ENERGY

vitae

2010/11

www.energyklub.hu

Krémes kísértés
Novemberben Ön is kipróbálhatja

Kotriczné Szilágyi Judit
– tanácsadónk reflektorfényben

Hátfájás: mit tehetünk ellene?
Dr. Ivana Wurstová cikke

E HAVI AJÁNLATUNK

November a kínai hagyomány szerint a téli hónapok sorába tartozik, és november 22-én ráadásul megkezdődik az új asztrológiai év, a Fém Nyúl éve. A téli időszak természetesen ismét rengeteg terhet ró a szervezetünkre, kezdve a hideggel, a vírusfertőzéseken át, egészen a napsütés hiánya és a sötétség térhódítása okozta lelki problémákig.

Elsősorban a megelőzésre kellene tehát összpontosítanunk, mert a betegség egyik házban sem szívesen látott vendég, napjainkban ráadásul még a pénztárcánk mélyébe is kérlelhetetlenül belenyúl. Szervezetünk ellenálló képességét ebben az időszakban elsősorban két készítmény erősítheti. A B!OMULTIVITAMIN fokozza szervezetünk erejét, a GERIATRIM pedig egy másik oldalról közelíti meg a problémát. Képes harmonizálni a szervezetünkben mindazt, ami elkopott, elhasználódott – ezért hatásait teljes egészében kihasználhatjuk az idő folyamában, hiszen a tél nem más, mint az idő öregedésének időszaka. Tegyen egy próbát, és szedje a GERIATRIM-ot egészen karácsonyig! Meglátja, milyen könnyedén megbirkózik majd a karácsonyi fejetlenség miatt érezhető többlet terheléssel.

Ha a megelőzés mégsem bizonyulna 100 százalékosan hatékonynak, és egyszer csak kezdené nem jól érezni magát, azonnal vegye elő a VIRONAL-t. A VIRONAL előnye, hogy nyomban hat, amint egy kicsit érezni kezdjük a bajt. Ha már rosszul érzi magát, ki kell egészítenie a VIRONAL-t a GREPOFIT-tal, amely segít „levadászni" azokat az ellenséges katonákat, akiknek valahogy mégiscsak sikerült bejutniuk a szervezetbe. Végül pedig, ha már az egész világ nagyon sötétnek tűnik, és úgy érzi, hogy ramatyabbul már nem is lehetne, feküdjön be egy kád BIOTERMAL-os meleg vízbe. Meglátja, milyen csodálatosan szétoszlatja a lelkében kavargó sötét felhőket. **(Joa)**

JÓKOR, JÓ HELYRE JÖTT A SEGÍTSÉG

***Szaifné A. Adrienne* pannonhalmai természetgyógyász, ENERGY tanácsadó juttatta el szerkesztőségünkbe a tavalyi óvodai program értékelését, melyet az ikrényi általános iskola tanítónője írt. Kiegészítésül tanácsadónk hozzáfűzte, hogy az iskola vezetője és a szülők is nagyon nyitottan és pozitívan fogadták a programot, így őket is köszönet illeti. A tanítónő lelkiismeretes, egész éven át tartó munkája ugyancsak példa értékű, és az idei évben is szeretnék folytatni a programot, ha lehetőséget kapnak rá. Az új első osztályosok is csatlakoznának a programhoz, és az iskola reméli, hogy ezzel a lehetőséggel is élhet. A tanítónő levelét alább olvashatják.**

Még a szeptemberi szülői értekezletet megelőzően felkeltette érdeklődésemet Adrienne javaslata a már bevált óvodai programról. Az anyukáknak, apukáknak átfogó tájékoztatót adott az ENERGY akciójáról és hasznos termékeiről, különös tekintettel a vitaminokra és az immunerősítő készítményekre.

Az influenza veszélyeztetettségre való tekintettel minden szülő szinte gondolkodás nélkül beleegyezett a termékek adagolásába. Kis csoportom, az elsősök nagy lelkesedéssel várták a tízórai szünetet, hogy megkaphassák a készítményeket. Amikor sajnos elkerülhetetlenül megkezdődött a megfázásos, influenzás időszak, természetesen osztályunkban is előfordult néhány megbetegedés. A szülők elmondása alapján azonban a betegségek jóval rövidebb ideig tartottak és enyhébb lefolyásúak volt, mint az előző években. A magas láz is jobban elkerülte a gyerekeket.

Ezt példázza az osztály hiányzási átlaga, ami félévkor 12,4 óra, vagyis 3,1 nap, év végén pedig 29,2 óra, azaz 7,3 nap volt. Egyetlen tanulónál fordult elő hosszabb betegség, bár ő egy kicsit gyengébb fizikumú fiúcska, mint a társai. Négy tanuló egyáltalán nem volt beteg, míg az óvodában náluk is többször előfordult kisebb-nagyobb megfázás vagy influenza.

A gyermekek ezzel az akcióval sokkal nyitottabbá váltak a természetes eredetű készítmények megismerésére és szedésére. A szülők közül néhányan egyéb ENERGY termékeket is vásároltak.

Köszönjük, ENERGY!

Csendes Gréti
tanító, Ikrény

POLIP ESETÉN IS HASZNÁL

Fiúk, most egy kicsit csukjátok be a szemeteket, mert női dolgokról lesz szó a következő sorokban.

A szeméremajkakon megjelenő elváltozások nemcsak kellemetlenek, hanem beszélni is nehéz róluk. Sokan nem is fordulnak orvoshoz. Az illető, aki a tapasztalatát megosztotta velem, nem is orvosnál járt, hanem látó embernél, aki felhívta a figyelmét a testi-lelki problémáira. Tőle tudta meg, hogy a hüvely bemeneti szakaszán van egy kisebb méretű polip. A hölgy saját maga is kitapintotta ezt az elváltozást. Mivel a szeméremajkak ekcémaszerű elváltozására korábban már használta a CYTOVITAL-t, úgy gondolta, abból nem lehet baj, ha kicsit beljebb is bekeni. Semmi furcsát nem érzett, ezért az esti zuhanyozás után rendszeresen használta a krémet. Beszámolója alapján 3 hét alatt az egynegyedére zsugorodott a polip mérete.

Korábban már olvashattatok olyan tapasztalatokról, miszerint cisztára és miómára külsőleg alkalmazva a CYTOVITAL-t, a kedvező hatás nem maradt el. Most már azt is tudjuk, hogy polip esetén is hatásos.

Hölgyeim, mindenre van megoldás!

Takács Mária
Energy tanácsadó, Zalaegerszeg

MINDIG TANULUNK

Lapzártakor, amikor e sorokat írom, alig pár nap választ el az ENERGY október 23-ai nagyszabású rendezvényétől, attól a magas szintű továbbképzéstől, amelyről az októberi *Vitae*-ben már előzetesen olvashattak. Magam már nem egy előadást hallottam ugyan az ENERGY készítmények működéséről, mégis nagy várakozással tekintek a hét vége elé – vajon milyen új szempontokat és tapasztalatokat ad közre a négy jeles előadó?

Ugyan melyik tanácsadónk fantáziáját ne mozgatnák meg a továbbképzés témái: az ENERGY készítmények hatásmechanizmusa *(Kotriczné Szilágyi Judit)*; „női dolgok" kezelése, tabu témák, mit rejt a női lélek *(Ráczné Simon Zsuzsanna)*; spirituális válság, avagy nem minden válság pszichikai kórkép *(Czimeth István)*;konfliktuskezelés, az ENERGY készítményeinek három szintű hatásmechanizmusa *(Daróczi Zoltán)*.

Természetesen buzgón jegyzetelek majd, és ígérem mindazoknak, akik nem jöhettek el a továbbképzésre: a decemberi klubmagazinban részletes ismertetést olvashatnak majd az elhangzottakról.

Az utóbbi hónapokban különben is igencsak mozgásba lendült az oktatás, továbbképzés az ENERGY klubokban. Az előadások hónapról hónapra a *Vitae*-ben közreadott programjából Önök is láthatják, hogy valóban bőven nyílik alkalom a fejtágításra – az ország minden táján. És persze özönlenek szerkesztőségünkbe a lelkes élménybeszámolók. Így legutóbb Zalaegerszegről *D. Kozsa Anita* klubvezető arról tudósított, hogy Czimeth tanár úr október 7-ei előadásán a bérbe vett előadóterem „csontig" (plusz 2 fő) megtelt, és utána bizony akkora volt a vásárlók rohama, hogy meg kellett hosszabbítani a klub nyitva tartási idejét... Miként Anita írta: „Mindenki kérdezett, érdeklődött, hogy amit szed, jól szedi-e? Mikor kell erősíteni, támogatni, és mikor is kell fékezni? És a nagymama vagy az anya–fiú? Mikor melyik szabályt kell alkalmazni?" Csak egyetérteni tudok zalaegerszegi kollégánk következtetésével: „Nekünk is folyamatosan tanulni, fejlődni kell. És ez bizony csak kihívásokkal kirakott úton lehetséges."

Kürti Gábor szerkesztő
kurti.gabor@energyklub.hu

DR. CHMELAŘ NAPTÁRJÁBÓL (6.)
NOVEMBERRE JAVASOLOM

A november az év legkockázatosabb hónapjai közé tartozik. A szervezetben ismét „helyet cserél" az aktív immunitás (ellenanyag-termelés) a sejtes immunválaszszal. Ez az időszak kedvez leginkább a fertőzések terjedésének, beleértve a gombás fertőzéseket is.

Ebben a hónapban érdemes normalizálnunk a vastagbél mikroflóráját a PROBIOSAN segítségével (1-0-1, 1 hétig), és célszerű a FYTOMINERAL-lal (7-7-7, 2 dl vízbe, 3 hétig) kiegészítenünk a mikroelemek szintjét a szervezetben, hogy testünk képes legyen az enzimrendszerek aktiválására. Folytassuk a KING KONG, esetleg a RENOL alkalmazását (5-0-5, 3 hétig).

Tekintettel a légúti megbetegedések egyre erőteljesebb terjedésére, erősítsük meg tüdőnk ellenálló képességét a VIRONAL (7-7-7, 1 hétig), esetleg a GREPOFIT (1-1-1, 1 hétig) használatával. Megvan a maga helye a megelőzésben a DRAGS IMUN-nak is (5-5-5, vízbe csepegtetve, 1 hétig).

A krémek közül folytathatjuk az ARTRIN alkalmazását, a mellkasra pedig kenjünk DROSERIN-t. Ízületi panaszok esetében segítségünkre van még a PROTEKTIN.

