

# vitae

2013/6

[www.energy.sk](http://www.energy.sk)

**Az Energy új teája**  
A sokoldalú Maytenus

**Üzenet a régiektől**  
A nyár és a Pentagram® regeneráció

**Tanácsadók – még több tudással**  
Képzés Veszprémben



## Új tea a klubokban

# Maytenus: a frissesség és a fiatalság forrása

Bemutatjuk az ENERGY termékcsalád legújabb tagját, a MAYTENUS ILICIFOLIA teát. Hazája csakúgy, mint néhány, a klubtagok körében gyorsan közkedvelté vált gyógytea (LAPACHO, UNCARIA TOMENTOSA, CHANCA PIEDRA) esetében, Dél-Amerika esőerdeje, amely folyamatosan tárja fel előttünk természet adta kincseit.



A MAYTENUS ILICIFOLIA (*Espinheira Santa* vagy *Cangorosa* néven is ismert) örökzöld növény, amely akár 5 méter magasra is megnőhet. Bőrszerű levelei tüskés szélűek, virágai sárgászöldek, narancssárga színű termései pedig ellipszis formájúak. Vonzó megjelenésének köszönhetően gyakran különböző parkok és kertek dísznövényeként láthatjuk. Terméseit a madarak előszeretettel csipegetik. Brazíliában őshonos, valamint Paraguay, Uruguay és Argentína erdős, füves területein él.

A napjainkban betakarított ágak, levelek, virágok és termések nagy része nem mesterségesen termesztett, hanem a természetben szabadon élő fákról származik. A növény fiatal ágait a levelekkel együtt, ősszel gyűjtik be. Minden második évben gyűjthető ugyanazon fáról, hogy a növénynek legyen ideje a regenerálódásra.

## DAGANATELLENES ÉS ANTIOXIDÁNS HATÁS

Már az ősi indiánok is ismerték a MAYTENUS ILICIFOLIA leveleiből, kérgéből vagy gyökeréből készített főzet gyógyító hatásait. Elsősorban emésztési problémáknál, gyomorfekélynél, gyomorégésnél alkalmazták, de segítségül hívták bőrproblémák, kiütések, nehezen gyógyuló sebek, légzőszervi problémák, húgyúti gyulladások esetén, valamint a máj- és veseműködés meg erősítése céljából is. A mai napig eredményesen

használható a nők menstruációs ciklusának beállítására és a változókör nem kívánatos tüneteinek enyhítésére.

Számos olyan fontos összetevőt, vitamint és ásványi anyagot tartalmaz, amely az emberi szervezet működése számára nélkülözhetetlen. A levelek kalciumban, magnéziumban gazdagok, jótékonyan befolyásolják a csontok szilárdságát, az ízületek rugalmasságát, az alsó végtagok vizesedését (ödéma).

A növény a XX. század 60-as éveiben több klinikai kísérleten is átesett, amelyek során bizonyították daganatellenes, antioxidáns, bakterium- és vírusellenes hatását. A szakértők és a nyilvánosság érdeklődését elsősorban azok az összetevők keltették fel, amelyek a növény leveleiben található, *cangorinnak* nevezett terpén anyagok jelenlétét bizonyítják. Hatóanyagai a különféle daganatos betegségek, elsősorban a bőrrák és a vérrák (leukémia) terjedését akadályozzák meg.

## HOZZÁJÁRUL A CSONTRITKULÁS MEGELŐZÉSÉHEZ

Ismertté vált az is, hogy a levelek fitoösztrogént tartalmaznak, amely csökkenti a csontritkulás kialakulásának kockázatát, jótékonyan befolyásolja a hormonrendszer működését, és lassítja a sejtek öregedését, azaz egyfajta „fiatalító elixírként” hat. A MAYTENUS ILICIFOLIA főleg a hölgyek körében népszerű, mert a csontritkulás náluk gyakrabban fordul elő, de az üde, fiatal külső megőrzéséhez is hozzájárul a fogyasztása.

Hatékonyan erősíti az immunrendszert, csökkenti a magas vérnyomást, támogatja az ere-



ket. Tisztítja a vért, segíti a vérkeringést. Nyugtatja az elmét, és csillapítja a fájdalmat. Szabályozza az emésztést, csökkenti a gyomor savtartalmát (reflux), enyhíti a gyomorégést, oldja a görcsöket. Segíti az anyagcserét, tisztítja a vesét és a mellékvesét, támogatja a húgysav kiválasztását a szervezetből, ezért előnyösen alkalmazható köszvényes panaszoknál. Csillapítja az asztma és egyéb légúti betegségek tüneteit. Felgyorsítja az akne, az érgyulladás, valamint a lábszárfelekély gyógyulását. Ilyen esetekben javasolt a növény borogatás formájában történő, külső használata.



## ELKÉSZÍTÉSE

Leveleiből egyszerűen és gyorsan készíthetünk ízletes teát.

*Elkészítése:* 3/4 liter, forrásban lévő vízbe szórjunk 3 teáskanálnyi szárított teafüvet, lassú tűzön további 3 percig főzzük, aztán szűrjük le. Az így elkészített mennyiséget egész napra egyenletesen elosztva fogyasszuk el.

Rendszeres fogyasztás mellett 3 hét után 1 hét szünet betartása javasolt.

*Figyelem! Ellenjavallott 3 éves kor alatt, valamint várandós és szoptató kismamák számára.*

A teának kellemes illata, frissítő, könnyed, citrusos, parányit diós íze és agyagos színe van. Nyugodt és harmonikus hangulatot teremt.

Hazájában gyakran isszák a hagyományosnak számító *maté teával keverve*, amelyet élénkítő hatásai miatt sokan kedvelnek és fogyasztanak. A két növényből készített tea energiát és életerőt ad, segíti a memóriát, a tanulás folyamatát, fontos vitaminokat és ásványi anyagokat biztosít, javítja az emésztést.

Ezért érthető, hogy ezt a keveréket nemcsak „a fiatalság elixírjének”, hanem gyakran „az optimizmus italának” is nevezik.

Írta és összeállította:

**Zlataše Knollová**

Szakmailag ellenőrizte és kiegészítette:

**Németh IrménÉ Éva**

# Veszprémi ENERGY rendezvény

Az idei évben immár második alkalommal és még nagyobb sikerrel rendeztük meg 2013. április 20-án Veszprémben az *Anyák és Nők Napját*.

A rendezvényen *A stressz, a túlsúly és a nőgyógyászati betegségek összefüggései* címmel Mezei Tünde veszprémi klubvezető tartott előadást. Ezt követően Rácz Brigitta kineziológus *Természetes módszerek a depresszió kezelésére, megelőzésére* címmel tartott előadásában emelte ki az

ENERGY termékei által nyújtott lehetőségeket, megoldásokat.

A rendezvény teljes ideje alatt a kiállítói térben a látogatók megismerhették az ENERGY készítményeit, és igénybe vehették az ingyenes tanácsadást.

Ezúton köszönjük a cégvezetésnek, hogy támogatja az ilyen és hasonló rendezvények létrejöttét.



# Júniusi ajánlatunk

Júniusban már trópusi meleg várható. A hőség az első dekád vége felé, majd pedig 20-a környékén csap le leginkább. A két időpont között az időjárás enyhül valamelyest, sőt lehül, és a hónap vége felé ugyancsak elviselhetőbb hőmérséklet vár minket, illetve elég sok lesz a csapadék. Az időjárás tehát kedvez a hét végi kirándulásoknak, a hosszú hétvégéknek, a nyaralásnak.

Kirándulásokra és a mindennapokra júniusban ideális a **FYTOMINERAL**. Néhány csepp tiszta vízbe, mondjuk az erdei vagy hegyi forrás áttetsző vízébe csepegtetett **FYTOMINERAL** elűzi a fáradtságot, feltölti szervezetünket a szükséges ásványi anyagokkal, mi pedig ennek köszönhetően képesek leszünk végigmenni a legnehezebb turistaútvonalakon is.

Hazatérve pedig a lábunkkal szinte csodát tesz egy jó kis **BALNEOL**-os fürdő.

A nyaralás legnagyobb ellenségei a szezonális megbetegedések. Kialakulásukat megelőzhetjük a **FLAVOCEL**-lel. A **GREPOFIT SPRAY** abban lesz segítségünkre, hogy a kezdődő kellemetlen tünetek (torokfájás, orrvizketés vagy akár egy enyhe nátha) ne váljanak súlyosabbá. A spray azonnali használata rendszerint „elűzi a sötét felhőket”.

Ha viszont nem sikerült a bajt rögtön az elején torkon ragadni, és a panaszok erősödni kezdenek, vegyük elő a **DRAGS IMUN**-t. Ezt a készítményt soha ne felejtsük otthon! Segítséget nyújt rovarcípés, esetleg bőrsérülések esetén, emellett áldásos hatásait a számunkra esetleg szokatlan konyha okozta bélrendszeri problémák megszüntetésére is kihasználhatjuk.

(Joa)



## A TARTALOMBÓL

Barta doktornő a daganatokról	4
Tanácsadók képzése	5
Netes tippek	6
Klubelőadások, más programok	7
Kis Éva hajgyógyászati sorozata	8-9
Takács Mária blogjából	9
A nyár és a Pentagram	10-11
Méregtelenítés, dr. Czinege László cikke	12-13
Tanulás sorozatunk	14
Kora nyári receptek	15
Gyógynövények: mesterlapu	16

Marosi Zoltán előadása, kitüntetésé

## „Az elismerés a teljes ENERGY csapat munkájának gyümölcse”

Első alkalommal ért a megtiszteltetés, hogy részt vehettem a Magyar Természetgyógyászok Szövetsége XX. jubileumi Természetgyógyászati Kongresszusán mint előadó. Örömmre szolgált, hogy az érdeklődőkkel megoszthattam gondolataimat és az ENERGY készítményekkel kapcsolatos tapasztalataimat.



A rendezvény kitűnő időzítéssel, meleg hangulatú, elegáns és egyben családi környezetben, nyitott, őszinte hangulatban zajlott. A remek időbeosztással összeállított, színvonalas előadások mély szakmai és emberi benyomást tettek rám.

Életem meghatározó momentuma és nagy megtiszteltetés volt számomra átvenni a *Természetgyógyászati díjat*! Munkámban napról napra közvettem az ideát, hogy az a hit, ami a cselekedetek mellé nélkülözhetetlen – az, hogy *van értelme* – soha nem aludhat ki!

Számomra a díj sikere közös. A Magyar Természetgyógyászok Szövetségének elismerése minden ENERGY Klub vezetőjének és aktívan közreműködő munkatársának szól! A szolgálatról, az alázatról szól, és a színvonal további emelésére ösztönöz.

A teljes ENERGY csapat elhivatott, lelkes, szeretetteljes munkájának gyümölcse.

A szövetség szakmai elismerése munkámhoz további motivációt jelent, a kongresszuson tanultak pedig hatalmas segítséget nyújtanak.

A Magyar Természetgyógyászok Szövetsége a kongresszuson a következő szakembereket díjazta még: *dr. Bertha András*, kutató, gyógyszerész, toxikológus, felfedező, valamint *dr. Fauszt Teréz* belgyógyász-kardiológus főorvos.





## A daganatok és az ENERGY (2.)

# Még egy szerencsés kimenetelű történet

A *Vitae* legutóbbi számában P. D. úr történetét olvashatták. Hogy miért is írtam meg? Nos, nemrégiben felhívtam egykori páciensem, hogy ajánljak készítményeket a beteg fia számára. Mivel már régóta nem hallottam semmit róla, nagyon örültem, hogy ismét jelentkezett. Annak idején ő is azok közé tartozott, akiknek az életkilátásai nem éppen a legjobbak voltak.

Emellett az ENERGY termékei „magasabb” szinteken is segítő kezet nyújtanak (a hatások ugyanis az energetikai szintről átlépnek a lelki és szellemi szintre). Harmonizálják a szervezet

A hölgy III. B stádiumú mell-daganatát 1995-ben diagnosztizálták. A daganat eltávolítása után sugárterápián esett át, amit a daganat hisztológiai típusa, valamint rosszindulatúságának foka miatt kemoterápiának kellett volna követnie. Ám a hölgnél komoly probléma adódott: kiderült, hogy a csontveleje hypoplastikus, alacsony a fehérvérsejt-termelési képessége és a vérlemezkék száma.

