

vitae

2010/3

www.energyklub.hu

Tavaszi nagytakarítás, béltisztítás

Trükkök, fortélyok, tapasztalatok

Kis Éva

– tanácsadónk reflektorfényben

Beszélgetés Laár Andrással

Hit, tudatosság, egészség

MÁRCIUSI TERMÉKAJÁNLATUNK

A tavaszi hónapok rendszeresen erős szeleket hoznak magukkal, és azok igen hátrányosan hathatnak az egészségünkre. A már megszokott vírusfertőzések mellett megjelenhet fej- és szemfájás is. Semmiképpen sem szabad megfélekednünk a vírusokkal szembeni megelőzés fontosságáról, úgyhogy még gyorsan ugorjunk el a klubba egy **IMUNOSAN**-ért. Jó szolgálatot tehet ezen a téren a **FLAVOCEL** is.

Márciusban ledönthet minket lábunkról a tavaszi fáradtság, ami a hosszú, hideg és rendkívül havas téli hónapok után talán nem meglepő. Azok számára, akik a zimankó idején nem fogyasztottak elegendő zöldséget és gyümölcsöt, megfelelő megoldást jelenthet a **B!OMULTIVITAMIN**, amely a rendszeres vitaminpótlás segítségével még a tavaszi fáradtsággal is képes elbánni.

A szél a hangszálakat is jelentősen „összeborzolhatja”. Torkunkat még a melegebb napokon is védenünk kellene, legalább egy vékonyabb kendővel vagy sállal. Ha a hangszálak ennek ellenére rendszeresen megsérülnek, érdemes a nyakunkat elöl **PROTEKTIN**-nel kengetni. A hangszál-probléma egyes esetekben állandó fázékonysággal, sőt akár megfázással is párosulhat, ilyenkor a **RUTICELIT** a megfelelőbb választás.

(Joa)



AZ E-SZÁMOK ÉS AZ ENERGY KONCENTRÁTUMAI

A klubtagok gyakran kérdezik, hogy mit keresnek az E-számok az ENERGY készítményeiben. Nos, előjáróban szögezzük le, hogy bár napjainkban az E-számok már a legtöbb ember szemében gyanúsak, mégsem „az ördögtől valók”. Jó, ha tudjuk, hogy például az E300 a C-vitamint takarja, az E330 pedig nem más, mint citromsav – mégsem jutna eszünkbe, hogy ne fogyassunk olyan élelmiszert, amelyben ezek megtalálhatók.

A hivatalosan engedélyezett élelmiszer-adalékanyagokról van szó. Igaz, egyes E-számokat érdemes nagy ívben elkerülnünk, de a Pentagram® cseppekben előforduló, alább felsorolt adalékanyagok nem tartoznak közéjük. Így a koncentrátumokat még a gyanakvóbbak is nyugodtan fogyaszthatják.

Lássuk mindezt kicsit részletesebben.

E327 = KALCIUM-LAKTÁT

A tejsav (E270) kalciumsója, természetes sav, amely az anyagcsere köztes termékeként minden élő sejtben előfordul. A fermentált ételekben baktériumok termelik. Veszélytelennek számít, elsősorban nedvesítő és savanyúságot szabályozó adalékként alkalmazzák.

E415 = XANTÁNGUMI

A xantán hosszú, elágazó láncú szénhidrát, amely egyszerű cukrok összekapcsolódásából épül fel. Természetes poliszacharid, a Xanthomonas campestris baktériumfaj cukor erjesztése során állítja elő. Ugyancsak veszélytelennek számít. Vízoldható ballasztanyag, a szerkezet nem tudja hasznosítani. Az élelmi-

szeriparban sűrítő, illetve zselésítő anyagként és stabilizáló szerként használják.

E202 = KÁLIUM-SZORBÁT

A szorbinsav (E200) káliumsója. A természetben a madárberkenye (Sorbus aucuparia) gyümölcsében fordul elő. Gátolja az élesztők, a penészgombák és néhány baktérium növekedését. Az aroma- és enzimek készítmények fontos tartósítószer, kozmetikumoknál is engedélyezett. Az emberi zsíranycsere teljes mértékben lebontja. A tartósító hatáshoz szükséges adagban nem befolyásolja az élelmiszer ízét, veszélytelennek tartják.

E959 = NEOHESZPERIDIN DC (DIHIDRO-KALKON)

Természetes édesítőszer és ízfokozó, a citrusgyümölcsökben előfordul és a flavononokhoz tartozó keserűanyag származéka. Vegyi úton, a grépfrút héjában található nariginből nyerik. Mintegy hatszázszor erősebb az édesítő hatása, mint a kristálycukornak (szaharóz). Igen kis mennyiségben adagolva ízfokozó hatású.

Késleltetve, de hosszú ideig hat, és mentolszerű utóíz kíséri. Általában más édesítőszerekkel együtt alkalmazzák. Veszélytelennek számít.

E461 = MIKROKRISTÁLYOS CELLULÓZ (METIL-CELLULÓZ)

Növényi származék, stabilizáló szer. A cellulóz-éterekhez tartozó metil-cellulóz a természetes cellulóz (E460) származéka, kémiai reakcióval az utóbbiból állítják elő. A cellulózzal ellentétben jól oldódik vízben. A folyadékoknak sűrű állományt kölcsönöz, melegítéskor erős zselét képez. Az élelmiszerekben mennyiségi korlátozás nélkül, általánosan engedélyezett, a gyógyszeriparban is alkalmazzák. Oldható ballasztanyag, az emberi szervezet nem képes hasznosítani. Veszélytelennek tartják.

További információk találhatóak a témában például a *Tudatos Vásárló* honlapon – <http://tudatosvasarlo.hu/eszam->, illetve a *HáziPatika.com* oldalain: <http://www.hazipatika.com/tools/enum?info=1>



SELYMIT A BARKA...

Tavaly egy hónappal később, az áprilisi Vitae-ben idéztem József Attila csodaszép sorait, a *Tavaszi van! Gyönyörű!* című versét. Idén tán korainak tűnik, hogy már március elején üdvözlöm a tavaszt, de ilyen emberpróbáló, hosszú, kemény, rengeteg havat hozó tél után érthető, hogy így is sürgetni szeretném a természetet: ébredj! Amikor e sorokat írom, ahogy kitekintek az ablakon, körülöttem még mindenhol hókupacokat látok, de belül biztos érzem, hogy „zeng a szívem”. Igen, most már, semmi kétség, napokon belül itt az idei újjászületés, újrakezdés – vagy a Pentagram® gondolatkörével élve, a Fa elem időszaka.

Mi mindent kínál számunkra ez a hónap? Mindenképpen itt az ideje a tavaszi nagytakarításnak – de nem csak a lakásban! *Tereza Viktorová* praktikus tanácsokat ad ehhez. A március kiválóan megfelel a székrekedéstől való végleges megszabaduláshoz és a vastagbél-tisztításhoz is. *Kovácsné Ambrus Imola* debreceni klubvezető alapos, olvasmányos cikkében járja körül a témát, és hasznos trükköket, remek recepteket is közread. A *Kis Éva* hajgyógyással, budapesti klubvezetővel készült interjúból számos érdekesség derül ki a hajproblémák és a belső szervek, illetve a lelki bajok közötti kapcsolatról. Végül, de egyáltalán nem utolsósorban figyelmükbe ajánlom beszélgetésünket *Laár Andrással*, aki többek között a tiszta, belső, szellemi útról, a betegségek tudati okairól és a KOROLEN-nel szerzett saját tapasztalatairól számol be.

Áprily Lajos Március című versének utolsó két versszakát idézve kívánok Önöknek vidám, testet-lelket felébresztő tavaszi újjászületést!

Selymit a barka
már kitakarta,
sárga virágját bontja a som.
Fut, fut az áram
a déli sugárban
s hőkken a hó a hideg havason.

Barna patakja
napra kacagva
a lomha Marosba csengve siet.
Zeng a csatorna,
zeng a hegy orma,
s zeng – ugye zeng, ugye zeng a szived?

Kürti Gábor szerkesztő
kurti.gabor@energyklub.hu

LAÁR ANDRÁS CD AJÁNDÉKBA



Laár András zenekarának *Tündértantra* című CD-je márciusban az ENERGY klubtagok számára akár ingyen is elérhető. Ezt a CD-t a *Fonogram* éves gáláján beválogatták

a legjobb lemezek közé, a világzene kategóriában ötödikként jelölték *Az év lemeze* címmel.

A *Tündértantra* CD minden 10 ezer Ft értékű vásárlás felett ajándékként jár – amíg a készlet tart. Nem akármilyen zenéről van szó, hiszen a *Sat-Chit-Ananda Bhajan Band* által játszott badzsanak bizonyítottan gyógyító hatásúak. Próbálja ki Ön is, érdemes!

Laár Andrással hosszabb beszélgetés olvasható klubmagazinunk 12-13. oldalán.

KLUBNYITÁS SOPRONBAN

Ismét gyarapodik az ENERGY klubok száma, ezúttal Sopronban nyílik új képviselőtünk. Címe: Stadion Üzletház, I. emelet, klubvezetők: *Szabó Csilla* és *Kurucz Tamás*. Az új klub tevékenységi köre: ENERGY termékek árusítása, szaktanácsadás, internetes tanácsadás.

Tel.: 06-30-830-0344 és 06-30-372-3429. Nyitva tartás: mindennap 13-17 óra, szombaton 9-13 óra között.

A hivatalos klubnyitás március 6-án, szombaton lesz, a részletes programot lásd lapunk 7. oldalán.

GERIATRIM: VÁRATLAN, KELLEMESES HATÁSOK

Egyik barátnőmnek már régóta beszélek a GERIATRIM-ról. Sosem mondtam neki, hogy ki kellene próbálnia, inkább csak elmeséltem a saját és mások tapasztalatait. Egy idő után beadta a derekát, és december elején vett egy dobozzal. Mert megérdemli... Ma már neki is van tapasztalata, méghozzá nem is akármilyen, ezért megosztom veletek. Íme!



A GERIATRIM-mal való tapasztalataim:

- ➔ Azonnal megszűntette a kellemetlen, szédülőgős közérzetemet.
- ➔ A reggeli szokásos hasmenésem szintén a múlté.
- ➔ A reggeli kellemetlen szájszagomat (vagy gyomorszagot, nem tudom) megszüntette.
- ➔ Normalizálta a székletem mennyiségét és minőségét, enyhe hasfogóként működik.
- ➔ Az éjszakai légzőgörcseimet és „vádli-izom-mocorgásaimat, rángatózásaimat” már az első szem eltüntette.
- ➔ És azt hiszem, végül megszüntette az évem után jelentkező nyomottság érzést, és azt

A TARTALOMBÓL

Ha a gyerekeknek fáj a feje	4
Tavaszi nagytakarítás, kívül-belül	5
Fog- és szájpótlás felnőttkorban	6
Fytomineral 7-féleképpen	6
Klubelőadások, rendezvények	7
Interjú: Kis Éva, a hajgyógyász	8-9
Tőzeg, humátok – belsőleg	10
A vastagbél-tisztítás fortélyai	11
Beszélgetés Laár Andrással	12-13
Aromaterápia: rozmaryng	14
Feng shui 2010-ben	14
Az év uralkodója, a Tigris	15
Számmisszika: négyes	16

CYTOSAN, FLAVOCEL: ÚJ CSOMAGOLÁS

Hamarosan már önök is tapasztalhatják, hogy a méregtelenítő hatású, oly sokszor bizonyított CYTOSAN megújult. Ez a termék a meglévő készlet kifizése után új csomagolásban lesz kapható.

Változik a kapszulák csomagolása is. A jobb átláthatóság céljából, valamint hogy a készítményt mindenki bárhová könnyebben megával vihesse, a kapszulák bliszterekben kerülnek. Ugyanez a változtatás hamarosan megtörténik a FLAVOCEL, e felbecsülhetetlen értékű C-vitamin- és flavonoid-forrás esetében is.

az örült teltségérzetet is, ami már kevés étel elfogyasztása után is jelentkezett korábban.

- ➔ Kezd nőni a babahajam, és keményebb lett a körmöm, kevésbé török. „Levitte” a pattanásaimat is!

Egy másik barátnőm szintén beszámolt az új haj tömeges megjelenéséről, de ő több mindent szed, így nem tudtam azonosítani, melyik készítménynek tudható be a hatás. Nekem is van a hajnövekedés serkentésére vonatkozó tapasztalatom, de én is több készítményt szedek egyszerre. Mivel a barátnőm jelenleg nem fogyaszt mást, ezért nagyon „gyanús”, hogy a GERIATRIM a hajnövekedés, illetve hajhagyma-aktivitás fokozásában jelentős szerepet tölthet be. Tessék kipróbálni!

Takács Mária
ENERGY tanácsadó, Zalaegerszeg

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 csecsemő és gyermekgyógyász szakorvostól, Kotriczné Szilágyi Judit kineziológus és Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta természetgyógyásztól származó válaszokat dőlt betűkkel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, felteheti kérdését a www.energyklub.hu honlapon.



DR. SZABÓ IDA

A napokban várom második babámat, az elsőnél a szülés rendben zajlott, szoptattam 1 évig. Akkor még nem ismertem az

ENERGY termékeket, azóta már az egész család fogyasztja. Kérdésem az, milyen termékeket és milyen adagolásban javasol számomra szülés után. Vettem GYNEX-et, most szedek VITAMARIN-t, SKELITIN-t, FLAVOCEL-t és FYTOMINERAL-t.