Dr. Lubomir Chmelař

(Folytatjuk)

MEGÚJULT KIADVÁNYOK, KRÉMES KÉNYEZTETÉS

A napokban jelenik meg és a klubokban elérhető lesz az ENERGY *Termékkatalógusának* új kiadása, amit a régi tagok közül is sokan vásárolnak meg és adnak ajándékba a termékeink iránt érdeklődő ismerőseiknek.

Ugyancsak hamarosan kikerül a nyomdából *A Pentagram® krémes regeneráció* című füzet. Az újjászületett, szerkezetében és tartalmában egyaránt korszerűbbé vált kiadványt törzsvásárlóink egyszerűen *krémkatalógusként* is emlegetik.

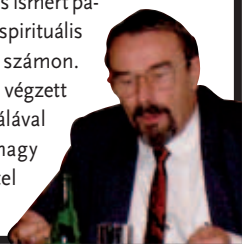
A cég egyébként novemberben újszerű akciót indít az 5 bioinformációs krém, vagyis az infokozmetikai készítmények jobb megismertetése céljából. November 1-30. között ugyanis lehetőség nyílik a Pentagram® krémek ingyenes kipróbálására. A részletekről klubmagazinunk 5. oldalán olvashatnak. Ugyanott találják cikkünket is a krémek széleskörű alkalmazási módszereiről.

BÚCSÚ SZÁDOVSZKY MÁRTONTÓL

Fájdalommal tudatjuk, hogy *Szádovszky Márton* kollégánk – vagy miként a régi ENERGY-sek emlegették –, Márton tanár úr szeptemberben örökre eltávozott közülünk. Szépen, csendben, fájdalom nélkül ment el...

Szádovszky Márton István 1938-ban született. 1966-ban Svájcban a Lac Leman (Genfi tó) partján telepedett le.

Korán tanulmányozni kezdte a dravida és az egyiptomi papok gyógymódjait. Később Ausztráliában, Brazíliában, Indiában, Indonéziában, Tajvanon és Japánban a természetes és sámánikus gyógyászat számos területén folytatott tanulmányokat. A budapesti Mantra Alternatív Természettudományi Szabadegyetem tanára, a parapszichológia szabadegyetemi doktora volt. Nemzetközileg is ismert parapszichológusként és spirituális gyógyítóként tartották számon.



Az ENERGY kapcsán végzett szakmai munkájára hálával gondolunk, emlékét nagy tisztelettel és szeretettel megőrizzük.

VIDEÓK AZ ENERGY HONLAPJÁN

Folyamatosan fejlődik a cég weboldala. A legutóbbi fejlesztés nyomán az érdeklődők már videókat is találnak a honlapon. A http://www.energyklub.hu/hu/menu_x4871x.asp címen jelenleg *dr. Barta Gizella* és *Daróczi Zoltán* előadásának részleteit tekinthetik meg. Az elérhető videók számát igyekszünk folyamatosan bővíteni.

A közeljövőben várható a honlap látogatói részéről megfogalmazott másik régi igénynek a kielégítése: elérhetővé és letölthetővé válnak pdf file-ban is a termékismertetők, valamint a cég legfontosabb egyéb tájékoztató anyagai.

A TARTALOMBÓL

Netes tanácsok	4
Krémek mindenkinek	5
Krémes kísértés	5
Humátok – közelről	6
Előadások, rendezvények	7
Mitől sikeres az újpesti foci?	8
Megelőzés King Konggal	9
Mit üzen a hátfájás	10-11
Portré: Kotriczné Szilágyi Judit	12-13
Drágakövek sorozat: fluorit	14
Illóolajok – cédrus	15
Gyógynövény-sorozat: sarkantyúka	16

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 és a két természetgyógyásztól, *Kotriczné Szilágyi Judit* kineziológustól és *Ráczné Simon Zsuzsanna* fitoterapeutától származó válaszokat dőlt betűkkel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, kérdezhet a www.energyklub.hu honlapon.

DR. SZABÓ IDA

Adhatunk-e VIRONAL-t a 2 és fél éves kislányunknak, ha náthás és köhög, vagy csak egyszerűen megelőzés céljából? Milyen adagolásban és mibe keverhetjük bele, ha nem hajlandó bevenni?

Napi 1x2 csepp megelőzésre, betegség esetén 5x1 csepp adható. FLAVOCEL napi fél, illetve 1 tabletta hideg vízben oldva nemcsak a C-vitamint pótolja, hanem flavonoid tartalmánál fogva támogatja az immunrendszert is. Ebbe cseppenthető a VIRONAL, ha a gyerek így sem fogadja el, szőlő- vagy gyümölcscukorral meg lehet édesíteni.

Több hónapja húzódó – nőgyógyász által „igazolt" – Candida-fertőzésre az ENERGY termékek közül mely lenne a számomra a leghatékonyabb? Sajnos a szájon át szedhető gyógyszerek, a vaginálisan alkalmazható hüvelykúpok, illetve kenőcsök csak rövid időre hoztak javulást, majd újra előjött a fertőzés és a vele járó nagyon kellemetlen tünetek. Az előbb említett gyógyszerek egy részét a partnernél is alkalmaztuk.

A honlapról elérhető Vitae magazin 2009/10. számát ajánlom figyelmébe, ott választ kap kérdéseire. Visszatérő esetben egy több hónapig tartó, szigorúan betartott Candida-diéta jön még szóba. Ne használjon tangát! A bélflóra-rendezés minimum fél évig menjen!

KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

Édesapámnál most diagnosztizáltak kezdődő Parkinson-kórt, ennek karbantartásához szeretnék tanácsot kérni.

Parkinson-kórra az alábbi készítményeket szokták szedni eredményesen. Önmagukban, esetleg kettesével. STIMARAL max. 3x3 csepp élénkíti az agy és az idegrendszer működését; CELITIN kapszula 1 db, az érrendszernek és az idegrendszernek segít; KOROLEN max. 3x5 csepp, az agy és az érrendszer támogatására; RENOL a nehézfémek és a salakanyagok eltávolítására, érrendszerre, vesére. Hívja fel édesapja figyelmét a vízivás fontosságára.

RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA

Kérdésem a GYNEX termékkel kapcsolatos, most végzem a 2. háromhetes kúrát 1 hetes szünettel. Az első kúra kezdése után egy-másfél héttel felfázásos panaszaim voltak, sürgető vizelési ingert és a vizelés végén szúró fájdalmat éreztem az alhasban. Több vizeletvizsgálat után azt mondták, valószínűleg vesehomokom volt, mivel az utolsó napon véres csomók ürültek a vizelettel, másnapra pedig mintha elvágták volna, minden panaszom megszűnt. Most, a második kúra után pár nappal alhasi panaszaim voltak és felkerestem a nőgyógyászomat, hogy csináljunk egy UH vizsgálatot. Kiderült, hogy 3 méretes és sok apró deformált tüsző okozta a panaszaimat. Ez a ciklus 19. napján volt.

Az orvos azonnal azt kérdezte, kaptam-e valamiféle stimulációt – babát szeretnénk –, mondtam, hogy gyógyszert nem, hanem a GYNEX-et szedem. A ciklus 21. napján belázasodtam, és minden megszűnt másnapra. Kérdésem, hogy okozhatja-e ezt a GYNEX? Van-e efféle tapasztalat? Valamint tapasztaltam egy kis hízást. Ez normális? Ugyanúgy étkezem, mint előtte.

Jó lett volna, ha megírja, milyen adagban szedi a cseppet. A GYNEX szedését a ciklus első napján (amikor jelentkezik a menzesz) célszerű elkezdeni, és az ovulációkor (kb. 14. nap) felfüggeszteni, ha a kívánt terhesség elérése vagy a ciklus rendezése a cél. Az adagolás tekintetében: nem emelném feljebb 2x5 cseppnél. A hólyaghurutos tünetek a csepp információs összetevőinek köszönhetően erősödhettek fel, akárcsak a homeopátiás szerek esetében. A teljes harmonizáló hatás minimum egy üveg elfogyasztása vagy 3-6 hónap szedés után várható.

ÉDESANYÁM ISMÉT KERTÉSZKEDIK

Az ENERGY készítményeit már több éve használom. Barátaim és az anyukám is ismerik őket. Az egyik ismerősöm, aki visszerektől szenved, a RUTICELIT-re esküszik, az anyukám az ARTRIN-t használja leggyakrabban. Édesanyám 76 éves, fürge és dolgos, de egyensúlyzavarai vannak, ezért járás közben néha kicsit elszédül. Ez az oka, hogy a 3 kilométerrel arrébb található telkünkre inkább biciklivel jár ki, bár már azzal is elesett néhányszor – hozzá kell tennem, nem mindig önhibájából.

Három héttel ezelőtt elesett a szomszéd kertjében. Elég roszszul érezte magát, gyógyszerek és kenőcsök nélkül vészelte át az éjszakát a kis víkendházban, és másnap csak keveset dolgozott. Majd szerette volna meglocsolni még az ablakban levő muskátlikat, mivel azonban a házikó egy méterrel egy kis szikla fölött áll, ismét megszédült és elesett. Ahogy az már lenni szokott, az egészről csak véletlenül szereztem tudomást este, amikor telefonon beszéltünk. Nem akart elmenni az orvoshoz, inkább hazautazott busszal, és a nővérem vigyázott rá. Reggel azonban felhívott, hogy az egész jobb oldala nagyon fáj, és mégiscsak elmenne egy röntgenre, hogy kiderüljön, nem tört-e el valamije. Nem tudott nagyobb lélegzetet venni, és néhány mozdulat is keservesen fájt neki. Az orvos megállapította, hogy nem tört el semmije, de még kb. 3 hétig fájdalmai lesznek, és nyugalmat, ágyban fekvést írt elő. Gyógyszerként Novalgint kapott, rövid ideig szedte is.

Vittem neki egy tubus ARTRIN-t, mert már elfogyott. Rendszeresen kenegette magát. Amikor az 5. napon felhívtam, azt mondta: érdekes, de az ARTRIN valószínűleg segített, mert már megint (autóbusszal) a telekre tartott. Aznap még az unokák dolgoztak helyette, ő pedig csak tanácsokat osztogatott, de két nap elteltével már ismét kibiciklizett a telekre, egyedül. Három hét fekvés – ugyan már!

Hiába, mozgás nélkül az anyukám azonnal megbetegszik. Éljen az ARTRIN!

Jindra Kleinová
Světlá Hora

ENERGY KRÉMEK MINDEN KOROSZTÁLYNAK

A Pentagram® krémek az ENERGY cég „veterán", bevált készítményei közé tartoznak. Minőségük kiváló, összetételük változatlan. Hosszú távú használatukkor mégis újabb meg újabb alkalmazási lehetőségeket fedezünk fel.