### KÉRDÉSES KEMOTERÁPIA

A kemoterápia tervezése ilyen feltételek mellett legalábbis kérdéses, mert javulás az adott kezelés után sem volt várható. Így maradt a hormonális kezelés, valamint támogató módszerként alkalmaztuk az enzimterápia nyújtotta lehetőségeket, illetve az abban az időben elérhető természetes étrend-kiegészítőket.

A hölgy 1997-ben kezdte fogyasztani az ENERGY készítményeit, olyan sorrendben, ahogy azok egymás után megjelentek a cég kínálatában. Nagyjából a készítmények használatának második évében kezdett el emelkedni a fehérvérsejtszám és a vérlemezkék száma, mígnem elérte a normális határértéket. Ezt az alatt a 9 év alatt, amíg volt szerencsém a páciens állapotát folyamatosan ellenőrizni, sikerült is fenntartani.

A hölgy, állítása szerint, ma is nagyon jól van. Az ENERGY készítményeit hosszú távon alkalmazta. Szedte a Pentagram® koncentrátumokat, a DRAGS IMUN-t, a CYTOSAN-t, a VITAMARIN-t – mindezt a megelőzés (prevenció) jegyében.

### AZ ENERGY NYÚJTOTTA TÁMOGATÁS

Most biztosan sokakban felmerül a kérdés: ezek szerint az ENERGY készítmények annyira csodálatosak, hogy elég csak fogyasztani őket, és biztosan meggyógyulunk? Nem. A készítmények nem csodaszerek, és a gyógyulás nem kapcsolható össze csupán azzal, hogy valaki szedi-e őket...

A gyógyulás folyamata több tényezőtől tevődik össze, ám az egyik legfontosabb szerepe az emberi szellemnek és léleknek, az érzelmeknek (a negatív érzelmek számlájára írhatók a kóros elváltozások is), a saját gyógyulásunkba vetett hitünknek, valamint az élni akarásnak van. Természetesen a jó fizikai kondíció és a regeneráló folyamatokhoz szükséges, megfelelő mennyiségű tápanyag jelenléte ugyancsak elengedhetetlen.

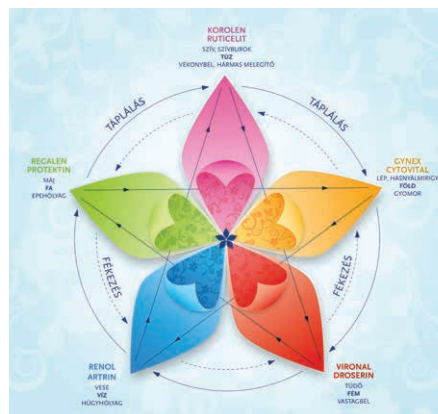
A betegség következtében, a kivizsgálások és a gyógykezelések miatt fizikailag meggyengült szervezet – támogató készítmények segítségével – nem lesz képes „összeszedni” magát. A léleknek már önmagában az is elég nagy „pofont”



jelent, hogy a beteg sorsa idegen emberektől függ – és ilyenkor még annak tudata sem elég, hogy ezek az emberek segíteni akarnak –, mert elvesztette (jóllehet csak ideiglenesen) az önnön magáról való gondoskodás képességét.

A beteget ráadásul óriási nyomás alá helyezik a betegségéről szerzett információk, és a helyzet csak romlik, hiszen a kórházi környezetben egészen biztosan találkozik reménytelen esetekkel. Ezért csak nehezen tudja támogatni szervezete öngyógyító folyamatait, amelyek minden kétséget kizáróan léteznek.

Mindenek következtében energetikailag is meggyengül a szervezet, létrejön egyfajta „örögi kör”, amiből igencsak nehéz kikerülni. Pontosan ez az a pillanat, amikor már mindenképpen elő kell venni a támogató készítményeket. Mert a bennük lévő anyagok fizikai szinten segítenek, a bioinformációk és más gyógyító rezgések energetikailag, illetve az irányító központok szintjén serkentik az egyes energiapályákat.



működését, így a páciens könnyebben viseli majd a különböző terheléseket, legyenek azok bármilyen jellegűek.

„Csak” ezt, „csak” ennyit tudnak az ENERGY készítményei. Nem tesznek csodákat, de hozzásegítik a beteget, hogy ő maga létrehozza a saját csodáját, a gyógyulás varázslatát, éljen azzal a képességével, amit mindannyian a Teremtőtől kaptunk. Csak annyi kell, hogy ezt a tudományunkat „elő tudjuk bányászni”, amikor éppen szükséges, elő tudjuk venni a rég elfelejtett, „mélyre ástott” képességeink halmazából.

### LÉTÜNK AJÁNDÉKAI

Egész biztosan vannak esetek, amikor a végkimenetel a legkülönbözőbb okok folytán nem szerencsés (kezdve a „karma”, vagyis a sors szférájába tartozó okoktól, egészen a betegség előrehaladott állapotáig). Ám az ENERGY készítményei ilyenkor is legalább enyhíthetik a tüneteket, és megkönnyíthetik a Léleknek a létezés egy másik formájába történő átmenetét.

Kimondhatatlanul hálás vagyok minden páciensem gyógyulásáért, illetve hálás vagyok azoknak is, akiknek nem sikerült. Mindannyian megtanítottak arra, hogy tiszteljem és becsüljem a sikerhez vezető út minden egyes lépését, legyen azok bármilyen parányiak is. Emellett megtanítottak a létezés ajándéka iránt érzett mély alázatra.

Az ENERGY készítményei is vitathatatlanul ilyenek.

Létünk ajándékai.

**Dr. Barta Gizella**  
onkoradiológus szakorvos  
Komárno

## Sikeres új kezdeményezés

## Tanácsadók képzése Veszprémben

Sokunk öröme április 26-án Veszprémben 25, sikeresen vizsgázott ENERGY tanácsadó kolléga vehette át oklevelét Marosi Zoltán ügyvezető igazgatótól. 2012 novemberében indult útjára az egyedülálló tanácsadó-képzési program, amit veszprémi klubvezetőként magam kezdeményeztem.



A történetnek személyes okai vannak. Életemben elérkezett ugyanis egy olyan időszak, melyhez a változásokot el kellett kezdenem, és ez nem más, mint a családalapítás gondolata. A Padma házat 2006-ban hoztam létre, és azóta szorgalmasan dolgozunk az emberek egészségéért és tudatosabb életviteléért. Ehhez a filozófiához kapcsolódott hozzá immáron 5. éve az ENERGY cég és termékei.

## A PADMA HÁZ KÜLDETÉSE

Az étrend-kiegészítők mai piacának zűrzavara és túlkínálata közepette az ENERGY-ben találtam meg azt a küldetést, mellyel nagyon szívesen azonosultam. Jómagam és kollégáim is kitartóan és egyre nagyobb szorgalommal dolgozunk terápiás folyamatainkban – legyen az masszázs, kineziológia, tanácsadás stb. –, és a készítményekkel is nagyon szép eredményeket érünk el.

A Padma ház küldetése, hogy emberek sokaságának segítsen egy kiegyensúlyozottabb, egészségesebb élet megvalósításában. Így a velünk dolgozó kollégákkal sütizés, teázás mellett rendszeresen konzultálunk, hogy még jobban tudjuk szolgálni az emberek életminőségének javítását. Az elmúlt 7 évben végzett terápiás munkám folyamán az emberi test és lélek kapcsolatában rengeteg összefüggésre jöttem rá, és ezeket a cseppek energoinformációs rendszerével párhuzamba tudtam állítani. Az említett összefüggések nincsenek leírva a tanácsadói füzetekben, termékkatalógusokban, hiszen ha szkeptikus ember ilyeneket olvasna, akkor könnyen kuruzslásnak, szemfényvesztésnek minősítené mindazt, amivel foglalkozunk.

Ezért ezekről a tapasztalatokról, összefüggésekről a képzés keretében beszéltem az arra nyitott embereknek. A hozzánk forduló kliensek már hozzászórtak, hogy a termékek mellé mindig kapnak néhány értékes gondolatot életfilozófiájuk megújításához, egészségük alakulásának lelki, gondolkodásmódbeli háttérhez.

## AMI A KATALÓGUSOKON TÚL VAN

Mivel elég egyedi módon közelítem meg ezt a kérdést, úgy döntöttem, hogy megosztom a tudásomat és a tapasztalataimat a „katalógusokon túlról”! 😊 Kiküldtünk egy hírlevelet, és egy klubelőadáson is beszéltem erről a lehetőségről. Mindennek eredményeként 2012 novemberében

25 fővel elindult az ENERGY tanácsadó képzés. Számomra is meglepő volt a létszám, nem gondoltam volna, hogy ennyi embert érdekelhet a gondolkodásmódom, tapasztalatom. Ez nagyon jólesett! 😊

A képzés tematikáját a következők szerint állítottam össze:

- ❖ Pentagram® regeneráció;
- ❖ Terméismeret;
- ❖ Esettanulmányok;
- ❖ Csakrák, szervóra, belső elválasztású mirigyek;
- ❖ Személyiség tipológia;
- ❖ Numerológiai alapismeretek;
- ❖ Numerológia és szervválasztás;
- ❖ Esettanulmányok/tesztírás

A képzéseket 2-3 heti rendszerességgel tartottam, és alkalmanként 3 órát töltöttünk együtt. Ez azt jelenti, hogy 9 x 3, tehát összesen 27 órára került sor!

A személyes találkozókkal párhuzamosan a résztvevők elsőbbséget élveztek a kérdéseikkel, melyeket e-mailben konzultáltunk meg, és minden képzés után lehetőségük nyílt, hogy tapasztalataikat megosszák, kérdéseket tegyenek fel.

Nagyon büszke vagyok minden résztvevőre, mert szorgalmasan és kitartóan fejlődtek mind az ENERGY-vel kapcsolatosan, mind saját önismeretükben. Hiszen egy tanácsadó ugyan miként adhatja tanácsot, ha nem ismeri saját magát és a közvetlen környezetét, családjával nem ápol szeretetteljes, örömteli kapcsolatot? A mai világban már csak fáklavivőként lehet utat mutatni az embereknek, és fáklát csak azok vehetnek a kezükbe, akik elég erősek és hitelesek a saját életükben. Ez az én hitvallásom, és e szerint is élek.

Hogy a képzés végére mit kaptak – ma már méltán mondhatom – a kollégák? Idézek tőlük: „Az igazi Mester nem az, akinek a legtöbb tanít-

ványa van, hanem az, aki mellől Mesterek kelnek útra...”; „Köszönöm a sok szeretetet, figyelmet, tudást, amit az elmúlt hónapokban kaptam tőled. Így jobban megismerhettem az ENERGY-t, az embereket és magamat is.”; „Külön szeretném megköszönni, hogy nem sablon dolgokat tanítottál, hanem csupa olyasmit, amit az életünk bármely területén használhatunk.”; „Minden egyes alkalmat izgatottan vártam, soha nem csalódtam, igazi feltöltődés volt.”; „Utat mutattál önmagamhoz és ahhoz, hogy mit kezdjek ebben az életemben. Nagyon köszönöm a sok energiát, tudást és támogatást.” „Köszönöm Neked, hogy mindig olyan közel vezetsz a saját tudásom birodalmának kapujához, amennyire csak engedem!”

## SOKKAL TÖBB, MINT EGY TERMÉKCSALÁD

S mindezeket túl a kollégák rádöbbenek: az ENERGY sokkal több, mint egy termékcsalád! Filozófia, támasz, lehetőség – és sorolhatnánk még a jelzőket, melyekkel a képzés végén újdonsült kollégáink elismerték az ENERGY rendszerét. A 6 hónap alatt nagyon lelkes, hasonló gondolkodású emberekből álló csapat kovácslódott, akik elkötelezték magukat az ENERGY és a továbbfejlődés mellett, így a kapcsolat folyamatos maradt köztünk online módon, illetve havi rendszerességgel tartott továbbképzések formájában. 😊

A képzés sikerességére való tekintettel és az újabb megkereséseknek köszönhetően terveink szerint szeptembertől ismét útjára indítjuk alapképzésünket.

Ezúton is köszönetet mondok Marosi Zoltán ügyvezetőnknek, aki jelenlétével és az oklevelek átadásával emelte a záróbulink színvonalát, elismerve ezzel a résztvevők kitartó munkáját.