Közvetlenül a szülés után kb. egy hétig még nem sietnék az ENERGY termékekkel, hagyom átállni a szervezetet. Kb. egy hét után már igen gyakran adjuk a GYNEX-et (2-3x5 csepp), ez mérsékli a stresszhormon-képződést, növeli a tej mennyiségét, és segíti a hormonális átállást is. A hasára (striákra) kenhet CYTOVITAL krémet. A fokozott ásványianyag- és vitamínszükséglet miatt a FYTOMINERAL 2x15 cseppje és téli időszakban 2x1 FLAVOCEL jó hatású. Természetesen ezek mellett igény szerint szedhető a VITAMARIN, a SKELETIN, a B!OMULTIVITAMIN, valamint a bélflóra-rendező, zöld élelmiszerek is.



KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

A 14. hétben lévő kismama vagyok. Friss vizeletvizsgálati leletemen az áll: zsúfolva baktériummal, a nitrit pozitív.

Az orvosom szerint minden rendben. Nem lehet, hogy mégis valamilyen bakteriális fertőzés? Melyik ENERGY termék jöhet szóba? Esetleg valamilyen gyógyteát fogyaszthatok a problémára?

Az ENERGY készítmények közül a GREPOFIT-ból szoktunk 2x1 db-ot bevenni a fertőzésekre. Bármilyen könnyű tea, zöld tea, gyümölcszúvek és fekete retek fogyasztása, részelve, este ajánlott lenne.



RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA

Legyen szíves tanácsot adni a sok problémámra.

Évek óta allergiás vagyok a korán virágzó fákra, de elhúzódik szinte nyár végéig. Pár éve jött hozzá egy keresztallergia: egyes gyümöl-

csöket nem tudok enni, zöldséget hámozni és nyersen elfogyasztani. 2 gyerekem van, 3,5 és 1,5 évesek, szinte mindig fáradt vagyok. Krónikus mandulagyulladásom van, állandóan kis sárgás szürkés csomók lökődnek ki rajta, orvos javasolta az eltávolítását, de én nem szeretném. Családi tanácsra hajhullás és fáradtság megszüntetésére Aloe vera gélt ittam, de nem hozta meg a várt eredményt. Egy nagynénem ajánlotta az ENERGY termékeit, 6-7 éve használja a saját családja kezelésére. Nagyon szeretném ezekkel az általa csodásnak mondott termékekkel gyógyítani, illetve megelőzni a betegségeket a családomban. Kérem, hogy a termékek pontos adagolását és sorrendjét legyen szíves megírni.

Problémáinak okozója a tüszős mandula. Haladéktalanul vetesse ki! Most még csak fáradt, és a haja hullik, később ízületi fájdalmak is lehetnek. Az ENERGY készítményei közül a VIRONAL cseppet szedje, 2x1, 2x2, 2x3, majd egy hét szünet, 2x4, 2x5, 2x6 a műtétig. Kiegészítésnek 2x1 PROBIOSAN kapszulát javaslok, és természetesen a C-vitamin pótlására a FLAVOCEL tablettát.

HA A GYEREKNEK FÁJ A FEJE...

A mai gyerekek igen komoly megterhelésnek vannak kitéve. Magas szinten oktatják őket,



meg kell felelniük a tanárok várakozásainak, a többi gyereknek és nem utolsósorban a szülőknek. Sajnos sok gyermek csonka családban nő fel, a velük szemben támasztott igények pedig még magasabbak – főként akkor,

ha testvérek nehezítik a szabad perceket. Igen sok gyermek panaszodik rendszeres fejfájásról. E mögött legtöbbször érzelmi zavarok, a hova és kihez tartozás dilemmája, valamint szeretethiány húzódik meg.

A STIMARAL remek lehetőséget kínál a probléma megoldására. Egyik hatékony gyógynövényi összetevője, a *Rhodiola rosea* ugyanis rengeteg jó tulajdonsága mellett segíti a stressz feldolgozását, a stresszhormonok lebontását. Hathatós

segítséget nyújt a neurózisban szenvedőknek. A gyerekek felfogása ugyancsak javul, kiélesedik tőle. Képesse válnak arra, hogy tisztábban átgondolják a feladataikat, az életüket, és javul a helyzetfelismerésük. Amin korábban megbánótódtak, amitől inkább begubóztak, az könnyebbé, feldolgozhatóbbá válik számukra.

Nem elhanyagolható szempont az sem, hogy a páfrányfenyőnek (*Ginkgo biloba*) köszönhetően a memória is jó irányba formálódik, ezáltal a tanulás sokkal könnyebbé válik. A javuló érdemjegyek pedig elismerést váltanak ki a szülőből, ami mindkettőjük lelkének jót tesz. A STIMARAL hiperaktívnak mondott gyermekeknél is remekül beválik, ebben az esetben VITAMARIN-nal párosítva.

Kozsa Anita
klubvezető, Zalaegerszeg

CSEH TAPASZTALATOK

A fiam 3 éves lesz, és elég gyakran (évente 4x) van hörghurutja. Nagyobbak az orrmandulái, ami megnehezíti számára a levegővételt, főleg éjszaka, ezért rendszerint szájon át lélegzik. Rendkívül erősen hörög, hörghurut esetén nem köhög, de hangosan és nehezen veszi a levegőt. Kérem, adjon tanácsot, használhat-e valamilyen ENERGY készítményt, amely a segítségére lehetne?

A légutak kitisztítása céljából adjon kisfiának VIRONAL-t, naponta 1x3 cseppet (reggel) – 4 háromhetes kúrát javaslok, egyhetes szünetekkel. Majd folytassa a RENOL-lal, naponta 1x3 cseppel (17 és 19 óra között), szintén 4 kúrán át. Majd ismétlje meg a VIRONAL- és a RENOL-kúrát is. Az orr bejáratát (a bőr és a nyálkahártya közti határt)

kenesse AUDIRON-nal, amely eltávolítja az orrmandulába esetlegesen bekerülő kórokozókat. Az orron keresztüli légzés elősegítésére használja a SPIRON-t -fújjon egy adagot a gyerek ruhájára a szegycsont környékén.

Hároméves kisfiának sűrűn van vírusos vagy bakteriális eredetű kötőhártya-gyulladás. Megelőzhető ez valamiképpen? Többször használta már a VIRONAL-t és a RENOL-t.

A szem a májhoz tartozik. Valószínűleg a máj legyengült energetikája okozza, hogy a szem kötőhártyája sokkal hajlamosabb a fertőzésre. Adjon a fiának naponta 1x3 csepp adagban REGALEN-t esténként, és tartsanak 4-5 háromhetes kúrát egyhetes szünetekkel.

Dr. Mária Butkovičová



TAVASZI NAGYTAKARÍTÁS ÉS A NYUGALOM MEGTEREMTÉSE

Igaz, a tavasz februárban kezd ébredni, ám mi ezt ténylegesen csak márciusban érzékeljük. Ebben a hónapban tör ránk az aktív tevékenység iránti leküzdhetetlen vágy. A szóban forgó vágyódás mindegyikünkél más és más.

Az állatok és az állatiasabb jellemek legfőképp az új élet nemzésén munkálkodnak, és ezt a Nyúl, március havának uralkodója nagymértékben támogatja is. Mások kirándulni indulnak az ébredező természetbe, megint mások felkerekednek vásárolni, a többiek pedig otthon maradnak, és belefognak az elmaradhatatlan tavaszi nagytakarításba.

A SZENVEDÉLYES NYÚL HATÁSA

A takarítás nem a gyerekek és a nők rabszolgamunkája, hanem mély, archetipusos jelentéssel bíró, szent rituálé. Ha általában semmi kedvünk nincs a takarításhoz, márciusban a már említett, szenvedélyes Nyúl ezen a téren is a segítségünkre siet. A Nyúl ugyanis imád otthon tartózkodni, igen hangsúlyos számára a családi élet, és az otthonát mindennél jobban szereti. A kényelmes, lakályos odú az elégedettség alapfeltételét jelenti az életében. A Nyúl azonban mindemeltt kissé kaotikus is, ezért ha az egyik munkától a másikig röpködnek majd, bal kezükben a felsósoronggyal, a jobban pedig a fakanállal, ne

keseredjenek el – a márciusi energiák már csak ilyenek: kapkodók és szórakozottak.

Az energiapótlás és a jobb összpontosítás céljából márciusban a CHLORELLA-t és a PERALGIN-t ajánljuk az önkéntes figyelmébe. A CHLORELLA valóságos zöld energiabomba, amely nemcsak a szükséges vitaminokkal és nyomelemekkel tölti fel szervezetünket, hanem gyulladáscsökkentő anyagokkal is. Mindemeltt összességében segít pótolni a máj energiáját. A májban lakozik szervezetünk aktív energiájának központja, vagyis azért az energiáért felel, amit a mindennapi tevékenységünkhöz, illetve a regenerációhoz és testünk öngyógyításához használunk. Ez az öngyógyítás éjszaka zajlik, a máj maximális aktivitásának ideje alatt, vagyis hajnali 1-3 óra között.

ELŐNYÖS KOMBINÁCIÓ: CHLORELLA ÉS PERALGIN

Ezért olyan fontos, hogy ebben az időszakban mindenképpen aludjunk. Ha ilyenkor nem alszunk, akkor a regeneráció nem hatékony, és



csak pazaroljuk az energiakészleteinket. Napi 2-3 CHLORELLA tablettát, ha mindennap lelkiismeretesen bevesszük, javítja a kondíciót, tisztítja a szervezetet, és frissíti az elmét. A PERALGIN-nal kombinálva a CHLORELLA teljes egészében nyugtatja az elmét, és ezzel kiválóan kivédi a Nyúl által képviselt hebehurgyaság következményeit. (Márciusban mindkét termék akciós áron kapható – a szerk.)

Ez a kombináció azoknak is nagy segítséget jelent, akik már az első virágpor megjelenésekor elkezdnek tüszögögni, orrot fújni. Az allergiás tünetek előtörése nemcsak az immunrendszer állapotától, hanem a májban rendelkezésre álló energia minőségétől is függ, és éppen ebben rejlik az említett készítmények zseniális kombinációjának ereje. A CHLORELLA ugyanis felépíti az energiakészleteket a májban, a PERALGIN pedig optimalizálja az immunreakciókat.

A PERALGIN emellett hatékony segítséget nyújt akut fáradtság, kedélyingadozás és menstruációs fájdalom esetén. Rendkívül széles körben hat, a gyermekek szervezetének működését is jótékonyan befolyásolja. Napi egy PERALGIN kapszula védi a gyerekeket a betegségekkel és az allergiás reakcióktól, csillapítja a gyerekek érzelmi ingadozásának tüneteit, és javítja az alvás minőségét. A felnőttekre természetesen ugyanígy hat a PERALGIN, ám nekik nagyobb adagokra, naponta 2-3 kapszulára van szükségük.

A CHLORELLA és a PERALGIN hűségecsés társainkká válhatnak az év aktív időszakában. Kicsik és nagyok egyaránt szedhetik őket, és meglátják, megkönnyítik az életüket.

(viktorová)



MÉREGTELENÍTÉS – BÁRMIKOR...

Az értelmező szótárban a *bármikor* címszó alatt a következőket olvashatjuk: tetszés szerinti időpontban, mindegy mikor, közömbös, hogy mikor, mindig, ha... Furcsa módon a szótár nem említi a *soha* határozószót, ami az én véleményem szerint a *bármikor* legpontosabb szinonimája. Legalábbis az én esetemben.

Ha *bármikor* elmehetek megnézni a Nemzeti Múzeum kiállításait, azaz *bármikor*, amikor nekem tetszik, ez az én értelmezésemben annyit jelent, hogy egyszer régen (a gyerekeimmel) és majd egyszer a közeljövőben (az unokámmal). Saját magamtól és saját magam miatt ebbe a csodálatos intézménybe még soha nem mentem el. A *bármikor* egyszerűen mindig azt jelenti, hogy *máskor, mint most*.

Attól tartok, nem én vagyok az egyetlen kivétel. Legtöbbünk esetében különböző szándékok és elhatározások esnek a *bármikor* körébe (a kiállítás augusztusig megtekinthető, addig *bármikor* elmehetek, aztán szeptemberben sóhajtok egy nagyot, hogy már megint lekéstem). Rosszabb a helyzet akkor, ha a *bármikor* címszó alá alapvetően fontos dolgokat is besorolunk. Édesapámnak 30 év leforgása alatt *bármikor* megmondhattam volna, hogy mennyire szere-

tem és tisztelem. Ám erről is lekéstem. Életem során *bármikor* elkezdhettem volna jóvátenni azokat a sérelmeket, amelyeket mások és saját magam ellen elkövettem el. A legtöbb sérelmet csak most, életem második felidejében kezdem el orvosolni. És ez szinte mindennel így van.

Most márciusban pontosan 31 napig tartó *bármikor* áll rendelkezésünkre ahhoz, hogy belefogjunk egy valóban hatékony, úgy értem, megelőző jellegű méregtelenítésbe. Azért mondom, hogy csak ez a valóban hatékony módszer és időpont, mert a posztpreventív (ezt a fogalmat szabadalmaztatni fogom!) méregtelenítésbe ugyan azonnal belekezdünk, amint észleljük a betegség (mondjuk az epekő) első tüneteit – csakhogy! Csakhogy egy ilyen posztpreventív esetben először azzal kell foglalkoznunk, hogy feloldjuk az epeköveket, és ez hosszan tartó, összetettebb feladat... Csak ez után tudjuk szervezetünket oly módon kitisztítani, hogy ne érezze szükségét az újabb kórákosok létrehozatalának.

Egyébiránt ennek a tárcának a megírására is az a tény bír rá, hogy a cikket le kellett volna adnom vasárnapig *bármikor*, és most már a következő hét szerda van.

Barbara Dlouhá

SZÁJ- ÉS FOGÁPOLÁS (2.)

FELNŐTTKORI TEENDŐK

14-15 éves korra többnyire befejeződik a fogváltás, a bölcsességfogak kivételével előtör az összes maradó fog. A statisztikai adatok alapján a fogszuvasodás körülbelül 30 éves korra tetőzik, addig a kor előrehaladásával egyenes arányban nő a szúvasság és következményes betegségei miatt megbetegedett fogak aránya.

