

vitae

2011/8

www.energyklub.hu

Lisztérzékenység: van segítség
Cseh és magyar tapasztalatok

Szabó Csilla és Kurucz Tamás
Tanácsadóink reflektorfényben

Száracsagyökér, ánizs
Gyógynövények közelről

A SÁRGA CSÁSZÁR ÜZENETE (4.)

A FÉM ELEM TITKAI

Nemrég jelent meg *A Sárga Császár belső könyvei* című kötet. Mint az alcím tudatja, „a hagyományos kínai orvoslás és természetfilozófia legrégebbi kézikönyvének teljes fordítása” jutott most el a magyar érdeklődőkhöz. Cikksorozatunkban idézzük a könyvnek az 5 elemre vonatkozó legfontosabb megállapításait. Köszönet érte a fordítónak, *Tokaji Zsolt*nak, valamint a *fapadoskonyv.hu* kiadónak. Előző lapszámainkban a fa, a tűz és a föld elemről olvashattak, most a fém elem következik.



A Sárga Császár ekként szólott:

– A hatvan esztendőből álló ciklus éves körforgása más és más hatással van a természetre és az emberekre, attól függően, hogy a harmónia, a többlet vagy éppen a hiány állapota az uralkodó. Ezek változatairól szeretnék többlet hallani.

Qi Bo (a császár háziorvosa – a szerk.) ekként válaszolt:

– A fém elem energiája uralta években, amikor a harmónia és az egyensúly a jellemző, az időjárás tiszta és száraz, amely termékeny hatással van a növényzetre. Ilyenkor a betegségek az emberi szervezetben elsősorban a mellkasba, az orrba és a bőrbe fészkelhetik be magukat.

A fém elem uralta és a többlet állapota jellemezte években késő ősssel gyakoriak a nagy

és tartós ködök. Az emberi szervezetet gyors lefolyású bőrsérülések és bőrfertőzések érhetik. Különösen a tüdő, a vastagbél, a máj, az epehólyag és a hozzájuk kapcsolódó csatornák vannak veszélynek kitéve. Jelentkezhet továbbá köhögés, légszomj, nehézlégzés és olthatatlan szomjúság. Ha az elsődleges uralkodó hatás a Shaoyang/tűz vagy a Shaoyin/hűség, akkor a fém elem energiája megfelelő ellenőrzés és irányítás alá kerül. Amennyiben pedig az elsődleges uralkodó hatás a Taiyang/víz, akkor a következő tél rendkívül hideg lesz, amelyet elsősorban a vesék és a csontok szenvednek meg.

A fém elem uralta, de a hiány állapota jellemezte években a tűz elem energiája rendkívüli mértékben érvényesül, amely akár késő őszi is elhúzódó szokatlanul erős hőséget, kánikulát eredményez. A szabályostól eltérő állapot az embereknel ingerlékenységet, türelmetlenséget, torokgyulladást, önkívületet, szívkihagyást, köhögést, fulladást, tüszőgést és orrvérzést eredményezhet. Ha az elsődleges uralkodó hatás a Yangming/fém, akkor a hiány állapota kiegyenlítődik, s harmonikus állapotú évre lehet számítani. Ha az adott év elsődleges uralkodó hatása a Shaoyang/tűz vagy a Shaoyin/hűség, akkor a tűz elem energiája felébe kerekedik a fém elemének, ami pedig különösen a nyugati területeken a tűzhez és hőséghez kapcsolódó jelenségekhez vezet. Ilyen esetekben előfordulhatnak hirtelen lehűlések, amelyek hideg ködökkel, jégviharakkal érkeznek, de a tél is a megszokottnál korábban köszönt be.

A (Sárga) Császár azt kérdezte:

– Hogyan lehetséges, hogy a bizonyos elemek uralta éveknek megfelelő emberi szervezetben ugyancsak végbemennek a természetben lezajló változások?

Qi Bo ekként válaszolt:

– Ez azért lehetséges, mert az emberi test belső világa (ti. mikrokozmosza) minden esetben visszatükrözi a külső világban (ti. a makrokozmoszban) végbemenő változásokat. Amikor az uralkodó éghajlati hatás túlárad az adott szervben, akkor az emberi szervek ennek megfelelően fognak változásokat mutatni...

...Azon években, amikor a Yangming/szárazság elsődleges uralkodó hatása érvényesül, a másodlagos hatásért pedig a Jueyin/szél a felelős, akkor az év első felére pusztító aszály a jellemző, míg az emberek bordafájdalomtól, kivörösödött szemtől, szédüléstől, reszketéstől, izomgörcsöktől szenvednek, továbbá képtelenek hosszabb ideig egy helyben állni. Az év második felére szokatlan forróság jelentkezik, amely akadályozza az élőlények téli álomra vonulását, és



aminek következtében még télen sem fagynak be a vizek. Az emberek ezen időszak alatt gyakorta hőgutát kapnak, torokgyulladástól vagy maláriától szenvednek, valamint gyakori tünet a sötét színű vizeletürítés is.

A (Sárga) Császár azt kérdezte:

– Az így kibillent egyensúlyi állapotokat hogyan lehet orvosolni?

Qi Bo ekként válaszolt:

– Amikor a hiány állapotát szeretnénk orvosolni, akkor azon energiákat kell erősíteni, amelyek hiányt szenvednek. Ezt olyan gyógynövényekkel érhetjük el, amelyek jellege megfelel a hiányzó elem energiájának. Ennek ellenkezője esetén, nevezetesen, amikor a többlet állapotán szeretnénk segíteni, olyan gyógynövényeket kell használnunk a páciens kezelése során, amelyek tulajdonságaiknak köszönhetően képesek megfékezni a többlet állapotát előidéző elem energiáját. Például a fa elem energiájának hiányát savanyú, melegítő hatású és zöld gyógynövényekkel javallott kezelni. Lázzal járó betegségek esetén itassunk a pácienssel hűtő hatású gyógynövényfőzetet, amelyet még melegen kell elfogyasztania. A kihűléssel járó betegségek esetén pedig ennek ellenkezőjét kell cselekednünk, nevezetesen hevítő hatású gyógynövényekből készítsünk főzetet, amelyet a páciens hidegen fogyasszon el.

A (Sárga) Császár azt kérdezte:

– Hogyan őrizhető meg a tökéletes egészség és jó közérzet?

Qi Bo így válaszolt:

– Az egészség és a jó közérzet csak mértéktartással, a szélsőségtől való tartózkodással, az energiák megőrzésével, a vér és a Qi áramlásának folyamatos biztosításával, az évszakokhoz és az éghajlati hatásokhoz történő hibátlan alkalmazkodással őrizhető meg.

A (Sárga) Császár háláját fejezte ki Qi Bónak, amiért az megosztotta vele bölcsességét.

(Folytatjuk)



AUGUSZTUSI TERMÉKAJÁNLATUNK

Akár éget a nap, akár nem, a hagyományos kínai orvoslás (hko) szempontjából az augusztus az ősz első hónapja. Mi ezt nem így érzékeljük, hiszen körülöttünk még mindig csodálatos színekben ragyog a táj, rengeteg a most beérni készülő gyümölcs, és számtalan a napbarnított arc. Egyszerűen olyan a világ, amilyennek lennie kell.

És most jött el az ideális ideje annak, hogy elővegyük a RENOL-t. Mindenkinek szüksége van arra, hogy feltöltse alap energiakészletét, és ezt a RENOL-lal táplált csontok is bizonyára örömmel veszik. Ráadásul érvényre juttatjuk a hko egyik alapelvét: az Anya táplálja Gyermekeit. Az Anya – ebben az esetben a Fém, vagyis az ősz – átadja Gyermekeének, tehát a Víznek, esetünkben a RENOL-nak a szükséges energiát és információt, hogy segítsen a bajok orvoslásában.

A színes, meleg augusztus még egy fontos feltételt biztosít. A RENOL ugyanis – ha nem megfelelően alkalmazzák – az arra hajlamos embereknel elmélyítheti a depressziót, ezért szedését a szürke, hideg, téli hónapokban érdemes alaposan megfontolni. A nyári időszak viszont barátságos hangulatban tart minket, így az esetleges mellékhatástól nem kell tartanunk.

Ebben a hónapban érdemes az IMUNOSAN-t is elővennünk. Az ősz ugyanis a válogatás és a védelem időszaka. Az IMUNOSAN segít nekünk ebben, és a megelőző célú használat biztosan kellemesebb lesz, mint egy esetleges későbbi vírusfertőzés.

Augusztusban már előfordulhat, hogy úgy érezzük, kevés a levegőnk. Olykor már nagyon is elegünk van a sok sportból, kertészkedésből, a ház körüli teendőkből, és néha bizony teljesen elfáradunk. Ezekben a pillanatokban nem szabad megfedkezniük a zöld élelmiszerekről. A barátom állítja, hogy a BARLEY-től még a haldokló is erőre kap. Ha pedig nem vágyunk azonnali hatásra, inkább a lassúbb, ugyanakkor hosszabb időn át tartó támogatást választjuk, akkor szinte tálcán kínálja magát a SPIRULINA BARLEY.

A nyár az év azon időszak, amikor jól akarjuk magunkat érezni, szórakozni vágyunk, és persze az előnyös külső sem utolsó szempont. Mindebben nagy segítségünkre lehetnek a fogkrémek: a BALSAMIO, a SILIX és a DIAMANT.

(Jo)



MEGSZABADÍTOTT A FÁJDALOMTÓL A RENOL MÁR MAJDNEM JÖTT A KÉS...

Természetgyógyász barátunk tanácsainak és az ENERGY-nek köszönhetően rövid idő alatt sikerült megszabadulnom az évek óta visszatérően kínzó lábcsonthérfájdalmaimtól, amelyek az utóbbi időszakban már az erős, gyógyszergyári fájdalomcsillapítóktól sem enyhültek. Időről időre, roham-szerűen visszatérő fájdalomról van szó, ami az orvoslással foglalkozók szerint igen nagy valószínűséggel pszeudo-köszvény, ám az okára nem jöttek rá, viszont nagyon megkeseríti a páciens életét.

A www.natursziget.com portálon már olvastam az ENERGY alapkészítményei között a RENOL cseppekről, ám nem is sejtettem, hogy a lábcsontokban és a bőrfelszínen kialakuló fájdalmak esetén is hasznos lehet. Csak akkor kezdtem el szedni, amikor a barátunk jó szívvel ajánlotta. Természetesen szigorúan megtartottam a fokozatos adagolás törvényét, és kezdetben ARTRIN krémmel is kiegészítettem a kezelést. Fájdalmaim alig néhány óra múlva „látványosan” csökkentek, végre lábra tudtam állni, és sikerült aludnom is.

NORMÁLIS HÚGYSAVSZINT

Természetesen első dolgom volt, hogy a nagy reklámmal népszerűsített gyári preparátumoktól megszabadultam, mert rájöttem: a gyógynövény-készítmények sokkalta hatásosabbak, és meggyőződésem, hogy semmilyen mellékhatás sincs. (Ha kényszerűségből mégis gyári készítményre fanyalodom, elborzadva szoktam olvasni és tudomásul venni, hogy akár X, akár Y „molekulát” kell bevennem, az – a kísérőszöveg szerint – valójában nem használ, hanem árt, mert egyike-másika tartós máj- vagy vesekárosodást, akár hirtelen szívhalált is okozhat...)

A RENOL-sztori folytatása: 2 hónap alatt 2 vér- és vizeletvizsgálatot végeztetett a családi orvosunk. Az első laboreredmény különösen magas húgysavértéket jelzett; időközben kezd-

tem el (az ímént említett kényszerűségből) a RENOL-kúrát. A következő laborvizsgálat már abszolút normál húgysavértéket mutatott. A biztonság kedvéért egy hónappal később kiegészítettem egy harmadik laborelemzést, és az érték ugyanaz lett, tehát normális.

Egy másik esetben is „csodaszernek” bizonyultak a RENOL-cseppek. Hirtelen egyre erősödő fájdalmaim keletkeztek az ágyékom jobb oldalán, a hasfalam és a combom között. Azonnal orvoshoz siettem, mert vakbélre gyanakodtam. Reggeltől késő estig tartott a kórházi vizsgálat-sorozat (nőgyógyászat, sebészet, ultrahang, labor stb.), de az orvosok semminemű okát nem találták a különösen erős fájdalomnak. Javasolták, hogy sebészeti eljárással felnyitják a „gyanús területet”, megtekintendő, mi okozhatja a fájdalmat. Erre nem voltam „vevő”. Utólag kiderült, helyesen cselekedtem...

KÖSZVÉNYRE IS BEVÁLT

Ismét elkezdtem a RENOL-kúrát. Ugyanolyan hasznos volt, mint az első esetben, a köszvény jellegű fájdalmak esetén. Saját tapasztalatomra alapozva: mindazoknak, akiknek köszvény jellegű panaszai, erős fájdalmaik vannak, jó szívvel ajánlhatom az ENERGY készítményei közül a RENOL koncentrátumot, illetve az ARTRIN krémet.