Mezei Tünde

ENERGY klubvezető, Veszprém





Válaszolnak a természetgyógyászok

# Tanácsadás a neten

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



## KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

Tavaly nyáron nap-pollen kontaktallergiás tüneteim voltak, a nyakamon és a dekoltázson apró piros tühegynyi pöttyökből álló, összefüggő pirosas és viszkető bőrfelület jelent meg. A PROTEKTIN krém jól bevált a pirosság és a viszketés kezelésére, szinte tünetmentessé tételére. Télen is használtam, mert néha a viszketés előjött, annak ellenére, hogy nap nem érte. Folytatni szeretném a krém alkalmazását, de szeretnék használni valamilyen fényvédő krémet a sugárzás ellen. Kérdésem: a PROTEKTIN krém felkenése után mennyi idővel használhatnám a fényvédő krémet ugyanazon a felületen?

*Érdemes a fényvédő krémet használni először, aztán ahogy beszívódik, máris kenhető rá a PROTEKTIN. Akár össze is lehet tenyérben keverni. Amikor erős a nap, akkor nem szabad*

*kimenni napra. Csak a délutáni, 16 óra utáni napozás ajánlott, vagy még később. Ha erős a napallergia, akkor ebben az időszakban, de csak fa alatt szabad napra menni, vagy egyáltalán nem szabad napozni.*

*Kiválóan véd a naptól az indiai stílusú, szellős szövésű, vékony ruhaanyag, amelybe az egész testet betakarhatjuk. Hosszú ujjú felső, hosszú nadrág vagy hosszú szoknya. A fejre kendőt is köthetünk, de széles karimájú napkalap is jó. Napozás után, ha megfűrdtünk, újra ajánlott a PROTEKTIN krém használata.*

*Belsőleg sok sárgarépa fogyasztása segíthet még. A REGALEN készítmény szedése sok embernél javította már a napallergiás állapotot.*



## RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA

Crohn-betegség esetén milyen termék fogyasztása lenne hatásos, és mennyi ideig tartson egy kúra?

*Ma már az orvostudomány képviselői is megegyeznek abban, hogy a Crohn-betegség háttérében lelki probléma áll. Ezért a gyógyulás módja és ideje is egyénre szabott és nehezen prognosztizálható! Sajnos nem lehet csak bizonyos szerek szedésével megszüntetni az állapotot.*

*Javaslom, hogy keresse fel a lakóhelyéhez közeli ENERGY klubot, ahol a klubvezető tanácsadó szívesen segít megfelelő terapeuta ajánlásával. Honlapunkon, További munkatársaink között is talál kiváló szakembereket.*

*Az ENERGY készítményei közül általában a következőket szoktam javasolni: KOROLEN, VIRONAL, DRAGS IMUN, IMUNOSAN, CYTOSAN, FYTOMINERAL, VITAMARIN, FLAVOCEL, SPIRON spray, BALNEOL fürdőolaj.*

*Nagyon jó eredményeket érnek el a betegség végleges gyógyításában a homeopata orvosok is.*

## Viszkető foltok a fejbőrön

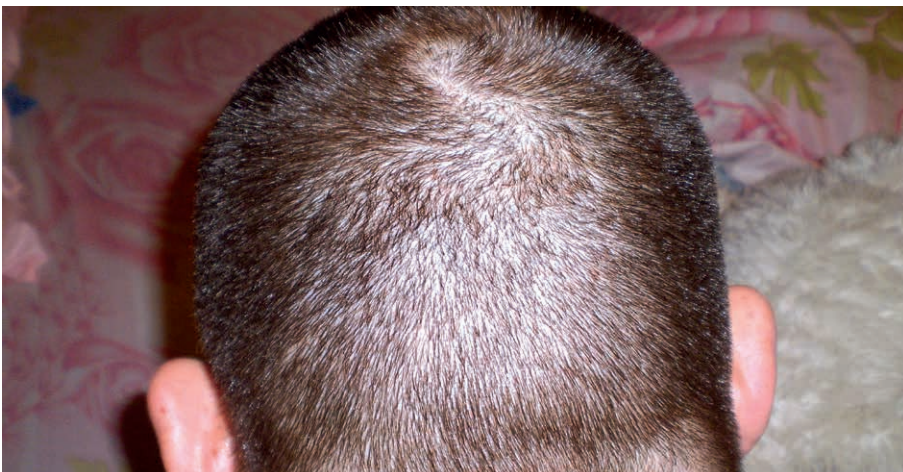


Férjem feje szörnyen viszketett, és tele volt piros foltokkal, Kérte, hogy fényképezzem le, hadd láthassa ő is. Elég csúnyán festett.

Az AUDIRON cseppet ajánlottam neki, hiszen az baktérium-, vírus- és gombaellenes hatású. Esténként kentem neki, és a foltok 5 nap után eltűntek.

Szeretném a fotókat megosztani másokkal is, hogy bizonyítékul szolgáljanak az AUDIRON sokoldalú hatékonysága mellett.

**Horváthné Németh Krisztina**  
Zalaegerszeg



## TIPPEK KÜLFÖLDRŐL

Hogyan használhatom a STIMARAL-t vagy a KOROLEN-t szoptatás alatt?

*Indokolt esetben szedjen naponta 1-2 x 2 cseppet, de szoptatáskor (nem csak terhesség alatt) inkább a zöld élelmiszerek, a VITAMARIN, a FYTOMINERAL használatát javasolom – ezek hatásmechanizmusukkal támogatják a szervezet megfelelő kondícióját. A koncentrátumok alkalmazását csak abban az esetben ajánlom, ha az egészségügyi állapot valóban azt kívánja.*

**Dr. Barta Gizella**

\*\*\*

7 éves kisfiamnál figyelemzavart diagnosztizáltak. Mivel az iskolában nagyon hamar elfáradt, reggelente elkezdtem neki adni 2 csepp STIMARAL-t. Ez a kisfiamnak valóban jót tett, képes hosszabb ideig figyelni, a tanító néni is elkezdte dicsérni, és látja rajta a változást. Adhatom a fiannak a STIMARAL-t hosszú távon? Vagy inkább csak akkor szedje, ha iskolába megy, és hétvégenként szüneteltesük?

*A STIMARAL-t adja a kisfiának 3 hétig, majd tartsanak 1 hét szünetet, és utána ismételjék meg a kúrát annyiszor, ahányszor az üvegse tartalma engedi.*

**Dr. Renáta Gerová**

# Energy klubok előadásai, rendezvényei

## BUDAPEST 2.

ENERGY Klub Zugló, XIV. Stefánia út 81.

*Minden kedden 11-14 óráig* ingyenes orgonkezelés.  
*Minden hétfőn és csütörtökön* 10-15 óráig ingyenes műszeres termékbemérés.

*Minden hétfőn és csütörtökön* ingyenes Candida szűrés.

*Mindennap* ingyenes tanácsadás a hajproblémákkal, fejbőrpanaszokkal kapcsolatban.

*Minden hónap első péntekjén* ingyenes hormon-egyensúly tanácsadás.

Előzetes bejelentkezés:

kiseva@nicehajgyogyaszat.hu

További info: **Kis Éva** klubvezető, 06-30/754-5417,

**Kertesi Csilla**, 06-30/754-5416.

Aktuális csoportos klubfoglalkozások:

www.nicehajgyogyaszat.hu

## BUDAPEST 4.

ENERGY Klub Buda, 1027 Budapest,

Horvát u. 19-23. fsz.

*június 7., péntek, 17 óra*

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Fókuszban a GYNEX és a CYTOVITAL KRÉM. Felkészülés a nyárra: mire ügyeljünk, mire figyeljünk (nyári megfázás, napozás, csípések, sebek ellátása), ENERGY úti patika. További információ és a részvételi szándék bejelentése **Koritz Edit**nél, 06-20-504-1250. A terem korlátozott befogadóképessége miatt a részvételi szándékot telefonon kérjük jelezni!  
0620/504 1250, energybuda@energyklub.hu

## BUDAPEST 5.

Energy Belváros Klub, 1085 Budapest, VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12.

*június 4., kedd, 17 óra*

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Felkészülés a nyárra: mire ügyeljünk, mire figyeljünk (nyári megfázás, napozás, csípések, sebek ellátása), ENERGY úti patika.

*június 18., kedd, 17 óra*

**Dr. Czinege László** orvos-természetgyógyász, toxikológus, ENERGY tanácsadó előadása: Szervezetünk enzimmraktárainak jelentősége, feltöltésének lehetőségei az ENERGY termékek segítségével.

Klubtagoknak ingyenes mérések, előzetes bejelentkezéssel:

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

További állapotfelmérési lehetőségek és terápiás kínálatunk:

Talpdiagnosztika, arcdiagnosztika, állapotfelmérés az 5 elem tan alapján, csakrák energetikai állapota, szaktanácsadás. Biorezonanciás vizsgálat lehetősége Sensitiv Imago készülékkel.

Rife frekvenciaterápia: *pénteken 16-19.30 óra, szombaton 12-15 óra között*. A hangfrekvencia-terápia konkrét betegségekre, csakraharmonizációra, relaxációra stb. kínál megoldást.

Szerdánként homeopátiás szaktanácsadás, tartja **dr. Túri Katalin** homeopátiás orvos, tüdőgyógyász, ENERGY tanácsadó.

Csütörtöki napokon Mozdulj-lazulj rendezvényünk keretében rendhagyó jóga. Előzetes bejelentkezés, további információ: **Németh Imréné Éva** klubvezetőnél.

Újdonság! Hellinger-terápia (családállítás) *június 22-23. (szombat vagy/és vasárnap) 9-17 óra között*. Vezeti: **Bene Zsuzsa** családfelállító terapeuta. Egyéni terápiára is van lehetőség klubtagoknak, *szerdai napokon 12-20 óra között*, időpont-egyeztetéssel. Bővebb tájékozódás a [www.hellinger-terapia.hu](http://www.hellinger-terapia.hu) honlapon.

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

E-mail: [energy.belvaros@gmail.com](mailto:energy.belvaros@gmail.com)

## DEBRECEN

Nagy Lajos király tér 1-5., Technika Háza I. em. Nagyterem

*június 10., hétfő, 18 óra*

**Dr. Rideg Sándor** pszichiáter, neurológus, addiktológus főorvos, ENERGY szakoktató előadása: Az allergia nem gyógyíthatatlan. ENERGY készítmények alkalmazása allergia esetén.

További info **Kovácsné Ambrus Imola** klubvezető, természetgyógyász: 0630/458-1757 és **Kovács László** 0630/329-2149,

e-mail: [info@imolaenergy.hu](mailto:info@imolaenergy.hu), [www.imolaenergy.hu](http://www.imolaenergy.hu)

## KAZINCBARCIKA

Barabás M. u. 56.

Klubnapok *minden szerdán 16-18 óráig*.

További információ: **Ficzere János** klubvezető.

0630/856-3365, [fj58@citromail.hu](mailto:fj58@citromail.hu)

## KECSKEMÉ

Inkubátorház, Oktatóterem

*június 28., péntek, 17 óra*

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Felkészülés a nyárra: mire ügyeljünk, mire figyeljünk (nyári megfázás, napozás, csípések, sebek ellátása), ENERGY úti patika.

További info **Mészárosné Lauter Erzsébet** klubvezetőnél, +36 76/324-444, [fitoteka@freemail.hu](mailto:fitoteka@freemail.hu)

## MISKOLC

*Június 3.-án, hétfőn 15-17 óra között* ingyenes számítógépes állapotfelmérést és orvosi tanácsadást tartunk.

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

Bejelentkezés **Ficzere János** klubvezetőnél a 30/856-3365 telefonszámon.

## NYÍREGYHÁZA

Egészségügyi Főiskola, Sóstói út 2-4. A ép., 1. em.

*június 13., csütörtök, 17.30*

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Felkészülés a nyárra: mire ügyeljünk, mire figyeljünk (nyári megfázás, napozás, csípések, sebek ellátása), ENERGY úti patika.

## SZEGED 2.

Csongrád megyei Iparkamara, Párizsi krt. 8-12.

*június 14., péntek 18 óra*

**Dr. Rideg Sándor** pszichiáter, neurológus, addiktológus főorvos, ENERGY szakoktató előadása: Agyi működési zavarok okai, kezelési lehetőségei ENERGY készítményekkel.