Ettől kezdve lelassul a folyamat, és helyét fokozatosan a fogágybetegség növekvő előfordulása veszi át, amely az életkor végéig folyamatos, lassú növekedést mutat. Ez utóbbi számos olyan, a fogak tartószövetére lokalizálódó tünetet foglal magába, amelyek hátterében a genetikai tényezőkön túl kórokozók és más általános betegség is állhat. A fogágygyulladás leggyakrabban előforduló, kezdeti formája az ínygyulladás, amikor a duzzadt, vérző, sötétvörös íny okoz fájdalmas panaszokat. Ezek hátterében állhat a nem megfelelő fogtisztítás (lepedék, fogkő), de lehet fertőzéses vagy más általános betegség, illetve gyógyszer következménye. A tünetek kezelése a fogorvos feladata, de megelőzésükben fontos a megfelelő szájpótlás.

A fogágybetegségek megelőzésében és kezelésében praxisomban gyakran alkalmazom a DRAGS IMUN-t belsőleg, illetve több vízben feloldva szájbőltítésre helyileg – vagy sebekre, aftákra töményen lehet rácséppenteni. Sebösszehúzó, fertőtlenítő hatása hamar érvényesül. Kiegészítésként adható még

RENOL, SKELETIN, BIOMULTIVITAMIN és FYTOMINERAL is. Ínygyulladásra jól jöhet továbbá a CYTOSAN belsőleg alkalmazva, gyulladáscsökkentő és kórokozó-ellenes hatása miatt.

ÉRZÉKENY FOGAK, ÍNYBAJOK

Gyakori probléma felnőttkorban a fogak érzékenysége, amit az íny visszahúzódása okozhat. Ilyenkor fokozottabban kell figyelni a körkörös fogmosási technikára, illetve alkalmazható a DIAMANT fogkrém bedörzsölés, mert illóolaj-tartalmánál fogva bevonja az érzékeny fogfelszíneket.

Felnőttkorban is fontos a jól begyakorolt fogmosási technika alkalmazása kis fejű, közepes keménységű fogkefével és az ENERGY fogkrémjeivel. Akik fogágybetegségben szenvednek, használhatnak puhább sörtéjű fogkefét az íny kíméletes tisztítására. A fogtisztítás megkönnyítésére alkalmazhatunk különféle szájrúzsokat, melyek megakadályozzák a lepedék odatapadását a fogakhoz, illetve friss lehetőséget biztosítanak.



Ezenkívül érdemes még gondot fordítani a fogkövek tisztítására. Erre fogselymet, illetve speciális fogköztisztító keféket ajánlok, melyek többfajta méretben kaphatók. A fogak oldalsó felszínein vannak olyan területek, melyek fogkefével nem, csak ezekkel az eszközökkel érhető el. Használatukkal jelentősen csökkenthető a fogkőképződés.

A szájbán lévő fogpótlásokat ugyanúgy tisztítani kell, hiszen ezeken is lerakódik a lepedék és a fogkő. Tisztításukra fogkefe és számos speciális fogselyem, illetve kefe használható. A kivehető pótlások fogkefével történő tisztításán túl fogsortisztító tablettákat érdemes használni, ezek aktív oxigén tartalmuknál fogva a lepedéket és a kórokozókat is eltávolítják, valamint a fogorszínvesztését is késleltetik.

HÉT JÓ TANÁCS AZ EGÉSZSÉGES FOGAKÉRT

Fontos, hogy savas gyümölcsök és gyümölcslevek fogyasztása után ne mossunk rögtön fogat. A gyümölcssavak marják a fogzománcot és az átmenetileg sérülékenyebbé válik. Ilyenkor várjunk egy órát a fogmosással. Az étkezések után a szájbán termelődő savak hígítására jól jöhet egy pohár víz, ha nem tudunk fogat mosni, vagy használjunk cukormentes ráágumit. A ráágózás fokozza a nyáltermelést, ezzel hígítja a savakat, és lemosó hatású, közvetlenül tisztítja a fogakat, valamint mozgatja a ráágóizmokat. Természetesen ez sem helyettesíti a fogmosást, és nem egész napra ajánlott.

Végül 7 jó tanács az egészséges fogakért:

- ne fogyasszunk egész nap kávé és cukros italokat;
- édességet lehetőleg a főétkezés után együnk, bekaphatunk utána egy falat sajtot;
- vizet minden étkezés után igyunk;
- elegendő zöldséget és gyümölcsöt együnk;
- használjunk cukormentes ráágumit;
- fél évente járjunk fogászati ellenőrzésre;
- használjunk gyógynövénytartalmú fogkrémeket.

Dr. Veres Marianna

fogorvos, természetgyógyász,
ENERGY tanácsadó, Debrecen

(Vége)

A FYTOMINERAL 7-FÉLE ALKALMAZÁSA

Az ásványi anyagok az ember testtömegének megközelítőleg 4%-át teszik ki. Szervezetünk külső forrásból származó pótlás nélkül csak rövid ideig képes fenntartani az ásványi anyagok és nyomelemek egyensúlyát. Ezek hiánya, túltengése vagy helytelen aránya azonban egészségi problémákhoz vezethet.

Az ásványi anyagok pótlásának egyik lehetséges módja az ásványi anyagokat és nyomelemeket jól hasznosuló kolloid formában tartalmazó FYTOMINERAL szedése. Ennek a kiváló készítménynek több, nem hagyományos felhasználási módja is akad:

- 1 **Ásványvíz** – természetes formában jelen levő ásványi anyagokat tartalmazó, kellemes ízű ásványvíz készítéséhez csepegtessen 15 csepp FYTOMINERAL-t fél liter jó minőségű vízbe.
- 2 **Ionizáló ital** – fizikai igénybevétel vagy edzés után csepegtessen 15 csepp kolloidot egy pohár vízbe. Felgyorsul tőle szervezet regenerációja, jobb lesz a haja minősége, valamint javul szervezete vitaminfelhasználása is.
- 3 **Hajregenerálás** – fél liter vízhez keverjen 15 csepp FYTOMINERAL-t, majd nedvesítse be vele haját és fejbőrét.
- 4 **Körömregenerálás** – minden lakklemosásnál vagy töredező, rossz minőségű körömök esetén csepegtessen az oldatból egy-egy

cseppet közvetlenül a körmeire. Ezzel új életet lehel a körmeibe, és azok egészségesen ragyogóvá válnak.

- 5 **Bőrregenerálás** – fél liter vízben elkevert 15 csepp FYTOMINERAL felélénkíti fáradt bőrét. Hathatós segítséget nyújt különböző kiütések és ekcéma esetén is, főleg akkor, ha a bőre csak a tiszta vizet képes elviselni. Naponta 3x kenje be FYTOMINERAL-lal a sérült bőrfelületet. Az oldatot mindig friss vízből készítse. A készítményt különböző krémekhez és pakolásokhoz is hozzáadhatja.
- 6 **Növények táplálása** – egy liter vízbe csepegtessen 4 csepp koncentrátumot.
- 7 **Házi kedvenceknek** – a háziállatoknak is szükségük van a megfelelő ásványi anyagokra. Kisebb állatok (max. 10 kg) számára 100 ml ivóvízbe 2 csepp FYTOMINERAL is elegendő.

A FYTOMINERAL termékdokumentációja alapján összeállította:

Veronika Najralová

ENERGY KLUBOK ELŐADÁSAI, RENDEZVÉNYEI

Település	Cím	Időpont	Előadás témája, előadó	Kapcsolat
Budapest	1149 Budapest, Róna u. 47/A.		A programokról érdeklődjön Marosi László klubvezetőnél.	061/354 0910 061/354 0911 E-mail: info@energyklub.hu www.energyklub.hu
Budapest	Rákóczi Center Üzletház, 1074 Bp., Rákóczi út 54. II. em. 217. Nyitv: H-P: 10-17	minden hónap 2. keddjén 17 órától	Előadók: Várkonyi Edit kineziológus, természetgyógyász és Varga Judit kineziológus, természetgyógyász	0620/261 2243 ozisz.bt@citromail.hu
Módosult nyitva tartási idő: hétfőtől péntekig: 10-17				
Szeged	Villornet Hargitai u. 40.	minden hónap második szerdája, 18 óra	Előadás és szaktanácsadás, tartja: Dr. Szabó Ida csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvos, természetgyógyász.	0662/480 260
Szeged	Nemes Takács u. 1. (Petőfi S. sgt és Nemes Takács utca sarok)	minden hónap páros szerdája, 17 óra	Előadó: Mészáros Márta természetgyógyász, reflexológus, gyógyszer-tári analitikus, szakasszisztens	0662/322 316 0630/289-3208
Módosult nyitva tartási idő: hétfőtől péntekig mindennap 13-17:30 óra				
Debrecen	Nagy Lajos király tér 1-5., Technika Háza (Egyetem sugárút)	március 12., péntek, 18 óra	Energy klubelőadás. A székrekedéstől a vastagbél tisztításig – hatékony lehetőségek az Energy gyógynövényes készítményeivel. Előadó: Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta, természetgyógyász További info: Kovácsné Ambrus Imola , klubvezető, természetgyógyász.	0630/458 1757 E-mail: info@imolaenergy.hu
Nyíregyháza	Május 1. tér	minden 2. hét kedden 17.30 – 19.30 között	Klubnap és konzultáció. Érdeklődjön Fitos Sándor klubvezetőnél	0620/427 5869
Győr	Szent István út 12/3. fsz. 4.	minden hónap első kedd, 18 óra	Terméktapasztalatok, információk cseréje. Előadó: Kocsis Ilona klubvezető	0696/335 650 0620/395 2688
Pécs	József Attila u. 25.	minden szerdán 17 órától	Klubnap. Érdeklődjön a részletekről Molnár Judit klubvezetőnél.	0630/253 1050 energy.pecs@freemail.hu
Sopron	Innovációs Központ Konferencia terem Verő József u. 1.	március 6., szombat 10-18 óra között	Egészségnap és előadás: Egészségmegőrzés az egyedülálló Pentagram® gyógynövény-koncentrátumokkal. Előadó: Kotriczné Szilágyi Judit gyógypedagógus, természetgyógyász, kineziológia oktató Ingyenes szolgáltatások az egészségnapon: Vércukorszint- és vérnyomásmérés, biorezonanciás és kineziológiai állapotfelmérés, zöldárpafű ital kóstoló, egészségügyi szaktanácsadás, aurafotó és energetikai állapotfelmérés, masszázs	0630/830 0344 0630/372 3429 0699/261 131, energy@florescence.hu
Zalaegerszeg	Ady E. u. 31.	minden hónap 2. keddjén 17 órától	Előadások a klubban. Érdeklődjön Kozsa Anita klubvezetőnél.	0692/347 746 0630/857 4545 kozsanita@freemail.hu
Miskolc	Zsolcai kapu 9-11., I. em. 116.	március 29., hétfő, 16-17.30 óra	Ingyenes orvosi tanácsadások, havonta egyszer. Tanácsadó: Dr. Hegedűs Ágnes holisztikus orvos. Részvétel előzetes bejelentkezéssel Ficzere János klubvezetőnél.	0630/856 3365, fj58@citromail.hu
Kazincbarcika	Barabás M. u. 56.	minden szerdán 16-18 óra között	Klubnap. További információ: Ficzere János klubvezető.	
Keszthely	Lovassy Sándor u. 13/A.	minden kedden 17.30-19 óra között	Energy klubnap. További információ: Gyenesé Ibolya klubvezető	0630/560 7785 0630/225 4917 ibi-bazsa@freemail.hu
Szombathely	Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ, Ady tér 5.	március 19., péntek 17.30	Klubelőadás: Tavasz tisztítóóra az Energy készítményeivel. Előadó: Ángyán Józsefné természetgyógyász, kineziológus. Az előadás után ingyenes állapotfelmérés! További info Nánási Tiborné Eszter klubvezetőnél Naturatéka, Fő tér 38. Külsikátor	0630/534-2560, 0694/322-087

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

Az Energy országos klubhálózata:

Budapesten: 06-1-354-0910, 06-20-261-2243 – Debrecenben: 06-30-458-1757 – Győrben: 06-20-395-2688 – Kalocsán és Baján: 06-30-326-5828 – Kazincbarcikán: 06-30-856-3365 – Kecskeméten: 06-30-855-0406 – Keszthelyen: 06-30-560-7785 – Miskolcon: 06-30-856-3365 – Nyíregyházán: 06-20-427-5869 – Pécsen: 06-30-253-1050 – Sopronban: 06-30-830-0344 és 06-30-372-3429 – Szegeden: 06-30-289-3208, 06-62-480-260 – Székesfehérváron: 06-20-568-1759 – Szolnokon: 06-56-375-192 – Szombathelyen: 06-30-534-2650 – Veszprémben: 06-30-488-4973, 06-70-703-7489 – Zalaegerszegen: 06-30-857-4545

BESZÉLGETÉS KIS ÉVA BUDAPESTI KLUBVEZETŐVEL

HAJBAJOKRA HATÉKONY SEGÍTSÉG

Zuglóban, egy csendes utcában található a Nice Holisztikus Hajgyógyászat – egyben az ENERGY budapesti 2. sz. klubja. Mindkettő vezetője Kis Éva, akit az évek során igen sokan megtaláltak a legkülönbözőbb hajproblémákkal. Aki betér hozzájuk, nem is gondolná, mi minden húzódnhat meg egy „egyszerű hajhullás” háttérben – és bizony akkor is csodálkozik, amikor kiderül, hányféle vizsgálat és terápia vár rá. Kis Évával a szerkesztő, Kürti Gábor készített interjút.

Különleges elnevezés szerepel a névkártyádon: e szerint hajgyógyász vagy. Láttam már egy-két kiadványt, amelyben hajgyógyászok hirdették magukat. De azt hiszem, talán Te vagy az egyike azoknak, akik a legrégebben foglalkoznak ezzel.