A gyógynövény tartalmú Pentagram® krémeket alkalmazhatjuk bőrünk bármely részén, használatukat kombinálhatjuk a CYTOSAN-nal vagy a FYTOMINERAL-lal, hígíthatjuk őket vízzel, hogy kiváló testápoló tejet kapjunk. Egy szó, mint száz: tetszés szerint „játszadozhatunk", kísérletezhetünk velük.

A krémek olajos bázisúak, ez biztosítja a könnyű átjutásukat a bőr valamennyi rétegén – a hámon, az irhán és a bőralján – keresztül. Ennek köszönhetően a mélyebben fekvő szervek és szövetek egészségi állapotára is hatással lehetnek. A krémek, mint tudjuk, remekül ösztönzik a megfelelő reflexzónákat és energetikai pályákat is.

A következőkben bemutatom, hogyan alkalmazhatók a Pentagram® krémek a különböző korosztályoknál és specifikus egészségi problémáknál.

CSECSEMŐK ÉS KISGYERMEKEK

Tapasztalataim szerint az ENERGY krémek már újszülött kortól használhatók, és nem kell félnünk semmilyen túlzott reakciótól. Azzal azonban tisztában kell lenni, melyik krém mire alkalmazható, mert a kicsik valóban nagyon érzékenyek. Általánosságban elmondható, hogy a DROSERIN már a gyermek születésétől kezdve használható. Segít a hasfájáson, a náthán és a köhögésen. Megfázás esetén ne csak a pici mellkasát és a hát felső részét kenjük be vele, hanem a vállacskáit, a kulcscsontját, a csuklóját és a talpát is.

A gyerekek imádják a talpmasszázst, amihez – akár egészségesek, akár betegek – remekül használható az ARTRIN. Ez a krém pótolhatatlan segítséget nyújt továbbá fogzáskor vagy bármilyen sérülés kezelésekor. Kisgyerekeknél ez a kétféle krém bőven elegendő.

ISKOLÁSKORÚ GYEREKEK

A fent említett két krémen kívül az iskoláskorúaknál bátran bővíthetjük a kínálatot a PROTEKTIN-nel. Kiváló segítséget nyújt az első pattanások megjelenésekor, és remekül ösztönözhető, illetve szabályozható vele a gyermek kreativitása, alkotókészsége. Ez a krém általában előnyösen használható problematikus gyerekeknél, tehát akkor, ha bármiféle viselkedési vagy tanulási zavar lépne fel náluk. Ha a fiatalok élsportolók vagy csupán nagyon aktívan, sokat mozognak, a PROTEKTIN segít megvédeni a fejlődésben levő inaikat.

VÁRANDÓS ÉS SZOPTATÓ KISMAMÁK

Ebben a csodálatos, ám a szervezetet megterhelő időszakban kivételesen hasznos a nők számára a CYTOVITAL, az ARTRIN és a RUTICELIT. A CYTOVITAL gondoskodik az egyre növekvő méh és az emlők egészségéről, jó állapotáról, illetve segít megelőzni a nem kívánt terhességi csíkok megjelenését. Az ARTRIN segít leküzdeni a mozgásszervi fájdalmakat, amelyek a túlzott terhelés miatt sajnos rendszerint megjelennek. A legnagyobb gondot általában az SI ízület, azaz a keresztcsont okozza, amely a terhesség alatt fiziológiailag destabilizálódik. Az ARTRIN csillapíthatja a szülés közbeni derékfájdalmat is. A RUTICELIT pedig képes megszüntetni a vénás fájdalmat, és enyhülést hoz a lábaknak.

FÉRFIAK

A krém, amelyet a férfi társadalomnak is meg kellene kedvelnie, az ARTRIN, mivel előnyös hatásai vannak a férfi nemi szervekre. Javítja a spermiumok minőségét, és jótékonyan hat mindenféle prosztataprobléma esetében. Borotválkozás után is kiválóan alkalmazható, mivel gyorsan begyógyítja az apróbb vágási sérüléseket.

NŐK

Tipikusan női krémek a CYTOVITAL és a RUTICELIT. A CYTOVITAL táplálja, ápolja és hidratálja a bőrt, és egyértelműen szépíti a melleket. A RUTICELIT rugalmassá varázsolja a bőrt, és természetes úton véd a ráncokkal szemben. Az utóbbi ráadásul frissítő hatású is, valamint segíthet lehangoltság esetén. Menstruáció előtti fájdalom és premenstruációs tünetegyüttes (PMS) esetén is a RUTICELIT a legjobb választás. Enyhébb nőgyógyászati probléma kialakulásakor CYTOVITAL-lal érdemes kenegetni a nemi szervek környékét.

IDŐSKORÚAK

E korosztály számára az ARTRIN és a RUTICELIT a leghatékonyabb segítőtárs. Az ARTRIN bármilyen eredetű fájdalom vagy gyulladás kezelésére remekül alkalmazható, a RUTICELIT pedig segít megelőzni a szív- és érrendszeri problémák kialakulását, illetve harmonizálja a keringési rendszer működését. Társadalmunkban minden második ember szívmegállásban vagy az érrendszer nem megfelelő működésével összefüggő betegségben veszíti életét, ezért nem árt, ha a szív tájékát és az alsó végtagjainkat hetente legalább néhány alkalommal bekenegetjük RUTICELIT-tel.

T. V.

CSEHORSZÁG UTÁN NÁLUNK IS „KRÉMES KÍSÉRTÉS"

A csehországi érdeklődők július-augusztusban minden ENERGY Klubban és kiválasztott konzultációs központban részt vehettek a *Nyári krémes kísértés* című rendezvényen. Igénybe vehették a tapasztalt masszőrök és terapeuták szolgáltatásait, illetve kipróbálhatták a Pentagram® krémek jótékony hatásait. Ennek kapcsán érkezett a *Vitae* prágai szerkesztőségének címére az alábbi levél.

Hogyan is jellemezhetném ezt az akciót? Számomra nemcsak óriási kihívást jelentett, hogy életemben először bioinformációs krémeket használhatok a munkám során, hanem egyúttal hihetetlen tapasztalatokkal is gazdagodtam. Az ENERGY céggel csak nemrégiben találkoztam, korábban nem is sejtettem, milyen lehetőségek rejlenek benne. Itt nem csupán a munkámról van szó, amit az ARTRIN és a többi krém alkalmazása magasabb színvonalra emelt, hanem az életemben felbukkanó „új arcokról" is.

Az *Eva Karská* asszony által vezetett luhačovicei ENERGY Klubban nekem is lehetőségem adódott, hogy kipróbáljam a *Jana Horáčková* asszony által végzett ARTRIN-os masszázst. Jana arany kezei megtették a magukét, én pedig a masszázst követően óriási lelkesedéssel fogtam hozzá a saját vendégeim masszírozásához.

A masszázst *Vlasta Husárová* terapeuta felügyelete mellett végeztem, aki a rendezvényen készségesen osztotta meg velünk saját tapasztalatait. Az ARTRIN-t mindenki megkedvelte – és nem csak ezt az egy krémet. Mindegyik krém remekül alkalmazható, többek között a RUTICELIT is, amely végre segített a lányomon, hogy az ujjvégei ne legyenek hidegek, és ne fázzanak. Szeretnék köszönetet mondani az ENERGY-nek és mindenkinek, aki a céggel kapcsolatban áll. Már alig várom a következő „kísértést", mondjuk a SUPERTRONIC-kal.

Jaroslava Kubíková
Milotice u Kyjova, Luhačovice

KRÉMEK KIPRÓBÁLÁSA: NOVEMBER 1-30. KÖZÖTT

A csehországi „krémes kísértés" sikere nyomán a magyarországi ENERGY klubokban és egyes kiválasztott terapeutáknál, ENERGY tanácsadóknál is lehetőség nyílik arra, hogy Önök, kedves klubtagok is ingyenesen kipróbálják a bioinformációs krémeket és megtapasztalják jótékony hatásaikat. A részletekről és az akcióba bevont terapeuták listájáról tájékozódhatnak a helyi ENERGY klubok vezetőinél.

MI AZ AUTOINTOXIKÁCIÓ?

Az emberi táplálékból mindig képződik salakanyag, és táplálkozásunk általában sem egészségesnek, sem pedig kiegyensúlyozottnak nem mondható. Az elfogyasztott táplálék nagy részét bélrendszerünknek fel kell dolgoznia, kiválasztani, majd eltávolítani a szervezetünkből.

A táplálékból származó salakanyagok, valamint a táplálék feldolgozása során keletkezett anyagcsere-végtermékek nem kis károkat okozhatnak a szervezetben, ha nem választódnak ki, vagy ha túlságosan sokáig maradnak a testben. Az így kialakuló belső eredetű mérgezés (autointoxikáció) rendszerint minden olyan betegség kísérőtünete, amelynek első ránézésre semmi köze a belek állapotához – kezdve a fáradtsággal, egészen a daganatos megbetegedésekig. A belek felelnek azon anyagok eltávolításáért, amelyeknek szervezetünkben semmi keresnivalójuk, amelyekre már nincs szükségünk. Ez az „emberi hulladék" többé-kevésbé toxikus, és erjedése a belekben indul el.

A széklet gyakran nemcsak megemésztett táplálékot, gázokat, illetve savakat és alkoholt tartalmaz, hanem olyan kifejezetten mérgező anyagokat is, mint pl. a metanol, a propanol, a butanol, az indikan, a putrescin, a kadaverin. Ha a belek nyálkahártyája sérült, ezek a méreganyagok bejutnak a vérkeringésbe, és önmérgezést okozhatnak, amely akár önmagában is az alábbi tüneteket idézheti elő:

- egészségi állapot rosszabbodása;
- kellemetlen test- és szájszag, erős izzadás;
- kedélyállapot-romlás, ingerlékenység, depresszió, rossz alvás;
- fejfájás, ízületi és hátfájdalom;
- szív- és érrendszeri panaszok;
- daganatok;
- kimerültség, betegeskedés, teljes életkedv- és munkakedv-hiány.

A szervezet működését ugyancsak megterhelik a külső környezetből (víz és levegő) származó méreganyagok, az élelmiszerekben található adalékanyagok és tartósítószerek, a gyógyszerek, valamint az étrend-kiegészítőkben és gyógyszerekben fellelhető további adalékanyagok. Ha a belek már képtelenek megfelelően ellátni a saját funkciójukat, vagy túlságosan meg vannak terhelve, a kiválasztási folyamatokat más szerveknek kell átvenniük, amelyek működését ez a plusz tevékenység zavarja. Hosszú távon mindez az egyes szervek és az egész szervezet általános állapotának a rosszabbodásához vezethet.