## SZENTES

Városi Könyvtár, Kossuth u. 33-35.

*június 14., péntek, 18 óra*

**'Dr. Rideg Róbert** természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Bélbaktériumok (pre- és probiotikumok) egészségmegőrző szerepe, fókuszban a PROBIOSAN.

További info: **Fábján Julia** klubvezető, 0630/955 0485 [metafor@vnet.hu](mailto:metafor@vnet.hu)

## SZÉKESFEHÉRVÁR

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

*június 3., hétfő, 17 óra*

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktatóval beszélgetés az ENERGY termékeiről, terméktapasztalatok.

További info **Ostorháziné János Ibolya** klubvezetőnél, 0620/568-1759, [janosi.ibolya@gmail.com](mailto:janosi.ibolya@gmail.com)

## SZOLNOK

Borostyán Művelődési Ház, Szapáry út 23. I. em.

*június 3., hétfő, 17.30*

**Dr. Rideg Sándor** pszichiáter, neurológus, addiktológus főorvos, ENERGY szakoktató előadása: Fókuszban a tej- és a lisztallergia. A szervezet támogatása az allergia leküzdésében az ENERGY-termékek segítségével.

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

## VESZPRÉM

Megyei Ker. és Iparkamara, Budapesti u. 3.

*június 6., csütörtök, 17 óra*

**Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktatóval beszélgetés az ENERGY termékeiről, terméktapasztalatok.

Érdeklődni, jelentkezni lehet a Padma Ház elérhetőségein: Belvárosi Üzletház, I. emelet (Szegelethy u. 1.), 0630/ 488 4973, [info@padmahaz.hu](mailto:info@padmahaz.hu)

## ZALAEGRSZEG

ENERGY Klub, Mártírok u. 17.

*június 4-én (kedd) 17-18: Mit tehetsz magadért? Földelés.*

*június 11-én (kedd) 17-18: Egyensúly az 5 elemmel: Tűz.*

*június 12-én (szerda) 17-18. Személyes termék-tanácsadás.*

*június 18-án (kedd) 17-18: Parazitaszűrés.*

*június 19-én (szerda) 17-18: Belső gyermek.*

*június 25-én (kedd) 17-18: Személyes termék-tanácsadás.*

Helyszín: Zalaegerszeg, Mártírok u. 17. ENERGY Klub. A meghirdetett programokat kizárólag az ENERGY Klub tagjai és hozzátartozóik vehetik igénybe. A programok a résztvevők számára ingyenesek.

A programokat vezeti: **Takács Mara** klubvezető.

Érdeklődni: 70/60-777-03 vagy

[mara.energy@gmail.com](mailto:mara.energy@gmail.com), [www.maraboszi.hu](http://www.maraboszi.hu)

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

### Az Energy országos klubhálózata:

Budapest: 061/354 0910, +3620/261 2243 – Debrecen: +3630/458 1757 – Győr: +3620/395 2688 – Kalocsán és Baján: +3630/326 5828 – Kazincbarcika: +3630/856 3365 – Kecskemét: +36 76/324-4444 – Keszthely: +3630/560 7785 – Miskolc: +3630/856 3365 – Nyíregyháza: +3620/427 5869 – Pécs: +3630/253 1050 – Siófok: +3620/314 6811 – Szeged: +3630/289 3208 és 0662/480 260 – Szentes: +3630/955 0485 – Székesfehérvár: +3620/568 1759 – Szolnok: 0656/375 192 – Szombathely: +3630/534 2560 – Veszprém: +3630/488 4973, +3670/703 7489 – Zalaegerszeg: +36 70/60-777-03



## Hajgyógyászati sorozatunk (3.)

# Férfias kopaszodás: nem csak hormonális eredetű lehet

A férfiak hajhullása, kopaszodása, hajritkulása a szakirodalom szerint 95%-ban androgén alopecia, vagyis androgenetikusan eredetű. Az androgenetikusan hajhullás elsődleges oka az öröklött tulajdonságok között keresendő, legalábbis ez az orvosok véleménye. A mi tapasztalataink nem ezt mutatják, így véleményem szerint van remény a megoldásra, csak meg kell keresni a probléma valódi okát.



A prosztatában, a hajtüszőkben, a szőrtüszőkben van egy enzim (5-alfa-reduktáz), amely a tesztoszteron hormont dihidro-tesztoszteronná (DHT) alakítja. Ez a folyamat egyrészt csökkenti a tesztoszteron-készletet,

másrészt a DHT – androgén hormon lévén – 3-szor erőszakosabban képes kapcsolódni a tesztoszteronnak fenntartott receptorokhoz, így a tesztoszteron hormon nem tud megfelelően célba jutni.

## AZ ANDROGÉN ALOPÉCIA HÁTTERE

A tesztoszteron főbb feladatai: a herék és a prosztata szöveteinek kialakítása, a megfelelő izomzat, a testszőrzet és a csontozat formálása. A magas DHT szint felelős a férfiak szervezetében a férfias kopaszodás, a prosztatamegnagyobbodás és a prosztatarák kialakulásáért is.

A dihidro-tesztoszteronra (DHT) érzékeny hajhagymák növekedési fázisa lerövidül, s ez a férfias (androgenetikusan) hajhullás kezdetét jelenti. A szervezet elsavasodásával, az esetleges elhízással, a korral járó – a férfiak szervezetében is jelentékeny – progeszteronszint-csökkenés ugyancsak hozzájárul ahhoz, hogy egyre több tesztoszteron alakul át DHT hormonná.

A progeszteron termelődése és jelenléte a férfiakban is életbevágóan fontos, hiszen a férfi szervezete progeszteronból fog előállítani kortikoszteroid hormonokat – amikor a mellékvese már fárad –, valamint tesztoszteront. A kortikoszteroid hormonok dolga: stressz reakció, immunválasz, gyulladás szabályozás, szénhidrát-anyagcsere,

fehérjelebontás, a vér elektrolit szintjeinek szabályozása, viselkedés.

A kor előrehaladásával csökken a férfiak progeszteron és tesztoszteron szintje. Ha az ösztadiol szintje nem mérséklődik, hanem még növekszik is, akkor bizony ez a férfi ösztrogén dominanciában fog szenvedni. Fiataloknál és idősebbeknél egyaránt lehet ok egyrészt az ipari szennyezettség, a xenoösztrogének hatása, a túlsúly kialakulása vagy a hormontermelő szervek terheltsége kórokozókkal. Egy egészséges férfit a normál tesztoszteron szintje védi meg a xenoösztrogénektől!

Ahogy a tesztoszteron szint valamilyen oknál fogva elkezd csökkenni, a xenoösztrogének mindinkább képesek teret hódítani maguknak a férfi szervezetében.

Gyakran előforduló panasz férfi vendégeink esetében is a zsíros haj, zsíros, pattanásos bőr, májfolt, neurodermatitisz, csalánkiütés, ekcéma, pikkelysömör, lisztérzékenység, Candida – e tünetek hormonális egyensúlytalanságot vagy szervi eltéréseket egyaránt jelezhetnek.

A kopaszodás, hajritkulás mindkét nemre jellemző, lehetséges előidézői: vitamin- és ásványianyag-hiány, pajzsmirigyműködési problémák, krónikus, kezeletlen stressz, gombás fertőzések, a szervezet elsavasodása, számtalan emésztőszervi és bélprobléma, autoimmun betegségek, valamint érrendszeri problémák stb. A hormonháztartást befolyásoló gyógyszerek – szteroidok, antidepresszánsok, rákellenes készítmények (kemoterápiás kezelések) – szintén kedvezőtlenek a haj számára.

A hajhagymák, érzékenységüknek köszönhetően, még a szervi panaszok kialakulása előtt látványosan jelzik a rendellenességeket a fejbőr, illetve a hajminőség kóros változásaival. A fiatalkori vagy a hirtelen végbemenő hajvesztés, a hajas fejbőr egyes területein kialakult hajhiány



már előre jelezheti a kialakult szervi eltérések helyét.

A hajgyógyászati stúdióinkat felkereső kopaszodó férfiak nagy részénél – műszeres méréssel alátámasztott skalpdiagnózisunk szerint – a belső szervi eltérések, toxikus terhelések, gombák, baktériumok, paraziták jelenléte áll a panaszok hátterében. A kopaszodó területek mutatják meg, hogy a szervezet mely része szorul segítségre.

## EGYÉB HORMONÁLIS OKOK

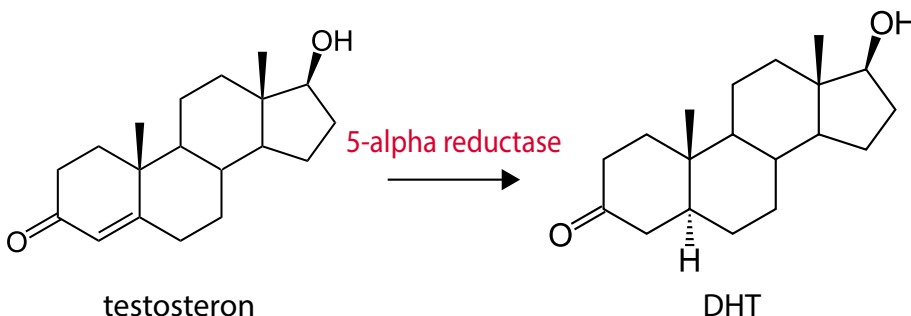
A ránézésre férfias, androgén típusú kopaszodás oka sem csak a DHT hormon lehet! Gyakori, hogy például a kopaszodást elindító, krónikus prosztataprobléma megoldása után a haj is visszaerősödik a megfelelő fejbőrterületen – annak ellenére, hogy a tradicionális orvoslás a „törődjön bele”, „örökletes” kategóriába sorolta.

Fiatal fiúk fordulnak hozzánk segítségért a szemöldök feletti terület kopaszodása miatt. Ilyen esetben sem szabad legyinteni vagy bele-törödni, mert mindig kiderülnek a „hibák” – akár életmód-, akár táplálkozásbeli, netán szervi vagy más jellegű hormonális okok húzódnak meg a háttérben.

## MEGELŐZÉS

Már a hajritkulás kezdetén – az én szememnek még az előtt is – látható a skalpdiagnosztikai elemzésem alapján, hogy a prosztata, a here vagy a mellékvese szervi területe a panaszok kiindulópontja. Ekkor még természetesen megelőzhető vagy megállítható, sőt vissza is fordítható a folyamat a megfelelő terápia betartásával.

Gyakran a prosztata gócos állapota okoz zavarokat a hormonrendszerben. A túlzott stresszterhelés, a mellékvese gócterhelése is





# A megoldás eszköztára

▶ elindíthat egy látványos kopaszodási folyamatot. Ha pedig az örökletes eredet egyértelmű, hiszen a családban jellemző a hajzat elvesztése, akkor is tudunk tenni a folyamatok lassításáért.

A kiegyensúlyozott táplálkozás, a szervezet számára nehezen vagy nem emészthető táplálékok elhagyása, a hiányzó vitaminok, ásványi anyagok pótlása megfelelően hasznosuló készítmények segítségével mindenképpen hasznos a szervezet számára.

Ételérzékenység-vizsgálatunk segít a kedvzötlen ételek kiderítésében. A FYTOMINERAL, B!OMULTIVITAMIN, BARLEY stb. megbízhatóan pótolja a szükséges tápanyagokat. A DHT képződését is képesek vagyunk természetes módszerekkel, készítményekkel akadályozni avégett, hogy megelőzzük a látványos hajvesztést.



A máj, a vese, a belek időszakos tisztítása, működésük harmonizálása, energetikai kiegyensúlyozása – műszeres mérésünk alapján javasolt készítményekkel – szintén sokat szokott segíteni a hajmennyiség megtartásában.

Attól függően, hogy a hajas fejbőr melyik területén indult a ritkulás, kopaszodás, a REGALEN, a RENOL, a VIRONAL, a KOROLEN vagy a KING KONG segít a szervezet eltéréseinek korrigálásában. Ilyen módon mellékhatások nélkül megvédhetjük a férfiakat a prosztataráktól, visszafordíthatjuk a prosztatamegnagyobbodást, megszüntethetjük a gyulladást, megállíthatjuk az ilyen okból történő hajvesztést, kopaszodást.