O. Valéria
Budapest

GYÓGYTEÁK: MIRE ÜGYELJÜNK?

A Vitae szerkesztősége megkérte Németh Imréné Éva fitoterapeuta természetgyógyászt, ENERGY tanácsadót, hogy pontosítsa és egészítse ki a macskakarom, lapacho és kötőréfű teákról korábban a Vitae hasábjain megjelent információkat. Alább közreadjuk és a felhasználók figyelmébe ajánljuk a következőket.

A macskakarom kapcsán érdemes tudni, hogy ezt a növényt érzékeny gyomrúak csak óvatosan használhatják.

A lapacho gyógyhatásai közül az immunstimuláns hatást is érdemes kihasználni. Immunszuppresszáns vagy immunerősítő gyógyszerek szedése esetén azonban feltétlenül kérje ki kezelőorvosa véleményét. Fogyasztásakor – alkaloid tartalma miatt – ügyeljünk arra, hogy 4, legfeljebb 6 hét után tartsunk egy hónap szünetet.

A kötőréfű alkalmazásakor különösen fontos a megfelelő mennyiségű folyadék bevétele. Ha vesekő vagy epekő eltávolítására szeretnénk használni, járjunk el óvatosan, körültekintően!

A TARTALOMBÓL

Germán gyógytudomány, 2. rész	4-5
Tanácsadói válaszok	6
Pikkelysömör, terméktapasztalat	6
Klubok, további tanácsadók	7-10
Szárcsagyökér, részletesen	11
A Gynex mindig segít	11
Portré: Szabó Csilla, Kurucz Tamás	12-13
Lisztérzékenység és a „zöldek”	14-15
A Korolen – új oldalról	15
Gyógynövény-sorozat: ánizs	16

KULCSOK AZ EGÉSZ-SÉGHEZ (2.)

A GNM AZ ÖNGYÓGYÍTÁS FOLYAMATÁT TÁMOGATJA

A cikk első részében bemutatam a germán gyógytudomány (GNM) öt természet törvényét. E törvények pontos leírását adják azon betegségeknek, amelyek nem sérülés, mérgezés vagy hiányállapot következtében alakultak ki. A GNM-ben a betegségeket **értelmes biológiai különprogramoknak** hívjuk, mivel bizonyítható, hogy azok nem a szervezet összezavarodott, elromlott működéséből fakadnak, hanem mindig egy **értelmes program részei, amelynek segítségével valójában alkalmazkodunk a megváltozott körülményekhez.**



Ez azt jelenti, hogy amikor „betegség” tüneteket észlelünk magunkon, tudatosítjuk: szervezetünk nem elromlott valamely rejtélyes okból kifolyólag, hanem biológiai programját követve hatékonyan alkalmazkodik, vagyis tudatunk és pozitív gondolataink segítségével támogathatjuk testi folyamatainkat. Régi tapasztalat és sok kísérlet is bizonyítja, hogy egy beteg sokkal nagyobb eséllyel és gyorsabban gyógyul meg, ha képes hinni a gyógyulásban, az alkalmazott gyógymódban és a saját öngyógyító képességében.

A TERMÉSZETTEL ÖSSZHANGBAN

De nem a vakhit segít – fontos, hogy az, amiben hiszünk, biztos alapokon álljon. A GNM által elénk tárt tudományos törvényszerűségeket azt a bizalmat erősíthetik meg bennünk – még a leg-racionálisabban gondolkodókban is –, hogy szervezetünk, ahogy évmilliók óta minden élőlény szervezete, a természettel összhangban csak a dolgát teszi, amikor tüneteket produkál. Az is érthetővé válik a GNM-ből, hogy miután egy váratlan lelki konfliktushoz sikeresen alkalmazkodtunk egy kétfázisú különprogram segítségével, végül ugyanezen program részeként helyre is állítjuk mindazt, ami közben „elállítódott” bennünk. Ez az egész folyamat, az alkalmazkodástól a helyreállításig, nem más, mint a szervezet ön-

gyógyító képességének modern, tudományos leírása. Hasonló fejeződik ki a modern orvoslás „immunrendszer” fogalmában is.

AZ ÖNGYÓGYÍTÓ KÉPESSÉG ERŐSÍTÉSE

A lényeg az, hogy ezeket a természetből származó törvényeket felismerve arra jövünk rá: valójában a szervezetünk önmagát gyógyítja. Ehhez az esetek többségében nincs másra szükség, mint a megfelelő, optimális körülmények biztosítására. Ismerjük a régi mondást, miszerint a nátha gyógyszerrel egy hét, a nélkül 7 nap alatt gyógyul. Ez is arra utal, hogy elődeink nagyon is tudatában voltak öngyógyító képességüknek! Ha már van nekünk ilyen, akkor vétek azt nem kihasználni.

Persze az öngyógyító képességet lehet és célszerű is erősíteni különböző, lehetőleg természetes eszközökkel, amelyek harmóniában vannak emberi természetünkkel. Én évek óta használom erre a célra az ENERGY készítményeit is, az akupunktúra mellett. Azért is segítenek olyan hatékonyan, mert segítségükkel az optimális körülményeket úgy tudom megteremteni, hogy a páciens specifikus gyengeségét céltartan erősítem.

Gyakorló orvosként, terapeutaként azt tapasztalom, hogy meglepően gyorsan meggyógyulnak azok a páciensek, akik megértve, mi történik bennük, sokkal jobban hajlanak arra, hogy megtámogassák testüket, ezzel segítsék a gyógyulás folyamatát. A két fázis ismerete azért

is fontos, mert amikor betegek vagyunk, az már a megoldás utáni, vagyis a második fázis, ahogy a GNM második természet törvénye kimondja. Tehát ha tüneteket észlelünk magunkon, az azt jelenti, hogy már megoldottuk a konfliktusunkat. Már túl vagyunk a nehezen.

Ettől kezdve csak arra van szükség, hogy hagyjuk a szervezetünket végigmenni a folyamaton a saját programja szerint, és ne nehezsítsük a dolgát. Ehhez azonban mind a gyógyítóknak, mind a betegeknek pontosan kell tudnia, mi történik, hol tartunk a konfliktus feloldásában, azaz a különprogram melyik fázisában vagyunk.

EGY MELLRÁKOS NŐ ESETE

A következő esetpélda a fentiek megvilágítására szolgál. Egy fiatal nő sürgős időpontot kért, miután rutin szűrővizsgálaton mellrákot diagnosztizáltak nála. A hölgy rendkívül zaklatottan érkezett a rendelőmre. Érződött a beszédén és a viselkedésén is, hogy kibillent az egyensúlyából. Elmondta, hogy a közlés, ami egy jó szándékú, de ijednek tűnő doktornőtől származott, teljesen váratlanul érte. Az orvos lelkére kötötte, hogy azonnal menjen sebészhez, mert különösen rosszindulatú daganata van, amit azonnal műteni kell. Elmagyaráztam neki a GNM segítségével, hogy mi zajlik a szervezetében, közösen megkerestük a kiváltó konfliktust (DHS-t), és az is kiderült, hogy a mell daganata azért jelenhetett meg egyáltalán, mert a konfliktusát már feloldotta. A gyógyulási fázisra általában az jellemző, hogy gyulladás alakul ki, betegnek érezzük magunkat, és ilyenkor válnak tapinthatóvá a szöveti elváltozások is.

Miután páciensem megértette, mi történik benne, be tudta azonosítani azt a konfliktust, amely megelőzte a daganat kialakulását, azt is tudatosította, hogy a daganat teljesen érthető következményként jelentkezett. Egy óra leforgása alatt tökéletesen megnyugodott, helyzetét már nem érezte olyan reménytelennek, és ki tudtuk alakítani a megfelelő stratégiát arra, hogyan tudja a szervezetét leghatékonyabban megtámogatni az orvosi kezelése mellett.

Amikor valaki váratlanul szembesül azzal, hogy súlyos vagy esetleg gyógyíthatatlan betegsége van vagy lehet, azt hívjuk **diagnózis-sokknak**. A GNM szerint egy ilyen diagnózis-sokk tökéletesen kimeríti a DHS kritériumait, azaz **váratlan, nagy erejű és készületlenül ér, ráadásul egyedül vagyunk a problémánkkal, úgy érezzük, senki nem tud segíteni**. Egy ilyen DHS mindenképpen elindít egy újabb különprogramot, azaz az eredeti mellett most már egy másik betegségprogram is elindul bennünk. A germán gyógytudomány szerint **ez az oka a másodlagos daganatoknak, vagyis az áttéteknek**. Ezzel majd később foglalkozunk részletesen.



A KONFLIKTUS FAJTÁJA HATÁROZZA MEG AZ ÉRTELMES BIOLÓGIAI KÜLÖNPROGRAMOT

A fenti példa persze ideális helyzet volt abból a szempontból, hogy a GNM segítségével a betegnek rendkívül gyorsan sikerült megértenie a benne zajló történéseket, ami azért is volt fontos, mert így azonnal fel tudtuk oldani a diagnózis-sokkot.

KONFLIKTUSFAJTÁK A GNM-BEN

Milyen konfliktusfajták vezetnek betegséghez? Ez kulcskérdés a GNM-ben. Tulajdonképpen szinte bármilyen konfliktus lehet DHS, ha váratlanul ér, nagy erejű és elszigetelten éljük meg, tehát úgy érezzük, hogy egyedül vagyunk, nincs segítség. Erre tipikus példa a váratlanul kiderült, „gyógyíthatatlan” betegség, hiszen abban a legjobb orvos sem tud segíteni. De az is elszigetelődés, ha pl. valakit megcsalta a házastársa, és azért marad egyedül ezzel a problémával, mert szégyell erről bárkivel is beszélni.

Amikor a GNM-ben DHS-ről, lelki konfliktusról beszélünk, akkor mindig egy meghatározott érzelmi tartalomra gondolunk, amit az illető az adott pillanatban megélt. Tehát nem az a fontos, mi történt, hanem az, hogy azt miként élte meg, mit érzett pontosan.

Egy munkahelyi elbocsátást több ember igen sokféle módon, különféleképpen élhet meg. Lesz, aki egzisztenciális konfliktusként éli meg, azaz úgy érzi, a megélhetése került veszélybe, másvalaki attól, hogy munkanélküli lett, értéktelebnek érzi magát, vagyis önleértékelési konfliktusa lesz. Egy harmadik emberben a felmondás harag konfliktust vált ki a főnöke ellen, a negyediknek pedig, aki már számított rá vagy amúgy is változtatni akart, egyáltalán nem is okoz konfliktust. Tehát négy ember négyféleképpen élte meg ugyanazt az eseményt, csak háromnak okozott DHS-t, és nekik is különféléket.

AZ ÁTÉLT ÉRZELMI TARTALOM

Ahhoz, hogy kiderítsük, kiben milyen különprogramot fog elindítani az elbocsátás, pontosan meg kell találni az általuk átélt érzelmi tartalmat. A GNM fontos üzenete, hogy az átélt konfliktus érzelmi tartalma meghatározza, melyik agyi területbe „csapódik be”, és ennek megfelelően milyen szervi-szöveti területen fog megjelenni a betegség. Ez a három szint – az érzélem, az agyi és a szervi-szöveti terület – mindig szorosan összetartozik. Szöveteink az embrionális fejlődés során csíralemezek szerint rendeződtek. A csíralemezeket az agyunk meghatározott területei irányítják, és egy-egy csíralemezhez egyfajta konfliktuscsoport tartozik.

FALAT-KONFLIKTUSOK

Az ábra mutatja a három csíralemez jellemzőit és a hozzájuk tartozó konfliktusfajtákat. A legősibb, belső csíralemezhez tartoznak az úgynevezett falat-konfliktusok, ezek a táplálkozással, megélhetéssel kapcsolatosak. Állatoknál a falat a konkrét falatot jelenti, azt, hogy pl. el tudta-e kapni a zsákmányt, az ember viszont konkrét

és átvitt értelemben is átélhet falat-konfliktust. Szavaink szépen kifejezik ezt, pl. „ezt már nem bírom lenyelni”, vagy „elszívta előle a levegőt is”, vagy „megfeküdte a gyomrát”.

A „falat” az egyes szerveknél mást és mást jelenthet, a gyomornál az ételt vagy amit meg kell emésztünk, a tüdőnél a levegőt vagy akár a teret, a helyet, ahol élünk, a fölnel a hangot és a hallott információt is, a szemnél a fényt vagy a látott képet. Ha egy gyerek váratlanul meghallja a szülei veszekedését, kiabálását, akkor ez lehet számára egy olyan mocskos falat, amit ki akar választani, és kaphat ettől vakbélgyulladást is. De ha a veszekedés látványa okozott neki DHS-t, akkor a szeme fog megbetegedni majd, miután feloldódott a konfliktusa, azaz látja a szüleit kibékülni.

