket, hogy megtanítsa másokat, miként érhetik el saját függetlenségüket. Kiváló szervezőképessége van, tehetséges vállalkozó, és a pénz nagyon könnyen megtalálja a hozzá vezető utat. Az egyes szám mindenben a tökéletességre törekszik, képes akár a végletekig is önkritikus lenni, de a mások bírálatát nem tűri. Környezetétől megköveteli a tiszteletet, és készen áll mindent és mindenkit irányítani maga körül.

Az egyes szám legfőbb erénye a *kreativitás* és az *alkotás*. Ez minden cselekedetében megmutatkozik (és távolról sem csak a művészeti ágakról van szó). Kreativitását bármilyen munkaterületen ki tudja bontakoztatni. Gondolatait másoktól függetlenül, mások segítségével nélkül képes megvalósítani. Azt mondhatjuk, hogy ha az egyes szorult helyzetbe kerül, nem kér segítséget, hanem minden erejét mozgósítva, megtalálja a módját, hogyan jusson ki győztesen belőle. Az egyes szám érvényesülési „tehetsége” hihetetlen akaraterejéből táplálkozik.

ERŐS PÉLDAKÉPEKRE VÁGYIK

Az egyes már gyermekkorában képes „magáévá tenni” tulajdonságait. Egészen fiatalon teljesen tisztában van az „én”, valamint az „én akarom” jelentésével, fogalmával. Az egyes szám már gyermekként próbál mindenért felelősséget vállalni, és igyekszik olyannak megnyilvánulni, amilyen valójában – anélkül, hogy mások ezért kinevetnék. Ha megkérdezzük a „kis egyest”, hogy mi szeretne lenni, ha majd nagy lesz, egészen biztosan olyasféle választ kapunk, hogy filmszínész, köztársasági elnök, óceánjáró kapitánya stb. Az egyesnek erős, jó példaképekre van szüksége. Rendszerint felettébb szigorúak a szülei, és ha az egyest valamivel megtörik, egész életében viselheti a nyomát. Az a „kis egyes”, akinek szüntelenül akadályokat kell leküzdenie, agresszívvá és megközelíthetlenné, sőt olykor erőszakossá válhat. A „kis egyes” a számok legdacosabbika, ám hihetetlenül nagy

szüksége van gyengédségre, szeretetre és rokonszenvre. Csak ezek megnyilvánulása esetén hajlandó elfogadni az utasításokat.

Ha a dolgok vagy az események nem úgy alakulnak, ahogyan elképzelte, összezavarodik, kétségbeesik, esetleg alulértékeli önmagát. Büszkesége azonban megakadályozza abban, hogy másoktól kérjen segítséget. Problémáit néha olyan tökéletesen elrejtja még maga elől is, hogy környezete sokszor nem is sejtí, milyen komoly gondokkal küszködik. Tulajdonságait tekintve a büszkesége a leggyengébb láncszem. Ha a büszkeségét valaki megsérti, az egyes kellemtelen és arrogáns személyiséggé változik.

NEGATÍV EGYES: URALOMVÁGY, FÉLTÉKENYSÉG

Ha az egyeseken úrrá lesznek a negatívumok, önző és egocentrikus lesz, csak elvesz, de nem ad semmit. A negatív egyest könnyen felismerjük az uralomvágya és a féltékenysége alapján, amely egyébként az önbizalom hiányából fakad.

Az egyes alkotóenergiájának mozgására és önkifejezésre van szüksége. Ha ezt bármilyen oknál fogva nem kapja meg, erősen destruktívává válik. Az alkotóenergia valójában szexuális energia, és ha ezt elnyomják vagy blokkolják, könnyedén megjelenhet a függőségre vagy betegségekre való hajlam. A betegségek rendszerint az alhasi területeket, valamint a hát alsó részét és a szaporító szerveket támadják meg, ám a leblokkolt alkotóenergia gondot okozhat a kiválasztás folyamatában is, fizikai és energetikai székrekedést, eltömődést idézve elő. Az egyes befolyásolhatja továbbá a nyaki csakrát, hathat a garatra, a légzőszervekre, a nyaki csigolyákra, előidézhethet torokfájást vagy fejfájást. Az egészségi problémák forrása rendszerint a keményfejűség és az eltántoríthatatlanság, amelyek kéz a kézben járnak a kommunikációs problémákkal. A negatív energiák felszabadításában az egyesnek nagy segítségére lehet a mozgás, a torna, a tánc.