Valóban, már 13 éve hajgyógyász vagyok. Előtte három évig már a természetgyógyászat volt a fő tevékenységem. Ez idő alatt mindenféle panaszsal találkoztunk. Nagy gyakorlati tapasztalatra tehettem szert tanítómnak köszönhetően. Ezután a hajproblémák, fejbőrpanaszok megoldására „szakosodtam” úgy, hogy a tanult vizsgálati módszereket és terápiákat megtartottam. A gyakorlatban ez annyit jelent, hogy a haj és a fejbőr problémáit úgy szemlélem, mint a szervezet segélykérő jelzéseit. Nemcsak a fejbőrt és a haját, hanem az egész embert kell vizsgálni ahhoz, hogy megtudjuk, mi a valódi belső ok.

Ennek alapján úgy gondolom, elég gyakran előfordul, hogy valaki a haja miatt fordul hozzád, és te olyat mondasz neki, amire nem számított, és szerinte semmi köze a hajához...

Gyakran csodálkoznak valóban. Mondván, hogy „csak a korpáim miatt jöttem, és már azt is tudom, hogy mi van a beleimmel”. Meglepődnek a vizsgálataink sokoldalúságán, hogy mennyi összefüggés derül ki egy egyszerű hajhullás kapcsán. Fontosnak tartom, hogy a szervekben megbújó göccokat, a toxikus terheléseket,

a gerincproblémákat, az energetikai blokkokat, az érzelmi hátteret egyaránt felderítsük. Több dologra van szükség, hogy a korpákat, a hajhullást, a fejbőrviszketést, a túlzott zsírosodást megszüntessük: kevés egy sampon meg egy hajszesz.

Ha visszagondolsz a kezdetekre, miért fordultál a hajgyógyászat felé? Volt valami konkrétan, ami ebbe az irányba indított el?

Volt egy negatív tapasztalatom. Akkor már 3 éve foglalkoztam természetgyógyászzal. Egy ukrán orvos-természetgyógyász, pszi-sebésszel együtt jártuk az országot. Ötnapos gyógyító kurzusokat tartottunk. Gyűltek a tapasztalataim, így már ránézésre is tudtuk, milyen problémái vannak egy-egy embernek. Amikor elmentem egy „hajgyógyászati” vizsgálatra, azt láttam, amit azóta is – akár a patikában, akár a fodrásznál a mikrokamerás vizsgálaton –, hogy kizárólag a fejbőrt vizsgálják. Ennek alapján javasolnak sampont, krémet, tonikokat. Csak a tünetet kezelték, így próbálván segíteni. Nem biztos, hogy ez rossz, de én úgy láttam, hogy nagyon kevés. Nem elég egy idegileg gyenge, depressziós, bélproblémás embernek a hajhullására csak egy sampon vagy csupán egy krémpakolás.

Mi az a plusz, amit te belevittél az egészbe az évek során? Hová jutottál el?

A mikrokamera mellett a gerinc és a hasi szervek manuális – mélytapintásos – vizsgálatát már

kezdettől fogva alkalmaztam a hajgyógyászatban. A 13 év alatt gyűltek ehhez azok a vizsgálati módszerek, illetve terápiás anyagok, amelyeket jónak, hatékonynak találtam. Így kiegészült a vizsgálati módszerem a bőrellenállás mérésén alapuló toxinteszt vizsgálatával, energetikai állapotfelméréssel, auravizsgálattal, földsugárzás-beméréssel. A problémák megoldását orgonterápiával, hasi manuálterápiával, táplálkozásterápiával, bioenergia-kezeléssel, lélekmasszázzsal, bioinformációs terápiával javasoljuk. Pár évvel az ENERGY előtt ismerkedtem meg az információs gyógyászattal, amely azóta a „szerelmem” lett.

Téged talált meg az ENERGY, vagy te találtál rá?

Amikor az információs gyógyászatot megismertem, akkor egy szlovák cég termékeit alkalmaztam. De több problémám akadt a készítményekkel kapcsolatban. A hordozóanyag cukorszirup és alkohol volt, a sokféle készítményből nehéz volt kiválasztani a megfelelő sorrendet. Kértem az „Univerzumtól” valami jobbat. Így bevonztam az ENERGY-t. Ennek már vagy 7 éve. Az ENERGY-ben azt szeretem, hogy egyesíti mindazt, ami nekem fontos volt. Átfogja a teljes embert, a hagyományos kínai orvoslás, a hko alapján rendszerezték, viszonylag egyszerűen kezelhető, hatékony – de ezeket úgyis tudjuk mindannyian. Semmi alkohol, semmi cukor, de ott a gyógynövény, sőt még az információ is. Így nagyon jól egymásra talált a hajgyógyászatunk és ez a termékcsoport. Azelőtt sem volt sikereinkben szegény a tevékenységünk, de mióta az ENERGY-t használjuk, lerövidült a hatás és az eredményességünk ideje.

Vegyünk egy általános esetet. Idejön valaki egy olyan problémával, hogy hullik vagy korpás a haja. Mi minden történik vele? És milyen sorrendben?

Mikrokamerás hajvizsgálattal, a műszeres vizsgálatainknak köszönhetően kialakított skalpdiaosztikával kezdünk. A hajás fejbőr pontosan és időben megmutatja, hogy mely szerveknél van probléma. Így máris láthatóak az összefüggések a panasz és a belső okok között. Ez még csak a vizuális diagnosztikai rész. Ezt követi a gerinc és a gerinc melletti szövetek manuális, tapintásos vizsgálata. Így érzékelhető, ha valamelyik csigolyánál van eltérés. Mindez már összekapcsolható a skalpon látottakkal, illetve akár újabb problémát is találhatunk. A has mélytapintása szintén adhat még a terápia kialakításához szükséges információkat.

Csak a fizikai, testi szintet nézed a hozzád fordulóknál, vagy vannak lelki-érzelmi tesztek is?

Teszt is, számítógépes rendszerem is van a lelki problémák kiásására, de már a mikroterületi vizsgálatoknál is automatikusan lefordítom a szervek jelzéseit a lelki megfelelőikre. Ha a vese területét problematikusnak érzem, akkor jelzem a párkapcsolati vagy szülőkapcsolati „zavarok” lehetőségét. Megbeszéljük – akivel lehet –, mi



AZ ENERGYVEL GYORSABB A HATÁS, JOBBAK AZ EREDMÉNYEK

▶ állhat konkrétan a panaszok érzelmi hátterében. A hasi szerveket is elég érdekes, mélytapintásos módszerrel vizsgálom, ami szintén segít a problémák mélységének, kialakulásuk idejének behatárolásában. Ha bizonyos helyek érzékenyebbek, valamint a páciens is visszajelez, akkor jobban rögződik mindenkiben a hajpanasz és a belső szervek összefüggése. Nem a diagnosztika a cél, hanem az összefüggések feltárása és a megfelelő terápia összeállítása, és nem utolsósorban elvégzése – ami már nem rajtunk múlik. A vizsgálat után általában senki sem kételkedik a terápia helyességében. Úgy gondolom: éppen a haj az, amely az ember érzelmi problémáit a leghívebben és talán a legfinomabban tükrözi. Az anyasejtek a tüsző mélyén, ötszörös anyagcseréjükkel sokkal érzékenyebben reagálnak mindenféle szervi, energetikai és érzelmi problémára. Ezért fordulhat elő, hogy egyik napról a másikra megöszül, összeesik, kezelhetetlenné válik a haj, már nem tudod befésülni, lehetetlen frizurát készíteni.

Van más vizsgálat is?

Igen, következik még a toxin teszt és az energetikai állapot felmérése. A toxin tesztnél a bőr ellenállásának mérésével olyasmir tudunk meg, amire a tesztampulla sor lehetőséget ad: szervek, toxinok, góccok, érzelmi problémák. Kiderül, melyik szervnél van eltérés, és minek „köszönhetően”: baktérium, gomba vagy vírus, esetleg parazita vagy nehézfém, illetve antibiotikus terhelés vagy oltás hatása húzódik meg a háttérben. Azt is megtudjuk, hogy ha az illetőnél anyagcserezavar, autoimmun probléma áll fenn, valamint hogy milyen góccok és hol vannak a szervezetében. A toxintérkép segítségével újabb összefüggésekhez jutunk, melyek nagyrészt alátámasztják a scalp és a gerinc alapján már kialakult képet. További előnye a vizsgálatnak, hogy visszamérhető, melyik termék az, amely az adott problémára jól fog hatni. Van egy speciális, általunk kidolgozott – színhíány-vizsgálati – módszer arra, hogy milyen ENERGY készítményt célszerű adnunk.

A harmadik vizsgálati módszer az energetikai állapotfelmérés. Ekkor az egész energiarendszert, az aurát vizsgálja a kollégám. Megnézi, hogy van-e valamilyen káros sugárzás otthon a fekhelynél, ami az illető energiarendszerén a blokkokat okozza, valamint hogy a csakrai miként működnek. Ennek alapján beszél meg ő is a javasolt terápiát.

Elmondanál egy-két érdekesebb esetet, amikor valakinél valamilyen különleges problémára derült fény, majd a dolog rendeződött?

Sok ilyen volt. Egyszer egyetlen csepp – 30 ml vízben felhígított – VIRONAL gyógyított meg egy 3 éves kisfiút a szájpenészből 2 nap alatt. Volt olyan extra esetünk is, amikor a számítógépes rendszerrel bemértünk egy problémát egy 6 éves gyermeknél, aki annyira élelmiszer-érzékeny volt,

hogy semmit nem tudott megenni, és nem is evett. A szülei azt mondták, hogy 4 éve jóformán semmit nem eszik, és nem is értik, miből él... De ha mégis valamit bekap, 2 óra múlva már rohannak is az orvosi ügyeletre, mert asztmás, allergiás, fulladásos problémák jelentkeznek. A vizsgálat alapján egy kis információs – lelki segítő – cseppet meg egy picit VIRONAL-t kaptott, egyebet nem. Két hónap múlva hozták vissza a gyereket, és beszámoltak róla: mióta a készítményeket szedi, reggeltől estig annyit eszik, mint még életében soha. Egyszer sem lett rosszul, kinyílt, vidám lett. Azt is megbeszéltük, hogy mi volt a gyermek lelki problémája, amely teljesen leblokkolta a testi rendszerét. Kétéves korában váltak a szülei, és úgy gondolta, hogy miatta borult fel a szülők kapcsolata. Ezt nem volt képes feldolgozni magában, és ez okozta az egész problémát.

Úgy tudom, hogy az információs gyógyítás mellett van egy másik szerelmed is: a Bach-virágterápia.

A Bach-virágterápiát azért szeretem, mert nagyon szépen megoldja az érzelmi problémákat és a belőlük eredő szervi, működési zavarokat. Az Inergetix CoRe számítógépes rendszerembe beleépítettek egy külön kis programot, amely pontosan megmondja, hogy az adott probléma alapján melyik Bach-virágterápiás cseppel lehet a legjobban hatni az illető panaszaira. Nagyon sok érdekes és igen jó eredményt értünk el vele.

Ez a sokféle módszer jól megfér egymással, nyugodtan integrálhatod őket? Az ENERGY-t a Bach-cseppekkel, az információs gyógy-módokkal, az energetikai kezeléssel?

Számunkra igen. Amikor egy ENERGY terápiát megbeszélünk, mindig azt mondom: egy picit hagyjuk az elején az ENERGY-t dolgozni, és ha valami probléma még megmarad, és bizonyos szférákba nem sikerül eljutni, akkor próbálkozunk mással is. Ilyenkor segítségül jöhetnek a Bach-cseppek, a frekvenciaterápia, az információs kezelések.

Nálad is előfordul, hogy kiborul a lelki szemetes vödör, előkerülnek olyan dolgok, amelyekről eredetileg nem is akart beszélni a vendég?

Ilyesmire már a vizsgálat elején is megbeszéljük. Amikor pl. egy vendég hátát vizsgálva rákérdeztem, hogy az apukával milyen problémái vannak, először megdöbbszent, aztán sírva mesélte a helyzetét. Soha nem szoktam faggatózni, inkább csak jelzem a témaköröket. Ha a vendég úgy érzi, hogy beavat a problémáiba, szívesen segítük – amennyire lehet és amennyire tudok – tanácsokkal. Az emberek sajnos hozzá vannak szokva, hogy amikor elmennek az orvoshoz, ott senki sem kíváncsi arra, hogy valójában mi a problémájuk gyökere. Szinte az ajtóból, jóformán futószalagon, felírják a receptet – de arról, hogy mi a bajok oka, nem esik szó, és főleg arról nem, hogy mi a lelki háttér. Nálunk, ahogy



bejönnek, érzik a jó illatokat, látják a fényeket, az egész környezet kellemes. Amikor leülünk, a vendég érzékeli, hogy itt nincs rohanás, kérdezek, és csakis vele foglalkozom. Ezek mind olyan pluszok, melyekkel sikerül megnyitnom az emberek lelkét. Ha pedig rájönnek, hogy mi mindennek van köze a hajhullásukhoz, akkor úgy gondolom, ez már fél gyógyulást jelent...

Persze a hozzád fordulóknak maguknak is kell tenniük valamit azért, hogy az állapotuk megváltozzék.

Van, aki úgy jön ide, hogy csak egy sampont szeretne, és máris megy tovább, mert másra nincs ideje. Ilyenkor felhívjuk a figyelmét a belső okok fontosságára. A szervezet tisztítását, méregtelenítését hangsúlyozzuk elsősorban. Ha a dolog pénztárcafüggő, akkor az ENERGY alaptermékeinek egyikét javasoljuk kezdésnek, a hajás fejbőr kezelését – ha még szükséges – később kezdjük.