TÁMADÁS, ÖNLEÉRTÉKELÉS, ELVÁLASZTÁS

A középső csíralemezhez tartozó konfliktusfajták a támadás-konfliktusok és az önleértékelési,

hátráltatottsági konfliktusok. „Valami támadja a hasamat, pl. egy hasi műtét, amitől nagyon félek”, vagy „bemocsokolták a jó híremet”, illetve minden olyan helyzet, amiben váratlanul leértékelnek: vagy más, vagy én saját magamat, vagy pedig amikor hátráltatva érzem magam.

A külső csíralemezhez elsősorban az elválasztási konfliktusok tartoznak: amikor valakitől el lettem választva, pedig nem akartam, vagy fordítva, amikor én akarok elválasztódn, de nem lehet – valamint a nemi, illetve birtoklási konfliktusok, továbbá néhány speciális félelmi konfliktus.

Az ábrán láthatóak a konfliktus aktív (KA) és a megoldást követő (MK) fázis történései, valamint a helyreállító folyamatokat támogató, csíralemez specifikus mikrobák is.

A folytatásban néhány gyakori betegséget nézünk meg részletesen, további példák segítségével.

Dr. Hegedűs Ágnes
Pránaház Gyógyközpont, Miskolc

(Folytatjuk)



VÁLASZOL: AZ ORVOS ÉS A TERMÉSZETGYÓGYÁSZOK

TANÁCSADÁS A NETEN

Ebben a rovatunkban az internetes tanácsadás kérdéseiből és válaszaiból tallózunk, némi szerkesztéssel és rövidítéssel. A *dr. Szabó Ida* cse-
csemő- és gyermekgyógyász szakorvostól és a két természetgyógyásztól, *Kotriczné Szilágyi Judit* kineziológustól és *Ráczné Simon Zsuzsanna*
fitoterapeutától származó válaszokat dőlt betűkkel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, kérdezhet a www.energyklub.hu honlapon.

**DR. SZABÓ IDA**

Érdeklődnék, hogy Candidára szedhetek-e és milyen mennyiségben CYTOSAN INOVUM-ot,

ha én nem szedek véralvadásgátlót, csak örököltem anyai ágon, és hajlamom van a trombózis kialakulására? A CYTOSAN és a DRAGS IMUN hífgítja vagy sűríti a vért?

A CYTOSAN és a CYTOSAN INOVUM a vér tapadóképeségét (viszkózitását) csökkenti, így a mikrokeringésre jó hatású. Ha nem szed véralvadásgátlót, nyugodtan használhatja ezeket táplálékkiegészítőként. DRAGS IMUN is szedhető, nem befolyásolja a véralvadást. Ha ilyen családi „öröksége” van, érdemes lenne belgyógyással konzultálni!

**KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT**

Jelenleg RENOL-t és STIMARAL-t szedek. Azt szeretném megkérdezni,

hogyan ezek a készítmények homeopátiás szer-
nek minősülnek-e, vagyis szabad-e használni
a szedésük alatt mentolos fogkrémet, illetve
mentolos krémet. A másik kérdésem az,
hogyan a bevételük előtt vagy után fél órával
muszáj-e enni.

A készítmények nem minősülnek homeopátiás
szernek. A mentolos dolgokat mégsem szoktuk
szedés közben használni. Egyáltalán nem kell
enni előtte vagy utána. Annyi a szabály, hogy
ne evés közben vegyük be, hanem 15-20 perccel
előtte vagy utána, vagy két étkezés között. A kap-
szulákat közvetlenül evés után szoktuk bevenni.

**RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA**

Már több alkalommal kap-
tam Öntől segítséget, na-
gyon köszönöm. Vérképzés,
vérsűrűség (VIRONAL, KOROLEN). Három
év óta először jók az eredmények. Később
bőrviszketés enyhítésére Ön a CYTOSAN-t
és a REGALEN-t javasolta, ezt is eredmé-
ny-

nyel. (Bár a REGALEN-t egy hete kezdtem
szedni.) Korábban FLAVOCEL-t és BARLEY-t
is szedtem. Nem tudom, nem sok-e így ez
együtt? Nem okozhat-e hasmenést vagy
gyakoribb székletet? Korábban is voltak
ilyen panaszaim. Tudna-e javasolni vala-
milyen terméket erre a panaszra és milyen
adagolásban?

Nagyon nagy dolog a jó véreredmény! (Még
az orvos sem bízott az állapot javulásában.)
A FLAVOCEL és a BARLEY is lazíthatja a
székletet és fokozhatja a székürítést, különö-
sen emelt dózisban. A CYTOSAN kapszula
rendezheti a székletet, ha étkezés után veszi
be. Valószínűnek tartom azonban a fokozott
méreganyag-ürítést a tünet háttérében. A
Pentagram® cseppek közül egyszerre csak
kétféle szedését szoktam javasolni, kivétel
az akut állapot fellépése, amikor a páciens
a krónikus állapotára már szedi a megfelelő
cseppet. Ha enyhült a bőrviszketés, kérem
hagyja el a REGALEN-t, és nézzük meg,
mi változik.

KING KONG ÉS REGALEN

PIKKELYSÖMÖRRE JÓ KOMBINÁCIÓ

A véletlen úgy hozta, hogy néhány éve meglátogatott minket a hegyekben a barátnőm. Hívtuk
kirándulni, de nem akart jönni, mondván, hogy fáj a lába. Egy kis rábeszélés után levette a cipőjét.
A talpán nagyobb kiterjedésű, nedvedző pikkelysömör látszott.

Nem volt nálam semmilyen krém, amit a lába
megnyugtatóására javasolhattam volna. A fiam
azonban éppen akkor a Föld elemhez tartozó
KING KONG-ot szedte. Tudjuk, hogy a Földnek
nyugtatónia kell... Így hát KING KONG-ot cse-
pegtettem egy tisztasági betétre, majd a sebre
helyeztem. A barátnőm a biztonság kedvéért
néhány cseppet a nyelvére is csepentett a készí-
tményből. Azt javasoltam neki, hogy szerezzen
be REGALEN-t.

Másnap nagy örömmel hívott. A lába sokkal
jobb állapotban volt, és egy kicsit kivilágosodott
a kezén és a hajás fejbőrön levő góc is. Elkezdte
rendszeresen szedni a REGALEN-t és a KING
KONG-ot is. A REGALEN adagolását folyama-
tosan napi 3x7 csepre, míg a KING KONG-ét
naponta 3x3-5 csepre állítottuk be. Ezzel egy
időben KING KONG-gal „preparált” betétet
hordott a cipőjében, és folyamatosan kengette
vele a pikkelysömörös gócot. Pár hét után a
sebek begyógyultak, csupán alig látható foltok
maradtak utánuk.



Azóta a pikkelysömör többször is megjelent
a testén, de mindig sikerült időben elmulasz-
tani, mielőtt még nedvezni kezdett volna. A
barátnőm a KING KONG-ért nagyon hálás az
ENERGY-nek, olykor csak úgy, kedvtelésből is
szedi. A REGALEN-t amolyan „szükséges rossz-
nak” tartotta, ezért csak az én ráhatásomra
kezdi szedni – ám sajnos mindig csak az után,
hogy előjöttek a problémái. Mindazonáltal így
is igencsak megkönnyebbült...

A REGALEN és a KING KONG kombinációját
(belsőleg és külsőleg is) két másik pikkelysömö-
rös esetben is kipróbáltam, és soha nem okozott
csalódást. Mindkét páciensnél viszonylag kis
méretű góccokról volt szó, ezért a problémát
nem rendszeresen kezelték. Az elszíneződött
foltok azonban minden esetben megmaradtak
a gyógyult bőrön, és a betegség mindig vissza-
tért, ezért egyértelmű, hogy teljes gyógyulásról
nem beszélhetünk.

Súlyosabb pikkelysömör esetén egész biz-
tosan hosszú távú megoldásra lenne szükség,
aminek a beteg egészségi állapotának alapos
elemzéséből kellene kiindulnia. Ezzel együtt is
a bőrtünetek markáns javulása mindenképpen
óriási dolog az érintettek számára.

Eva Joachimová

ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

BUDAPEST 1

Klubvezető: Marosi László
Nyitva tartás: H-P: 8:00-17:00

Tevékenységek:
ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás,
Elérhetőség: Hungary Energy Kft.
1149 Budapest, XIV. Róna u. 47/A.
Telefon: 06 1/354 0910
Fax: 06 1/354 0911
E-mail: info@energyklub.hu
Web: www.energyklub.hu

BUDAPEST 2

Klubvezető: Kis Éva
Nyitva tartás: H-P: 10:00-17:00
Tevékenységi kör: Hajgyógyászat és oktatóközpont, a fejbőr és hajpanaszok külső és belső, testi és lelki okainak feltárása és kezelése komplex holisztikus módszerekkel, ENERGY termékek forgalmazása, bioinformációs fejbőrgyógyászati termékek gyártása és forgalmazása. Ingyenes vizsgálatok: személyre szabott számítógépes termék meghatározás az ENERGY készítményeiből. Földszegzés bemérése aurából.
Tanfolyamok: Holistic Pulsing masszáz, skalpdia-agnosztika, hajgyógyászat Kis Éva módszerével.
Cím: Nice Holisztikus Hajgyógyászat
1145 Budapest, XIV. Amerikai út 85
Telefon: +36 1/267 8725, +36 20/9640 830
E-mail: vikica01@t-online.hu
Web: www.nicehajgyogyaszat.hu

BUDAPEST 3

Klubvezető: Nagy Renáta
Nyitva tartás: H-Sz: 12:00-19:00,
K-Cs: 9:30-16:30, P: 9:30-15:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic készülékkel történő energetikai szintfelmérés, Enzimed terápia és masszázsprogram; hang-fény, illetve csakraterápia, hajvizsgálat; fejbőr és skalpdia-agnosztika, lézeres fejbőrkezelés, SPA méregtelenítő lábkezelés.
Cím: 1072 Budapest, Rákóczi út 44. III. em. (bejárat a gyógynövénybolt mellett), kapucsen-
gő: 20-as.
Telefon: +36 20/261 2243
E-mail: ozisz.bt@citromail.hu

BUDAPEST 4

Klubvezető: Czimeth István
Nyitva tartás: H-P: 10:00-18:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic készülékkel történő 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 kaputelefon.
Telefon: +36 20/504 1250
E-mail: energybuda@energyklub.hu

DEBRECEN

Klubvezető: Kovácsné Ambrus Imola
Nyitva tartás: K: 9:00-18:00, Sz-Cs: 9:00-12:00,
P: 12:00-18:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás
Cím: Debreceni Energy Klub, „Füredi kapu”, Böszörményi és Füredi út sarok (a Kossuth lak-tanya felőli oldal).
Telefon: +36 30/458 1757
E-mail: imolaEnergy@freemail.hu

GYŐR

Klubvezető: Kocsis Ilona tanácsadó, biofeedback és SVT terapeuta
Nyitva tartás: H-Sz-P: telefonos egyeztetés,
K: 9:00-18:00, Cs: 13:00-18:00

Tevékenységek: Energy termékek forgalmazása, használatukhoz személyes tanácsadás, SCIO bio-feedback program alkalmazása, mágnesterápia, infrasauna, spirituális választéradia, reflexológia, gyógy- és frissítő masszáz. Minden hónap első keddjén 17:30-tól klubnap az ENERGY Klubban. Aktualitások, terméktapasztalatok, egyéb érdekes információk.
Cím: 9022 Győr, Szent István út 12/3 fsz.4. (A Kereskedelmi és Iparkamara mellett)
Telefon: +36 96/335 650, +36 20/395 2688
E-mail: ilona.kocsis@t-online.hu

KALOCSA

Klubvezető: Hargitainé Mónika
Nyitva tartás: H-Cs: 14:00-18:00, P: 14:00-17:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, meditáció, bioresonanciás mérés, bioenergetikai kezelés, szaktanácsadás
Cím: 6300 Kalocsa, Málna u. 2
Telefon: +36 78/462 018, +36 30/326 5828
E-mail: hargitainemoni@freemail.hu

AUGUSZTUSI KLUBPROGRAMOK

BUDAPEST 1:

1149 Budapest, Róna u. 47/A. A programokról érdeklődjön *Marosi László* klubvezetőnél: 061/354 0910, 061/354 0911, info@energyklub.hu, www.energyklub.hu

BUDAPEST 4:

1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz. Augusztus 25-én, csütörtökön 14-18 óra között: nyílt nap, konzultáció *Czimeth István* természetgyógyász-szal, ENERGY szakoktatóval. Klubvezető: *Czimeth István*. További információ: *Koritz Edit*, 06-20-504-1250, energybuda@energyklub.hu

SZEGED:

Villornet, Hargitai u. 40. Minden hónap második szerdája, 18 óra: előadás és szaktanácsadás, tartja: *dr. Szabó Ida* csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvos, természetgyógyász. Tel.: 0662/480 260

SZEGED:

Nemes Takács u. 1. Minden hónap páros szerdáján, 17 órától tanácsadás. Tartja: *Mészáros Márta* természetgyógyász, reflexológus, gyógy-szertári analitikus, szakasszisztens, klubvezető. Tel.: 0662/322 316, +3 630/289 3208.