Az egyes uralkodója a Nap. A Nap, amely egyrészt életet ad, melegít, simogatja a lelket, másrészt viszont képes könyörtelenül mindent elégetni maga körül. Röviden összefoglalva: pontosan ugyanilyen az egyes szám is.

Karla Větrříšková
(Folytatjuk)



VITAE KLUBMAGAZIN

Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik évente 9-szer
Felelős szerkesztő: Kürti Gábor, kurti.gabor@energy.sk
Kiadja: Hungary Energy Kft., 1149 Budapest, Róma u. 47/A.
hungary.energy@energy.sk, www.energyklub.hu

Felelős kiadó: Marosi Zoltán ügyvezető igazgató
Nyomdai előkészítés és kivitelezés:
Fingerprint Reklámügynökség, www.fingerprint.hu



A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.

ÖKÖRFARKKÓRÓ

A BAJUSZOS BOSZORKÁNY FÉNYE

Az ökörfarkkóró, latin nevén *Verbascum thapsiforme* a görvélyfűfélék családjába tartozó két-éves növény, amely szereti a napsütötte, köves lejtőket, ahol, ha jól érzi magát, akár 2 méteres magasságba is megnőhet. Első évben alakul ki a levélrózsája, és csak a második évben virágzik. Érdekes, hogy ennek a gyógynövénynek a magjai rendkívül mérgezők.



Az ökörfarkkóró eredetileg Európában és Ázsiában (Kína nyugati területein is) honos növény, ám ma már Észak-Amerikában is megtalálható. A növény külseje felettébb jellegzetes, fürtös virágzata világossárga színű, és édesen illatozik. Ez a monumentális növény júniustól szeptemberig virágzik, és ebben az időszakban érdemes gyűjteni – nemcsak a virágát, hanem nemeszerű leveleit is, amelyeket szárítunk, olajban áztatjuk vagy kenőcsökhöz keverjük őket. A növény virágait teljes napsütésben kell leszedni, és gyorsan, még ugyanazon a napon kiszáritani, különben a virágok bebarnulnak, és veszítenek gyógyhatásukból.

Az ökörfarkkórót nem igazán lehet rászoktatni a kerti életre, mert tápanyagban szegény, nagyon könnyű, meszes talajra, emellett rengeteg napsütésre van szüksége. A kertekben való természetes megjelenése rendkívül ritka, és a hagyomány szerint egy ilyen ökörfarkkórós kert áldottnak számít. A növény családjának neve (*Verbascum*) a bajuszot jelölő görög szó csonka változata, ami arra a tényre utal, hogy az ökörfarkkóró levelei egész felületükön erősen szőrösek.

GYÓGNÖVÉNY ÉS FÉNYHORDOZÓ

Az ökörfarkkórót már az ókori rómaiak és görögök is jól ismerték, nemcsak gyógynövényként,

hanem fényhordozóként is alkalmazták. A fagygyúba vagy gyantába mártott, szárított ökörfarkkóró-szárakat gyertyaként használták a szabad ég alatt tartott temetkezési szertartásokon. A római légiók fátylakat készítettek belőle.

Az ókorban előszeretettel használták az ökörfarkkórót a konyhában, valamint a növény leveleibe csomagolták a gyümölcsöket (például a fügét), hogy így védjék őket a rothadástól. A növény virágaiból készített főzettel öblögették a szőke emberek haját, hogy ezzel is kiemeljék hajuk sárga színét.

A mágikus kelta szertartásokon az ökörfarkkórót füstölőként alkalmazták, mert úgy tartották, hogy a növényből származó füst belélegzésével megszerezhetik az ősök tudását. Ökörfarkkóró segítségével festették be a druidák szertartási öltözékét is.