A salakanyagok a fenti folyamatok következtében a vizeletben, a bőrön és a nyálkahártyákon át választódnak ki – ám mindezért a máj- és a veseműködés fokozódásával kell fizetni. Ha ezek a salak- és méreganyagok nem ürülnek ki a szervezetből, hanem felhalmozódnak benne, egészségi problémákat okoznak: az aknétól kezdve, a narancsbőrön át a reumáig, az érelmeszesedésig, az epe- és vesekövekig, a szürke hályogig stb. A toxinok az agyban is lerakódhatnak, és ennek következménye hangulat- és viselkedésváltozás lehet.

Vitathatatlan tény, hogy az emésztőrendszer és ezáltal az egész szervezet rendszeres tisztítása és méregtelenítése mindenki számára több mint szükséges – még azoknál is, akik igyekeznek valóban egészségesen élni. A CYTOSAN és a CYTOSAN INOVUM belső használata segít megóvni a belek egészségét, ami nélkül testünk egészsége, fiatalsága és szépsége nem tartható fenn.

HUMÁTOK A BIOGYÓGYÍTÁSBAN

Szervezetünk méregtelenítésére – és ezzel egy időben a kiválasztó funkciók támogatására – nem árt évente legalább kétszer detoxikáló kúrát végeznünk (pl. a CYTOSAN-nal tavaszszal, a CYTOSAN INOVUM-mal ősszel). Még jobb eredményhez jutunk, ha folyamatosan támogatjuk a szervezet méregtelenítő képességét.

A folyamatos méregtelenítéshez kiválóan használhatók a humát fürdők (BALNEOL, CYTOSAN FOMENTUM), a BIOTERMAL fürdősóval kombinálva. Ezek a készítmények otthon is bármikor alkalmazhatók, könnyen hozzáférhetők, és a belső méregtelenítést is segítik. A huminanyagoknak annyiféle jótékony hatásuk van, hogy felsorolásuk szinte lehetetlen. Vegyük hát a legfontosabbakat:

GYULLADÁSCSÖKKENTÉS, FÁJDALOMCSILLAPÍTÁS

Vírusellenes, baktériumellenes és gombaellenes hatásaikon kívül fájdalomcsillapító (azaz analgetikus) hatásuk is bizonyított tény. Ám elsősorban gyulladásellenes hatásuk miatt rendkívüli a jelentőségük.

DAGANATELLENES HATÁS

Tudományos kutatások bizonyítják, hogy a huminanyagok képesek lassítani egyes daganatos megbetegedések kifejlődését. A huminanyagok védő- és betegségmegelőző hatása elsősorban a vastagbél- és a végbéldaganatok esetén jelentős.

AZ IMMUNRENDSZER ERŐSÍTÉSE

A huminanyagok rendkívül hatékonyan növelik a szervezet természetes, nem specifikus védekezőképességét, mivel eltávolítják a méreganyagokat a vastagbélből. Az említett hatás a fehérvérsejt-aktivitás serkentésével is összefügg.

MÉREGTELENÍTÉS

A huminanyagok kelátkötéssel magukhoz kötik a szabad gyököket és a nehézfémeket (ólom, kadmium, higany), így azok képesek eltávozni a szervezetből.

A méregtelenítő folyamat az egész szervezetre kiterjed, mert a huminanyagok molekulái – méretük ellenére – képesek a bélrendszerből átjutni a vérbe. Semlegesítik a szabad gyököket, ezzel megakadályozzák a sejtek és a genetikai információk károsodását, elejét veszik a fertőzések terjedésének, a civilizációs és daganatos megbetegedések kialakulásának, és elősegítik a hormonrendszer működésének stabilizálódását.

SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI MEGBETEGEDÉSEK

A huminanyagok hozzájárulnak a szívinfarktus és az agyvérzés megelőzéséhez, a vérrögök feloldásához és a vérömlenyek (hematómák) gyorsabb felszívódásához.

MOZGÁSSZERVEK

Mivel a huminanyagok csökkentik a szervezet méreganyagokkal való megterhelését, illetve antioxidáns hatásukat a szövetekben és az ízületekben is kifejtik, előnyösen hatnak a mozgásszervi megbetegedésekre, beleértve az ízületi gyulladást (arthritist), az ízületi kopással járó megbetegedéseket (arthrosis), a gerinc, valamint egyéb csontok és ízületek degeneratív betegségeit.

Fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő hatásúak, és javítják az anyagcsere-folyamatokat.

A HUMÁTOK TERMÉKDOKUMENTÁCIÓJA ALAPJÁN AZ OLDALT ÖSSZEÁLLÍTOTTA: T. V.

ENERGY KLUBOK ELŐADÁSAI, RENDEZVÉNYEI

Település	Cím	Időpont	Rendezvény témája, előadó, kapcsolat	Telefon
Budapest 4.	1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz.	november 12., péntek, 17 óra	**Czimeth István** előadása: A szív és az érrendszer támogatása ENERGY étrend-kiegészítő termékekkel.	0620/504 1250
			Klubvezető: **Czimeth István**. További információ és a részvételi szándék bejelentése **Koritz Editnél.** A terem korlátozott befogadóképessége miatt a részvételi szándékot kérjük jelezni: 0620/504 1250, energybuda@energyklub.hu	
Debrecen	Debreceni Energy Klub, „Füredi kapu", Böszörményi és Füredi út sarok	november 17., szerda, 18 óra	Energy klubest. Előadás: Tapasztalatok az Energy készítmények használatával – az egészségügyben dolgozóként. Előadó: **Baloghné Kiss Ilona** fizikoterápiás szakasszisztens, Energy tanácsadó. További info: **Kovácsné Ambrus Imola** klubvezető, természetgyógyász, e-mail: info@imolaenergy.hu, www.imolaenergy.hu	0630/458 1757
Nyíregyháza	SZÜV székház, Vasvári Pál u. 1.	november 25., csütörtök, 17.30	Energy klubest. Témák: tanácsadás, termékajánlási szempontok, forgalomnövelés. Előadó: **Fitos Sándor** klubvezető. További info **Fitos Sándor** klubvezetőnél. E-mail: thetan@freemail.hu	0620/427 5869
Miskolc	Zsolcai kapu 9-11., I. em. 116.	november 15., hétfő, 15-17 óra között	Ingyenes orvosi tanácsadás. Tanácsadó: **Dr. Hegedűs Ágnes** holisztikus orvos. Részvétel előzetes bejelentkezéssel **Ficzere János** klubvezetőnél. E-mail: fj58@citromail.hu	0630/856 3365,
Kazincbarcika	Egressy Béni Művelődési Központ, Fő tér 5.	november 9., kedd	10 órától Energy kiállítás és ingyenes állapotfelmérések. 16 órától **dr. Szőllőssi Mariann** előadása: Fejtsük meg együtt a test jelzéseit. 17 órától **Czimeth István** előadása: A Pentagram® regeneráció, a 2. és 3. generációs termékek összefüggései. További információ: **Ficzere János** klubvezető. e-mail: fj58@citromail.hu	0630/856-3365
	Barabás M. u. 56.	minden szerdán 16-18 óra között.	Klubnap. További információ: **Ficzere János** klubvezető. E-mail: fj58@citromail.hu	
Kecskemét	Inkubátor ház	november 26., péntek, 17 óra	**Czimeth István** előadása: A hat betegség mint külső ok, a hét érzelem mint belső ok a hko-ban és ezek befolyásolása az ENERGY étrend-kiegészítőivel. További info **Karmazsinné Mária** klubvezetőnél. E-mail: karmazsinmaria@freemail.hu	0630/855 0406 0630/449 8078
Baja	Malom Étterem, Szegedi u.2.	november 15., hétfő, 17.30	**Czimeth István** előadása: A hat betegség mint külső ok, a hét érzelem mint belső ok a hko-ban és ezek befolyásolása az ENERGY étrend-kiegészítőivel. További info: **Hargitainé Mónika** kalocsai klubvezetőnél. E-mail: hargitainemoni@freemail.hu	0678/462 018, 0630/326 5828
Sopron	Innovációs Közp. Konferenciaterem, Verő József u. 1.	november 13., szombat 10-17 óra között.	Egészségnap többféle ingyenes programmal. Előadás 16 órától: Hogyan támogathatjuk akupresszúrával az Energy készítményeinek hatását? Előadó: **Kürti Gábor** akupresszőr, természetgyógyász.	0630/830 0344 0630/372 3429
	További info **Szabó Csilla** és **Kurucz Tamás** klubvezetőknél. E-mail: energy.klub.sopron@t-online.hu. Kérjük, hogy részvételét előre jelezze az Energy Klubban, Stadion Üzletház I. em., tel.: 0699 261-131.			
Székesfehérvár	Fejér Megyei Kereskedelmi és Iparkamara Háza, Hosszú sétatér 4-6.	november 20., szombat, 10-18 óra között	**Egészségnap** többféle ingyenes programmal. **Kotriczné Szilágyi Judit** előadása 10 órától: Egészségmegőrzés természetes módon az Energy Pentagram® készítményekkel. **Czimeth István** előadása 11 órától: A hat betegség mint külső ok, a hét érzelem mint belső ok a hko-ban és ezek befolyásolása az ENERGY étrend-kiegészítőivel.	0620/568 1759
	Ingyenes állapotfelmérések, szaktanácsadás, masszázsok, egyéb öngyógyító és gyógyító módszerek. Az ingyenes szolgáltatásokra a regisztráció személyesen, 9.30-10 óra között lehetséges a helyszínen. További info **Ostorháziné Jánosi Ibolya** klubvezetőnél, E-mail: janosi.ibolya@gmail.com			
Keszthely	Lovassy Sándor u. 20.	minden kedden 17.30-19 óra között	Energy klubnap. További információ: **Gyenese Ibolya** klubvezető. E-mail: ibi-bazsa@freemail.hu. **Új nyitva tartás: H-P: 9-18 óra között.**	0630/560 7785 0630/225 4917
Zalaegerszeg	Ady Endre Művészeti Általános Iskola és Gimnázium, Kisfaludy út 2.	november 14., vasárnap 9-17 óra között.	**Családi egészségnap** többféle ingyenes programmal. 9-10: **Mrakovics Rita** gyógytornász: Testébresztő torna, miért fontos a helyes testtartás? 10.30-11.30: **Csanádi Mária** természetgyógyász: Hétköznapi betegségek és azok lelki okai. 12-13: **D. Kozsa Anita** életmód-terapeuta, klubvezető: Mi is az a bioinformáció? A stressz megbetegítő hatásai. 13.30-14.30: **Kotriczné Szilágyi Judit** természetgyógyász: Hogyan készítsük fel testünket a télre? Immunrendszer, ízületek. 15-16: **Dr. Kiss György fogorvos:** A hagyományos és a bioinformációs fogkrémek összehasonlítása, a szájhigiénia fontossága. További információ D. Kozsa Anita klubvezető. E-mail: kozsanita@freemail.hu	0692/347 746 0630/857 4545

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 – Pécsett: 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: 06-30-534-2560 – Veszprémben: 06-30-488-4973, 06-70-703-7489 – Zalaegerszegen: 06-30-857-4545

AZ ÚJPEST FOCISTÁI ÉS AZ ENERGY (I.)