MISKOLC:

Zsolcai kapu 9-11., I. em. 116. Az ingyenes orvosi tanácsadás augusztusban szünetel. További információ: *Ficzere János* klubvezető, +36 30/856 3365, fjs8@citromail.hu

A Pránaházban ingyenes mozgásszervi állapotfelmérést és tanácsadást tart *Pepich Erika* gyógytornász a miskolci ENERGY Klub és a Pránaház közös szervezésében. Bejelentkezés: *Pepich Erika*, +36 30/318 2155. Bővebb információ: www.pranahaz.hu

KAZINCBARCIKA:

Minden szerdán 16-18 óra között klubnapok. További információ: *Ficzere János* klubvezető, +36 30/856 3365, fjs8@citromail.hu

GYŐR:

Szent István út 12/3. fsz. 4. (A Kereskedelmi és Iparkamara mellett.) Minden hónap első keddjén 17:30-tól klubnap: aktualitások, terméktapasztalatok. További info: *Kocsis Ilona* klubvezető, tanácsadó, biofeedback és SVT terapeuta. Tel.: 0696/335 650, +36 20/395 2688.

KESZTHELY:

Lovassy Sándor u. 13/A. Minden kedden 17:30-19 óra között ENERGY klubnap. További információ: *Gyenes Ibolya* klubvezető, +36 30/560 7785, +36 30/225 4917, ibi-bazsa@freemail.hu

ZALAEGERSZEG:

Ady E. u. 31., I. emeleti kis tárgyaló, minden hónap 2. keddjén 17 órától előadások, konzultáció a klubban. Érdeklődjön *Kozsa Anita* klubvezetőnél, +36 30/857 4545, kozsanita68@gmail.com

PÉCS:

József Attila u. 25. A hónap első csütörtökjén 17 órától klubnap. Érdeklődjön a részletekről *Molnár Judit* klubvezetőnél, +36 30/253 1050, energy.pecs@freemail.hu

KECSKEMÉT, NYÍREGYHÁZA, KALOCSA, SZOLNOK, SZENTES, SOPRON, SZOMBATHELY, VESZPRÉM:

Havonta rendszeresen klubnapok, aktualitások, előadás, szaktanácsadás, terméktapasztalatok cseréje. További info a klubvezetőknél és az előadóknál: *Karmazsinné Mária, Fitos Sándor, Hargitainé Mónika, Németh Istvánné Éva, Fábján Julianna, Szabó Csilla* és *Kurucz Tamás, Nánási Tiborné, Mezei Tünde*.

ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

KAZINCBARCIKA

Klubvezető: Ficzere János
Nyitva tartás: Sz: 16:00-18:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, biorezonanciás mérés, orvosi tanácsadás

Cím: 3700 Kazincbarcika, Barabás M. u. 56
Telefon: +36 30/856 3365
E-mail: fj58@citromail.hu

KECSKEMÉT

Klubvezető: Karmazsinné Marika és Karmazsin Sándor
Nyitva tartás: H: 12:00-14:00, K-P: 14:00-18:00

Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, akupresszúra, reflexológia, VOLL mérés

Cím: 6000 Kecskemét, Nagykőrösi u. 5., a Centrum áruház bejáratával szemben.
Telefon: +36 30/449 8078
E-mail: karmazsinmaria@freemail.hu

KESZTHELY

Klubvezető: Gyenese Ibolya
Nyitva tartás: H-P: 9:00-18:00

Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, masszáz, meditáció, lélekgyógyászat

Cím: 8360 Keszthely, Lovassy Sándor u. 13/A
Telefon: +36 30/560 7785, +36 30/225 4917
E-mail: ibi-bazsa@freemail.hu

MISKOLC

Klubvezető: Ficzere János
Nyitva tartás: H: 14:00-17:00, SZ: 10:00-14:00, CS: 14:00-17:00

Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, terméktesztelés

Cím: 3526 Miskolc, Zsolcai kapu 9-11. I.emelet
Telefon: +36 30/856 3365
E-mail: fj58@citromail.hu

NYÍREGYHÁZA

Klubvezető: Fitos Sándor
Nyitva tartás: H-P: 13:30-16:30
Klubnap és konzultáció: H-P: 13:30-16:30

Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás

Cím: 4400 Nyíregyháza, Május 1 tér
Telefon: +36 20/427 5869,
E-mail: thetan@freemail.hu

PÉCS

Klubvezető: Molnár Judit
Nyitva tartás: H: 14-17; K: 10-18; Sz: 12-17; Cs: 12-18. Egyéb időpontokban telefonmeghívással!

Tevékenységek: 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, lélekgyógyászat, belső utazás, fejfájások panaszmentesítése, baba-projekt.

Cím: 7623 Pécs, József Attila út 25.
Telefon: 06 72/242 745, +36 30/253 1050
E-mail: energy.pecs@freemail.hu

SOPRON

Klubvezető: Szabó Csilla, Kurucz Tamás
Nyitva tartás: H-P: 13:00-17:00, Sz: 9:00-13:00
Tevékenységek: Energy termékek árusítása, szaktanácsadás, internetes tanácsadás

Cím: Sopron, Stadion Üzletház I. emelet
FLORESCENCE
Telefon: +36 30/576 2152, +36 30/372 3429
E-mail: energy.klub.sopron@t-online.hu
Web: www-energyklubsopron.blog.hu/

SZEGED 1

Villornet Kft.
Nyitva tartás: H-P: 8:00-17:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás
Cím: 6725 Szeged, Hargitai u. 40.
Telefon: 06 62/480 260

SZEGED 2

Klubvezető: Mészáros Márta
Nyitva tartás: H-P: 13:00-17:30
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés, köpölyös cellulit és fogyasztó masszáz tekerccseléssel, infrasaunával, köpölyös hátgerinc masszáz, ránctalanító köpölykezelés, testmasszáz
Cím: 6722 Szeged, Nemes Takács u. 1.
Tel./fax: 06 62/322 316, +36 30/289 3208
E-mail: m-marta@invitel.hu

SZÉKESFEHÉRVÁR

Klubvezető: Ostorháziné Jánosi Ibolya
Nyitva tartás: H-CS: 13:00-17:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, Supertronic mérés
Cím: 8000 Székesfehérvár, Várkörút 56. I/15. (Várkörút-Budai út sarok, bejárat a Pannon GSM és a Halláscentrum között).
Telefon: +36 20/568 1759
E-mail: janosi.ibolya@gmail.com

SZENTES

Klubvezető: Fábján Julianna
Nyitva tartás: H-CS: 10-17
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, egészségügyi állapotfelmérés biorezonanciás műszerrel, szaktanácsadás

Cím: 6600 Szentes Horváth Mihály u.4/A
Tel./fax: +36 30/9550 485
E-mail: metafor@vnet.hu

SZOLNOK

Klubvezető: Berczi Lászlóné
Nyitva tartás: H-P: 9:00-17:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése
Cím: 5000 Szolnok, Arany János út 23.
Telefon: +36 56/375 192

SZOMBATHELY

Klubvezető: Nánási Tiborné
Nyitva tartás: H-P: 9:00-12:00 és 13:00-17:00, Sz: 9:00-12:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Supertronic és biorezonanciás állapotfelmérés

Cím: Naturatéka 9700 Szombathely, Fő tér 38 (Külsikátor),
Telefon: +36 30/534 2560

VESZPRÉM

Klubvezető: Mezei Tünde
Nyitva tartás: H-SZ: 8:00-21:00

Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, vitális térterápia, állapotfelmérés (Bemi-San készülékkel), gyögymasszáz és nyirokmasszáz, akupunktúra, infrakabin, jóga

Cím: Szeglethy utca 1. 1. emelet, 104-es üzlet, a mozgólépcsővel szemben.
Telefon: 06 88/789 481, +36 30/488 4973, +36 70/703 7489
E-mail: info@padmahaz
Web: www.padmahaz.hu

ZALAEGERSZEG

Klubvezető: Dankóné Kozsa Anita
Nyitva tartás: H, Sz, P: 9:00-18:00, K, Cs: 9:00-12:00
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés, infrasauna, masszáz, mágnesterápia, fényterápia, oxigénterápia, hajgyógyászat előzetes bejelentkezéssel

Cím: 8900 Zalaegerszeg, Ady E. u. 31.
Telefon: 06 92/347 746, +36 30/857 4545
E-mail: kozsanita@freemail.hu

AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

AJKA:

Kun Gyula, okleveles akupresszór természetgyógyász, Kun Gyuláné Zsuzsa természetgyógyász, okleveles gyógymasször

Vital Sziget Wellness központ: 8400 Ajka, Szabadság tér 20. Hélios Üzletház
Biorezonanciás terméktesztelés, hajgyógyászat.

BUDAPEST:

Hajnalné, Tóth Gyöngyi,

Bio-Med Zóna Egyetemi Gyógycentrum (Műsz. Egy. kollégiuma - Orvosi rendelő) 1114 Budapest, Bartók Béla út 17.

Tel./fax: 06 1/217 2476, +36 70/229 7421
betegség-, góckeresés minden hónap első csütörtök, péntek, szombatján.

Greskó Anikó, Hirt Katalin, 1037, Bp., Orbán

Balázs u. 35. I. em. Tel.: +36 20/982 8321

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

Dr. László Mária belgyógyász, onkológus,

reumatológus, 1136 Bp., Raul Wallenberg u. 12. IV/3., Telefon: +36 20/480 0246

Dezső Éva Edit, 1095 Budapest, Tinódi u. 12.

Energetikai szintfelmérés bejelentkezéssel
Telefon: +06 1/218 1342, +36 30/558 6134

Domonkos Anna, Fittpont Biobolt

1024 Budapest Lövőház u. 26,
Telefon: +36 30/424 4267

Kiss Ágnes, Telefon: +36 30/250 3548

Czető Ágnes, természetgyógyász, 1053 Bp,

Ferenciek tere 4., Tel.: +36 30/205 0963

Mázsár Csabáné, Jókai Biocentrum,

1043 Bp., Árpád út 77, Tel.: +36 70/539 9360

Abidin Mehboubiné Erzsébet, Candida

mérés és kezelés, Tel.: +36 30/292 0977

Melchérné Hácsek Ildikó, Budapest,

Telefon: +36 20/997 5548

Nagy Irén Éva, fülakupunktőr, kineziológus,

akupresszór, Telefon: +36 30/942 3155

Unginé Sachs Henrietta, természetgyógyász,

radiestézia, reflexológia, akupresszúra

1144 Budapest, Fűredi u. 11/b. VIII/32.,

Telefon: +36 20/522 8185

Szentgyörgyi Edit, kineziológus Budapest,

XX. Fás u. 24. Telefon: +36 30/266 1452

Szieber Ágnes, Tel.: +36 30/387 6599

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

Várkonyi Edit, természetgyógyász, kineziológus,

Attractiv Center Wellness & Egészségközpont, Budapest, XIII.k. Radnóti M. u. 2.,

Telefon: +36 20/334 1932

Szentgyörgyi Tamás, masször, ájurvéda- és

shiatsu gyógyász, 1114 Bp., Orlay u.10.

Telefon: +36 70/272 4888

E-mail: ripplmasszazs@freehostia.com

Vitalpont Oktatási és Referencia Központ,

1115 Bp., Etele út 42/B fsz.

Telefon: +36 30/624 3071

+36 20/988-3608, +36 20/240 0986

E-mail: vitalpont@citromail.hu

Mátai Marina, Bp XIII. és XI. ker.

természetgyógyász, fülakupunktúra, thai

masszázs, autogén tréning, méregtelenítés

Telefon: +36 20/345 9408

Zöld Forrás Gyógyúru és Élelmiszer Nagyke-

reszkedés, 1164 Budapest, Lapos köz 18.

Tel.: 06 1/4000 498, E-mail: zf@zf.hu

BÁJA:

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.

Telefon: +36 20/431 3845

számítógépes okfeltáró vizsgálatok

BALMAZÚJVÁROS:

Baloghné Kiss Ilona, fizioterápiás szakasszisz-

tens, Energy tanácsadó, Tel.: +36 70/452 3660

BÉKÉSCSABA:

Bartyik Edit, Herbária, 5600 Békéscsaba,

Andrási út 47/1. Telefon: 06 66/322 355

DEBRECEN:

Mandala Életfa Kft., Daróczi Zoltán, miniszté-

riumi vizsgabiztos, természetgyógyász, vizs-

gáztató és szakértő, Egyetem sugárút 38.