**Kis Éva**

skalpdiafnosztá, holisztikus hajgyógyász, hormonegyensúly-tanácsadó klubvezető, Budapest 2. ENERGY klub

(Folytatjuk)

## Takács Mária blogjából (11.)

# Szemölcs, hüvelyi panaszok – és a jó öreg körömgomba

**2013. március 13.** Idézet egy hozzám érkezett levélből: „Több éve kínlódom szemölccsel a kezemen, ami mára elég nagy méretűre megnőtt. Már legalább 4-féle kenőcsöt kipróbáltam, amit bőrgyógyász javasolt, de véglegesen semmi nem tüntette el. Újra és újra előjön, és nemrég fedeztem fel, hogy a talpamon is kialakulóban van kettő. A másik problémám, ami szintén több évre vezethető vissza, hogy hüvelyi panaszaim is vannak. A nőgyógyász által javasolt kúpok, illetve gélek nem segítenek, csak enyhítenek hüvelyi folyásomon.”



A levél így folytatódik: „Viszkető érzést, amit általában írnak az ilyen esetekhez, nem tapasztaltam. Citológiai leletem P2-es volt, és a nőgyógyász sem mondott semmi komoly problémát, mégis kellemtelenül érzem magam

miatta. Elgondolkodtam rajta, hogy esetleg a kettő összefügg valamilyen módon. Nem utolsósorban apukámnak is vannak körömgombával panaszai, amit még szeretnék megemlíteni. Ő is próbálkozott már többféle krémmel, illetve ezüstkolloiddal, de semmivel sem múlt el. Kérem, ha tud, javasoljon nekünk valamit, ami hatásos lehet, és megszabadít minket a kórokozótól.”

Úgy látom, hogy az előző blogbeli bejegyzésem üzenete eljutott oda, ahol ez szükséges volt. Többen is elővették a szekrényből e témában fennálló régi panaszait.

A szemölcs minden esetben valamilyen vírus jelenlétére utal. Ez csak egy kísérőjelenség, a szervezetben zajló folyamatok külső megnyilvánulása. Ezért nem eredményesek a külsőleges kezelések, hanem a belső okot kell feltárni és megszüntetni.

A szemölcsöt nehéz összefüggésbe hozni a nőgyógyászati panaszokkal, de talán ezek a bejegyzések is rávilágítanak arra, hogy a két tünetet együtt kell értelmezni. A szemölcs mutatja a vírus jelenlétét, a nőgyógyászati probléma pedig azt jelzi, hogy az alhasi részen kell keresgelnünk. A

paraziták a szervezetbe ürítik a váladékaikat, amittől persze próbálunk megszabadulni. Egyszerűen keres magának egy kijáratot a közelben. Sajnos a távozáskor a kijárat nyálkahártyáit irritálja ez a váladék, és reakcióra készíti. Ugyanaz történik, mint amikor egy légúti fertőzés következményeként az orr nyálkahártyája váladékot termel, amit aztán kifújunk egy zsebkendőbe. Vagyis a tünetek alapján még mindig nem beszélhetünk egy konkrét okról, csak egy tipikus lefolyásról.

Erre a megkeresésre a következő tanácsot adtam. A tesztet alapján jelenleg 3 gyulladásgóc van a szervezetben: belső fülben, petefészekben, illetve a karok és lábak bőrén. A fertőzés, ami ezt okozza, többféle. A karokon és a lábakon vírust, gombát és férget is érzékelek. Féreg van még az epehólyagban és a hasüreg köldök alatti részében, illetve a belső fülben.

A bőrtüneteket belsőleg kellene kezelni, illetve a fertőzést meg kellene szüntetni. Ehhez egy 54 napos kúrát ajánlok. LAPACHO teából napi 7 dl, mellette GREPOFIT-ből reggel 1, este pedig 3 szem. Kicsit kiterjedt ez a fertőzés, azért van szükség több időre. Ha tea is van az ajánlott kúrában, akkor általában nem szükséges a méregtelenítés, mert azt menet közben a tea elvégzi. Itt is az a lényeg, hogy a szervezetnek milyen a fogadókészsége a készítményekre.

No, és akkor nézzük az apuka problémáját. Mint ahogy egyetlen bőrtünetet sem lehet csak külső kezeléssel megszüntetni, úgy igaz ez a körömgombára is. A külsőleg megjelenő tünet valahonnan belülről táplálkozik. Ezt a forrást kell megtalálni és kiiktatni. A láb körmének



gombásodását az esetek nagy részében a vastagbél fertőzöttsége okozza. Valóban találtam itt gombát, ami azonban egy féreg társaságában a gyomorban is megtalálható. Kiirtásukhoz azt javasoltam, hogy 27 napon át igyon meg napi 7 dl SMILAX teát, és mellette szedjen este 2 szem IMUNOSAN-t.

Még egy megjegyzésem lenne a bőrtünetekhez. Fontoljuk meg ezt a kenegetős kérdést. Képzeljük el, hogy a szervezetből valami éppen távozni akar, és igyekszik bőrön vagy valamilyen nyíláson át kifelé. Hogyan működnek a kréme? A hatóanyag a bőrön át igyekszik befelé. Nyilván mindkét dolog nem teljesülhet egyszerre.

Azt javaslom, hogy ha a külsőleges kezelés hatására pár nap alatt nem változik az állapot, akkor váltsunk taktikát. Inkább a káros anyagok kijutását támogassuk valamilyen fürdővel vagy borogatással. A BIOTERMAL-os és BALNEOL-os fürdők is azt segítik, hogy a bőrön keresztül eltávozzanak a káros anyagok. Tehetünk a fürdővízbe krémekeket és cseppeket is, amik az adott problémával kapcsolatban vannak.

Mindenesetre az biztos, hogy a szervezet külső tünetet csak belső ok miatt produkál, s ezt mindig vegyük figyelembe, amikor terméket választunk.

**Takács Mária**

ENERGY klubvezető, Zalaegerszeg  
www.maraboszi.hu

# Az Energy Pentagram<sup>®</sup> ciklusa és a nyár

Sokunk számára talán legkedveltebb évszak a nyár. A meleg energiájának időszaka olyannyira felgyorsítja a természet történéseit, hogy szinte nem is tudjuk követni. És nem győzzük nyírni a szemünk előtt burjánzó pázsitot vagy gyorsan leszedni a pirosló cseresznyét, epret és málnát. Alig várjuk a nyaralást, hogy szervezetünk a pihenés alatt magába szívhasssa ezt az életet adó energiát.

A nyár a Tűz elemhez tartozik, amely hőjével kellemesen fel tud minket melegíteni, ám jó lesz vigyáznunk, hogy a lángja meg ne égessen minket. A Tűz elemhez a hagyományos kínai orvoslás szerint a szív és a szívburok jin (cang) szervei, valamint a vékonybél és a hármask megítő jang (fu) szervei kapcsolódnak. Az ENERGY Pentagram<sup>®</sup> készítményei közül pedig a KOROLEN gyógynövény-koncentrátum társul hozzá.

## A SZÍV SZÁMOKBAN

- a nők szívének súlya 230-280 g, a férfiaké 280-340 g;
- kb. 12 cm hosszú, 8-9 cm széles és 6 cm mély;
- nyugalmi állapotban naponta kb. 100 ezer-szer húzódik össze, ami az élet során összesen mintegy 2,5 milliárd összehúzódást jelent;
- percenként 5-10 liter vért pumpál, ami napi 12 ezer litert jelent (a valóságban még sokkal többet, ha meg van terelve).

## A KOROLEN ÉS A KAPCSOLÓDÓ SZERVEK, MERIDIÁNOK

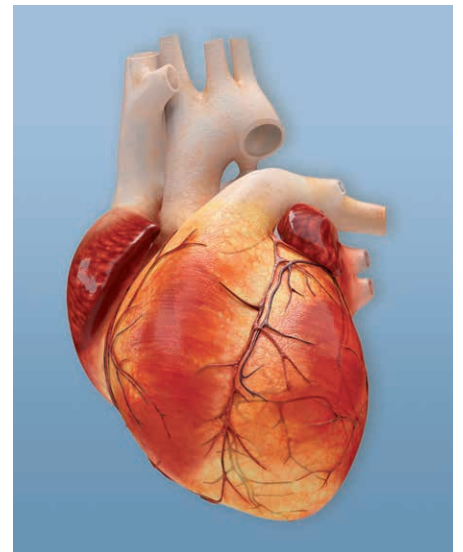
A KOROLEN egyedülálló regeneráló készítmény, amely hatással van a központi és a vegetatív idegrendszerre, illetve rajtuk keresztül a test valamennyi szervére. Hatékonyan segít megbirkózni a stressz negatív hatásaival, amelyek számtalan ún. civilizációs betegség kialakulásáról tehetnek, illetve jótékonyan hat a szív- és érrendszeri betegségek lefolyására.

A szív „valamennyi szerv uralkodója”. Fizikai, lelki és szellemi formában nyilvánul meg, a pszichikum, a tudat, továbbá a – hagyományos kínai orvoslás (hko) fogalomrendszere szerint vett – lélek (sen) otthona, amelynek tudatalatti (kozmosz), illetve tudatos (megismerő) formáját különbözteti meg. A sent a csi (energia) és a (hko értelemben vett) vér táplálja, miközben felfedezhetünk itt egy analógiát napjaink nyugati orvostudományával. Ez a központi idegrendszer felsőbbrendűségével, irányító funkciójával kapcsolatos, valamint azzal, hogy milyen hihetetlen mértékben függ a megfelelő vérellátástól, az oxigén- és glükózellátottságtól. A szív a nyár energiájával áll kapcsolatban, és a csi jang energiáját irányítja.

A szívburok védelmi feladatot lát el, ő óvja a szívet a betegséget okozó tényezőktől. A szívburok károsodása a szív lelki funkciónak szintjén nyilvánul meg.

A vékonybél irányítja a táplálék befogadását, majd a táplálék esszenciákká történő átalakítását, és elválasztja a „tisza dolgokat a sárosaktól”. Segítségével a szervezet – a lép–tüdő–szív–vér útvonalon keresztül – hozzájut a szükséges anyagokhoz, valamint energiához, a salakanyagok pedig a vizeleten, illetve a székleten keresztül kiválasztódnak.

A hármask megítő a mai nézetek szerint nehezen „megfogható” szerv. Nincs egyértelmű anatómiája, van viszont fontos energetikai funkciója. Elhelyezkedését tekintve a törzs alsó, középső, valamint felső részét fogja át, az oda tartozó szervekkel együtt. Legfőbb feladata az elsődleges csi energia, valamint a folyadékok és a táplálék továbbítása. Tehát a hármask megítő



állapotától függ a szervezetben zajló valamennyi létfontosságú folyamat.

## A SZÍV FELADATKÖRE A HKO SZERINT

A szív legfőbb feladata a vér és az erek működésének irányítása, azaz a szív befolyásolja a vér minőségét, a keringést, továbbá felel az artériák, a vénák és a hajszálerek minőségéért is. A vért a szívartéria áramoltatja, amelynek felügyelete a szív jang dolga, míg a szív jin a vér minőségéről gondoskodik. Károsodása a szövetek elégtelen vérellátásában, fájdalomban, véralvadási zavarban stb. nyilvánul meg.

A szív a sent (lelket) is irányítja, amely az összenyomásban, a személyiség kisugárzásában, továbbá a gondolkodásban, a szellemi és tudati állapotban mutatkozik meg. A hko felfogása szerint (a mi felfogásunktól eltérően) a szellemi állapot nem csupán az agy, hanem valamennyi jin szerv működését is tükrözi, és közülük a legfontosabb a szív.

A szív állapota jól megmutatkozik az arcon. Az arc „színezete” szerint könnyen megállapítható, milyen állapotban van az illető szíve. Ha a szív egészséges, az arc enyhén piros, a bőr rugalmas, fénylő és friss. Ha viszont a szív csije hiányos, akkor az arcszín vakítóan fehér; vérszegénység esetén sápadt; ha pedig a csi áramlását valami blokkolja, akkor kékeslila.

A szív külső kapcsolata a világgal: a nyelv. A nyelvben végződik a szív energiapályájának egyik leágazása. A szív állapota ezért az ízek felismerésében, valamint a szavak artikulálásában is megmutatkozik. Hiányos csi esetén a nyelv puha, nagy és fehér lepedék fedti; míg a szív-jang túltengése esetén a nyelv hegye vörös színű; ha pedig valami blokkolja a vér áramlását, akkor a nyelv sötétlila.