A SIKEREK TITKA

Az újpesti labdarúgók sikereinek titkát inkább csak találgatja a média. Szeptember 14-én a *Nemzeti Sport* a címlapján adta tudtul, hogy „két hét alatt elképesztő erőállapotba került az Újpest". Biztosan több tényező együttes hatásáról van szó, ám kétségtelen, hogy az egyik – igen fontos – összetevő az egyedülállóan hatékony ENERGY táplálékkiegészítők fogyasztása. A bioinformációkat is tartalmazó ENERGY gyógynövény-koncentrátumok hamar a játékosok kedvenceivé váltak. Az Újpesti Stadionban erről beszélgettünk szeptember 29-én *Mezei Tamás* erőnléti rehabilitációs edzővel. Az interjú folytatását – *Mészöly Géza* vezető edzővel, *Tisza Tibor* csapatkapitánnyal és *Simek Péter* középpályással – a decemberi Vitae-ben olvashatják.

Először Mezei Tamást kérdezem. Úgy tudom, hogy van már tapasztalata az ENERGY termékekkel. Mióta ismeri őket?

Igen, igazából „csak" három hónapról beszélhetünk, de már elég tapasztalatunk van pár termékről. Bőven kaptunk már visszajelzéseket is. Nagyszerűnek tartom, hogy ilyen jó táplálékkiegészítőkhöz jutottunk. Én korábban soha nem használtam krémeket, mert nem éreztem, hogy annyira hatásosak lennének, mint a belsőleg alkalmazható készítmények, nem szívódtak fel megfelelően. De mióta megismertem az ENERGY „csodakrémét" – mert én most már csak így nevezem az ARTRIN krémet –, csakis ezt használom.

Mennyire gyorsan segít az ARTRIN krém?

Attól függ, de tulajdonképpen már fél órán belül érezni lehet a hatását. Saját magamon is tapasztaltam ezt. A csuklómmal adódott probléma, hátrabicsaklott. Bekentem, és nagyon rövid idő után már éreztem a hatását, enyhült a fájdalom. Hasonló jó hatást nemcsak én tapasztaltam, hanem mindenki. Az egyik edzőnknek „kiment" a bokája, hatalmasra duzzadt. Azonnal elővettük a krémet, bekentük a fájó területet. Másnap reggel vidáman mondta, hogy rendbejött a bokája, már rendesen tudott járni. Fájdalomcsillapításnál és gyulladáscsökkentésnél tehát – ami általában együtt jár – az ARTRIN egyszerűen csodakrém. Ezenkívül használjuk a RUTICELIT krémet is, általában zúzódásoknál és vérömlenyek esetében. Erről is nagyon jó a tapasztalatunk. A gyúrónk, akinek ingadozik a vérnyomása, az erekkel kapcsolatos problémája van és a testsúlya is elég nagy, a vádliján szorító harisnyafélét használ. Kipróbálta a krémet, és bár konkrétan nem tudta meghatározni a változás mibenlétét, úgy érezte, hogy javulás állt be az általános állapotában.

Belsőleg szednek-e valamilyen más terméket?

Belsőleg, persze nem erőltetve rá senkire, a KING KONG-ot használjuk. Ez főleg szellemi frissességhez vezet, és ilyen szempontból hatékonyan működik meccseknél, keményebb felkészüléseknél, esetenként sérüléskor is. Azoknak a sportolóinknak, akiknek az ízületei már kissé kopottak, mondtam, hogy a KING KONG kifejezetten hatékony és jótékony hatású az ízületekre, mert közvetlenül ezekre hat. A termékeket különben én magam előzőleg kipróbálom, és a saját tapasztalataim alapján tudom ajánlani a sportolóinknak. A KING KONG nálam úgy vált be, hogy víz nélkül, „natúr" adagoltam. Igaz, hogy az első alkalommal túl sokat csepegtettem, és megfájdult a fejem, de elképesztően jó tapasztalatokat szereztem vele.

Egyszer, amikor Balatonszepezden fociztam a barátaimmal, és a készítmény nálam volt, ajánlottam nekik. Mivel ők többnyire a Red Bullt isszák, javasoltam, hogy próbálják ki a KING KONG-ot. Elmondtam, hogy ez csak gyógynövénykivonat, mást nem is tartalmaz. Kipróbálták, majd meglepődve tapasztalták, hogy a 90 perces játék után még úgy érezték magukat, hogy tovább is tudtak volna sportolni. A KING KONG tehát kitolja a határokat, főleg szellemileg.

A csapatnál is használják. Összeállítottunk egy csomagot multivitaminokból és multi ásványi anyagokból, amelyek az ízületek karbantartására szolgálnak, valamint a bélrendszert támogatják. Nálunk nagyon fontos az immunrendszer erősítése és karbantartása, mivel egy sportolónak a nagy terhelés miatt gyengébb, illetve érzékenyebb az immunrendszere, tehát bármilyen betegségnek jobban ki van téve. Ezért szükséges a hatékony és jól felszívódó, természetes táplálékkiegészítő. Nemcsak a betegségek megelőzése lényeges, hanem tudni kell azt is, hogy a legyengült immunrendszer esetén gyakrabban fordul elő izomsérülés is. A másik lényeges kategória az ízületek erősítése, karbantartása. Ezenkívül egy-két embernél előfordul allergia, légúti betegségek, főleg tavasz végén, nyáron. Ezeket sikeresen tudjuk kezelni. Ha valakinél mégiscsak közbejön valamilyen legyengülés, megfázás vagy vírus, akkor a DRAGS IMUN, valamint a GREPOFIT és a VIRONAL az, amit alkalmazunk, hogy minél hamarabb felerősödjön. Így tehát kevésbé használom az aszpirint és társait, mert azt gondolom, hogy az ENERGY termékek sokkal jobban felszívódnak és hatékonyabbak, valamint nem gyengítik le a szervezetet és nem savasítanak.

Zöld készítményeket nem próbáltak?

De igen, a zöldárpát, illetve az algát, vagyis a BARLEY-t és a CHLORELLA-t, valamint a mindkettőt tartalmazó SPIRULINA BARLEY-t próbálgatjuk. Én simán tudom szedni ezeket, de a fiúknál egyelőre elég nehezen megy a dolog, mert a sportolóink kényesek, és szerintük a készítményeknek földízük van.

Az az igazság, hogy a mai emberek, főleg a fiatalok, elszoktak a természetes ízektől.

Én viszont a termékekben azt is jónak tartom, hogy amikor kinyitom például a FLAVOCEL-t, érzem, hogy nem mesterséges, hanem természetes íze van. Az ARTRIN krém úgy hat, hogy 10 percen belül felszívódik, és ez csak úgy lehetséges, hogy természetes anyagokat tartalmaz. Mert minél természetesebb eredetű egy készítmény, annál nagyobb arányban tudnak felszívódni a benne lévő hatóanyagok.

(A beszélgetés folytatását a decemberi Vitaeben olvashatják.)

A LEGJOBB VÉDEKEZÉS A TÁMADÁS MEGELŐZÉSE

A közeledő tél miatt a legtöbb ember már előre fél, hogy ledönti a lábáról a betegség, vírusfertőzés, vagy legalábbis valamilyen megfázás, ezért már jó előre feltölti a házi patikáját több levél Algopyrinnel, Ibuprofennel és vitamintartalmú pezsgőtablettákkal. Érdekes, hogy napjaink társadalmának felfogásában a „gyógyítás" szó jelentése a tünetek elnyomásával egyenlő. A szervezet természetes védelmi reakcióját (a lázat) csökkentő antipiretikumok, valamint a fájdalmat enyhítő analgetikumok még mindig a mindennapi életünk részei.

Hagyjuk most azonban szerencsétlen társadalmunk bírálatát, és nézzünk be egy kicsit az elménk formálta gondolatok felszíne alá. Miért merül fel bennünk egyáltalán, hogy megbetegszünk? És miért gondoljuk, hogy testünk nem lesz képes elbánni a betegséggel? Nem lehetséges, hogy gondolatainkat a nagy gyógyszergyártó cégek csillogó-villogó reklámjai befolyásolják, amelyek megpróbálják elhitetni velünk, hogy a dobozba zárt tabletták egészségünk egyetlen megmentői? Ráadásul vannak olyan hirdetések is, amelyek egyértelműen azt sugallják, hogy csakis az általuk bemutatott készítmények alkalmazásával gyógyulhatunk meg azonnal, illetve tarthatjuk távol a bacikat. Mintha a betegség társadalmilag teljesen elfogadhatatlan vétek, a gyógyulás pedig időpazarlás volna...

NEM KELL FELTÉTLENÜL KÜZDENI

A *Vitae* olvasói nagyon jól tudják, hogy a betegséget egyszerűen ki kell feküdni, mert ez a legjobb, amit a szervezetünkkel tehetünk. Hiszen csakis így képes természetes úton ismét egyensúlyba kerülni, és ha ezt a folyamatot szeretnénk egy kicsit megtámogatni, bekenjük magunkat gyógynövény alapú krémekkel, némi túlzással, a fejünk bútjától a sarkunkig, GREPOFIT-ot szedünk, VIRONAL-t csepegtetünk, és súlyosabb esetekben elővesszük a DRAGS IMUN-t.

Eszükbe jutott-e azonban valaha is, hogy a betegséggel való küzdelemnek be sem kellene következnie? Hogy nem harci stratégiákat kellene kieszelnünk, hogy seregeinket felfegyverezve képesek legyünk kivédeni egy esetleges inváziót, és ezzel mellesleg növelni annak a valószínűségét, hogy a támadás valóban bekövetkezik? Hogy akár nyugodtan, egészségünk féltése és fegyverek nélkül sétálgathatnánk a világban? A legerősebb harcosnak ugyanis nincs szüksége semmilyen fegyverre, mert az ellenség meg sem meri támadni...