Telefon: +36 30/963 1635; 06 52/537-777

Fodor Ilona, védőnő, Telefon: 06 52/456 695

Ráczné Simon Zsuzsanna,

fitoterapeuta-természetgyógyász,

Telefon: +36 30/449 2304

Lévainé Szűcs Ibolya, szemtréner, akupressz-

szór, kineziológus, komplementer medicina

oktató, Vargakert u. 1. fszt. 9/13.

Telefon: +36 30/634 3146

DÖMSÖD:

Nagy Enikő, Energy szaktanácsadó, Energetikai

állapotfelmérés, 2344 Dömsöd, Gólya út 6.

Telefon: +36 20/590 7827

DUNAKESZI:

Szabó György, Életerő -Egészségcentrum,

2120 Dunakeszi, Garas u. 24. II/8.

Telefon: 06 27/341 239

ÉRD:

Hegymeginé Pintér Gabriella, tanácsadás, ener-

getikai állapotfelmérés, Tel.: +36 30/901 2474

FERTŐD:

Horváth Ilona, Energy tanácsadó, állapotfel-

mérés, Mentés Mihály u. 9. 1/5

Telefon: +36 30/348 6517, +36 30/267 2196

E-mail: horvat-ilona@freemail.hu

FERTŐSZENTMIKLÓS:

Ősze Anita alternatív gyógyász és Szabó

György metafizikai pszichoterapeuta

Energy termékek értékesítése, szaktanács-

adás, Nelson biorezonanciás mérés, reiki

kezelés, lélekgyógyászat.

9444 Fertőszentmiklós, Kolozsvári u.15.

Telefon: +36 70/947 0125, +36 70/947 0128

E-mail: www.angyalienergia.hu

GYŐR:

Smaragd Sziget, Bedi Margó, 9023 Győr

Tihanyi Árpád u. 85. Tel.: +36 20/467 5684

GYULAFIRÁTÓT:

Glatz Zoltán, 8412 Gyulafirátót, Faiskola u. 12.

Telefon: 06 88/457 101, +36 30/381 9924

HÓDMEZŐVÁSÁRHELY:

Méhészeti és Gyógynövény Szaküzlet,

Károlyi u. 1., Tel.: +36 62/236 525

Szelné Budai Mónika, Egészség Kincse

Étrend-kiegészítő Üzlet,

Bartók Béla utca 27. Tel.: +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 6362, 06 78/466 870

KÁPOLNÁSNYÉK:

Manna Natura Bt., Kiss Elvira, 2475 Kápol-

násnyék, Fő u. 31., Tel.: +36 70/250 1118

KECSKEMÉT:

Dr. Péntes Zsuzsanna, természetgyógyász,

6000 Kecskemét, Katona J. tér 18.

Természetgyógyászati rendelés,

Telefon: +36 20/481 6750,

E-gmail: penzeszsuzsanna@freemail.hu

Szathmári Margaréta, 6000 Kecskemét,

Petőfi S. u. 6. VI/17, Tel.: +36 20/547 3247

E-mail: margareta59@t-online.hu

Euro Patika, 6000 Kecskemét, Kápolna u. 15.

KESZTHELY:

Molnárné dr. Annus Erzsébet toxikológus,

fülakupunktúrák addiktológus, természet-

gyógyász

Zámor utca 40 (az Intersparnál)

Természetgyógyászati és addiktológia ren-

delő, biorezonanciás energetikai állapotfel-

mérés, Energy terméktesztelés, dohány-

zásról való leszoktatás, stresszkezelés,

Candida teszt.

Telefon: 06 83/314 179, +36 70/618 9799

E-mail: alfa1640@freemail.hu

KISKUNFÉLEGYHÁZA:

Szatmáriné Valika reflexológus, Voll-féle

elektroakupunktúrák állapotfelmérés

ELIXÍR Stúdió, Kiskunfélegyháza,

Batthyány u. 3., Telefon: +36 20/226 4000

AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

KISKÖRÖS:

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

KÓPHÁZA:

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

KÓSZEG:

Neudl Marianna BIOTÉKA, gyógynövényszak-
üzlet, Rákóczi u. 3. Tel.: 06 94/360 980

LETENYE:

Berill Szalon, Májer Mária Energy tanácsadó,
biorezonanciás mérés, masszázis, infrasz-
una. 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,
Energy tanácsadó. Mezőnyárad,
József Attila u. 7., Tel.: 06 49/425 290

MISKOLC:

Vitalitás, Természetes gyógymódok szaküzlete,
Orgonvíz Centrum, 3530 Miskolc,
Széchenyi u. 68. I. em., Tel.: 06 46/344 811

MOSONMAGYARÓVÁR:

Bio-Spektrum-Orvos-természetgyógyászati
központ. Dr. Tóth Ildikó homeopátiás orvos
és bio-fogorvos. Teljeskörű orvostermészet-
gyógyászati szolgáltatás.
9200 Mosonmagyaróvár Lucsony u. 8.
Ny: du.17 óra után, Tel.: +36 30/ 618 1712

NAGYKANIZSA:

Top Fit Biobolt, Kisgyuráné Szilvi
Energy termékek árusítása és regisztráció
Nagykanizsa, Ady u. 3.
Szávai Szilvia, Biotikum, Natúr termékek boltja,
Nagykanizsa, Fő u. 10., Tel.: +36 70/654 6693

NYÍRBÁTOR:

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

NYÍREGYHÁZA:

Türk-Paszabi Anna, Tel.: +36 20/312 9457

OROSHÁZA:

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

PANNONHALMA:

Szaifné Albert Adrienne, természetgyógyász,
kineziológus. Pannonhalma, Gizella király-
né u. 13., Tel.: +36 20/439 4896.

PÁPA

Bognárné Som Andrea, Energy tanácsadó,
Telefon: +36 70/388 3253,
E-mail: bognarsom@invitel.hu

PÉCS:

Benkő Tibor fülakupunktúrás addiktológus,
természetgyógyász
Telefon: +36 30/497 7351; 06 72/242 745
Dr Ivanova Enikő belgyógyász szakorvos
Telefon: +36 70/244 4211
Göloncsér Ágnes Energy szaktanácsadó
7632 Pécs, Éva u. 1. Tel: +36 20/518 5411.
Dr. Fábrián Rozália foglalkozás-egészségügyi
szakorvos, természetgyógyász
Telefon: +36 70/949 7958
Petro Petronella kineziológus,
karmaasztrológus Tel: +36 70/455 8974
Wolné Kordik Brigitta gyógymasször,
Telefon: +36 30/548 2742
Solymár Erzsébet Energy szaktanácsadó
7632 Pécs, Madas József u. 14.
Telefon: 06 72/239 974; +36 30/425 5800

PILISBOROSJENŐ:

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

PÜSPÖKLADÁNY:

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

SIÓFOK:

Natura Patika, Tácsik Attiláné, Sió u.10.
Telefon: +36 20/431 9696
Ángyán Józsefné, természetgyógyász
8600 Siófok, Wesselényi út 19.
Telefon: +36 20/314 6811

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

SZEKSZÁRD:

Herbária Borágó Bt, 7100 Szekszárd,
Széchenyi u. 19., Telefon: 06 74/315 448

SZENTES:

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

SZENTGOTTHÁRD:

Klement Józsefné Zsuzsi, masször,
Kossuth Lajos út 2., Tel.: +36 70/550 0199

SZIGETHALOM:

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

SZÍRMABESENYŐ:

Kecskés Jánosné, 3711 Szírmabesenyő
Biocentrum Klub Művelődési Ház udvar,
József Attila. u. 2.,
Értékesítés, szaktanácsadás, Supertronic
energetikai szintfelmérés.
Nyitva: K-Cs-P: 14-18-ig, Sz: 11-14-ig
Telefon: 06 46/317 782, +36 30/441 7746
E-mail: verasanyi@t-online.hu

TOLNA:

Verseghyiné Kovács Zsuzsanna, BIJOKUCKÓ,
7130 Tolna, Deák F. u. 9.
Nyitva: H-P: 8-17.30, Szo.: 8-12.
Telefon: +36 20/464 1731, 06 74/441 957.

TÓTKOMLÓS:

Nagné 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., Tel.: 06 68/462 616

VIZSOLY:

Medveczky László, Energy tanácsadó
3888 Vizsoly, Szent János út 53.
Telefon: +36 30/487 7248

ZALAEGRSZEG:

Takács Mária szaktanácsadó, állapotfelmérés,
termékesztelés, internetes tanácsadás
Telefon: +36 70/6077 703
E-mail: tmaraz@zalasam.hu,
Web: donna.hu
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

AZ ENERGY TEÁI (4.)

SZÁRCSAGYÖKÉR: „VARÁZSLATOS” NÖVÉNY

Mint ismeretes, néhány hónapja kapható az ENERGY klubokban az 5-féle gyógyteából álló, új termékcsalád. A *Vitae* klubmagazinban mindegyik teát részletesen megismertetjük önökkel. Az eddig bemutatott macskakarom, lapacho és kötőrőfű után a szárcsagyökérrel folytatjuk a sort.

Az orvosi szárcsagyökér (*Smilax officinalis*) a fészekvirágzatúak családjába tartozó 300-350 faj egyike. Növénytani elnevezése valószínűleg egy görög mítoszról ered, amely a Smilax nevű erdei tündérrel szerelembe esett ember történetét meséli el.

A smilaxok családjába tartozó, akár 50 m hosszúra is megnövő, fás, tüskés növények a világ tropikus és szubtropikus területein kúsznak az ég felé, eredetileg azonban Latin-Amerikából származnak. Áthatolhatatlan sűrű bozótost alkotnak, amely gyakran egész fákat is körbevesz. Képesek gyökértörzseikkel szaporodni, túlélnek az erdei tüzeket is. Világospiros bogyókat a madarak messzire hordják.

HAGYOMÁNYOS FELHASZNÁLÁSA

A latin-amerikai őslakosok évszázadok óta használják a smilax gyökerét a nemi szervek betegségeinek gyógyítására, impotencia, testi gyengeség, a fej és az ízületek reumás fájdalmainak kezelésére, illetve megfázás ellen. Sok amazóniai sámán ősidők óta alkalmazza a szárcsagyökérrel belsőleg reumatikus fájdalmakra, étvágytalanság ellen, külsőleg bőrbetegségek esetén, mint a pikkelysömör, ekcéma vagy a lepra. Az egyes smilax fajták gyökeréből nyert kivonatot gyömbérsörbe szokták keverni (sarsaparilla). Ezek egyben a hagyományos kínai gyógykonyhának is kulcsfontosságú elemei.

A smilax gyökerét nem sokkal Amerika felfedezése után, a 16. században Mexikóból hozták be először Európába. Azóta a világ minden táján elterjedt, és a legkülönbözőbb betegségek és egészségi problémák kezelésére használják.

MODERN KORI TAPASZTALATOK

A szárcsagyökér elsősorban a húgyúti és a bőrbetegségekre hat jótékonyan. Európában különböző bőrbetegségek gyógyítására, így a pikkelysömör, ekcéma, idült bőrbetegségek, viszketés esetén alkalmazzák. Csillapítja továbbá a reumás fájdalmat, enyhíti az ízületi gyulladással (arthritis) járó panaszokat, a köszvényes fájdalmait is enyhíti, salaktalanít, valamint előnyösen alkalmazható a menstruációt megelőző tünetegyüttes (PMS) esetén és a klimax időszakában.

A szárcsagyökér gyógyító hatásait főleg a benne található növényi szteroidoknak, szaponinoknak és flavonoidoknak tulajdonítják. A növény szteroidjai hathatós segítséget nyújtanak az időskori szellemi hanyatlásban (dementia) szenvedőknek és az agy egyes működési zavarai, betegségeiben (kognitív diszfunkció,

Alzheimer-kór). A szaponinok megkönnyítik a más gyógynövényekből származó fitokemikáliák felszívódását, illetve hatásainak kifejtését. A flavonoidok pedig serkentik az immunrendszert, támogatják a méregtelenítést, valamint óvják a szervezetet a szabad gyökök okozta károsodástól. Tapasztalatok szerint a szárcsagyökér segítségével az olyan légúti és allergiás megbetegedések is megelőzhetők és gyógyíthatók, mint a hörghurut vagy az asztma.

Más gyógynövényekkel kombinálva a szárcsagyökér hatásai elsősorban a bőrbetegségek esetében hatványozódnak. Emellett kombinációban intenzívebben javítják a libidót is, illetve gyorsabban megteremtik a hormonrendszer egyensúlyát, és fokozzák a méregtelenítést, a vértisztító hatást. A szárcsagyökér a fizikai erőnlét serkentésére ugyancsak kiválóan alkalmas, ezért sportolóknak kifejezetten ajánlott.