A nőknek biztosan fontosabb a hajuk. Gondolom, hogy a vendégek 90%-a vagy még több nő. Vagy a férfiak hiúbbak?

Nemcsak a nők, a férfiak is hiúk. Nekik is viskét a fejük, kopaszodnak. Sok 18-20 éves fiú jön hozzánk a szemöldök felett kezdődő kopaszodással, amibe a bőrgyógyász szakvéleménye szerint bele kell törődni, hiszen férfias és örökletes. Vizsgálataink mindig kiderítik az okokat, az ENERGY termékek segítségével pedig szépen vissza lehet fordítani a kopaszodást, akár szervi, akár lelki oka van.

A sokféle terápiában, amit alkalmaztok, van-e valami újdonság, amit csak mostanában vezettetek be?

Az általam gyártott samponokban és a fejbőrpoló krémekben is vannak a gyógynövényeken kívül bioinformációk, akárcsak az ENERGY termékeiben. A már említett Inergetix CoRe számítógépes rendszerrel – akár egy hajtincsből – meghatározható, hogy milyen érzelmi és szervi problémák vannak, és ezekre személyre szabott „infogyógyszer” készíthető. Úgy gondolom, hogy ezzel is érdemes kiegészíteni az ENERGY termékek hatását és a külső terápiás eljárásokat. Így hatékonyabbá tehetjük a módszerünket, hiszen ez a terápia nagyon-nagyon személyre szabott. Óriási előnye, hogy el sem kell jönni, elég egy hajtincs és néhány adat.

K. G.

A SZÉKREKEDÉSTŐL A VASTAGBÉLTISZTÍTÁSIG



A székrekedés az utolsó tabutémák közé tartozik napjainkban. Milliók, elsősorban nők szenvednek tőle (négy-szer többször fordul elő, mint a férfiaknál). Elsősorban azokban az országokban, ahol a jólét jellemző, a krónikus székrekedés igen sok embert és minden korosztályt érint, de sokan nem tekintik problémának, megtanulnak vele együtt élni (pl. hashajtókat alkalmazva).

Amikor a megemésztett pépes táplálék a normálisnál tovább marad a szervezetben (nincs mindennap széklet), a következő tünetek tapasztalhatók:

- puffadás
- görcsös hasi fájdalom
- fejfájás
- allergiás tünetek
- immungyengeség
- állandó teltségérzés
- bőrelváltozás

A székrekedés oka lehet a rendszertelen munkabeosztás, helytelen táplálkozás, életmód, kevés mozgás, kevés folyadék, a székletürítési reflex gyengülése, változások a bélben vagy a környező szervekben, amelyek akadályozzák a bélben a bétartalom tovább haladását a végbél felé, szorongás, depresszió, stressz (az idegrendszer tartós túlterhelése).

- A leggyakoribb szövődmények a következők:
- vastagbélgyulladás
 - a kemény széklet a bélben sebeket és fekélyeket okozhat
 - aranyér
 - a végbélnyílás berepedése

A hashajtók kezdetben általában hatékonyak, azonban hosszabb alkalmazás esetén szervezetünk függővé válik ezektől a készítményektől, míg végül teljesen képtelen lesz a spontán székletürítésre.

TÁPLÁLÉK, FOLYADÉKBEVITEL, MOZGÁS, ÉLETMÓD

Fontos, hogy táplálékunk bőségesen tartalmazza teljes kiőrlésű termékeket, sok gyümölcsöt, zöldséget, hüvelyeset. Aszalt gyümölcs, búzacsíra fogyasztása megnöveli a szükséges ballaszt anyagok arányát.



Minden embernek naponta legalább fél óra mozgásra lenne szüksége. A könnyed, nem megterhelő mozgás is megfelel: például úszás, jóga, séta, kocogás (2 megállóval hamarabb szállunk le a buszról).

A napi székletürítésre elég időt kell szánni. Reggel a férfiak elfoglalják a mellékhelyiség trónját az újságjukkal/rejtvényükkel, a nők viszont, ezernyi teendőjükre hivatkozva, ezt esetleg kihagyják. Úgy kell tervezni a napot, hogy a hölgyek reggelente 10 percre nyugodtan el tudjanak vonulni.

Az anyatejrel táplált csecsemőknek gyakran csak 2-3 naponta van széklete. Ez nem jelent székrekedést, csupán annyi történik, hogy a kisbaba szervezete jól kihasználja az anyatejet, aminek egyébként is alig van salakanyaga.

A kisgyermekkorú székrekedésnek a legtöbb esetben a helytelen táplálkozás az oka (csokik, chipsek, cukorkák, cukros üdítők). Fontos, hogy gyermekünk rendszeresen egyen főzeléket, gyümölcsöt. A fehér kenyér helyett inkább teljes kiőrlésűt fogyasszon. Uzsonnára mehet a lekváros, mézes kenyér is. A kicsik imádják, és az emésztést is segítik. A szülők felelőssége, hogy a gyermekeket rászoktassák a nyers zöldségek fogyasztására. Már egy-másfél éves baba kezébe is adhatunk nyers sárgarépat, karalábét, káposztatorzsát, szeletelt almát. (A banán székrekedést okozhat, ezért ritkábban ajánlatos).

A jó bélműködéshez a megfelelő folyadékbevitel is szükséges. A gyerekek egy idő után nem érzékelik, hogy szomjasak, ezért ajánlott, hogy az édesanya nyáron akár óránként is kínálja meg gyermekét megfelelő folyadékkal. Ez ne ivólé, szörp vagy tea legyen – szeretessük meg babánkkal a tiszta vizet is.

HOGYAN SEGÍT AZ ENERGY?

A szorongás is székrekedést válthat ki. Problémát okozhat, ha a szülők túl sokat – és a gyerek számára is érzékelhetően – aggódnak a széklet elmaradása miatt, attól félve, hogy gyermeküknek bélelzáródása vagy bélcsvárodása lehet.

A VIRONAL nagyon jól harmonizálja a vastagbél működését, DROSERIN-nel pedig lehet masszírozni a gyerekek hasát vagy a talpukat, ezzel is segíthetjük a bélmozgást. A zöldrápából (BARLEY) „Shrek ital” lehet készíteni – a gyerekek nagyon szeretik (pici bodza szörppel fel lehet „turbózní”).

A PROBIOSAN segít visszapótolni a hasznos bélflórát (különösen ajánlott antibiotikum-kezelés után). Jó érzés volt látni azt a 2,5 éves kislányt, aki mikor észrevette, hogy édesanyja éppen az ő kedvenc PROBIOSAN-ját vásárolja meg az ENERGY klubban, azonnal kérte a doboz kibontását, és örömmel szétrágott egy kapszulát.

Időskorban jellemző a kevés mozgás, és a gyógyszerek is jelentősen befolyásolják a bélmozgást. Időskorban kétszer gyakrabban fordul elő a hasznos bélflóra csökkenése és a rothsztó baktériumok felszaporodása.

NÉHÁNY BEVÁLT „TRÜKK” SZÉKREKEDÉS ELLEN

Közreadok egy pár jól bevált „trükköt” azoknak, akiknél a székrekedés folyamatosan fennáll. Mindennap ajánlott ez a kúra, amíg a székrekedés meg nem szűnik. Lenmagpehelyből és lenmagból egy-egy teáskanálnyit reggel és este is leforrázni (dióízű lesz): miután megduzzadt és kihűlt, folyadékkal elfogyasztani. Naponta lehet készíteni: 2 evőkanál zabpelyhet és 2 evőkanál zabkorpát megfőzni 2 dl víz és 2 dl tej keverékében, csipet sóval és ízlés szerint gyümölcs-cukorral (fruktóz), ízesíteni lehet fahéjjal, mákkal, aszalt gyümölcsökkel, darabolt almával, dióval, mézzel, bármilyen lekvárral, túróval, mazsolával. Nagyon finom reggeli.

Reggel jó hatású az 1-2 pohár langyos víz. Este 5-7 szem aszalt szilvát beáztatni, reggel a lével együtt elfogyasztani.

Nyáron-ősszel nagyon jó hatású a szőlő (teljesen csak primőr kapható, de ha nincs más, az is segíthet). Feltétlenül fontos megemlíteni a babféléket. Mediterrán országokban minden nap fogyasztják őket. A magyar konyhában is nagy népszerűségnek örvendett, de az utóbbi időben leszoktunk róla. Pedig a bab, a zöldbab, a zöldborsó, a sárgaborsó, a lencse és a szójabab nagyon sok B-vitamint tartalmaz, nagyban segítik a bél működését, stabilizálják a vércukor- és a koleszterinszintet. A lencsét egy nappal főzés előtt meleg vízben kell áztatni, és meleg vízben kell feltenni főni, a babot elég egy órára meleg vízben áztatni és szintén meleg vízben kell feltenni (nem lesz „szeles” és hamar megfő).

Az ENERGY készítményei közül több is segíthet: VIRONAL, REGALEN, CYTOSAN INOVUM (l. cikkünket a szemközti oldalon). Ugyancsak hasznos lehet a BARLEY, a CHLORELLA, a PROBIOSAN és a FYTOMINERAL.

A vastagbél tisztításnál érdemes figyelembe venni a holdállást: fogyó holdnál javasolt elkezdni.

Kovácsné Ambrus Imola
természetgyógyász,
ENERGY klubvezető, Debrecen

A CYTOSAN ÉS A CYTOSAN INOVUM BELSŐ HASZNÁLATA ELŐKÉSZÍTIK A „TEREPET”

A CYTOSAN INOVUM összetétele az eredeti CYTOSAN-tól abban tér el, hogy a CYTOSAN INOVUM-ban megtalálható mindkét humátfajta (a lignohumátion kívül kis mennyiségben tözgeből származó kálium-humátot is tartalmaz), és tartalmaz francia zöld agyagot, míg a CYTOSAN-ban csak lignohumát van. A szilimarín és a borostyánkősav tartalom az eredeti CYTOSAN-ban valamivel magasabb. A két készítmény hatása hasonló ugyan, ám kombinált használatuk, vagy épp fordítva, egyikük célzott kiválasztása bizonyos esetekben nagyobb hatékonyságot eredményezhet.

A CYTOSAN humin anyagokat tartalmaz, amelyek molekulái viszonylag kis méretűek, ezért könnyen átjutnak a vékonybél falán keresztül a véráramba. A CYTOSAN ennek köszönhetően kiválóan alkalmazható a sejtek belső környezetének tisztítására, a vér és a szervek méregtelenítésére. A belek tisztítására kifejtett hatása bizonyos mértékig korlátozott ugyan, ám hathatós. A CYTOSAN INOVUM elsődleges feladata ezzel szemben a nem kívánatos anyagok tökéletes eltávolítása a bélrendszerből, különösen a nehezen elérhető helyekről, a vékonybél bolyhjai közül. A készítményben található zöld agyag növeli a méregtelenítő és gyulladáscsökkentő hatást.

A CYTOSAN INOVUM-ban a lignohumát mellett kis mennyiségben tözgehumát is van, amely több értékes fém- és nyomelemet tartalmaz, mint a lignohumát, mert az utóbbit speciális technológiai eljárással állítják elő.

A CYTOSAN INOVUM használata a következő esetekben javasolt:

- ⇒ anyagcsere folyamatokból származó toxikus salakanyagok lerakódása a bélrendszerben
- ⇒ helytelen étkezési szokások és egészségtelen életvitel
- ⇒ akár akut, akár krónikus mérgezés gyanúja
- ⇒ vastagbélrák kockázata.

A zöld agyagnak köszönhetően a CYTOSAN INOVUM jobban képes elnyelni a bélgázokat, és gyorsabban hat hasmenés, valamint bélgyulladás esetén.

A CYTOSAN-t viszont elsősorban a szervezet rendszeres méregtelenítésére javasolt alkalmazni, illetve a CYTOSAN az a készítmény, amely tökéletesen előkészíti a „terepet” a CYTOSAN INOVUM számára. Az utóbbi bizonyos esetekben túlságosan is hatásos, és ez problémát okozhat a felhasználóknak pl. túl gyakori székletürítés formájában. A regenerációs szünetek betartása a CYTOSAN INOVUM esetén több mint szükségszerű. *Hosszan tartó, szünet nélküli alkalmazása esetén ugyanis a bélrendszer-jótékony mikroflórája is kiürülhet.*

A HATÁS ALAPELVE

A zselatin kapszula a nyelőcsőn keresztül bejut a gyomorba, ahol a gyomorsav hatására feloldódik, és tartalma mechanikusan összekeveredik a gyomor tartalmával. A készítmény hatóanyagai már ekkor kifejtik jótékony hatásait.

A készítmény vízben oldódó összetevői (borostyánkősav, szilimarín, alacsonyabb molekulású humin anyagok) a vékonybél falán keresztül bekerülnek a vérkeringésbe. A kapszula

tartalmának egy része azonban a vékonybélben marad (nagyobb molekulású humin anyagok és a zöld agyag), majd onnan a vastagbélbe vándorol, és útközben magába szívja az anyagcsere metabolitjait, a nehéz fémeket, a gázokat és az idegen anyagokat. A vékonybélben és a vastagbélben szívódnak fel a létfontosságú ásványi anyagok és nyomelemek kationjai is. Ezen anyagok jelenlétének köszönhetően a belek felülete védetté válik, nyálkahártyájuk tiszta marad, és optimális vastagságú védő nyálkaréteg borítja be őket. A humin anyagok a zöld agyaggal együtt jelentős mértékben kiveszik részüket az ún. nyálkahártya-védelem kialakításában, ami az immunrendszer egyik legfontosabb védelmi mechanizmusa.