Egy ilyen ember azonban a gyógyszergyártó cégek számára olyan, mint a madárijesztő. Hiszen neki nincs szüksége a felkínált, állítólagos segítségre, vagyis nem termel semmiféle hasznot a gyógyszeriparnak – és ez a mai világban megbocsáthatatlan. De hogyan válhatnak éppen önök a tabletták és kapszulák világától önként távol maradó emberekké? Miként lehet önökből is a legfélelmetesebb harcos?

Az ENERGY kínál egy természetes megoldást: a KING KONG-ot.

KING KONG MINDEN KOROSZTÁLYNAK

A KING KONG a tehetetlenül nyafogó úrból öntudatos, aktív férfit farag. Ám nem csak az erősebbnek mondott nem férfiasságát, cselekvőképességét, határozottságát növelő készítmény ez, hiszen nők, sőt gyermekek is bátran használhatják. Adaptogén jellege, összetétele segíti az embert, hogy a lehető legjobban alkalmazkodjék az életkörülményeihez. Egyértelműen fokozza az aktív élet iránt érzett kedvet és érdeklődést, erősíti az öntudatot, valamint azt a képességet, hogy a célunk felé vezető úton tudjunk és akarjunk haladni.

Ismerek egy idősebb hölgyet, aki azért kezdte el szedni a KING KONG-ot, mert le akart fogyni (a koncentrátum erre is alkalmazható), ám ennél több történt. A készítménynek köszönhetően teljesen megváltozott, már nem használta mindig mindenhová az autóját, hanem elkezdett gyalog járni, és végül valóban lefogyott. Hasonló változások mentek végbe egy fiatal férfi életében, aki sok éven át ülőmunkát végzett, ám miután megismerkedett a KING KONG-gal, elkezdett futni, méghozzá igencsak hosszú távokat. És mindez ráadásul januárban történt!

A KING KONG legismertebb felhasználási területe természetesen a sport, mivel a készítmény segíti az izomtömeg növelését (a zsírszövetek kárára), és növeli az izomzat teljesítményét is, emiatt úgy tűnhet, hogy a gyermekek és az idősek esetében semmire sem jó. Az igazság azonban éppen az ellenkezője. Idősebbeknél ugyanis ez a szer segít megőrizni az ember aktivitását, valamint támogatja a csontok és az ízületek regenerálódását. Felbecsülhetetlen segítőtárs továbbá a baleset és műtét utáni lábadozáskor.

ERŐSÍTI A GYERMEKEK ÖNBIZALMÁT

Gyermekeknél is kiválóan alkalmazható, kiváltképpen a krónikusan beteg vagy testileg gyenge, sápadt csemetéknél. A KING KONG kúra után problémáik olykor „varázsütésre" eltűnnek. Úgy vélem, ennek oka abban rejlik, hogy a KING KONG felébreszti a kicsik önbizalmát. A legfiatalabbak sokszor épp olyan esetekben reagálnak betegséggel a körülményeik alakulására, amikor az óvodai vagy iskolai környezetben nem érzik magukat elég magabiztosnak és erősnek. A KING KONG nemcsak a fizikai ellenálló képességüket, hanem a lelküket is megerősíti.

A testileg erős, öntudatos, céltudatos, aktív és boldog embernek pedig egyáltalán nem kell megbetegednie...

(viktorová)

ÖNNEK IS FÁJ A HÁTA? VAN SEGÍTSÉG!

A hátfájás napjaink egyik leggyakoribb betegsége, amibe nem szokás ugyan belehalni, de miatta az orvosok rengeteg embert küldenek táppénzre. Tegyük hozzá: nem minden „hátfájós" megy el az orvoshoz, hogy önszántából „kiírassa" magát. Sok függ az adott egyénnek a betegségéhez, környezetéhez, munkájához, családjához és végül, de nem utolsósorban saját magához való hozzáállásától. De erről majd később...

A hátunk, pontosabban szólva a gerincünk, testünk tengelye. Az ember megjelenése előtt soha egyetlen élőlénynek sem állt a gerince függőleges helyzetben. Egyetlen másik teremtmény sem hordja a fejét teste csúcsán.

A GERINC ANATÓMIÁJA

A gerinc a legfőbb támasztó szervünk, a fejtől a medencéig húzódik. „S" alakú görbületet ír le, lehetővé téve fejünk „magasan tartását", vagyis azt, hogy rálátásunk legyen a dolgokra.

Funkcionális egységként működik, csigolyákból épül fel, és ezek a csigolyák igen ügyesen és rugalmasan „ülnek egymáson", miközben mindegyiknek kicsit más a mérete és az alakja. Elhelyezkedésük és alakjuk mindig a gerinc adott részének feladataihoz, működéséhez igazodik. Összesen 7 nyakcsigolyánkkal a gerincnek ez a része a rendszer legmozgékonyabb területe. Mivel ezek a csigolyák forgatják a fejet, viszonylag nagy pályára van szükségük.

A gerinc háti részén 12 csigolya található, amelyeket apró ízületek kapcsolnak össze a 12 pár bordával. A bordák, amelyek elöl a szegycsonthoz kapcsolódnak, elsősorban a legsérülékenyebb szerveink, a szív és a tüdő védelmére szolgálnak. A gerinc ezen szakasza a legkevésbé mozgékony szegmens. Az ágyéki csigolyákból összesen 5 található a gerincben. Ezek a legmasszívabbak – azzal összefüggésben, hogy ők alkotják az egész hát „alappillérét". Szorosan kapcsolódnak a keresztcsonti csigolyákhoz. Az egész gerinc a farokcsontba torkollik. Ezt örököltük „farkas" elődeinktől.

Az egész, viszonylag stabil rendszer a medencében van „lehorgonyozva", elsősorban a medence ízületeinek segítségével, amelyek időnként nagy kínokat okozhatnak.

A TÁMASZTÓ RENDSZER MŰKÖDÉSE

A gerinc rendszere azonban nem csak csontokból áll. A csigolyákat csigolyaközti ízületek, inak és izmok kötik össze. Ezek nagy száma biztosítja a gerinc stabilitását, hihetetlen mozgékonyságát és rugalmasságát. A csigolyák szépen egymáson „ülnek", a csigolyatestek és a csigolyaívek között pedig a gerinccsatornát találjuk, amely a csontvelőt védi. Az egyes csigolyatestek közötti porckorongok biztosítják a gerinc mozgékonyságát, rugalmasságát és hajlékonyságát.

A porckorongok 70%-a víz, emellett rostos-porc-gyűrűből és a gyűrű által körbefogott kocsonyás, lágyabb magból állnak. A lágy mag a környező nyomások és feszítések hatására adott mértékig képes deformálódni, ám bizonyos határ átlépésekor a gyűrű elpattan, és a porckorong benyomul a gerinccsatornába. Ezt porckorongsérvnek nevezzük. A porckorong kitüremkedésének irányától függően nyomás nehezedhet az idegekre, leggyakrabban az ideggyökökre, amelyek a csontvelő irányából az alsó végtagok felé vezetnek. A porckorongsérv általában a 3. háti csigolya és az 1. keresztcsonti csigolya között alakul ki. Hatása általában az alsó végtagoknál érezhető, ám a porckorongok a gerinc bármely részén kitüremkedhetnek. Ha az elváltozás a nyaki vagy a háti gerinc területén megy végbe, fennáll az alsó végtagok legyengülésének vagy megbénulásának a veszélye.

HIRTELEN CSAP LE AZ ERŐS FÁJDALOM

A gerinc tehát nagyon jól kitalált szerkezet, és bizonyára remekül működne, ha megadnánk neki a lehetőséget. Mint korábban említettem, a betegállományba vonulás egyik leggyakoribb oka a hátfájás. A hátproblémák eleinte apró tünetekkel kezdődnek, pl. időnként fáj a derekunk, amire rendszerint oda sem figyelünk. „Fáj a hátam, valószínűleg megemeltem magam, de nem tudom, mikor és hol..."

Néhány ismétlődő figyelmeztetés után, melyekre többnyire „rá sem rántunk", a betegség hirtelen csap le. Egyik percről a másikra erős hátfájás, más néven lumbágó vagy isiász lép fel – és a fájdalom mozgásképtelenné tesz bennünket. Ekkor már rákényszerülünk, hogy észrevegyük a problémát. Az akut lumbágó rendszerint nagy súly megemelésekor, előrehajláskor vagy megfázás esetén alakul ki, esetleg akkor, ha nagyon megizzadtunk, és a szél utána „átfúj" minket. A probléma azonban sokszor a fent megnevezett indokok nélkül is megjelenhet.

MÉLYEBB ÉRTELEM, „ÜZENET"?

Az esetek nagy többségében a hátfájás valamilyen mélyebb, esetleg súlyosabb problémára utal. Ha abból indulunk ki, hogy gerincünk a testünk tengelye, akkor tulajdonképpen létünk tengelye is egyben. De mi az, ami az életben meghajlít minket? Hol nem állunk egyenesen? Hol nem állunk ki saját magunkért? Vajon elbír-e a hátunk még több terhet?

Hátunk nemcsak a fizikai megterhelésre reagál, hanem az érzelmi súlyokra is, amiket gyakran magunkra veszünk. Valóban mindenkiről és mindenről nekünk kell gondoskodnunk? Egyáltalán: akarja-e ezt a környezetünk? A hozzánk közel állókkal való törődés dicséretes ugyan, de csak egy bizonyos pontig. Az nincs rendben, ha annyi mindent a vállunkra veszünk, hogy utána összeroskadunk a súly alatt...

Azt akarjuk, hogy a többiek jónak tartsanak minket, de elsősorban az a fontos, hogy mi jónak tartsuk önmagunkat. Gyakran megkérdezem a pácienseimtől: „Úgy gondolja, hogy az igyekezetét majd valamilyen éremmel jutalmazzák? Hát nem fogják... Nem marad önnek más, csak a sajgó háta."

Sokan azonban nem hajlandók arra, hogy más szemszögből is megvizsgálják a problémát. Orvostól orvosig járnak, mindenféle hatékonynak vélt gyógyszert bevesznek. Lehet, hogy megszabadulnak a fájdalomtól, így azonban tovább folytathatják kimerítő életmódjukat. Pedig a hátfájásnak megvan a maga, elsősorban védelmi jelentősége. Mit is üzen nekünk? Azt, hogy ilyenkor meg kell állnunk a mindennapok „mókuskerekében", és közelebbről meg kell vizsgálnunk, fel kell fognunk, mit is mond nekünk a tünet. „De hiszen ott vannak azok a kinövések, rosszak a porckorongjaim..." A csontkinövések (osteophyták) adaptációs elváltozások, segítségükkel próbálja a szervezetünk megerősíteni és stabilizálni a túlterhelt gerincet, amire mi csak egyre újabb súlyokat rakunk, és közben nem nézünk se jobbra, se balra. Egészen addig, amíg a kinövések akkorák nem lesznek, hogy jelzést adnak magukról.