Bár a szárcsagyökér a természetes szteroidok és szaponinok gazdag forrása, nincsenek anabolikus vagy egyéb nem kívánt hatásai.

Az orvosi szárcsagyökér tehát széles körben ható, „varázslatos” növény, amelynek tulajdonságait a modern tudomány még csak mostanában kezdte alaposabban vizsgálni – sok-sok évvel a primitív őserdei lakosok után.

A GYNEX MINDIG SEGÍT

12 évvel ezelőtt endometriosisban szenvedtem (a méhnyálkahártya szabálytalan elhelyezkedésével járó állapot – *a ford.*), és állandó fájdalmaim voltak. Sorra kerestem fel az orvosokat, de senki nem tudott segíteni rajtam. Csak azt ismételték, hogy a méheltávolításhoz még fiatal vagyok. Nem tudták, mihez kezdjenek velem. Ajánlották ugyan a terhességet, ám a fájdalmaim miatt ez lehetetlen volt. Mígnem egy nap megismerkedtem a GYNEX-szel.

A készítmény szedésének első 3 napján nagyon rosszul éreztem magam, de később folyamatosan javult az állapotom. Két GYNEX kúra után sikerült teherbe esnem, és a fájdalom elmúlt. Rendben kihordtam a kisfiamat, 4,20 kg-mal született...

Három év múlva megoperáltak: a méheltávolítást sajnos nem kerülhettem el. De a kedvenc GYNEX-emet a barátnőmnek is megvettem. Daganatos elváltozásai voltak a méhnyakon, konizációt (a méhnyak méhüregbe tekintő kúp alakú szövetdarabjának eltávolítása – *a szerk.*) hajtottak végre nála.

A GYNEX használatát követően még a műtét utáni hegeket sem találták meg...

K. K.
Kassa



A TEA ELKÉSZÍTÉSE

Egy liter, forrásban levő vízbe tegyünk 1 evőkanálnyit szárcsagyökérrel, főzzük 3 percig, majd azonnal szűrjük át. Szükség szerint mézzel ízesíthetjük. A teát egy hónapig, naponta legalább egyszer kell fogyasztani.

Figyelem! A gyógynövény alkalmazása 3 éves kor alatt, illetve állapotos, szoptató kismamáknak nem javasolt. Esetleg fellépő gyomorfájdalom vagy bélműködési zavar esetén használata óvatosságot igényel.

Írta:
Vladimír Vonásek

Szakmailag ellenőrizte és kiegészítette:
Németh Imréné Éva

(Folytatjuk)



BESZÉLGETÉS SZABÓ CSILLÁVAL ÉS KURUCZ TAMÁSSAL „ÖRÖMÖT JELENT, HA GYÓGYULT, ELÉGEDETT EMBEREKET LÁTOK”

Szabó Csilla és Kurucz Tamás a soproni klub irányítói. Más-más háttérrel és indítással, de ma már egyazon célért dolgoznak mindketten. Csillával – részben – már egy éve is megismerkedhettek a Vitae olvasói a soproni kettleből szóló cikk kapcsán, Tamás életéről, munkájáról azonban most első alkalommal esik szó klubmagazinunk hasábjain. Szemléletmódjára jellemzőek a következő szavak: „Igen rövid idő alatt roppant nagy változások történhetnek az ember életében. Alapvetően, hogy szeretni kell és elfogadni.” A soproni klubvezetőkkel Kürti Gábor, a Vitae szerkesztője beszélgetett.

Tamás, ha két-három évvel visszapörgeted az életed, visszaállítod az órát akkorra, amikor még nagyon messze voltál az ENERGY-től, mivel magyarázod a rövid idő alatt végbement hatalmas változást?

Kurucz Tamás: Magyarázatot magam sem tudok adni, viszont tény, hogy kb. két éve ismerkedtem meg az ENERGY termékeivel, látszólag a véletlen folytán. Végzettségemet tekintve közgazdász vagyok, logisztikai és kereskedelmi területen dolgoztam, és vállalkozóként volt egy exkluzív fürdőkozmetikumokat forgalmazó, kis üzletem Sopronban. Takács Mária kolléganőm sugallatára kipróbáltuk az ENERGY készítményeit, hogy a vásárlóink mit szólnak hozzá. Az ENERGY összes termékét egy külön állványon szépen elrendeztük.

BÚCSÚ A FÜRDŐKOZMETIKUMOKTÓL

Ez 2009 augusztusában történt. Hamarosan oda jutottunk, hogy a fürdőkozmetikumok a múlté, és mi vagyunk a soproni ENERGY Klub. Elindult egy folyamat, és észre kellett vennünk, mekkora szükség van az ENERGY termékekre. Sok visszatérő vásárló jött hozzánk. Persze

azért tettünk is valamit nem csak úgy az ölnkbe hullott ez a lehetőség. Egészségnapokat szerveztünk és szervezünk az év szinte minden hónapjában most is. Mivel üzleti alapon ismerkedtünk meg ezzel az egész rendszerrel, próbáltunk olyan terapeutákat bevonni, akik a segítségünkre lehetnek, és tudnak az ENERGY-vel segíteni, dolgozni. Felismertük azt is, hogy a soproni régió (akkor még) fehér folt volt az ENERGY számára. Egyértelműen a termék sikere vezérelt minket, hiszen az emberektől sok pozitív visszajelzést kaptunk.

Igényelték tőletek szakmai tanácsot, segítséget is?

K. T.: Szakmailag segítségünkre volt Takács Mária, aki annak idején megismertetett minket a termékekkel. Köszönettel tartozunk neki, amiért az egészségnapokra eljött és állapotfelméréseivel, tanácsaival segítette és a mai napig is segíti munkánkat.

A klubnyitás saját kezdeményezésetek volt, vagy megkerestek benneteket?

K. T.: Láttuk, hogy érdemes ezzel foglalkozni, mert nagyon sokaknak segítünk, valamint az is világos volt, hogy ha energiát fektetünk bele, akkor el lehet érni valamit ezen a területen. A szándékunk tehát erős volt, valamint beszélünk

a tervünkről Marosi Zoltánnal, a magyarországi ENERGY leányvállalat igazgatójával. Ő minden vonatkozásban támogatta az elképzeléseinket.

Bő egy éve kezdtetek klubként működni. Úgy látom, hogy rakétaszerűen íveltek felfelé.

K. T.: Nagyon örülök, ha ez kívülről is így látszik. Nagyon sok rendezvényt szerveztünk. Mi nem szakmai, hanem üzleti vonatkozásban ismertük meg az ENERGY-t, a marketing területén már volt némi ismeretünk, tapasztalatunk...

ELŐSZÖR CSAK ÜZLET VOLT

Ma mi a helyzet: az üzlet, a marketing felől, vagy pedig az egészség szempontjából közelítetek a klubmunkához?

K. T.: Amíg nem ismerkedtünk meg behatóban az ENERGY filozófiájával, addig az egészet inkább üzletként kezeltük. Ám Czimeth István tanár úr első előadását követően csak értetlenül bámultam, amikor a jelen lévő orvosok is – belgyógyász, fogorvos, sebész – valamilyen egyetértően bólogattak. Ekkor fogalmazódott meg bennem az, hogy nem jó, ha én mint klubvezető szakmailag nem értek a dologhoz... Azonnal megkezdtem a tanulást: egészségügyi alapmodul, természetgyógyász képzés, pedagógia-pszichológia, fülakupunktúrás addiktológia, íriszdiagnosztika, holistic pulsing...

Ezeket a tanfolyamokat mind elvégezted?

K. T.: Igen, illetve a következő évben fogom befejezni az egyetemen a pedagógia-pszichológiát.

És terapeutaként is elkezdesz működni?

K. T.: Igen, azt tervezem, hogy elsősorban az ENERGY-vel és a holistic pulsinggal – véleményem szerint tökéletesen összeillenek egy terápiában – fogok dolgozni.

Az új tudásod másfajta örömet, megelégedettséget okoz, mint amihez a korábbi munkádban szoktál?

K. T.: Igen, teljesen más minőségben kapja az ember a pozitív élményeket, mint előtte.

Mondanál egy-két példát erre?

K. T.: Világéletemben kereskedő voltam, és valamikor sokra tartottam a kereskedelmi munkámat. Örömmel töltött el, ha valamit megvettem 100 forintért, és eladtam mondjuk 110-120-ért. Időközben azonban rájöttem, hogy nem ez a dolgok lényege, a kereskedelem már nem elégíti ki, önmagában nem okoz örömet. Viszont maximális örömet jelent, ha elégedett vagy gyógyult embereket látok, illetve olyanokat, akik képesek elengedni az érzelmi blokkjaikat, és örülök, ha a saját életüket jobbá tudják tenni. Más minőségű az ezzel járó elégedettség és az öröm is.

Ezen az utadon mennyire jársz együtt vagy párhuzamosan Csillával?

K. T.: Csilla is részt vesz ebben a tevékenységben, ő a shiatsu masszázst tanulja. Csilla gyakorlatiasabb, mint én, vonzza a sport és



AZ ENERGY ÉS A LÉLEKMASSZÁZS ROPPANT JÓL KIEGÉSZÍTI EGYMÁST

a fizikális testtel kapcsolatos tudás. Most augusztusban fejezi be a tai chi gyakorlatokra épülő MediBall oktatói szemináriumát. Itt a belső egyensúly megtalálása a lényeg, de erről ő többet tudna mondani.

Szabó Csilla: Így van! A shiatsut nagyon megszerettem, mert amellett, hogy a hagyományos kínai orvoslást használja alapként, kézzel fogható, fizikai terápia, mely a testünk energetikai egyensúlyát hivatott helyreállítani. A MediBall pedig nem csupán szép, szórakoztató és könnyen megtanulható sport, hanem nagyon jól átmozgatja az ízületeket is, és mindeközben felér egy relaxációval. Könnyen megteremti a test és az elme egyensúlyát, és minőségi mozgást biztosít. (Ezekről található információ a blogunkon.) Nagyon fontosnak tartom a mozgást, hiszen ahogy mondják: ép testben ép lélek.

Saját magamon tapasztalhattam meg, milyen hatással van az életminőségre, ha csak egy picit is odafigyelünk önmagunkra. Ez alatt a három év alatt a saját életem is 180 fokos fordulatot vett. Átvette a főszerepet a mozgás és az egészségmegőrzés. Jó érzés, ha tudok másoknak is segíteni, és ettől jobb lesz a közérzetük. A közelmúltban adtam fel a banki állásom, amit sokan rossz szemmel néztek, de kicsit sem bántam meg. Nagyon szeretem és élvezem, amit most csinálók, ellentétben a banki agresszív és stresszes munkával.

BLOGUNK A SIKER EGYIK TITKA

K. T.: Visszakanyarodva a marketinghez: amikor fejlődünk, vagy valamilyen új dologba fogunk, akkor minden ilyen hírt közléstésünk interneten, a blogunkon. Például tegnap volt is egy budapesti hölgyvásárlónk, aki elmondta, hogy az interneten talált ránk, a soproni klubra, és azt tapasztalja: az akciók nálunk jelennek meg először. Foglalkozunk gyógyító kövekkel, kristályokkal is, Csilla ezekből készít karkötőket – amit honlapunkon is bemutatunk. Ez is megnyerte az említett hölgy tetszését, és éppen azért utazott Sopronba, hogy karkötőt és ENERGY termékeket vásároljon. Blogunk címe: <http://energyklubsopron.blog.hu/>

Csillához hasonlóan magad is sportolsz?

K. T.: Korábban napi rendszerességgel sportoltam, de most változnak a dolgok, a vállalásaim rengeteg időt igényelnek. A sport helyett is más minőséget találtam, mint említettem, pedagógiát és pszichológiát tanulok Sopronban, ezen a területen szeretnék továbbfejleszteni, a lélek gyógyászatával, a holisting pulsinggal egyetemben.

Milyen köztetek a munkamegosztás?

K. T.: A munka dandárját Csilla végzi, ő tartózkodik többet a soproni klubban. Rendelőt készülünk nyitni Sopronban és Zalaegerszegen. Persze a klub mindennapjaival kapcsolatban is marad bőven munkám: míg a napi teendőket Csilla látja el most már teljes mértékben, a logisztikai, pénzügyi terület továbbra is az enyém.

Sz. Cs.: Valóban gyakorlatiasabb személyiség vagyok, mint Tamás. Pontosan ezért tudjuk nagyon jól kiegészíteni egymást az ENERGY-ben végzett munkánk során. Úgy vélem, mindketten nagyon sokat változtunk ezen évek alatt, mind mentálisan, mind fizikailag.

Hogyan alakult a helyzet az eredeti munkaköröddel, Tamás? Váltottál Te is, mint Csilla?