A belek vérből falán keresztül a vérkeringésbe bejutó anyagok a májba vándorolnak tovább. A mindkét készítményben megtalálható szilimarín azonnal regenerálja a májsejteket, támogatja méregtelenítő funkciójukat, és serkenti az epe-termelést, amivel ugyancsak támogatja a salakanyagok eltávolítását a szervezetből. A májból tovább folyó vér a hatóanyagokkal együtt eljut a szervezet valamennyi szervéhez és szövetéhez. A humin anyagok megszabadítják a szöveteket az anyagcsere metabolitjaitól, a borostyánkősav pedig energiával tölti fel a sejteket, és elősegíti regenerációjukat. A CYTOSAN és a CYTOSAN INOVUM hatásai tehát elérik a szervezet valamennyi alkotóelemét, részt vesznek méregtelenítésükben és regenerációjukban, és ezzel elősegítik az egészség fenntartását.

HOGYAN VEGYÜK BE A KAPSZULÁKAT?

Általánosságban elmondható, hogy a CYTOSAN és a CYTOSAN INOVUM zselatin kapszulát megfelelő mennyiségű vízzel kell bevenni. Előfordul, hogy a kapszulák lenyelése nehézkes, esetleg lehetetlen, vagy már a szájüregben és a nyelőcsőben ki akarjuk használni a készítmény hatékonyságát. Ebben az esetben egyszerűen oldjuk fel a kapszula tartalmát fél-egy liter szénsavmentes vízben. Sötétbarna, semleges illatú és ízű italt kapunk. A CYTOSAN INOVUM vízzel való elkeveredésekor az edény alján lerakódik a zöld agyag, amely vízben nem oldódik. Az üledéket is igyuk ki, mert csak így érhetjük el a készítmény optimális hatékonyságát. Ha „kifogásolható” táplálékot vittünk be szervezetünkbe, a CYTOSAN INOVUM időben történő használata a lehető legjobb megoldást nyújtja a



problémára. Ugyancsak sikeresen megelőzhető vele pl. a gyomorégés, a reflux vagy a nyelőcső nyálkahártyájának sérülése is.

A CYTOSAN-os ital lassabban, fokozatosan, így következetesen és kímélőbben hat a szervezetre. A CYTOSAN-os italt a gyermekek is könnyebben elfogadják. Ám különösen ilyen esetekben nagyon oda kell figyelni a felhasznált víz minőségére.

A HUMÁTOK ÉS TOVÁBBI ENERGY KÉSZÍTMÉNYEK

A CYTOSAN és a CYTOSAN INOVUM alkalmazásának meg kellene előznie minden más gyógynövény-készítmény és étrend-kiegészítő használatát. A bélrendszer alapos kitisztításának, valamint a toxikus anyagok eltávolításának köszönhetően a harmonizáló gyógynövény-koncentrátumok hatása várhatóan sokkal hatékonyabb lesz. Ezenkívül a szervezet alkalmasabbá válik az ENERGY egyéb készítményeiben található vitaminok és ásványi anyagok felszívására.

A CYTOSAN és a REGALEN kombinált használata a májműködés egyidejű támogatásának köszönhetően növeli a készítmény méregtelenítő hatását, csakúgy, mint a RENOL-lal vagy a FYTOMINERAL-lal való kombináció, amely a veseműködést segíti. A CYTOSAN-nal vagy CYTOSAN INOVUM-mal végzett, egy hónapról hosszabb regeneráló kúra után érdemes elkezdeni a PROBIOSAN szedését, amely gondoskodik a belek szimbiotikus baktériumokkal való betelepítéséről. Bizonyos esetekben azonban (helyes táplálkozás mellett) elegendő a prebiotikus CHLORELLA alkalmazása is, amely ideális környezetet teremt a jótékony baktériumok számára a belekben.

Tereza Viktorová

BESZÉLGETÉS LAÁR ANDRÁSSAL HITRŐL, EGYSÉGRŐL, EGÉSZSÉGRŐL „HA AZ ÉLETERŐ FELFOKOZOTTAN MŰKÖDIK BENNEM, AKKOR MEG SEM ÉRINT A BETEGSÉG”

Egy februári hír kapcsán kezdjük a beszélgetést Laár Andrással, akit sokan és sokféle oldalról ismernek szerte az országban. Zenekarának *Tündértantra* című CD-jét a Fonogram éves gáláján beválogatták a legjobb lemezek közé, a világszene kategóriában ötödikmagával jelölték *Az év lemeze* címre. Ez az a CD, amely márciustól az ENERGY klubtagok számára is ajándékként – 10 ezer Ft értékű vásárlás felett – hozzáférhető lesz.



Sok arca van Laár Andrásnak: KFT, L'art pour l'art, Besenyő Pista bácsi, Tompika, emellett felszentelt buddhista pap, a hinduizmus jó ismerője és a legújabb, számomra kimondhatatlan nevű zenekar, a Sat-Chit-Ananda Bhajan Band vezetője. Hogyan fér meg ennyi minden egyetlen emberben? Mindegyik szerep egyformán közel áll Önhöz?

Mondjuk úgy, hogy nem is a különböző szerepek, inkább az irányultságok állnak közel hozzám. Igen fontosnak tartom a magam életében a filozofikus hozzáállást és a szellemi gyakorlatokat, azokat az erőket, melyeket a vallásokon keresztül ismertem meg. Ugyanakkor viszolygok a szenteskedéstől, főleg az álszenteskedéstől. Mindig is gyanakodva szemléltem azokat a szenteskedő, ájtatoskodó embereket, akik a vallást ilyen természetellenes módon gyakorolják. Ebből következik, hogy nagyon közel áll hozzám a másik oldal, az abszurd humor is, amely viszont éppen kifigurázza ezeket az álszent pózokat. De mind közül az első és legfontosabb számomra: a zene. Ez olyan terápiás eszköz, amely kamaszkorom óta segít abban, hogy egyáltalán éljek.

Alapélményem volt a spirituális utam kezdetén, hogy ez a világ élő valóság, nem halott teremtés, hanem itt egyben minden létező egy szerves életnek a része is. Ezt a szerves egész életet az egyszerűség kedvéért hívhatjuk Istennek. Nem ódzkodom ettől a kifejezéstől, de elfogadom különféle vallási megközelítések különféle elnevezéseit. Gondolok itt arra, hogy én például buddhista vagyok, a buddhisták pedig nem Istenben gondolkodnak, hanem a tudat teremtő erejét és képességeit próbálják felszínre hozni, a tudatukat átalakítani – anélkül, hogy ehhez egy külső istent hívnának segítségül.

Mikor nyílt meg Ön előtt ez az út?

Már 16-17 éves koromban, de persze akkor még nagyon picike volt a kapu. Igazán határozott erővel 1985-ben a Krisna-tudat követőin keresztül lépett be az életembe a keleti gondolkodás. Egy idő után járnai kezdtek hozzánk a krisnások. Az ő hatásukra lettem nagyon hamar vegetáriánus. Ehhez hozzájárult a szellemiségnek az a része, hogy náluk találkoztam először egy olyan Istenképpel, amit el tudtam fogadni. Sajnos olyan tapasztalataim is adódtak velük kapcsolatban, amelyek továbblépésre sürgettek. A mostani Krisna-tudatú hívők sokkal toleránsabbak, sokkal nyitottabbak más vallások felé, de a korábbiak, akiket akkor megismertem, elég türelmetlenül viselkedtek. Soha nem gondoltam, hogy bármelyik vallás hívei kijelenthetnék magukról: ők képviselik az egyedüli igaz utat. Hiszen oly sok vallás van, és mindegyiken keresztül igen magasra lehet eljutni.

A kebelbarátom

Írta: Laár András – vagyis Besenyő Pista bácsi

Valahol egy kebel
Nekem a barátom.
Szép, és igen okos,
Képzeltben látom.

Testi-lelki szinten
Volnánk sülve-főve,
Csak az a nő hol van,
Kire rá van növe?

Fél év után továbbléptem a buddhizmus irányába. Végül is a buddhizmusban találtam meg azt a világnézetet, amelyet mindenféle fenntartás nélkül, azóta is folyamatosan el tudok fogadni. Ez annyira tiszta belső, szellemi út, és semmiféle negatív értelemben vett hit nem tartozik hozzá. Van persze olyan hit is, amelyik a vakhittel azonos, míg a buddhizmus hite egyfajta energia, amely a meggyőződésen alapul.

A buddhista törekvő akkor hisz valamiben, ha a saját tapasztalataiból meglátta, megismerte, és megvannak az átélt tapasztalatai. Azért hisz benne, mert tudja, hogy úgy van, vagyis meggyőződésből, nem pedig valami külső dolgot hisz el. Buddhista értelemben tehát a hit azt jelenti, hogy az ember nem felejt el a saját tapasztalatait. Ha már átélt egy magasztos tapasztalatot, akkor nem engedi, hogy az kimenjen a fejéből. A hit ebben az értelemben élő erő, ami újra meg újra kapcsolatot teremt a saját, korábbi tapasztalatainkkal.

Milyen a buddhizmus egészségfogalma? Mit tart az egészségről? Azért is kérdezem ezt, mert az ENERGY talán az egyetlen olyan cég, amelyik az energia fogalmát összeköti az egészséggel és a gyógynövényekkel, és mindezt a hagyományos kínai orvoslás felfogásával, fogalmaival hozza össze.

A buddhizmus azt mondja, hogy a tudat az, amelyik megbetegszik, és a tudat betegségéből, a hibás beidegződésekből, hibás gondolatokból, téveszmékből következnek többek között a betegségek.

Európai fogalmakkal élve ezt úgy szokták kifejezni, hogy a lélek betegíti meg a testet.

Így is lehet mondani. A buddhizmus tehát a gyökerekkel foglalkozik a gyógyítás szempontjából. Az egyik megközelítés – a Gyémánt Út Buddhizmus szempontjából – az, hogy mindennek oka van. Egy betegségnek egy vagy több oka, tehát a tudatból kiindulva ezeket az okokat kell megszüntetni, és ha a tudati okok megszűnnek, akkor megszűnhet a betegség is. A másik felfogás szerint viszont maga a betegség nincs, nem létezik. Ez valójában azt jelenti, hogy az ember tudatosítja magában az egészségenergiát, tehát egyszerűen elsöpri a betegséget. Vagy ha az már kialakult, akkor direkt tagadással olyan szemléletet vesz fel, hogy a betegség egyszerűen nem létezik.

Ez működik az ön életében?

Igen, ez is működik.

Magyarán: soha nem szokott beteg lenni?

Igen ritkán vagyok beteg. De ha beteg vagyok, akkor egészen pontosan tudom, hogy miért. Pici betegségek, kis megfázás jellegűek szoktak lenni, és azok is olyankor, amikor egyszerűen már-már kénytelen vagyok kiszakadni abból a nagyon sokirányú, mindenféle tevékenységből, ami körülvesz. Vagyis a szervezetem tiltakozik az ellen, hogy újra meg újra csak használom.

Mi kell ahhoz, hogy az ember ezeket az elveket, ezt a megközelítést a saját életében meg is tudja valósítani? Miként kell ehhez élni?

Fenn kell tartani az energiák harmóniáját, ami nagyon fontos. *Teljesen egyetérték az ENERGY cég filozófiájával, amikor az energetikával magyarázza a dolgokat.* Mondok erre konkrét példát, párhuzamot. Szellemi irányultságom egyik ága

FENN KELL TARTANI AZ ENERGIÁK HARMÓNIAJÁT

► a javas út. Az ősi magyar javas gyógyászat útján végeztem tanulmányokat, és kapcsolódom is a mai magyar javasokhoz. Ott a három elemi energia egysége képezi azt a harmóniát, amire az egészség épül. Ez a három elemi energia – és most nem elemekről, hanem elemi energiáról beszélek – a tűz, a víz és a levegő. E három egysége és harmóniája eredményezi az egészséget, és az egység megbomlása vezet a betegséghez. De megközelíthetem a dolgot onnan is, hogy ha én energikus vagyok, vagyis az életerő felfokozottan működik bennem, akkor meg sem érint a betegség. Egyszerűen olyan nagy az emberben az ellenálló erő, akkora energiát tartalmaz, hogy a külső ártó tényezők gyakorlatilag leperegnek róla.

A saját maga energetizálásához szükséges dolgok hogyan foglalhatók össze? Mi ennek a titka vagy módja: elsősorban a meditáció, esetleg a jóga?

Jógázom és medítálok is rendszeresen, 1985 óta szinte mindennap medítálok. A táplálkozásomban vegetárius életmódot követek, és leépítettem az ételmeget komolyabban mérgező tényezőket. Például már jó ideje nem dohányzom, és nem használok bódító szereket. A mérgek kikerülése nagyon hasznos. Nagyon veszélyesnek tartom a mentális mérgeket is. A tudatot nem szabad szennyezni, meg kell őrizni a tudat tisztaságát. Hogyan? Én már 15 éve médiaböjtön vagyok. Nem nézek televíziót, nincs is tévém. Ha bármiféle kulturális élményben szeretnék részesülni, hát ott a DVD lejátszó, vagyis filmeket meg tudok nézni. Ha akarok, elmegyek színházba vagy koncertre. A rádiót be sem kapcsolom, vagy ha igen, akkor csakis céltudatosan, ha előre tudom, hogy valamin meg akarok hallgatni.

Ha történik valami a világban vagy Magyarországon, akkor erről hogyan értesül? Más emberektől?

Így van, egy-két napos késéssel én is mindenről tudok, vagy ha akarok, akkor az Interneten bárminek utánanézhetek.

Szépek, jók és hasznosak a mentális technikák, de úgy gondolom, hogy az anyagi világunkat, a testünket is valamilyen módon gondozni kell. Lehet, hogy erre a jóga a legjobb módszer, de a gyógynövények is rendkívül fontosak. Az ENERGY pedig éppen erről szól: a gyógynövények, az információk és a hagyományos kínai orvoslás együttese, ez a három egyesül benne.