## KAPCSOLAT AZ ÉRZELMEKKEL

A szív érzelme az öröm. A szervekkel kölcsönös kapcsolatban álló érzelmeknek egyensúlyban





# A szív és a vese – a Tűz és a Víz viszonya

► kell lenniük. A túlzott öröm, szomorúság és a melankólia egyaránt árt a szívnek. A kiegyensúlyozatlan lelkiállapot leginkább a szívet károsítja.

A szív folyadéka a verejték. Az izzadság eredete azonos a szív vérenek és csijének eredetével. Ezért vigyáznunk kell, hogy a verejtéket termelő tevékenységeknél ne váltsunk ki aritmiát és dehidratációt. Ha kevés a szív csi, akkor gyengül a védelmi jang (vej-csi) is, a verejtéknyílások működése szabályozatlanná válik, ami kóros verejtékezéshez vezethet.

A szív irányítja a jang csit. Bár jin (cang) szervről van szó, a jellege jangos, mert a Tűz elemhez tartozik. Ilyen megközelítéssel érthetővé válik, hogy a szív irányítja a test hőszabályozását is. Könnyen „lángra lobbant”, „eljangosodik” – extrém erős jang esetén már szívinfarktus léphet fel. Mivel a szív a nyár csijével áll kapcsolatban, vagyis azzal az évszakkal, amikor a legtöbb a természetben a jang, nyáron van kitéve a legnagyobb veszélynek.

A vér és a csi közötti kapcsolat révén a szív közvetlen összeköttetésben áll a tüdővel. A vér együtt áramlik a csivel, egymást kölcsönösen



támogatva látják el a szerveket tápanyaggal és energiával.

A szív a léppel együtt kapcsolatban áll a vér termelésével és áramlásával. A szív-jang segíti a lépet abban, hogy a táplálékot ún. esszenciává alakítsa át. A krónikus stressz és a túlzott elmélkedés mindkét szervet legyengíti, mert mindkettő kapcsolatos a gondolkodással.

A májjal együtt a szív kiveszi a részét a vér elosztásából. E két szerv fontos szerepet játszik az ember szellemi állapotának minőségében is. A szív irányítja az intellektust, a máj a lelki kedélyállapotot.

A szívnek a vesével való viszonya a Tűz–Víz kapcsolatának kérdése. A szív Tüze lefelé halad és erősíti a vese jangját, a vese jinje viszont felfelé halad és kiegészíti a szív jinjét. A szív jangot ad át a vékonybélnek, az pedig a lépen és a tüdőn keresztül szív esszenciát továbbít a vérnek.

## A KOROLEN ALKALMAZÁSA JAVASOLT A KÖVETKEZŐ ÁLLAPOTOKBAN:

- valamennyi szív- és érrendszeri betegség;
- visszerek, az aranyeret is beleértve (akut gyulladások esetén az ARTRIN-nal, krónikus állapotoknál a RUTICELIT-tel kombinálva);
- meszes ütőerek, hajszálerek;
- infarktus és agyvérzés után;
- magas koleszterinszint és dyslipidémia (zsírsanyagcsere-zavar);
- anémia (vérszegénység), rossz vérkép, a vérre és a vérésejtekre ható citosztatikumok toxicitásának csökkentése;
- szívizom-erősítéshez, szívritmuszavar esetén;
- gyakori vérzések, a hajszálerek erős törékenysége mellett;
- rendszertelen nőgyógyászati vérzés hormonális fogamzásgátló használata és/vagy méhmióma mellett;
- műtetre való felkészüléskor, esetleg műtétek utáni lábadozáskor (legyen szó bármilyen műtétről); idegrendszeri betegségek – az enyhébb pszichikai betegségektől kezdve a perifériás idegek súlyos károsodásáig;
- tanulási zavarok gyerekeknél, hiperaktivitás, ADHD;
- akut és krónikus stressz, a pszichoszomatikus betegségek tüneteivel („gyomoridegesség”, irritált nyombél, fejfájás, álmatlanság, erős szívdobogásérzés stb.);
- a cukorbetegség okozta érrendszeri és idegrendszeri szövődmények megelőzésére;
- elégtelen vékonybélműködés (hiányos tápanyag- és nyomelem-felszívódás, hasüregi diszkomfort érzés stb.);
- a gombák kiirtásának támogatásához;
- fizikai, szellemi, lelki kimerültség ellen, az ún. bazális stressz negatív hatásainak enyhítésére, az alkalmazkodóképesség javítására.

## ELVÁLASZTHATATLAN PÁROS: KONCENTRÁTUM ÉS KRÉM

A KOROLEN a szív, a szívburok, a vékonybél és a hármás melegítő meridiánját befolyásolja. A pályákat hatékonyan harmonizálhatjuk a RUTICELIT krémmel. A krémet a már ismert, korábban leírt energiaáramlás szabályai szerint alkalmazzuk.

Zuhanyozás közben használhatjuk a RUTICELIT SZAPPAN-t is. Az ásványi anyagok közül az említett pályákra jótékonyan hat a hegyikristály, a malachit, a rózsakvarc, a borostyánkő és a vörös korall.

*Adagolása:*

Érzelmileg instabil személyeknek és súlyos, hosszan tartó szív- és érrendszeri betegségekben szenvedőknek kis mennyiségben adagoljuk a KOROLEN-t, csupán 1-3 cseppet. A közepes adagolást (5 csepp) választjuk az általános regenerációhoz, a nagyobb dózist (7 csepp) a

szellemi ellenálló-képesség azonnali erősítéséhez, a vérkép javításához vagy műtétek után „vessük be”. Naponta 2-3 alkalommal szedjük az állapot függvényében, és ne feledkezzünk meg a megfelelő mennyiségű folyadék fogyasztásáról sem.

A REGALEN-től és a RENOL-tól eltérően a KOROLEN-nél ritkán jelentkeznek reverz reakciók, és ha mégis, akkor rendszerint érzelmi, szellemi téren mutatkoznak meg.

Éljük át a meleg, napsütötte, életenergiával teli nyarat – összhangban a természettel. Próbáljunk ebben a rohanó világban és teljesítményorientált társadalomban a lehető legtöbb energiához jutni. Ne csak a fizikai testünket erősítsük, figyeljünk a lelkünkre is, és ne zárkózzunk el a kellemes érzések elől.

Örüljünk minden apróságnak, amit egy átlagos nyári nap kínálhat. Csodálatos nyarat kíván:

**Dr. Bohdan Haltmar**



# Védekezés a környezeti mérgek ellen



Az ember hosszú ideig szimbiózisban élt a Földdel, ám az iparosítás számos olyan folyamatot indított el, mely mára drasztikusan megváltoztatta a környezetet. A fosszilis energiahordozók elégetése, a vegyipari tevékenység, valamint a nehézfémek rázabadtítása a környezetre számtalan mérgező anyagot juttatott az étletterünkbe. Nem túlzás azt állítani, hogy toxikus anyagok tengerében élünk, ám a hozzáállásunkra leginkább a beletörődés jellemző, mondván: „úgysem tehetünk semmit, ez a fejlődés velejárója”.

De valóban nincs kiút ebből a helyzetből? – teszi fel a kérdést alábbi cikkünk szerzője, dr. Zinege László orvos-természetgyógyász, toxikológus, aki a múlt hónapban mutatkozott be a cég legújabb szakértőjeként, egyben az ENERGY klubhálózat új előadójaként. Szavait az ENERGY Belvárosi Klubban a népes hallgatóság akkora érdeklődéssel fogadta, hogy júniusban a klubtagok várják a folytatást, amelynek témája a szervezet enzimraktárainak feltöltése lesz.

A vészharangot az Egyesült Államokban már 1987-ben megkoptatták. Egy tanulmány szerzője azt írta, hogy:

- ▶ az USA területén több mint 75 ezer vegyi anyag van forgalomban,

- ▶ ezt átlagban napi 7 új anyag tetézi,
- ▶ ezen anyagok zöméről nincsenek hatástani vizsgálatok, nem tudjuk, miképp hatnak az élő szervezetekre, azokban milyen formában kellene őket keresni,



- ▶ végképp nincs tudomásunk ezen anyagok együttes hatásairól, kölcsönhatásairól
- ▶ az emberi zsírszövetben – megfelelő vizsgálatokkal – több mint 700 olyan idegen anyagot találtak, melyek forrását nem tudták beazonosítani.

Nos, mára a helyzet nyilvánvalóan és jelentősen tovább romlott.

## ÉS MAGYARORSZÁGON?

Itthon a Levegő Munkacsoport számos kiadványában találhatunk elrettentő adatokat. A *Hétköznapi mérgeink* című 2004-es tanulmány így fogalmaz:

- ▶ Az Európai Bizottság által felállított Európai Kémiai Bizottság (új nevén European Chemical Agency – a szerk.) 1998-ban megállapította: az EU-ban forgalomban lévő több mint százezerféle, tömeges mennyiségben használt kémiai anyag 80%-át sohasem vizsgálták abból a szempontból, hogy rákkeltő hatásúak-e, okoznak-e meddőséget, vagy károsítják-e a magzatot.
- ▶ A vegyszerek 85%-áról nem tudjuk, hogy felhalmozódnak-e a természetben vagy a táplálékláncban, és 70%-ukról nem ismert, miként bomlanak le a természetben.
- ▶ Szervezetünk nap mint nap tízezernyi ilyen anyaggal érintkezik, hisz nemcsak a hagyományos háztartási kemikáliák, hanem a kozmetikumok, a gyógyszerek, a műanyagok, a különböző adalékanyagok nagy része is a vegyipar terméke.

Nyilvánvaló, hogy évente több kilogramm toxin jut a szervezetünkbe, ezek kétharmadát

## ARCIDEGBÉNULÁSOM VOLT, DE NEM VETTE ÉSZRE SENKI

Levellem szeretném kifejezni mély tiszteletemet az ENERGY termékei iránt. Kislányom (aki ma már majdnem 7 éves) az óvoda első hónapjaiban sokat betegeskedett, főleg a fülével adódtak komoly problémák. Az egyik középfülgyulladás jött a másik után, és aki ezt a gyerekeivel átélte, az tudja: ez a betegség a szülők egyik rémálma.

A fájdalmas fülfelszúrások és a semmit sem segítő gyógyszerek arra késztettek, hogy elkezdjek kutatni alternatív módszerek után.

Így akadtam rá egy AUDIRON-ról szóló cikkre. „Csodálatos”, mondtam magamban. És jó volt a megérzésem, mert nemcsak hogy szinte soha többet nem kellett felkeresnünk a fül-orr-gégészetet, és elkerültük a fülzsúrásokat, emellett az AUDIRON nekem is segített megszüntetni a fagygyulladásomat, amivel a fogorvosom már nem tudott mihez kezdeni.

Az említett cikk szerencsére elkalauzolt engem az ENERGY honlapjára, ahol további olyan nagyszerű készítményekkel ismerkedhettem meg, mint a VIRONAL, a RENOL, a VITAMARIN stb.

Tavaly augusztusban támadott meg egy addig számomra ismeretlen betegség, a Bell-féle bénulás, más néven: arcidegbénulás. Az arcom teljes jobb oldala „elszállt”. Irodában

dolgozom, és a telefonálgatás hozzá tartozik a mindennapi munkámhoz. Nagyon fontos volt, hogy minél hamarabb rendbe jöjjenek.

Amikor az ideggyógyászatot a doktornő azt mondta, akár egy évig is eltarthat, amíg meggyógyulok, illetve lehet, hogy a betegség következményei egész életemben megmaradnak, pánikba estem. Szerencsére eszembe jutott az ENERGY, el is mentem a városunkban működő üzletükbe, ahol az ott dolgozó hölgy az ARTRIN-t ajánlotta.

Az arcomat naponta kenegtettem, szorgalmasan jártam a rehabilitációra, és 2 hét után már egészen folyékonyan beszéltem, sőt a nehezen kiejthető hangok sem okoztak problémát. Három hét alatt rendbe jöttem. Senki nem vette észre, hogy arcidegbénulásom volt!