A néphagyomány említést tesz a cipőbe helyezhető ökörfarkkóró-talpbetétről, amellyel a viseltes cipő kiválóan kipárnázható, valamint az ökörfarkkóró-tejről, amely hathatós segítséget nyújt hörgőproblémák esetén. Az ökörfarkkóró szárított, összemorzsolts leveleit gyakran hozzákeverték a dohányhoz. Ennek nem csupán anyagi okai voltak, egészségi szempontok ugyancsak közrejátszottak, az ökörfarkkóró ugyanis az asztmás tünetek és a köhögés csillapításának hatékony eszköze volt. Bár az ökörfarkkórót a középkorban a boszorkányok jellegzetes növényeként tartották számon, valószínűleg azért, mert a növény alakja sokban emlékeztet a sűrűre, különböző kolostorokban is termesztették, mert úgy hitték, hogy a növény megvédi őket az ördögtől.

Indiában ezzel szemben a biztonság növényeként tisztelik az ökörfarkkórót, ezért sok házban akasztják az ajtó vagy az ablak fölé, hogy megvédje a bent lakókat a gonosz szellemektől, vagy beteszik a párnájuk alá, hogy vele üzzék el a rossz álmokat.

JÓTÉKONY HATÁS A LÉGUTAKRA

Az ökörfarkkóró hatóanyagai, amelyek között megtaláljuk a glikozidokat, flavonoidokat, szaponinokat, nyálka- és cserzőanyagokat, tonizálják a légzőszerveket, jótékonyan hatnak légúti gyulladásokban, és elősegítik a lerakódott nyák felkötését. Az ökörfarkkóróból készített főzet belsőleg kiválóan alkalmazható hörghurut, tüdőgyulladás, mellhártyagyulladás és erős köhögés, valamint allergiás szénanátha esetén. A nyálkaanyagok és a szaponinok egyfajta védőburkot képeznek a felső légutak nyálkahártyáin, védve őket a sérülésektől és a kiszáradástól. A glikozidok segítenek fellazítani a lerakódott nyákot,

ezzel megkönnyítik annak felkötődését, illetve csillapítják az erős köhögést.

Az ökörfarkkóróban megtalálható az egyik leghatékonyabb bioflavonoid, a heszperidin, amelynek erős gyulladáscsökkentő hatása van. Emellett görcsoldóként és vizelethajtóként is számon tartják. Hörghurut és más légúti megbetegedések esetén érdemes az ökörfarkkóró használatát egyéb gyógynövények – pl. bazsalikom, édesgyökér, hársfa, bodza, mályva vagy kakukkfű – alkalmazásával kombinálni.

BŐRGYULLADÁSRA, SZEMÖLCSRE IS HASZNOS

Az ökörfarkkóróból készített tea támogatja a máj- és a lépműködést, jótékonyan hat továbbá gyomor-, valamint bélgyulladásban. A növényből készített kenőcs pedig segítséget nyújt aranyér, égési sérülések, fagyási sérülések, fekélyek és reuma esetén. A növény virágaiból kilúgozással nyert olajos anyaggal kiválóan kezelhetők a bőrgyulladások, a szétmorzsolts friss levelek pedig eltüntetik a szemölcsöket. A jószágoknál az ökörfarkkóró állítólag minden betegséget meggyógyít...

Az ökörfarkkóró nagymamánk növénye, a hagyományok és a régi rituálék virága, rendkívül konzervatív, és megbízhatóan tartja pozícióját a gyógynövények világában. Ez a felettébb öntudatos növény óriási mennyiségű napsugárzást rejteget magában, ezért egészen logikus, hogy az ember életébe is képes fényt vinni. És ahol fény van, ott nincs helye semmiféle gonosz gondolatnak. Legközelebb, ha Ön megpillant egy ökörfarkkórót, hagyja magát fényel beragyogni, meggyógyítani, elvarázsolni, és engedje meg magának, hogy bepillantást nyerhessen személyiségének jobbik oldalába.

Tereza Viktorová

(Az ökörfarkkóró természetesen az ENERGY készítményeiben is megtalálható, benne van a VIRONAL-ban és a DROSERIN-ben – a szerk.)