Én is nagyon jó tapasztalatot szereztem az ENERGY-vel. Marosi Zoltán igazgató úr adott nekem egy kis promóciós csomagot, amikor megjelentünk az évzáró rendezvényükön. Van az a Tűz típusú termékük, a KOROLEN, én ezt próbáltam ki. A múlt év végén, amikor egy kicsit besokalltam, mert rettentő sok dolgom volt, elkapott egy jótékony influenza, bedurrant az arcüregem, a garatom, és a betegség 4-5 napra otthon tartott. Ekkor ezt a készítményt, a KOROLEN-t használtam: miután elolvastam, mi mindenből áll, éreztem, hogy éppen nekem való. Nagyon jó tapasztalatot éltem meg vele. A nyelvem alá csöpögtettem mindennap egy kicsit

belőle, és szinte pillanatról pillanatra éreztem, ahogy múlik a baj. Számomra a KOROLEN tehát meggyőzően jó készítmény.

Itt kapcsolnám a gyógyításhoz, illetve a gyógyuláshoz a zenét, ami nekem 17 éves korom óta az életben maradás egyik legfontosabb támasza. A Tündértantra CD, amiről korábban beszéltünk, gyakorlatilag valóban gyógyító hatású, ez a viszszejelzésekből teljesen egyértelmű. Különben előben ezeket a dalokat már régóta játszom. Badzsanokkal többször gyógyítottam embereket, és számos olyan régebbi tapasztalatom van, hogy emberek konkrétan meggyógyulnak ezektől a zenéktől.

Vannak gyógyító erejű dalok, amelyek általános szinten segítenek az egészség visszaállításában. A Tündértantra CD-nk két erős tapasztalatot hozott. Egy srác, akivel buddhista körökben találkoztam, vett egy ilyen CD-t. Két hétre rá újra találkoztunk, és megemlítette, hogy évek óta tartó fejfájása a CD hallgatása óta elmúlt. A másik tapasztalatom pedig az, hogy amikor a zenét felvettük, a kannás, ütőhangszeres fiú komoly hasfájással érkezett a stúdióba. Ott a buddhista gyógyító mantrát énekeltük, és egy fél óra után – ahogy hallgatta ezt a zenét – helyben elmúlt a hasfájása. Tökéletesen, tünetmentesen, makkegészségesen ment haza. *Rengeteg nagyon erős és határozott tapasztalatot szereztem arról, hogy maga a zene is gyógyító.* Ez biztos, hogy így van.

Végül is mi minden kell az egészséghez? Az igazán holisztikus szemlélet az, hogy az ember minden oldalról megfogja a dolgokat. Egyrészt életmód, másrészt energetika, aztán gyógynövények, egyfajta spirituális hozzáállás, spirituális segítő erők, például a zene. Tegyük hozzá, hogy a világban minden rezgés, voltaképpen az anyag is valójában rezgés. Nem fizikai, objektív részecskékről beszélünk, tehát nem szilárd építőkövekből, hanem rezgésből állunk

mi magunk is. Ezért a rezgések segítségével nagyon sok minden megoldható. És ezeket a dolgokat mind együtt kell kezelni. Néha a súlypont átkerül ugyan erről arra vagy arról erre, de végül is, ha megvan az egység, akkor az egészség fenntartható.

Néhány évvel ezelőtt, egy másik interjúban elérendő célként jelölte meg a szintézist. Úgy érzi, hogy ez már megvan önben?

Igen, úgy érzem, hogy megvan.

Vagyis megérkezett, készen van? Mondhatjuk így?

Már hogy mondhatnánk ezt? Hogyan volnék készen? Az ember akkor van készen, amikor meghal. Azt mondom inkább: jól vagyok. Rendszeren vagyok. Újra meg újra találkozom mindenféle fontos irányokkal, és ezek mind-mind beépülnek ugyanabba az egységbe. Azt gondolom, hogy a magyar őshagyományak nagyon szoros kapcsolata van a buddhizmussal, és miközben a magyar őshit is Isten-hit, mégis nagyon erősen buddhiztikus. Ugyanakkor a kereszténységgel is kapcsolatot lehet találni a magyar ősvallás szempontjából. Ez az egész tehát egy helyről ered és egy helyre fut be. Az egészséget kell keresni, és ha az megvan, akkor már minden az egészségről szól.

Mit tanácsolna az ENERGY ismerőinek, használóinak: a gyógynövény alapú szerek szedése mellett milyen úton járjanak ahhoz, hogy biztosan egészségesek maradjanak és szellemileg fejlődhessenek?

Találják meg a kapcsolatot a legfelsőbb erővel, az ősforrással, akit lehet Istennek vagy őstudatnak nevezni. De mindenképpen saját magukban keressék ezt a legfelsőbb forrást, mert ott van. Ehhez gyakorlatnak nagyon jó a jóga, a meditáció, a szent zenék hallgatása. És persze szedjék a jó gyógynövényes termékeket, amelyek használnak nekik.

Kürti Gábor



ILLÓOLAJOK A GYÓGYÍTÁSBAN (2.)

ROZMARING: A „TENGERI HARMAT”

A rozmaringot (*Rosmarinus officinalis*) valószínűleg mindenki ismeri. Ha a növényt magát nem is, de a konyhából áradó illatát egészen biztosan. A rozmaring viszonylag magasra nő, csodálatosan illatozó, sűrű bokrú félcserje. A Földközi-tenger vidékéről származik, ahol a tengerparthoz közeli területeken él a legszívesebben – innen ered a növény latin neve is. A *rosmarinus* szó a „ros”, azaz harmat és a „marinus”, azaz tenger szavakból tevődik össze. Magyarra lefordítva tehát: „tengeri harmat”.



A növény leveleiből nyert hatóanyag mindössze 1-2% rozmaring illóolajat, továbbá flavonoidokat, keserűanyagokat, kávé- és rozmaringsavat, valamint cserzőanyagokat tartalmaz.

Az emberek már a legrégebbi időkben is ismerték és nagyra becsülték a rozmaring jótékony hatásait. Az ókori görögök és rómaiak ráadásul szent növényként tisztelték, a hűség, a halál és a tudás szimbólumának tartották. Rómában a diákok rozmaring ágacskát hordtak magukkal a vizsgákra, hogy így tartsák ébren figyelmüket és élénkítsék gondolkodásukat.

JÓ FÁRADTSÁGRA,
SZORONGÁSRA, ÉLETERŐT AD

A rozmaring illóolaja ugyanis elsősorban stimuláló és harmonizáló hatású. Javítja az emlékezőképességet, segíti az összpontosítást, csillapítja a fejfájást és a migrént. Kiválóan alkalmazható fáradtság és szorongás esetén, jó kedvre derít, életerőt ad, lelkesít. Mindezzel megbízhatóan eltünteti a depressziót. Élénkíti a keringést, ezzel megszünteti a végtagok hidegségét, valamint csillapítja a reumás, köszvényes fájdalmat. Tulajdonságainak köszönhetően jótékonyan hat a bőrre, tisztítja és regenerálja. Segít megelőzni a narancsbőr kialakulását, és ilyen panaszok kezelésében is hatékony.

Rozmaring illóolaj felhasználásával hagyományosan inhalálásra szolgáló oldatok, krémek, arcvizek, samponok, parfümök és dezodorok, továbbá rovarűző szerek készülnek. Illóolajként

fürdővízbe csepegtethetjük: megnyugtató, ellazító, hatékonyan regenerálja a testet és az elmét.

A rozmaring illóolajok erős antioxidánsok, valószínűleg ennek köszönhetően kiválóan alkalmazhatók daganatos betegségek megelőzésére. Az illóolajok többségéhez hasonlóan a rozmaring illóolaja is fertőtlenítő hatású – a rozmaringolddal való szájbölgögetés biztosan megszünteti a kellemetlen szájszagot. Az ENERGY termékei közül a BALSAMIO fogkrém pontosan ezt a hatását aknázza ki.

BOLDOGSÁG, HÚSÉG,
SZERELEM

Hígtatlan olajat azonban soha ne alkalmazzon közvetlenül a bőrén – mert túl erősen hat. A rozmaring tartalmú készítmények javasolt adagolását soha ne lépje túl! Rozmaringot tartalmazó termékek használata *nem javasolt* állapotos nőknek (erősen hat a méhre, ezért először szülő nőknél rozmaringos fürdő segítségével lerövidíthető a vajúdás), vese- és májgyulladásból felépült embereknek, illetve magas vérnyomás esetén.

Vladimír Vonásek
(Folytatjuk)

MIT SUGALL A MÁGIKUS NÉGYZET?

A szemközti oldalon szólok a Tigris dinamizmusáról, arról, hogy a Tigris mindent képes mozgásba hozni. Hozzá társul ráadásul a GUA 7 – DUI – TEREMTÉS, amely a következő évet harmonizálja. Ideális időpont ez ahhoz, hogy valami újba, váratlanba kezdjünk.

HASZNÁLJUK KI A TERET
A FENG SHUI ALAPJÁN

Ez az új dolog lehet akár a *tér valódi észlelése* is. Nézzék meg a színes négyzetet. Mágikusnak nevezjük, mert a teljes földi lét, a jin/jang világ mágiáját tükrözi vissza. Ebben a pillanatban

elég lesz az is, ha a lakásunkat vagy az irodánkat vesszük górcső alá, egyszóval azt a teret, ahol a számunkra fontos dolgok zajlanak. Az eligazodás rendkívül egyszerű: a bejárati ajtót a 8., 1. vagy éppen a 6. szektorban helyezük el attól függően, hogy az ajtó hol található (szabálytalan tér esetében a dolog egy kicsit bonyolultabb). Majd végigmegyünk az egész téren, és megnézzük: találunk-e valamelyik szektorban ismétlődő problémákat (pl. falrepedéseket, lepattogzott festéket, elhasználdott bútort stb.). Ha észrevesszük, hogy valamelyik szektorban sűrűbben merülnek fel problémák, mint a többiben, akkor megnézzük a mágikus négyzetben,

mi annak a szektornak a fő feladata. Ha például a 2. szektorban – *Partnerkapcsolatok* – sokkal több falrepedést találunk, mint máshol, akkor el kell gondolkodnunk a kapcsolataink, főleg a családi kapcsolataink minőségén... Ez után felettébb egyszerű dolog következik: meg kell támogatnunk magunkban a Földet, amely folyamatosan átadja majd sajátos jellemzőit a térnek, és így segít jobbra tenni a kapcsolatainkat is.

Hogy ez csupán utópia? Tévedés. A *tér* volt a kínai császár védelmének egyik legerősebb eszköze a császári udvarban, valamint az *életmód*, a *tér és az idő teljes befolyásolása* volt gyakran a császári udvar orvosainak egyetlen lehetősége, hogy elősegíthessék a rájuk bízott védenek harmóniáját.

A LEGALKALMASABB IDŐPONT
A BEAVATKOZÁSRA

Természetesen az időt mi is kihasználjuk, és a beavatkozásra legalkalmasabb időpontot választjuk ki. A *Fa* (3. + 4. négyzet) februárban és márciusban, a *Tűz* (9.) májusban és júniusban, a *Fém* (6. + 7.) augusztusban és szeptemberben, a *Víz* (1.) és a *Föld* (2. + 5. + 8.) januárban, áprilisban, júliusban és októberben a leghatékonyabb. Az adott elem támogatásához rengeteg mindent felhasználhatunk, ám számunkra a legfontosabb az, hogy e sokféle lehetőség között az Energy Pentagram® koncentrátumait és krémjeit is megtaláljuk.

(joachimová)

MÁGIKUS NÉGYZET		
4 XUN (sun) – BŐSÉG REGALEN, PROTEKTIN egészség, elégedettség, boldogság, szellő, szél jin Fa	9 LI – TEKINTÉLY KOROLEN, RUTICELIT felvilágosultság, dicsőség, beteljesedés, világosság Tűz	2 KUN (kchun) – PARTNERKAPCSOLAT GYNEX, CYTOVITAL házasság, kis gyerekek érzékelés, harmonizáció jin Föld
3 CHEN (csen) – ELŐDÖK ÉS UTÓDOK REGALEN, PROTEKTIN hagyomány mennydörgés, vihar jang Fa	5 TAI JI (tchaj-ti) – „ÉN” GYNEX, CYTOVITAL föld és ég egybefonódása visszatérés a középponthoz a Föld misztériuma	7 DUI (tuej) – ÖRÖM VIRONAL, DROSERIN teremtés, megújítás, boszorkányok tenger, tó jin Fém, jang Víz
8 GEN (ken) – ELMÉLKEDÉS GYNEX, CYTOVITAL összeszedettség, meditáció, tűnődés, hegy jang Föld	1 KAN – KARRIER, ÚT RENOL, ARTRIN siker, áradás áradó folyó jin Víz	6 QUIAN (csien) – SEGÍTŐKÉSZ BARÁTOK VIRONAL, DROSERIN ég, megnyílás, harc jang Fém

A 2010. ÉV URALKODÓJA: A TIGRIS

A régi kínai tanítás szerint minden évben a kínai állatöv egy adott állata, az év uralkodója, valamint a tíz Égi törzs egy adott eleme befolyásolja nagymértékben az aktuális esztendőt. Lássuk, milyen kottélt kevertek a táblázatok 2010-re.



dolkodtató: „Hallod magad körül a földből kibányászott legne-mesebb fémből készített fegyverek zaját? Óvakodj tőlük, mert csak harcot hoznak. Ám a Fém elhozza nekünk a túlélés szabályait is.”

És hogy még véletlenül se szenvedjünk fémhiányban, szóhoz jut az idő megnyitá-

A Tigris uralkodásának évei: 1914, 1926, 1938, 1950, 1962, 1974, 1986, 1998, 2010. Az idő alapvető aktuális energiái az idén a következők lesznek: *Szél-Tigris (jang Fa)* energiája, az átfázás kétszeres energiája, azaz az év uralkodó elemének, a *jang Fémnek* az energiája, valamint az anyag idejének megnyitása felett uralkodó, *jin Fém* energiája.