És ha az ilyen szelíd figyelmeztetés nem vezet eredményre, akkor a porckorong kitüremkedése, a gerincsérv már olyan nyomatékosan üzen, hogy „csillagokat látunk" a fájdalomtól.

FONTOS JELZÉSEK A LELKIÁLLAPOTRÓL

Ha a kitüremkedés nagy mértékű, a sérv gyengítheti valamelyik alsó végtagunk működését, sőt ürítési problémák is felléphetnek. Ez a tünet már annyira erős vészjelző, hogy idegsebészeti beavatkozásra lehet szükség. A műtét, a sérült porckorong eltávolításának sikeressége megint csak nagyban múlik azon, hogy a betegnek sikerül-e megértenie, milyen messzire ment el. Ha nem sikerül felfognia a probléma súlyát, és továbbra is „objektív okokat" keres, a porckorong ismét kitüremkedik majd ugyanott vagy akár a gerinc más részén.

A HÁTFÁJÁS GYÓGYÍTÁSA

A hátfájást leginkább nyugalomban, ágyban fekvéssel lehet kezelni. Mi saját magunktól meg nem állnánk, ezért bölcs testünk megállásra kényszerít minket. Mindezt elsősorban értünk teszi. Amíg nyugodtan fekszünk, őszintén végiggondolhatjuk korábbi cselekedeteinket. Megérthetjük és átértékelhetjük a dolgokhoz való viszonyunkat – és a testünk ezért igencsak hálás lesz. Rengeteg hibát tudat alatt követünk el, mert úgy érezzük, hogy pótolhatatlanok vagyok és hogy bizonyos feladatokat nekünk kell végrehajtanunk. Ám azok, akiket éppen megmenteni készülünk, akiket a vállunkra veszünk, az esetek nagy többségében erre nem is tartanak igényt. Próbáljuk csak megkérdezni őket erről :-).

Akut stádiumban a nyugodt fekvésen kívül fájdalomcsillapító gyógyszereket szedhetünk. Az orvos rendszerint nem szteroid antireumatikumokat és myorelaxánsokat rendel, amelyek ellazítják az összehúzódott izmokat. Ha nem kifejezetten az ideggyök nyomásáról van szó, ami már szinte elviselhetetlen fájdalommal jár, akkor kizárólag a blokkolt szegmens körül összehúzódott izmok fájnak. Ilyen esetekben a fájdalmas területet érdemes melegíteni. Az erős fájdalom megszűnése után következhet a tapasztalt fizioterapeuta által vezetett, célzott rehabilitáció. A kezelés a blokkolt területek ellazítására, az összehúzódott izmok kinyújtására irányul, és elsősorban a beteg izmainak gyakorlatokkal történő megerősítésére és a hibás mozdulatok kiküszöbölésére összpontosít. Egyszerűbben szólva: a páciens kap egy használati útmutatót a hátára vonatkozóan.

Igen fontos, hogy a beteg megértse, miről van szó, lassítson a tempóján és csökkentse a terheket. Az alázat témája is szerepet játszik. Túlságosan alázatos vagyok? Vagy épp fordítva, egyáltalán nem tudom, mi az alázat? Számtalan lehetőség kínálkozik a probléma kezelésére...

ALTERNATÍV ORVOSLÁS

A hagyományos nyugati orvosláson kívül hatékony segítséget nyújthat az alternatív gyógyászat is. A hagyományos kínai orvosláson alapuló akupunktúra általában véve is jótékonyan hat a legkülönbözőbb eredetű fájdalmakra, azaz természetesen a gerincfájdalomra is. Ilyen esetekben mindig a vesével szoros kapcsolatban álló húgyhólyag energiapályáját kezelik. És ezzel el is jutottunk a félelem, a kétségek, a bizonytalanság, az elégedetlenség és a kimerültség érzéséhez. Ha a fájdalom a láb külső oldalára is kisugárzik, akkor belépett a körbe az epehólyag-meridián is, azaz a düh érzése. Egy szó, mint száz: minden mindennel összefügg, nincs menekvés.

MIKÉNT SEGÍT AZ ENERGY?

A fent leírtakból és a gyakorlati tapasztalatokból, a betegek visszajelzéseiből nyilvánvaló, hogy minden „hátfájósnak" egyértelműen a RENOL ajánlásával tehetünk jót. Legjobb, ha a páciens az üvegcse egész tartalmát elfogyasztja, napi 3x4 csepp adagban. Mivel a hátfájás kialakulásában fontos szerepet játszhatnak a porckorongok, a RENOL használatát érdemes a SKELETIN fogyasztásával kombinálni, napi 3x1 kapszulás adagban, 3 hónapon át. A fájó területeket ARTRIN-nal kenegethetjük, és mellé jól jöhet az ARTRIN-os vagy BALNEOL-os fürdő.

Nem ajánlatos azonban, hogy a páciens túl sok időt töltsön a vízben, főleg akkor, ha akut hátfájásról van szó, mert arra inkább a száraz meleg alkalmazása javasolt. Elképzelhető ugyanis, hogy a beteg csak nehezen fog tudni kikászálódni a kádból, ha egyáltalán sikerül neki. Ha a végtagok izomzatában görcsös fájdalom jelentkezne, hívjuk segítségül a FYTOMINERAL-t, napi 40 cseppnyi adagban. Ha mód van rá, próbáljon CYTOSAN-os pakolást készíteni, és tegye a legfájdalmasabb területre. Legfeljebb 15-20 percig hagyja rajta. Ha a fájdalom az alsó végtagok külső oldalába is kisugárzik, vegyük mindehhez hozzá a REGALEN-t is. Ám a kúrát kezdjük mindig a RENOL-lal, a REGALEN-nel pedig később egy kicsit ráerősítünk. Számtalan lehetőség kínálkozik a probléma kezelésére.

Összefoglalva: a hátfájás arra figyelmeztet minket, hogy valami baj van a környezetünkhöz, a minket körülvevő emberekhez, a munkához, az élethez való viszonyunkkal, és elsősorban az önmagunkhoz való hozzáállásunkkal. Ha hallgatunk a testünkre és szervezetünk figyelmeztetéseire, nem törvényszerű, hogy a hátfájás megkeserítse életünket.

Dr. Ivana Wurstová

ÉRDEKESSÉGEK A CSONTRITKULÁSRÓL

➢ A csontritkulás olyan állapot, amelynek során csökken a csontanyag sűrűsége, gyengül a csontok szerkezete, ezért a csontok könnyen törnek. Ez a probléma leggyakrabban a változókoron átesett nőket sújtja, a csontok ásványianyag-vesztesége azonban a férfiakat sem kerüli el, leginkább a férfi változókor (andropauza a férfiak 50-70. életéve között, amikor jelentősen csökken a férfi nemi hormon, a tesztoszteron termelése) időszakában következik be. Minden nyolcadik, 50. életévét betöltött férfinál megfigyelhetők a csontritkulás tünetei.

➢ Napjainkban minden 3. nő és minden 6. férfi csontritkulásban szenved a Cseh Köztársaság területén. A betegség csonttörésekkel jár – a csigolya- és combnyaktörések fordulnak elő a leggyakrabban. Csehországban évente 200 ezer ember kerül combnyaktörés miatt kórházba, vagyis a csontritkulás következtében minden 26. percben történik ilyen baleset. Ez a betegek egyötödénél halálhoz vezet, mintegy 50 százalékuk pedig a későbbiekben külső segítségnyújtásra szorul.

➢ A csontszövet sűrűségének és a csontokban található ásványi anyagok mennyiségének megállapításához denzitometriás mérés szükséges. A vizsgálat fájdalommentes, nem megterhelő. Segítségével az orvos képes megállapítani, mekkora a csontritkulással összefüggő csonttörések kockázata.

➢ A csontritkulás nem csak az idősek betegsége, gyermekeknél is előfordul. Riasztó tény, hogy a gyermekkori csontritkulások 20%-a az egészségtelen életmód következtében alakul ki. Kutatások igazolják, hogy a csontritkulás korai szakasza (enyhén csökkent csontsűrűség – osteopénia), elsősorban az élsportoló lányokat sújtja (az ösztrogénszint csökkenése miatt), vagy azokat, akik anorexiában szenvednek, így a szükségesnél kevesebb kevés kalóriát juttatnak be a szervezetükbe. A következő kockázati csoportba a szteroidokkal kezelt asztmás betegek tartoznak, mivel a szteroidok negatívan befolyásolják az egészséges csontanyag képzéséhez elengedhetetlenül szükséges fehérjék termelődését.

(Források: www.fitlife.cz, www.mediconet.cz, www.osteoporoza.cz, www.ppzdravi.cz)

BESZÉLGETÉS KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDITTAL

AKKOR VAGYUNK JÓL, HA EGYSÉGBEN LÉTEZÜNK A TERMÉSZETTEL

Gyermekének segítséget kereső anyukából először ENERGY termékfogyasztó, majd a tapasztalatokat összegyűjtve, a készítményeket lelkesen ajánló ember, később a cég egyik legtapasztaltabb tanácsadója és előadója lett Kotriczné *Szilágyi Judit*. Nagymamájától és édesanyjától tanulta a gyógynövények szeretetét. Velük és édesapjával járta a természetet, biológia szakos gimnáziumi érettségijét követően gyógypedagógusi és pszichopedagógusi diplomát szerzett, később pedig kineziológiából is levizsgázott. Többek között a termékek kiválasztásának és fogyasztásának lehetőségeiről, valamint hitrendszerünk meghatározó voltáról beszélgetett vele a *Vitae* szerkesztője, *Kürti Gábor*.

Mi volt előbb az életedben: a kineziológia vagy az ENERGY?

Egy időben kezdődött a kettő. Kb. 3 éves volt a gyermekem, és igen nehezen lehetett kikezelni az arcüreggyulladásból, amelyet sokszor tüdőgyulladás követett. A gyes alatt, jó 13 éve, egy időben kezdtem foglalkozni a kineziológiával, homeopátiával, illetve az ENERGY-vel is.

A végzettségem gyógypedagógus és pszichopedagógus. Sérült gyerekeket tanítottam, lelki segítségnyújtással, családsegítéssel foglalkozom. Az életemet az erdőben élem, mióta az eszemet tudom. Nagymamámmal, anyukámmal együtt gyűjtöttem a gyógyfüveket. Az, hogy hagymát, paradicsomot vagy káposztalevelet kötünk a sebre – innen, a családomtól van.