Boldog vagyok, hogy megtaláltam az ENERGY-t! Termékeik rengeteget segítenek nekünk! Ezúton szeretném megköszöni, hogy mindent megtesznek az emberekért, azért, hogy kíméletes úton nyerjék vissza az egészségüket.

**Darina Volková**  
Nový Jičín





# Az egészség fundamentuma a külső és belső tisztaság

▶ az élelmiszerekkel, a többit a vízzel, levegővel vagy a bőrünkön keresztül kapjuk meg.

A harmadik tanulmány, amit nem lehet figyelmen kívül hagyni, a *Body Burden*, melyet 2004-ben publikáltak az Egyesült Államokban. Ebben újszülöttek köldökzsinórvérében kerestek ismert toxikus anyagokat. A keresett 413-ból 287-et meg is találtak!

## NEM TUDUNK ELBÚJNI

Arra is egyre kevésbé számíthatunk, hogy elbújhatunk a szennyeződések elől. A probléma mindinkább globális. Elég, ha arra gondolunk, hogy Kínában, Indiában vagy Afrikai országokban nem nagyon léteznek környezetvédelmi előírások. Kína széntüzelésű erőműveinek füstjéből a magas légköri áramlatokkal hihetetlen mennyiségű higany jut el Észak-Kanada és Alaszka területére, komolyan veszélyeztetve ezen területek élővilágát, a lakosságot is beleértve.

Vagy ha utánanéznünk az interneten az óceánok szennyezettségének, azt láthatjuk, hogy a Föld lakosságának kommunális hulladékából származó műanyag – kontinensnyi úszó szemétdombokat alkotva – bolyong a magas légköri nyomású területek szélcsendes övezeteiben, százezerrel pusztítva a halakat, madarakat és tengeri emlősöket.

Mindezek után nem sok helye van az elkendőzésnek, egymás nyugtatgatásának, hogy ugyan már, minek méregteleníteni.

Valamikor a középkorban az európai lakosság rájött arra, hogy a személyes külső higiénia szintjének javításával inkább elkerülhetők az addig pusztító járványok.

Rá kell ébrednünk: XXI. századi túlélésünk sarokköve, hogy a belső tisztaságot is visszacserezzük, illetve megóvjuk. Ma már kevesen vannak, akik egy meleg nyári napot el tudnak képzelni többszöri zuhanyozás nélkül. Mi lenne velünk, ha hetekig nem tisztálkodhatnánk? Nem nehéz belátni, hogy a szervezetünk belsejét ugyanolyan fontos tisztogatnunk, megteremtve a feltételeket ahhoz, hogy a belső szervek működése, a biokémiai folyamatok ideális körülmények között mehessenek végbe.

Akinek kételye van a tekintetben, hogy a szervezete toxikus anyagokat tartalmaz, számos módon járhat utána az igazságnak. Magam a Sensitiv Imago biorezonanciás készüléket egészen egyedülálló lehetőségnek tartom, hiszen általa szervenként meghatározható a szervezetünk terheltségi szintje – az ételek adalékanyagaitól kezdve, a mezőgazdasági vegyszereken, a penészek mikotoxinjain át, egészen a legártalmasabb nehézfémekig (ólom, kadmium, higany).

Orvosként itt jegyezném meg, hogy véleményem szerint sem a vér-, sem a vizeletvizsgálatok nem perdöntők e tekintetben, hiszen csupán azon anyagok kimutatására képesek, melyek éppen mozgásban vannak a szervezetben, nem pedig azokéra, melyek a zsírszövetben, májban,

agyban, petefészekben vagy egyéb szerveinkben rakódtak le.

Érdemes utánajárni annak, hogy jelenleg hol tartunk, milyen típusú anyagokkal, milyen mértékben szennyeződünk, és ez a folyamat mely szerveinket érinti leginkább. E célra a már említett biorezonanciás vizsgálat tökéletesen alkalmas, miképpen arra is, hogy ellenőrizzük vele az ENERGY palettájáról származó szerekkel végzett tisztító-méregtelenítő kúra hatékonyságát.

A méregtelenítést természetesen pontos állapotkép nélkül is elkezdhetjük, de javasolom, hogy ehhez vegyük igénybe az ENERGY termékeket jól ismerő tanácsadó segítségét.

Igen értékes lehetőséget kínálnak a méregtelenítésre a zöld élelmiszerek, a BARLEY, a CHLORELLA és a SPIRULINA BARLEY. Mindhárom komoly segítséget jelent szervezetünk számára az öntisztító folyamatok erősítésében. A CHLORELLA áldásos hatását a nemzetközi toxikológiai tanulmányok is nagyra értékelik. Képes ugyanis a nehézfémeket is felszabadítani és kiüríteni a sejtek mélyéről – ami valóságos csoda. A másik két említett készítmény pedig a máj tehermentesítésén és erősítésén túl nagyszerű segítséget jelent azzal is, hogy pótolja a méregtelenítéshez és a takarításhoz elengedhetetlen enzimeket.

A CYTOSAN után nem sok helye van az elkendőzésnek, egymás nyugtatgatásának, hogy ugyan már, minek méregteleníteni. A CYTOSAN nem utolsósorban arra is alkalmas, hogy az ételekben egyre jelentősebb problémaként jelen lévő mikotoxinokat megkösse, hogy azoknak esélyük se legyen felszívódni és a szerveinkben kárt tenni.

## HA VALAKI GYERMEKET VÁR...

Valamennyien felelősök vagyunk saját egészségünkért, de külön felelősség terheli a gyermeket vállalókat. Fontos, hogy minél tisztább szervezettel vájunk bele a babaprojektbe, és ez hölgyekre és férfiakra egyaránt érvényes.

Az ivarsejtek tisztaságán és megfelelő élettani paraméterein túlmenően az anyagi szervezet tisztasága különösen fontos, hiszen a várandós anyuka szervezete a baba fejlődése alatt spontán méregtelenítésbe foghat. Ez pedig azt jelenti, hogy a méhlepényen keresztül az anyai szervezet akár megfelezheti toxintartalmát a magzattal. Gondoljunk csak bele: ami az anyukának, vagyis egy felnőttnek is sok, az a magzat számára akár halálos veszedelem is lehet!

A környezet gyakorta észreveszi, hogy a várandós anyukák megszépülnek. A jelenség mögött viszont sokszor a méregtelenítés folyamata áll, és mint fentebb kiderült, annak ilyenkor a baba látja leginkább a kárát. Látszik ez abból, hogy egyre szörnyűbb betegségek jelennek meg mind fiatalabb korban, illetve gyakorivá vált, hogy újszülöttek betegen jönnek világra. A gyermek toxikus terheltsége gyakorta húzódik meg



kezelhetlen gyermekkori asztmák, ekcémák, atopiás dermatitiszek, allergiák hátterében, vagy olyan helyzetekben, amikor a kisgyermek – különösen közösségbe kerülve – egyik légúti fertőzéstől a másikba sodródhat, végig betegeskedve a bölcsis, ovis és kisiskolás éveiket.

A tudomány is igazolta, hogy a méhen belüli toxikus terheltség a következő betegségekre hajlamosít: szívbetegségek, idegrendszeri rendellenességek, cukorbetegség, rák, Alzheimer-kór.

## MÉREGTELENÍTÉS UTÁN DRÁMAI JAVULÁS

Végezetül, csak felsorolászerűen, megemlítek néhány betegséget, melyek esetében a méregtelenítés drámai javulást eredményezhet:

- ▶ autizmus
- ▶ allergiák
- ▶ autoimmun betegségek
- ▶ Candida
- ▶ cukorbetegség
- ▶ daganatos betegségek
- ▶ depresszió
- ▶ epilepszia
- ▶ érszűkület
- ▶ fejfájás
- ▶ fibromyalgia
- ▶ irritábilis bél szindróma
- ▶ krónikus fáradtság
- ▶ memóriazavarok
- ▶ mentális betegségek
- ▶ premenstruális szindróma
- ▶ stroke
- ▶ székrekedés/hasmenés
- ▶ szívbetegségek
- ▶ tanulási nehézségek
- ▶ terméketlenség
- ▶ viselkedési zavarok
- ▶ zöldségallergia

Mindezeket összegezve a „tisztaság – fél egészség” mondást úgy igazíthatjuk a jelenlegi helyzetünkhöz, hogy a külső és belső tisztaság az egészség fundamentuma. Ennek eléréséhez pedig csodálatos segítséget jelent az ENERGY tanácsadói hálózata és termékpallettája.

**Dr. Czinege László**  
orvos-természetgyógyász, toxikológus  
ENERGY tanácsadó

## Tanuld meg irányítani életed paripáját (2.)

# Hogyan (ne) lépünk bele a pocsolóba?

Sorozatunk első részének végén megígértük, hogy ezúttal többet tudhatnak meg a világos, érthető, de főleg egyértelmű utasításokról. Itt is érvényes az arany szabály: összpontosítsunk arra, amit el akarunk érni, nem pedig arra, amit nem akarunk. Alkossunk elménk számára világos, egyértelmű képeket. Amikor tanulunk, illetve amikor tanítanak minket, igen lényeges, hogy ennek az alapvető képességnek a birtokában legyünk. De még fontosabb akkor, ha mi tanítunk valakit.

Ha például azt mondjuk egy kisgyereknek, hogy „menj el a pocsoló mellett” vagy „kerüld ki a pocsolót”, akkor a kis emberke fejében világos képet alkotunk a pocsolóról és a mellette elvezető útról. Azaz arról, amit szeretnénk, hogy megtörténjen. Ez az úgynevezett áhított kép. A gyerek felfogja a szóbeli információt, fejében kialakul a „mellette” képe, agya ennek alapján kiadja az izmoknak a megfelelő jelzéseket, a család kedvence pedig kikerüli a pocsolót.

### AZ ELME NYELVE A KÉPEK NYELVE

Ha azonban a gyereknek azt mondjuk: „csak ne hogy belelépj a pocsolóba!”, akkor baj van. Ezzel ugyanis létrehoztuk a pocsolóba való belelépés képét. Tudatalattink pedig furcsa jószág, nem jól, nem igazán értelmezi a „nem” szócskát. Tehát a gyerek tulajdonképpen azt a parancsot hallja, hogy „lépj csak bele a pocsolóba”!

Igen, ha így beszélek, megalkottam a pocsolóba lépés képét. Még hozzá attól való félelemben, hogy a gyerek valószínűleg belelép. Vagyis a képet az én félelmeim születték. És ahogy azt mindannyian jól tudjuk: amire összpontosítunk, amire gondolunk, az történik meg. Tehát valójában magam alakítottam így a helyzetet, én programoztam a gyerekbe, hogy belelépjen a pocsolóba, ő csak a programnak megfelelően cselekszik...

Ráadásul van itt még egy bibi. Ellentét a között, amit mondok, és a között, amit szeretnék. Ha azt mondom a gyereknek: „Kerüld ki a pocsolót!”, akkor azt szeretném, hogy elmenjen mellette. Ebben nincs semmi ellentét. Ha viszont azt mondom: „nehogy belelépj a pocsolóba”, akkor a pocsolóba lépésről beszélek, de arra gondolok, hogy ki kellene kerülnie. És ebben az esetben az ellentét már kialakult. Ilyenkor az agynak be kell kapcsolnia a „fordítógépet”, és meg kell értenie, hogy valami pocsolóba lépésről van ugyan szó,



de a valóságban ennek épp az ellenkezőjét kell cselekedni, és a pocsolót ki kell kerülni.

### HÁT NEM MEGMOND TAM NEKED?!

Nézzük tovább, mi történik! Abban a pillanatban, amint a gyerek belelép a pocsolóba, a szülő valami hasonlót kezd kiabálni: „Hát nem mondtam neked, hogy ne lépj bele? Azt mondtam, hogy menjél bele a pocsolóba? Nem. Én világosan mondtam neked, hogy ne lépjél bele, de te csak beleléptél!”. Milyen információ ez a gyerek számára?

Ez nem más, mint a pici értelmi képességeinek megkérdőjelezése, ami ráadásul a belső énjének kihallgatásával és megalázásával kapcsolódik össze. Úgy érzi, hogy megszégyenült, de nem érti, miért, hiszen az anyja a pocsolóba lépésről beszélt...

A legtöbb ember tudja, hogy mit nem akar. És arról beszél! Aminek következtében azt erősíti meg, amit nem akar. De kevesen tudják, hogy mit akarnak, még kevesebben mondják ki, és teszik.