A tér alapvető aktuális energiái a következők:

- a 8-as szektor pozitív energiája. GEN – elmékedés és északkeleti irány;
- a 7-es szektor harmonizáló energiája. DUI – teremtés és nyugati irány;
- a 2-es szektor negatív energiája KUN – partnerkapcsolat és délnyugati irány.

TERMÉSZETESSÉG: JANG FA

Fegyelmezetlen, indulatos, szőrszálhasogató. Az eredeti kínai táblák ezekkel a nem éppen hízelgő jelzőkkel illetik a 2010. év uralkodóját. Uralkodása számunkra cseppet sem lesz könnyű időszak. A Tigris ragadozó állat, orvul is támadhat. Az időnek számára nincs nagy jelentősége, képes akár órákon keresztül várakozni, máskor viszont percek alatt elejti zsákmányát. A fiatal jang erejével uralkodik, tehát élete tele van elhamarkodott cselekedetekkel. Ha visszatekintünk eddigi uralkodásaira, olyan évszámokat kell megemlítenünk, mint 1918 vagy 1938. Önnek is felállt a szőr a hátán?

A Tigrissel egyáltalán nem egyszerű kijönni, és nekünk idén egész évben erre kell törekednünk. A válság, amely valamilyen mértékig mindenkit érint a Földön, ugyancsak nem könnyíti meg a helyzetet. Ám talán éppen a Tigris lesz napjaink megfelelő vezére, mert megelőzi a korát, és mit sem törődik a konvenciókkal.

HETEDIK ÉGI TÖRZS: JANG FÉM

A 2010. év uralkodója a Tigris mellett a jang Fém. A jang Fém meghatározása ismét elgon-

sának Fém-szárazság energiája is. Számunkra mindebből az a legfontosabb, hogy a máj, a tüdő, a vastagbél, az epehólyag, a bőr és az inak is benne vannak a játékban. A Fémhez tartozik a *wei qi (vej csi)* védelmi energiája, a szilárdság, de a hervadás és sorvadás is.

REPÜLŐ CSILLAG: LUO SHU

A repülő csillag információkkal lát el minket a tér-idő hatással kapcsolatban. Nem pusztán az időben való tájékozódást teszi lehetővé számunkra, miként a horoszkópok, hanem a tér által befolyásolt időben segíti a tájékozódást. Mindezt egy kert különöz, időfüggő szükségleteihez tudnánk hasonlítani, hiszen a kert más-más törődést igényel télen, tavasszal, nyáron és ősszel. Télen nem próbálunk új magokat elvetni a kertben, még akkor sem, ha meleg az idő, hiszen tudjuk, hogy jöhet a fagy, amely tönkretenné a frissen elvetett magokat. Ugyanígy áll a helyzet az emberrel is. Neki is tudnia kellene, hogy éppen milyen tér-idő helyzetben halad keresztül, mert ezzel számos alapvető hibát, rossz döntést és problémát kerülhetne el. A Fém Tigris évében pozitívan hat rá a GUA GEN (a mágikus négyzet 8-as szektora), harmonikusan a GUA DUI (7-es szektor), valamint negatívan a GUA KUN (2-es szektor) energiája.

POZITÍV HATÁS, TUDÁS, KÉPESSÉG: GUA GEN (KUA KEN)

A Fém Tigris éve a GEN trigramjával kapcsolódik össze. A GEN energiája lehetővé teszi számunkra, hogy az információkat tapasztalattá alakítsuk, azaz olyasvalamivé, ami a jövőben jól jöhet. A GEN trigram stabilizáló jang Föld: a barlangot, az elmékedést, az összeszedettség képviseli, és északkelettel áll kapcsolatban, amely a Tigris évében (2010) több esetben is aktív megoldást kínálhat nekünk.

HARMONIKUS HATÁS, TEREMTÉS: GUA DUI (TUEJ)

Újat hoz magával, egyenlő az új megteremtésével. A GUA DUI harmonizáló erővel hat. A jövőre kell koncentrálnunk, előre kell néznünk, és nem a múlttal törődni, bármilyen szép és jó is volt az. A DUI trigram egy fémesen mély és sima, mindent visszatükröző tó vagy tenger, rakoncátlanok hullám, amely az örömet, a teremtést, az újdonságot képviseli, és a nyugathoz kapcsolódik, ahol a Tigris évében (2010) rálehetünk a harmóniára.

NEGATÍV HATÁS, PARTNERKAPCSOLATOK: GUA KUN (KCHUN)

Partnerkapcsolataink terén gyengeségek merülnek fel. Óvatosnak kell lennünk, a túlzott gondoskodás vagy a figyelem hiánya jelentősen bonyolíthatja helyzetünket ebben az évben, amikor a Tigris bármikor orvul támadhat. A KUN trigram sár, befogadó jin Föld, amely a partnerkapcsolatokat képviseli, és a délnyugathoz kapcsolódik; a Tigris évében (2010) innen ered a negatív energia.

A 180 ÉVES CIKLUS UTOLSÓ HARMADA, AZ ÖREGKOR

Szóval ez várható 2010-ben. Az információk korába – és sajnos vonzásába – kerültünk. Ám mindennek megvan az értelme, még az információbőségnek is. Fiatalon szomjazunk az információra, de szomjunkt nem tudjuk csillapítani. Az információk csak idős korunkban lepnek el minket. Az információk akkor halmozódnak fel körülöttünk, amikor elméletileg már elég tapasztaltak vagyunk ahhoz, hogy megfelelően értékeljük és hasznosítsuk őket. És pontosan erről szól ez a mostani kor.

Száznyolcvan éves ciklusunk (1864-2043) utolsó 60 esztendejének legutolsó éveit öregkornak nevezzük. És ebben a korban imitt-amott fáj valami, és válságokat élünk át. Ilyenkor kis gyermekeknél is jelentkezhetnek öregsgéi tünetek: elégtelen csontösszenövés, tájékozódási problémák, rossz hallás vagy látás, vizelettartási zavarok, lelki problémák.

A most elkövetkezendő időszak sokkal izgalmasabb lesz a korábbiaknál. Hiszen az idős korhoz hozzá tartozik életünk gyümölcsének betakarítása is, valamint a nyugalom és a bölcsesség. Ez már egész elfogadható...

Eva Joachimová



VITAE KLUBMAGAZIN
Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik évente 9-szer
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: 15 000 példányban.
A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.



BEVEZETÉS A SZÁMMISZTIKÁBA (4.)

KIBEN BÍZHATUNK? HÁT A NÉGYESBEN!

A tavaly novemberi Vitae-ben indított számmisztikai sorozatunk folytatásából többek között kiderül, hogy a négyes szám szülöttei belsőleg kiegyensúlyozott, szolid, stabil, dolgos, hűséges emberek. Erős akaratuk van, tisztességesek és határozottak. Ha elveszítik a belső egyensúlyukat, akkor a fejfájás és a lelki betegségek gyakrabban megtalálják őket.

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

A négyes szám a négyzet jelképe, a materiális világ képviselője. A négyes tulajdonságai leginkább azokat a személyeket befolyásolják, akik a hónap 4., 13., 22. és 31. napján születtek. A négyes tisztán fizikai és materiális szám. Viselőit gyermekkoruktól kezdve arra tanítja, hogyan győzzék le az anyagi világ buktatóit.

A négyes rendszerint belsőleg kiegyensúlyozott, szolid, stabil, dolgos, hűséges, egyúttal szisztematikus, kitartó, gyakorlatias és tisztességes. Az égiek megajándékozták az analitikus gondolkodás képességével, minden részlet észrevesz. A négyes tehetsége fizikai és mentális ügyességében rejlik. Képes bármit tökéletesen megszervezni, gyakorlatiasan megtervezni, mások ötletét megvalósítani. Pontosan tudja, mik a céljai, mindig befejezi, amit elkezdett, rendet tart nemcsak saját magában, hanem közvetlen környezetében is. Ismeri a módszertan minden csínját-bínját.

KONZERVATÍV ÉS MEGBÍZHATÓ

A négyes szám által befolyásolt emberek konzervatívak, gyakorlatiasak és megbízhatók. Leginkább a jól bejáratott, rendszeres tevékenységeket kedvelik. Legszörnyűbb ellenségeik azok a változások, amelyek életüket vagy szokásaikat érintik. A négyes rendkívül óvatosan választja meg barátait, ám ha valakinek bizalmat szavaz, az egy életen keresztül számíthat rá. Mindig tartja a szavát és lojális.

A négyes a tapasztalatai segítségével igyekszik elsajátítani azt a képességet, hogy felismerje a munka valódi értékét. Élete során meg kell tanulnia (legyen szó bármilyen tevékenységről, bármilyen területen), miként hozhat létre stabil, erős alapokat, amelyekre később építközhet. Ha ez nem sikerül neki, akkor nagy a valószínűsége, hogy mindaz, amit nagy erőfeszítéssel felépített, egyszer csak kártyavárként dől össze. Ahhoz, hogy megfelelően erős alapokat tudjon építeni, meg kell tanulnia, hogyan fogadhatja el a külső tényezők és a fizikai korlátok létezését. Mivel a négyes mindennél jobban szereti a biztonságot, mindig készíti egy „B tervet” is, hogy a váratlan helyzetek ne okozzanak problémát.

A négyes rendkívül erős akaratú megáldott szám. Tisztességes, hűséges, határozott, és nagyra értékeli az ilyen tulajdonságú embereket.

A négyesek többsége rendszerint meghatározott korlátok közé születik – legyen szó akár fegyelemmel, kötelességtudattal, szigorúsággal teli környezetről vagy problematikus családi viszonyról, esetleg betegség miatt követendő orvosi előírásokról. Mivel ezek a gyerekek már születésüktől kezdve rendkívül intelligensek és jó megfigyelők, kiváló elemzők, hamar felismerik a korlátaikat, és könnyedén kibékülnek velük. Ha ezeknek a gyerekeknek megadatik, hogy azzal foglalkozzanak, amivel szeretnének, ami érdekli őket, akkor rendkívül kitartóak és szorgalmasak lehetnek.

RENDKÍVÜL DACOS ÉS KONOK LEHET

Ha viszont mindebben valaki vagy valami megakadályozza őket, akkor végtelenül lustának és érdektelennek tűnhetnek. Olykor hipochonderré válnak. Előfordul, hogy csak szélsőséges nyomásra reagálnak, és erőiket csak akkor aktivizálják, ha ez elkerülhetetlen.

A négyesnek rengeteg jó tulajdonsága van. Azt mondhatjuk, hogy rossz tulajdonságainak kialakulását csakis az előnyös tulajdonságainak elhanyagolása okozza.

Ha a négyes gyerekkorában megismerte az elutasítást, figyelmét csak a múltbéli vagy a jövőbeni érzéseire összpontosítja, és belső elszigetelődésbe menekül. Mindez depresszióhoz és melankóliához vezethet.

A negatívan reagáló négyes rideg, veszekedős, keményfejű, igen konzervatív és nehézkes. Ha ambíciói nagyobbak a kelleténél, akkor pedánsná válik, tekintélyvágyát nem képes kordában tartani, és feszültséget szít. Rendkívül dacos és konok lehet. Saját akaratából korlátozza a tisztánlátá-



sát, és elveszti kitartását. Túlságosan szőrszálhasogatóvá, sőt akár kicsinyessé válhat. Mivel a négyes azon számok közé tartozik, amelyek könnyen elveszthetik az önbizalmukat, az egyik legfőbb negatív tulajdonsága a féltékenység.

A negatív négyes két különböző módon nyilvánulhat meg. Válhat belőle olyasvalaki, akit csak a saját céljai érdekelnek, senkivel és semmivel nem törődve hajszoja őket, vagy teljesen elveszítheti az egyéniségét, és egy domináns partner uralma alatt az élete tele lesz félelemmel és rezignáltsággal.

LEGVESZÉLYESEBB A RENDEZETLEN ÉLETMÓD

Mivel a négyes a stabilitás száma, egészségi állapotát leginkább a rendezetlen életmód veszélyezteti. Ahhoz, hogy a négyes megőrizze testi és lelki egészségét, egyensúlyra van szüksége. Figyelnie kellene arra, hogy a munka tengere ne nyelje el teljesen, illetve hogy szánjon időt valamilyen testmozgásra. Ezzel fel tudja szabadítani a felgyülemlett negatív érzéseit, amelyek egy idő után betegséget okozhatnak. A négyesek hajlamosak fejfájásra, különböző lelki betegségekre, elégtelen vérkeringésre, vérszegénységre, szívántalmakra, hátfájásra, gondjaik adódhatnak a szaporítószervek működésével, továbbá gyakrabban fordulnak elő náluk az ízületi panaszok, gyulladások. Ha a négyes hagyja, hogy eluralkodjanak rajta a negatív érzelmek, akkor sokkal hajlamosabbá válik a lábsérülésekre (első-sorban a láb alsó részén).

Minden négyes sokkal egészségesebb lehet, ha vegetáriánus életmódot folytat, vagy legalábbis mellőzi a fűszeres ételek és a vörös húsok fogyasztását. Kerülnie érdemes a gyógyszereszedést is, és ajánlatos odafigyelnie arra, hogy megfelelő mennyiségű folyadékot juttasson a szervezetébe, minél jobban segítve a veseműködést.

Uralkodó bolygója az Uránusz, amely az eredetiséget, a találmányosságot, az individualizmust és a toleranciát testesíti meg. Azt tartják róla, hogy a felforgatás és az új rend bevezetésének bolygója. Az Uránusz képviseli az alkotó energiát: az új alkotásokat úgy juttatja érvényre, hogy a régiakat eltörli.

A négyes stabil támasza lehet saját környezetének, ám erre csak akkor képes, ha lezárja a múltat, és örömmel, szeretettelelve vág bele a jövőbe.

Karla Větříšková
(Folytatjuk)