K. T.: Egyelőre megtartottam az eredeti munkámat. Korábban egy döntően közigazgatási informatikával foglalkozó informatikai cégnél logisztikai területen dolgoztam, ma már ügyvitelszervezéssel foglalkozom, de ez szintén nagyon távol esik az ENERGY-től. Ugyanakkor az új keletű ismereteimben eljutottam egy olyan szintre, hogy elképzelhetőnek tartok egy nagyobb váltást, aminek része az is, hogy egyelőre Zalaegerszegen és Sopronban elkezdtek foglalkozni a holistic pulsinggal. Ez intimebb terápia. Azt vettem észre, hogy az ENERGY és a lélekmasszázs roppant jól kiegészíti egymást. Igaz, eddig is tudtuk, hogy az ENERGY készítményeknek mentálisan igen erős hatásuk van. Lélekmasszázs közben és kezelés után is az emberek nagyon megnyílnak. Érdekes már a kezelés idején látni az érzelmi váltásokat.

ÁTBILLEN AZ EGYENSÚLY?

Amerre most haladsz, az egyértelműen a dolgoknak egyfajta intuitív, érzelmi, ha úgy tetszik, jobb agyfeltekés megközelítése, miközben a korábbi munkád az agyad másféle tevékenységét veszi igénybe. Ezt az ellentmondást el tudod fogadni?

K. T.: Igen, bár úgy érzem, hogy az egyensúly erősen billen az új ismeretek felé.

Olyan embernek látlak, aki nyitott, kész elfogadni az élet kínálta új lehetőségeket és kihívásokat, él velük.

K. T.: Úgy gondolom, hogy nem szabad megállni, igenis szükség van az élethosszig tartó tanulásra. Mindenki tanulhat mindenkitől. Sok esetben nem csak a tanítvány tanul a tanártól – fordítva is működik ez. Egy a lényeg: mindenhez és mindenkihez szeretettel álljon hozzá az ember, és akkor a sikerek is jönnek.

Elsősorban a jelen ügyei foglalkoztatnak, vagy gyakran töprengsz azon, hogy miként alakul az életed a jövőben?

K. T.: Úgy gondolom, hogy célszerűbb, ha az ember a jelen ügyeivel foglalkozik, mivel a most határozza meg a jövőt. Nem azt mondom, hogy nem lehet tervezni, viszont néha szükség van újratervezésre is. Tehát mindenféleképpen rugalmasan kell a dolgokhoz hozzáállni, mert az élet megmutatja az ember útját, ahogy nálam is történt. Ha valaki nekem 3 évvel ezelőtt azt mondja, hogy egyszer természetgyógyász leszek, fülakupunktúrával és a hagyományos kínai orvoslás meridiánjaival foglalkozom majd, biztos, hogy kinevetem. Igen rövid idő alatt roppant nagy változások történhetnek az em-

ber életében. Alapelvelem, hogy szeretni kell és elfogadni.

A magam életében már nemegyszer tapasztaltam, hogy ha az ember azon az úton jár, ami az övé, ami neki van rendelve, akkor mindenki és minden segíti ebben. Nálad is így történt?

K. T.: Feltétlenül így van ez. Voltak pillanatok, amikor úgy látszott, hogy eltávolodom az utamról, de valami mindig szépen visszabilentett. Illetve tapasztaltam, hogy nem úgy mentek a dolgok, ahogy menniük kellett volna.

ELÉRHETŐ AZ ÖNMEGVALÓSÍTÁS

Azt a fajta belső egyensúlyt, harmóniát, ami az embernek multhatatlanul szükséges a jó közérzethez, az egyensúlyhoz és a boldogsághoz, most jobban érzed, mint 3-4 évvel ezelőtt?

K. T.: Mindenféleképpen. Közgazdász nyelven úgy mondaná az ember, hogy a maslowi piramis csúcsára kezd érni, amikor már nemcsak a létbiztonság és az alapvető szükségletek kielégítése a cél, hanem az önmegvalósítás is pillanatokra elérhetővé válik számára.

Ha eljárszanánk egy kicsit a közeli vagy távoli jövővel, milyennek képzeled az életed 1 vagy 5 év múlva?

K. T.: Nagyon szeretnék továbbra is foglalkozni azzal, amivel most. Szeretnék sok emberen segíteni. Azért volt szükség a képzésekre is, amelyeket elvégeztem, hogy ne csak a családomon, a barátaimon, a közvetlen környezetemen tudjak segíteni, hanem legálisan, mint természetgyógyász, másoknak is.

-ti



GLUTÉNMENTES ZÖLD ÉLELMISZEREK LISZTÉRZÉKENYSÉG ÉS AZ ENERGY

A lisztérzékenység egy életen át tartó, az egész szervezetet érintő autoimmun betegség, amit a sikkrel (gluténnel) szembeni érzékenység jellemez. A glutén a gabonafélékben (búza, rozs, zab, árpa) levő növényi fehérje. Nincs semmilyen tápértéke, de a konyhában szívesen használják, mert segít megőrizni az élelmiszer formáját, és jó az összetapasztó képessége. A gluténnek köszönhetően különböző formájú kifliket, zsemléket, kalácsokat stb. készíthetünk.

A glutén az arra genetikailag fogékony embereknek károsíthatja a vékonybél nyálkahártyáját, és gyulladásos reakció kiváltásához vezethet. Ez az immunrendszer számára egyfajta jelzés, hogy megkezdje a gyulladást megszüntető ellenanyagok termelését.

AUTOIMMUN FOLYAMAT

A gyulladás azonban olyannyira erős, hogy auto-ellenanyagok termelődnek, amelyek a test sejtjeit, szöveteit és szerveit kezdik károsítani. Az immunrendszer tehát ilyenkor nem hogy védené a szervezetet, inkább lassan és csöndesen elkezd tönkretenni.

A lisztérzékenység multiszisztémás megbetegedés, ami annyit jelent, hogy nemcsak a vékonybelet, hanem az egész szervezetet érinti. A gluténmentes étrend bevezetését követően bizonyos szervek megbetegedésének klinikai tünetei elmúlnak. Ha a beteg a tünetei miatt gyógyszereket is szed, a szakorvos folyamatosan csökkentheti azok adagolását, végül a gyógyszerek esetleg teljesen elhagyhatóvá válnak.

Bár a betegség az egész életen át tart, ez nem jelenti, hogy nem gyógyítható. A lisztérzékenység gyógyításának legfőbb pillére a szigorú gluténmentes diéta. A gluténtartalmú ételek elhagyásával azonban csak „letakarjuk az immunitást egy jó vastag pléddel”, azaz elbújtatjuk. Ezért vigyázat: a diéta meg nem tartása esetén az immunrendszer ismét akcióba lép.

KIVÁLTÓ OKOK

A lisztérzékenység alapvető kiváltó oka a genetikában keresendő. Nincs választási lehetőségünk, mert az ember genetikája születésétől kezdve adott. Ez nem más, mint hajlam (predis-

pozíció). Ám a betegség kialakulásához további feltételeknek is teljesülniük kell.

Fontos, hol él a páciens, milyen betegségeken esett át, miként étkezik, milyen gyógyszereket szed stb. Az emberi szervezetben az agy irányít – erről ne feledkezzünk meg. A stressz, a túlzottan sok munka és a negatív érzelmek mind-mind hozzájárulnak a betegség tüneteinek megjelenéséhez. Ezért fontos a testi és lelki kiegyensúlyozottság.

A vékonybél bolyhokkal van kibélelve. A bélbolyhok mérete egészséges embernél 0,5–1,5 mm. Ezekről a bélbolyhokról függ a táplálékból származó tápanyagok felszívódásának mértéke. A lisztérzékeny emberek bélbolyhjai gyakran hiányoznak, mert a glutén úgy hat rájuk, mint a „csiszolópapír”. Addig-addig csiszolja a bolyhokat, amíg a vékonybél bolyhok nélküli, sima felületű nem válik. Ekkor leáll a tápanyagok aktív felszívódása.

MI TÖRTÉNIK A BELEKBEN?

A bél „intelligens”, óvja a szervezetet. Nem enged káros anyagokat a véráramba: ha „észreve-szi”, hogy az emésztett táplálék káros anyagokat tartalmaz, akkor „védelmi pozíció” vesz fel. Az említett szabályozásnak megvan a maga menete. Ilyenkor az ember kellemetlen felfújódást, esetleg görcsöket is érez, aztán következik a hasmenés, aminek segítségével a belek gyorsan megszabadulnak a káros anyagoktól. Van azonban a védelemnek egy másik módja is, a székrekedés. A táplálék mintha megállna egy adott szakaszon, elkezd bomlani, erjedni, majd méreganyagok jutnak a véráramba, és folyamatosan sérül a szervek működése. A bélbolyhok nélküli bélrendszer egyszerűen tehetetlenné

válik, következményként pedig az egész szervezet szenved.

JELLEMZŐ TÜNETEK

A klasszikus tüneteket produkáló lisztérzékenység (amit az emésztőrendszerbe bekerülő glutén okoz) már akár egyéves korban is megmutatkozhat. A piciknek gyakran fáj a hasuk, nincs étvágyuk, gyakran van hasmenésük (ami a szokásos módon nem csillapítható), soványak, ingerlékenyek.

Napjainkban a legkülönbözőbb korosztályokba tartozó embereknek diagnosztizálják a betegséget. A lisztérzékenység az időseket sem kerüli el. A gyerekeknél és a felnőtteknél esetleg semmilyen emésztőrendszeri tünet nem utal a megbetegedésre. Minél hosszabb ideje szenved valaki lisztérzékenységben, annál több a bélrendszeren kívül jelentkező panasza. A betegség olyan, mint egy kaméleon, képes nagyon jól elrejtőzni, és gyakran ott bukkanunk rá, ahol nem is várnánk.

A betegek a legkülönbözőbb szakemberekhez látogatnak el: hematológushoz a vérszegénységük miatt, reumatológushoz vagy ortopéd orvoshoz fájó csontjaik és a gyakori törések miatt. Esetleg bőrgyógyászt keresnek fel, mert állandóan bőrkiütésektől, ekcémától, vagy erősen viszkető, csoportos hólyagokkal, apró vörös és csalánkiütésekkel járó, idült bőrbetegségtől (dermatitis herpetiformis) szenvednek, netán nőgyógyászhoz fordulnak, mert felborult a menstruációs ciklusuk, esetleg meddővé váltak. Az endokrinológusok a lelassult növekedésnek vagy a pubertás eltolódásának az okát vizsgálják, míg a neurológusok az izombántalom (myopathia) és az epilepszia okait kutatják. A pszichiáterek a depressziót, a fogorvosok és a szájsebészek az ismétlődő aftás szájnyálkahártya-gyulladást kezelik, a diabetológusok pedig igyekeznek feltárni az 1-es típusú cukorbetegség, az alacsony vércukorszint stb. hátterét. Az immunológus a kezelésre nem reagáló allergiás nátha vagy asztma okaként is diagnosztizálhat lisztérzékenységet. A nefrológus a beteg vese vizsgálatokor fedez fel összefüggést az IgA nephropathia és a lisztérzékenység között.

A szakemberek genetikai eredetű betegségek kezelésekor ugyancsak rábukkanhatnak a lisztérzékenységre, és figyelmeztető jel lehet a vastagbélrák is. A lisztérzékenység tehát a kaméleonhoz hasonlóan nagyon ügyesen el tud bújni. Megtalálása nagy művészet.

AMIT A „ZÖLDEK” TUDNAK

Miként lehet megszabadulni a lisztérzékenységtől? Ennek egyik módja az „élethossziglan” tartó gluténmentes diéta. Az ebben az autoimmun betegségben szenvedőknél ez a diéta kisebb „csodákra” képes. Következetes és szigorú gluténmentes diéta mellett regenerálódik a károsodott bél, újra megnőnek a bélbolyhok, rendbe jön a tápanyagok felszívódásának folyamata,



MI MINDENRE JÓ A CHLORELLA, A BARLEY ÉS A SPIRULINA BARLEY?

és folyamatosan elmúlnak a lisztérzékenység tünetei (valamint az egyéb sérült szervekkel kapcsolatos panaszok is). Ezért az emésztőrendszer egészséges környezetének fenntartása a lisztérzékenyek esetében létfontosságú.

Csak hogy napjainkban a gluténtartalmú liszt (főleg a búzaliszt) mindennapi étrendünknek a legelterjedtebb, egyben a legolcsóbb összetevője. Az élelmiszergyártó cégek nemcsak a pékáruk előállításakor használják, hanem olyan ételekhez is hozzáadják, amelyeknél ezt nem is gondolnánk: bizony a joghurt, a majonéz, a ketchup, a fagylalt, a kenőmájás, a szalámi vagy akár a spenót, netán a zöldséges tízóraik összetevői között is lehet glutén. Így a lisztérzékenyek számára nagyon nehéz a változatos, ugyanakkor finom étrend összeállítása.