### ÉNEK AZ ESŐBEN

Ilyen esetben higgadtan utat kellene mutatnunk a gyereknek – szóban vagy a saját cselekedetünkkel –, hogy merre kell mennie. Nos, egy ideig biztosan eltart, mire a mondanókat megtanuljuk oly módon formálni, hogy a dolgok úgy történjenek, ahogy mi szeretnénk.

Miközben cikkem utolsó mondatait írom, kint szépen esik az eső. Sok pocsoló lesz már megint. Úgyhogy, tisztelt hölgyeim és uraim: minden pocsolónál jusson eszükbe, hogy azokat szépen ki kell kerülni. Hacsak nem akarják eljátszani az *Ének az esőben* híres jelenetét.

Mert akkor kötelező, valósággal előírt teendő, hogy lépjenek bele a pocsolókba, szinte pancsoljanak bennük, és mindezt élvezzék is!

Michal Kolář  
(Folytatjuk)





# Könnyű nyári finomságok

A költők és minden életigenlő ember kedvenc hónapja, a május után immár itt a június, a nyár – új élmények és pompás ízek – ígéretével. A virágba borult fák lenyűgöző illata az elmúlt hetekben még azon emberek elfáradt érzékeit is felébresztette, akik úgy vélik, hogy minden rosszról a sors tehet, ezért ugyan minek fárasztanák magukat az önmagukhoz vezető út keresgélésével, a betegségek megelőzéséről, a prevencióról nem is beszélve...

Akiknek azonban már kinyílt a szemük, azok tudják, hogy a prevenció nem egyfajta szitokszó, hanem annak mutatója, hogy igenis sok minden megváltoztatható önmagunk és mások érdekében. Akik már megértették ezt, azok nagyon vigyáznak a jó kapcsolataikra, szeretnek, kíváncsian várják, lesik, mi jót hoz aznap az élet. És szeretik önmagukat, tegyenek bármit is, mert tudják, hogy a személyes tapasztalat néha illatozik, máskor ellenben visszataszító szaga van. Aki csak a mások igazát gyűjtögeti, miközben fél a sajátját megkeresni, az nem tudhatja, milyen remek érzés az új dolgok felfedezése, az emiatt érzett boldogság.

amelyek segítenek a nem kívánt zsírok elleni küzdelemben.

Bélproblémák és felfújódás kínozza? Akkor az Ön szervezetéből hiányoznak a laktobacilusok, így a következő recept igazán kapóra jön.

## SAJTOS SZENDVICSKRÉM RETEKKEL

*Hozzávalók:* 10 dkg natúr görög joghurt, 10 dkg cottage sajt, 10 dkg krémsajt, 2 teáskanálnyi olívaolaj, egy csokor retek, frissen facsart citromlé, egy maréknyi zsásza, bagett.

*Elkészítése:* A lereszelt retekre csöpögtessünk



kenyeret vagy a kedvenc péktermékünket kenjük meg a krémmel, és szórjuk meg felvágott, pirított mogoróval.

## ALMAGOMBÓCOK FAHÉJJAL

*Hozzávalók:* nagyobb darab almák, rétesliszt, vaj, porcukor, fahéj, tejszín, méz, reszelt csokoládé vagy mézeskalács – minden ízlés és az éhes vendégek száma szerint.

*Elkészítése:* Egy adaghoz reszeljünk le egy almát, folyamatosan szórjunk hozzá 2-3 maréknyi réteslisztet, és készítsünk gombócokat (figyeljünk rá, hogy a gombócok ne legyenek túl kemények). Sós vízben főzzük meg. A gombócok akkor jók, ha feljönnek a víz felszínére (kb. 3-5 perc után).

Öntsük le a gombócokat a megolvasztott vajjal, szórjuk meg porcukorral és fahéjjal. Tejszínnel is meglocsolhatjuk őket, mézzel ízesíthetjük, végül megszórhatjuk csokoládéval, esetleg mézeskaláccsal.

Milena Buriánková



## TEST ÉS LÉLEK TÁPLÁLÉKA

Hasonló a helyzet a test és a lélek táplálékával is. Nem tudom, hogy az Önök párosa miképp működik, de az én testi és lelki ÉNEM mindig új felismerések után kiált. Már tisztában vagyok azzal, hogy ha figyelmen kívül hagyom a jelen valóságában élő testem jelzéseit, akkor az étrendemből valami hiányozni fog.

Az elégedettség egyfajta igényes barátnő, aki mindig szeretne kapni valamit viszonzásul. Ezért amikor sikerül megfejtenem testem jelzéseit, mindig világosan tudom, minek kell lennie a tányéromon.

Szeretnék bemutatni Önöknek néhány bevált szendvicskrém, illetve bónuszként egy különleges meglepetést, amelyet lelkiismeretfurdalás nélkül élvezhetnek, mert az alma és a fahéj rajta van azon élelmiszerek tízes listáján,

citromlevet, majd egy másik tálban keverjük össze a sajtokat és fűszerezzük. A barna bagett szeleteket vagy knäckebrödet (vékony diétás kenyér) kenjük meg a szendvicskrémrel, szórjuk meg retekkel és díszítsük zsászával.

Ha Ön beteg, erőtlen vagy nem érzi jól magát, akkor fogyasszon bármilyen sovány húst rengeteg zöldséggel! Vagy jót tehet a következő finomság.

## MOGORÓS, SZŐLŐS SZENDVICSKRÉM

*Hozzávalók:* 250 g lágy túró, 100 g tejföl, 2 szál újhagyma, 100 g (ha lehet) vörös szőlő, 100 g mogoró.

*Elkészítése:* Keverjük össze a túróval a tejjel, majd tegyük bele az apróra vágott újhagymát és a szőlőt. Ízlés szerint fűszerezzük. A barna



VITAE KLUBMAGAZIN

Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik havonta.

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

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

www.energy.sk

Nyomdai előkészítés és kivitelezés:

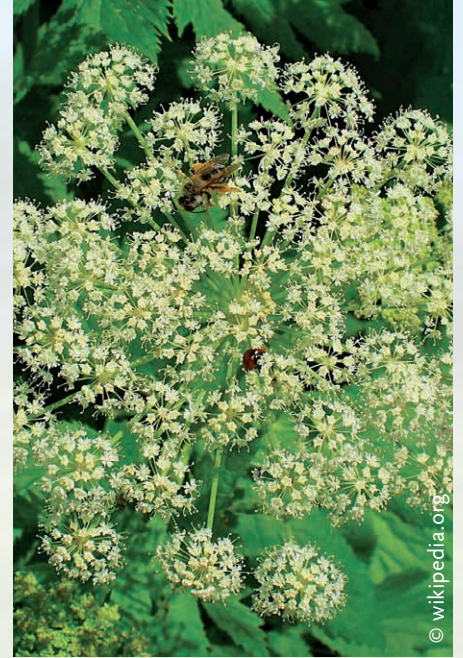
Fingerprint Reklámügynökség, www.fingerprint.hu

Megjelenik: 15 000 példányban.

A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.







© wikipedia.org

## Közönséges mesterlapu

# A jószolgálati mindenese

Kevés gyógynövénynek van ennyire kifejező neve. A közönséges mesterlapu (*Imperatoria ostruthium*) a zeller illatára emlékeztető, élő növény. Hatóanyagai a gyökértörzsében találhatók, ezért olykor az egész növényt mestergyökérnek nevezzük. A növénytannal foglalkozók napjainkban ritkábban veszik elő, ez azonban nem azt jelenti, hogy ne lenne jövője. Múltja pedig biztosan van, hiszen neve már a középkor óta ismert, amikor is az emberek univerzális, testet és lelket egyaránt gyógyító, isteni gyógszernek tekintették.

Alkalmazták reuma, emésztési problémák, esetleg légszomj ellen, illetve a „megtépázott, felborzolt” idegekre, valamint a jó alvás eléréséhez. Ha készítenek maguknak egy kis jófajta „mester bort”, kipróbálhatják a növény vágykeltő tulajdonságait is.

## IGÉNYTELEN HEGYLAKE

A közönséges mesterlapu az ernyősvirágzatúak családjába tartozó, élő, erős aromájú növény. A rövid, körülbelül egy centiméter vastag gyökértörzséből kibújó üreges, bordázott és kevésbé szétágazó növényiszára – sötétzöld, háromlevelű, fogazott szélű leveleivel – akár egy méter magasra is megnőhet. Levelei a növény alsó részén levélyeznek, kb. 35 cm hosszúak, fent pedig hüvelyekben simulnak a szárhoz.

Júniustól augusztusig virágzik, gazdag, több tucat fehér és rózsaszínbe hajló virágból álló, ernyős virágzattal. Termései szárnyas ikerkaszatok.

A talaj minőségét tekintve a mesterlapu igénytelen, sőt a fagyokat is jól tűri. Eredendően az Alpok és a Pireneusok lejtőiről származik, de az ember hathatós közbenjárásának köszönhetően – aki gyorsan elkezdte háza környékén termesztetni – egész Európában elterjedt. A háztáji kertekből gyorsan elvadult, és napjainkban számtalan helyen megtalálható.

Nálunk elsősorban a határ menti hegységben nő, azokon a helyeken, ahol korábban termesztették. A nedvesebb, napsütötte helyeket kedveli: az erdő széli, az utak menti vagy a patakok melletti cserjésben, esetleg a hegyi mezőkön, egészen a törpefenyőig húzó sávban.

Gyűjtésekor legyünk óvatosak! Ne tévesszük össze a mesterlaput a hozzá hasonló kocsorddal. Rendszerint a növény gyökerét szokás gyűjteni, a szárát csak kivételes esetekben (főleg fürdővízbe). A gyökértörzset kora tavasszal vagy ősszel gyűjtjük be, majd gyorsan és alaposan szárítsuk ki, és a levegőtől elzárva, hermetikusan tároljuk (ugyanis könnyen nedvesedik és penészesedik).

Kivonata aromás illatú, maró, csípős ízű. Fontos összetevői közé tartoznak a limonén, a fellandrin és a pinén illóolajok, továbbá a keserűanyagok, a cserzőanyagok, a szerves savak, a gyanta, a viaszok stb.

## MI MINDENRE JÓ?

A növény kivonata aromás illatú és kesernyés ízű. Főzet, tinktúra, kenőcs, fürdőadalék, pirula és balzsam formájában a humán és az állatorvoslásban egyaránt alkalmazzák. Összességében serkenti az anyagcserét, így segítséget nyújt gyomorproblémák, bélpanaszok, máj-, lép-, vesebetegségek, valamint húgyúti megbetegedések esetén. Használata étvágytalanságnál, felfújódásnál és görcsös gyomorfájdalomnál kifejezetten javasolt.

Jótkonyan hat továbbá a felső légúti megbetegedésekre, hörghurutra, illetve az asztmára. Javítja a vérkeringést, támogatja a káros anyagoknak a vizeletben és a verejtékben keresztül történő kiválasztását, amivel óriási segítséget jelent reumásoknak, köszvényben vagy bőrbetegségekben szenvedőknek. Gyulladásellenes, valamint lázcsillapító hatásait orvosi kutatások is igazolják.

Sikeresen alkalmazható migrén, fogfájás vagy menstruációs fájdalom csillapítására.

Mindemellett nyugtatja az elmét, sőt eufórikus állapotot idézhet elő: a szorongás, a feszültség és a stressz érzése elmúlik, helyére mély, minőségi alvás lép.

## MEGLEPETÉS A KONYHÁBAN

A homeopátiában is alkalmazzák, főleg gyomor- és bőrproblémákra.

Ezt a kiváló gyógynövényt akár a konyhában is próbára tehetik, erős aromájának köszönhetően ugyanis kiválóan ízesíthetik ételleiket a növény megfőzött leveleivel vagy lereszelt gyökerével. De vigyázat: mindent csak mértékkel, mert még a borsnál is erősebb!

A mesterlapu gyökeréből készített savanyított ital ugyancsak igen közkedvelt.

Az ENERGY készítményei közül a slágertermékeknek számító GYNEX-ben találkozhatnak ezzel a sokoldalú növényvel.

Írta:

Vladimír Vonásek

Szakmailag ellenőrizte és kiegészítette:

Németh Imréné Éva