Kiváló étrend-kiegészítőként szolgálhatnak számukra az ENERGY zöld élelmiszerei (CHLORELLA, BARLEY és SPIRULINA BARLEY). Persze a „zöldek” nem csupán a lisztérzékenyeknek tehetnek jó szolgálatot: mindenfajta

allergia vagy immunzavar, illetve egyéb betegség esetében javasolt a gluténmentes étrend, akár rövidebb időre is. A zöld élelmiszerek óriási előnye, hogy gluténmentesek, és az egész emberi szervezetre jótékonyan hatnak.

A CHLORELLA serkenti az immunrendszer és a bélrendszer működését, óvja a sejteket a szabad gyököktől. Hosszú távon véd a gombák és a mikroorganizmusok elszaporodásával szemben. Erejét azonnal felismerjük a bőrünk állapotán. Az akne, a gyulladások, az ekcéma folyamatosan elmúlik, miközben kitisztul a bőr és vele együtt az egész szervezet.

A BARLEY több mint 20-féle élő enzimet, rostot, aminosavat és növényi fehérjét tartalmaz, ezeket testünk könnyedén felhasználhatja az egészséges növekedéshez. Pótolhatatlan szerepet játszik a verszegénység kezelésében, aktívan támogatja a vas felszívódását, erősíti a hasnyálmirigy működését, és stabilizálja a cukorszintet. A bőr és a nyálkahártyák szintén „fellélegezhetnek”, mert a zöldárpa összetevői

elnyelik az elhalt sejteket, és megakadályozzák a mikroorganizmusok szaporodását. Az ember a BARLEY támogatásával megnyerheti a mikrovilággal vívott harcot.

A SPIRULINA BARLEY az édesvízi Spirulina alga és a zöldárpa-kivonat kombinációja. Az alga egyértelműen erősíti a BARLEY hatásait.

TISZTULÁS MINDEN SZINTEN

A zöld élelmiszerek használata esetén a vékonybél és a vastagbél egyaránt „kitisztul”. A belek tisztasága a szervezet többi nyálkahártyáján is tükröződni fog, mi pedig megkönnyebbülünk. A zöld élelmiszerek nyújtotta energia hatására szinte minden sejtünk újjáéled.

Egészségünk nagymértékben függ a bélrendszer tisztaságától. És ebből a szempontból bizony teljesen mindegy, hogy lisztérzékenyek vagyunk-e vagy sem.

Ne feledjék! Nem csak a szerelemhez, az egészséghez is a gyomron át vezet az út...

Dr. Renáta Gerová

HÚSZ ÉV BETEGSÉG UTÁN GYÓGYULT



A lisztérzékenység is olyan betegség, amit az emberek szomorúan vesznek tudomásul, majd panaszkodnak, hogy milyen drága a diéta... Csak az nem jut eszükbe, hogy nem kell elfogadni ezt, mint egy stigmát, hanem érdemes tenni valamit, hogy a helyzet megváltozzon.

Sokszor hallottam már: „az orvos azt mondta, ez nem gyógyítható”. A bélbolyhok elcsökevényesedtek, vagy már teljesen sima a vékonybél felülete, tehát nincs visszaút. Aki ezt elhiszi, elfogadja és beletörődik, annak valóban nem tudok segíteni. Elmondok azonban most egy olyan történetet, amelyben másképp alakultak a dolgok.

Lányom egyik ismerőse eljött hozzánk, hogy együtt vegyenek részt egy közös programon. Mint jó házigazda, meg akartam kínálni valamivel, ám közölte, nem biztos, hogy tartok itthon olyasmit, amit megehet. Elmondta, gyerekkora óta lisztérzékenységben szenved. Ennek most már 20 éve. Szigorú diétát tart, mert ha elcsábítja egy-egy falat vagy ital, akkor annak csúnyán megfizeti az árát. Kemény megpróbáltatás ez, főleg társaságban. Nézni, amint mindenki más büntetlenül tömi magába a csábító étkeket, miközben ő előveszi a kukoricalisztből sütött, fűrészpörizű kenyérből készült szendvicset. Hiába tartja a diétát, sportol keményen, az arca beesett, hamuszínű, testalkata soványknak mondható.

Elkezdtem beszélni neki az ENERGY termékeiről, és arról, hogy hasonló esetekben milyen

jó eredményeink vannak. Magam lepődtem meg a legjobban, amikor a fiú azt mondta: „Én hiszek az ilyesmiben, szívesen kipróbálom!” Öregem, te most kezdted el gyógyulni, villant át az agyamon, és már vettem is elő a szekrényből a KOROLEN-t. A teszt azt mutatta, hogy napi 1 cseppet kell használnia kétszeres hígításban. Hiába, 20 év nagy idő, nem lehet csak úgy ajtóstul rontani a házba...

Telt-múlt az idő, már el is felejtettem a fiút, míg össze nem futottam vele az utcán. Azonnal feltűnt, hogy az arca a korábbihoz képest kike-rekedett, színe is élettel telibb. Ekkor már 7 hónapja szedte a cseppeket. Tíz hónap után szól, hogy elfogyott az üveg, szeretné folytatni, mert úgy érzi, sokat segít. Felemeltem az adagját 3 csepre. Nagyon pontosan megtartotta a szüneteket is, és soha nem felejtette el bevenni. Ismét eltelt csaknem egy év, amikor egyszer csak azt látom, hogy a lányom ugrál örömeiben, fülén a telefonnal. Jó hírt kapott: a fiú kezelőorvosa a javulás miatt teljes kivizsgálást rendelt el, és megvannak az eredmények. Teljesen negatív. Az orvos elkezdte visszaállítani a normál étrendre.

Noha a KOROLEN-t még mindig szedi, mert nem meri elhagyni, ennek a fiúnak az esete pél-

da lehet azon szülők előtt, akiknek a gyermeke ebben a betegségben szenved – és persze ama felnőtteknek is, akiknél most jelent meg ez a betegség.

Sokat gondolkodtam azon, vajon ezek az emberek miért nem keresik a megoldást, miért nyugodnak bele állapotuk visszafordíthatatlanságába. A vékonybél meridiánjához tartozó megerősítő mondat így hangzik: „azt teszem, amire szükségem van!” Talán ezek az emberek nem ismerik fel, hogy mire van szükségük, és inkább azt teszik, amit mások mondanak nekik. Nem tudják elfogadni önmagukat, nem találják a helyüket az életben, és nem azzal foglalkoznak, amit úgy hívunk: önmegvalósítás.

Segítsünk nekik, ha tehetjük!

Hiszen tudunk segíteni, mert van KOROLEN-ünk.

Takács Mária
tanácsadó, Zalaegerszeg



VITAE KLUBMAGAZIN
Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik havonta.
Felelős szerkesztő: Kurti Gábor, kurti.gabor@energyklub.hu
Kiadja: Hungary Energy Kft., 1149 Budapest, Róna u. 47/A.
info@energyklub.hu, www.energyklub.hu

Felelős kiadó: Marosi Zoltán ügyvezető igazgató
Nyomdai előkészítés és kivitelezés:
Fingerprint Reklámügynökség, www.fingerprint.hu
Megjelenik: 10 000 példányban.
A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.





ÁNIZS

ILLATOS MÉZESHETEK

Az ánizs, latin nevén *Pimpinella anisum*, egyéves, lágyszárú növény, amely a napsütötte élőhelyet és a laza talajt kedveli. Eredeti előfordulási területein, Egyiptomban, Görögországban és Krétán, illetve Ázsia egyes melegebb részein növekedéséhez ideálisak a feltételek. Napjainkban kereskedelmi célokból termesztik a Balkánon, Indiában, Törökországban, Mexikóban és a Földközi-tenger menti államokban.

Rendkívül széles körben alkalmazható gyógy- és fűszernövény. A gyógyászatban kettős vagy ikerkaszat termését, illetve az abból nyert kivonatokat, készítményeket használják fel (*Anisi fructus*). Édeskésen fűszeres ízének, illatának, valamint jelentős aromatikus tulajdonságainak köszönhetően gyógynövényként, fűszerként, parfümadalékként, gyógyszerek ízjavítójaként és illatosítójaként, továbbá cukrok és alkoholtartalmú italok (ánizspálinka, abszint, ouzo stb.) alapanyagaként is felhasználják. Megtalálható az illatosítóokban és a potpourrikban. Aromaterápiás célokra gyógyhatású illóolajat nyernek ki belőle. Ánizskivonatot találhatunk egyes szájvizekben, szájápoló szerekben és fogkrémekben is.

MÉZESHETEK

Az ókori Egyiptomban már i. e. 1500-ban is természetették, fűszerként használták az ánizst. Értékes tulajdonságai, kivételes gyógyhatásai miatt Keleten a fizetőeszköz szerepét is betöltötte.

Az ánizst az új házások számára hasznos, a nemi vágyat serkentő gyógynövénynek (afrodiziákum) tartották. Azt gondolták, hogy segít megőrizni a fiatalos külsőt, és fokozza a termékenységet.

EMÉSZTŐRENDSZERI PANASZOKRA

Az ánizsmagot – fertőtlenítő, görcsoldó és nyugtató tulajdonságainak köszönhetően – már több ezer éve gyógyszerként alkalmazza az emberiség. Aromatikus tulajdonságai miatt az emberek régebben rágszállták az ánizsmagokat, hogy friss maradjon a leheletük.

Az édesköményhez hasonlóan az ánizs is feltétlenül jótékonyan hat az emésztésre. Javítja az

étvágyat, leállítja a kedvezőtlen folyamatokat a vastagbélben. Jótékony bélfalórát alakít ki. Növeli az epeelválasztást, csillapítja a felfújódást, oldja az emésztőrendszeri görcsöket, a görcsös székrekedést is megszünteti. Fertőtlenítő és baktériumellenes, így hathatós védelmet nyújt az emésztőrendszer fertőző betegségeivel szemben. Ugyancsak jól alkalmazható ételmérgezés, hasmenéssel járó betegségek vagy kólika esetén. Vese- és húgyhólyaggyulladásban fertőtlenítő és baktériumölő hatásait más gyógynövényekkel kombinálva érvényesíthetjük.

Az ánizsmag rendkívül kíméletesen hat a szervezetre, ezért a gyermekgyógyászatban szélhajtó, puffadás elleni, gyomorjavító szerként nélkülözhetetlenné vált. Az ánizstea fogyasztása kifejezetten javasolt a szoptató kismamáknak, mert a növény serkenti az anyatej termelődését, segít megelőzni a kismamák felfújódását, az anyatejet keresztül a babák emésztését is javítja.

A magokból teát lehet készíteni a frissen megtört magok főzésével vagy hasonlóképpen, de tejben elkészítve. Ez az ital nyugtat és ellazít, valamint oldja az emésztőrendszer görcseit, serkenti az emésztőnedvek elválasztását, javítja az emésztést, elősegíti a nyugodt alvást.

LÉGÚTI BETEGSÉGEK

Az ánizs elfolyósítja a váladékot a légzőrendszerben, ezzel megkönnyíti a köpet kiürülését, valamint meggátolja a baktériumok fejlődését. Az ánizstea vagy az ánizsból készített tejes főzet már nemzedékek óta a légúti gyulladásos betegségek egyik legismertebb gyógyítója, számos köhögés elleni keverék része. Az ánizstea már az illatával is, valamint a benne található hatóanyagokkal, illóolajaival képes felszakítani a lerakódott nyákot, segíti a felköhögést, szabaddá teszi az orrüregét, emellett több bakté-

riumtörzssel is elbánik. Szájvizekben, szájápoló szerekben és torokfertőtlenítő tablettákban is gyakran alkalmazzák.

Az aromalámpába csepegtetett illóolajból párolgó ánizs tisztítja a légutakat, fertőtleníti és megnyugtat.

MASSZÁZSOLAJ

Az ánizs külsőleg is alkalmazható ánizsolaj formájában, amit ánizs illóolaj és bármely masszázsolaj összekeverésével kaphatunk. Az ánizsolaj fertőtlenítő hatású, segítséget nyújt apróbb felszíni sérülések, kisebb fekélyek vagy viszkető bőr kezelésében. Helyileg bemasszírozva ki-lazítja, feloldja az izom- és ízületi merevséget, görcsöket. Antireumatikus hatású, ezért bedörzsölő szerek alkotórészeként használható. Az ánizsolajos masszázs nyugtatja a testet és a lelket.

Külsőleg alkalmazva, a fejbőr bedörzsölésével megakadályozható a fejtetű megtelepedése.

MIRE VIGYÁZZUNK?

Az ánizs illóolaj veseizgató hatású lehet, ezért tanácsos az előírt adag betartása. Az ánizsmag fogyasztása során előírt adagok pontos követése az allergiás bőr- vagy légúti túlérzékenységi reakciók elkerülése végett fokozott figyelmet kíván, különösen a kisgyermekeknél, kismamáknál.

Írta:

Tereza Viktorová

Szakmailag ellenőrizte és kiegészítette:
Németh Imréné Éva