A gimnáziumban biológia szakos voltam. Ez a biológiai vonal azért fontos, mert az ENERGY nem vitaminárusító vállalkozás, hanem olyan cég, amelyik kezdettől fogva komplexen, több tudományágat összekapcsolva állította össze készítményeit. Nekem tehát a biológia szakos és a természetjáró múltamból következik az, hogy megértek bizonyos összefüggéseket. Emellett harcművészetet is tanultam, aminek szintén megvan a maga – az ENERGY-ével rokon – filozófiája. Így kezdtem komolyabban foglalkozni a természetgyógyászattal. Érdekelt, hogy másoknak segíthessek. Mint gyógypedagógus eleve erre a pályára készültem.

„AZ ORVOS KEZEL, A TERMÉSZET GYÓGYÍT”

Ekkor, mintegy két évtizeddel ezelőtt Magyarországon még a természetgyógyászat nem volt törvényben szabályozott tevékenység.

Abban az időben oklevelet adó tanfolyamokat még nem nagyon tartottak, de a talpmasszázs eredményesnek bizonyult. Talpmasszázzsal baráti körben egymást kezelgettük. Vonzott bennünket ez a másféle szemlélet...

Sok időt töltöttem a természetben. Az elvem az ezeréves filozófia, hogy „az orvos kezel, a természet gyógyít.” Ha bárki megbetegszik és felveszi a kapcsolatot a természettel, akkor a természet előbb-utóbb a gyógyulás útjára fogja terelni.

Ezt a gondolatot megfordítva: ha valaki elveszíti a kapcsolatát a természettel, akkor megbetegszik?

Igen, így van – akár a természettel, akár a valósággal veszíti el a kapcsolatát, beteg lesz. Az előbb mondottakat továbbfejlesztve: a természet maga Isten vagy az Univerzum – attól függően, hogy kinek milyen a szemlélete –, alapot vagy forrást jelent számunkra. Teljesen mindegy, hogy testi, lelki vagy tudati okból borul fel a vele való egyensúly, a betegség egyensúlytalansági állapot.

Akkor vagyunk jól, ha egységben létezünk a természettel, persze az adott lehetőségekhez képest. Vannak az életben visszafordíthatatlan dolgok, így azokat alapként be kell építeni a rendszerbe. Egy vak ember például arra fogja alapozni az életét, hogy vak, de ettől még, az adott körülmények figyelembevételével élhet egyensúlyban.

Azok a dolgok, amelyekkel én foglalkozom, az ENERGY-ben mind benne vannak, a filozófiája ezért is tetszett meg nekem. Hiszen benne van a kínai öt elem tan filozófiája, a jin-jang elmélet, a kineziológia érzelmi összefüggései, a gyógynövénytudomány, a kristálygyógyászat, valamint az energia – szóval minden, ami számomra fontos.

Egy kicsit előre ugrottunk az időben. Az előbb ott tartottunk, hogy talpmasszázs, természetjárás...

Három évig voltam vegetáriánus, jártam az erdőt, szedtem és megismertem a gombákat, a tanfolyamot is elvégeztem. A családban nem sokszor járunk orvoshoz. Egyszerű betegségeket természetes módszerekkel kezelünk. Ha komolyabbnak tűnik a probléma, akkor elmegyünk az orvoshoz diagnózisért, és ha nem súlyos a dolog, akkor megint csak a természetes módszerekhez folyamodunk. Én mindenkinek azt szoktam javasolni, mielőtt gyógynövényhez folyamodik, mutassa meg magát orvosnak, mert ő tudja eldönteni, mennyire komoly az ügy. Ha olyan a betegség, a gyógyszereket is be kell szedni, a kezelésekre pedig el kell járni. Ebben az esetben az ENERGY kiegészítés.

Hogy mi vezetett el az ENERGY-hez? A gyermekem hétfőn megfázott, szerdára arcüreggyulladása lett, a hét végén pedig már tüdőgyulladással mentünk orvoshoz. Amikor odáig jutottunk, hogy évente 3-4 tüdőröntgent kellett végeztetni, megijedtem, mert tisztában voltam ennek a káros hatásaival. Először egy homeopata orvoshoz fordultam.

Majd az egyik barátnőm, *Szieber Ágnes*– aki szintén lelkes ENERGY-s –, meghozta az első VIRONAL-t, és mivel a gyermekeink is hasonló problémákkal küzdöttek, közösen próbáltuk kihozni őket a bajokból. Megtapasztaltuk, hogy az ENERGY készítményeiben nemcsak a gyógynövények működnek, hanem a lélekre és az energiaszintre is kedvezően hatnak. Így a gyermekeinket lassan, plusz információk bevitelével sikerült rendbe hozni. A betegségek először csak enyhébbekké váltak, majd ritkultak, végül teljesen rendeződtek.

HA VALAMI MŰKÖDIK A GYAKORLATBAN...

Tanultam az összes olyan embertől, aki az ENERGY-t Szlovákiából vagy Csehországból idehozta – *Barta Gizikétől* kezdve *Broczki Lászlón* át *Sidó Jánosig*, mindenkinek az előadásán ott voltunk, a 3-4 éves gyermekeinkkel együtt. Ezután rengeteget beszélgettünk a többi anyukával a játszótéren, és a többieket kismamaklub-szerűen segítettük. Egyre több embernek ajánlottuk az ENERGY-t, és hálózatot is építettünk. Innen rengeteg tapasztalat érkezett.

Miután természetgyógyászatból és kineziológiából is levizsgáztam, *Marosi Zoltán* ügyvezető igazgató megkért, hogy tartsak előadást a Pentagram®-ról. Hamarosan már országszerte előadásokat tartottam. Szeretek utazgatni, így az ország szinte minden pontjára eljutottam és előadásokat tartottam. Utána teszteltem az embereket, hogy kinek mire van szüksége. Elmesélték a tapasztalataikat: ki, mire, mit szedett stb. Ezeket igyekeztem összegyűjteni, hogy a legközelebbi előadáson, már egy másik városban tovább tudjam adni. Mert egyfelől ott van a termék leírása, másfelől pedig az emberek szeretnek kísérletezni, és ezért sok olyan gyakorlati tapasztalat van, amit tanácsadó sosem mondott volna, de az illető megérzése alapján valamit kipróbált.

Úgy gondolom, hogy minden elméleti információt „le kell hozni” a gyakorlatba, mert nem a szép elméletek és az ígéretek működnek igazán, hanem az, ami a gyakorlatban már valakinek bevált.

NAGYON HASZNOS VÉGIGMENNI A PENTAGRAM® KÖRÖN

A természetgyógyászati szakágak közül miért éppen a kineziológiát választottad?

A gyógypedagógia, pszichopedagógia mellett ez adott volt. A kineziológia olyan dolgokra tanított meg, amelyekkel az élet problémáit is meg lehet oldani. Nagyon sok embertől tanultam, *Varju Márta, Várhidi Ilona, Carol Ann Hontz, Gabrielle Ulbrich, Daniel Whiteside, Warren Stagg, Szatmári Enikő* jutnak eszembe. A One Brain nagyon jó módszer, mert az izomteszttel egyrészt az agyból lehet „lehívni" az információkat, másrészt a korrekciókkal vissza lehet hatni az agyra. Az egyensúlyi állapot a lényeg. Ahogy az ENERGY-szerekben benne van a test-lélek-szellem egysége, a kineziológiában ezek ugyanúgy megtalálhatók.

Az ENERGY-szereket is izomteszttel méred be, vagyis azt, hogy ki mit és mennyit szedjen?

Általában igen. Egy-egy előadás végén sorban állnak az emberek, és végigtesztelem őket, főleg az alapkészítményekből, hogy kinek mire van szüksége. De vannak elektromos készülékek is, amelyekkel lehet tesztelni. Tehát attól függ a dolog, hogy kinek mi a hitrendszere, de lehet ránézéssel is dolgozni.

Használsz radiesztéziás eszközt is?

Radiesztéziás eszközt nem használok. Kineziológiával azért is biztosabb dolgozni, mert ott megvannak a biztonsági kérdések. Persze ha az ingázó is felteszi ezeket a kérdéseket, akkor az a módszer is tökéletesen működik.

Ha visszagondolsz a kezdetekre, mi volt a kedvenc ENERGY készítményed?

Alapból a VIRONAL-lal indultunk, aztán jött a REGALEN és a KOROLEN. Úgy gondolom, hogy mindenkinek van 2-3 olyan alapkészítménye, amit bármikor elővehet, ha bármilyen baja van.

A SZERVÁLASZTÁS NEM A LOGIKÁN MÚLIK

A szereket elsősorban az illető alkatához kötöd, vagy más kiindulópontot használsz?

Semmiképpen sem kötöm pusztán logikai rendszerekhez. Az alkalmazást a Pentagram®-hoz kell illeszteni, mert ha az illető panaszai, testi-lelki problémái bizonyos problémakör köré csoportosulnak, akkor látható, hogy onnan indul az ő egyensúlytalansága. Lehet, hogy az illető problémaköre a vese köré összpontosul, mégis a tüdőn keresztül fogunk elindulni, mert ha nagyon beteg vagy problematikus egy bizonyos szerv, akkor nem biztos, hogy közvetlenül arra kell a készítményt ajánlani. Lehet, hogy az előtte vagy utána álló, esetleg az ellenkező oldalon lévő szer fogja őt rendbe hozni.

Szerencsére létezik az ENERGY-nek egy ajánlása, hogy kb. honnan érdemes kiindulni. Ha azt veszem, hogy a vastagbélben lévő elzáródások és a szervezet oxigénellátási zavarai, elsavasodása milyen általánosan jellemző a mai emberekre, akkor a VIRONAL-lal bárki bármikor elkezdheti a regenerációt. Ha viszont valakinek nagyon sok problémája van, azt szoktam mondani, hogy menjen végig a Pentagram® körön. Figyelje saját magát, melyik szer volt számára a legjobb. Ez szerintem elég egyszerű módszer akkor, ha valaki nem tudja eldönteni, mit szedjen be, mert nagyon sokféle baja van.

Az a tapasztalatod, hogy mindenkinek mindenképpen végig kell mennie valamennyi Pentagram® cseppen?

Nem. Találkoztam olyan emberrel is, aki 3 éve ugyanazt a szert szedi, és soha nem kell neki más. Neki onnan ered mindig minden problémája, az a terület terhelt valamiért. De nagyon hasznos végigmenni a körön. Ha az egész család szedi a cseppeket, akkor a készítmény hamarabb elfogy, és gyorsan rá lehet térni a következőre, miközben minden ember megtapasztalja, hogy neki melyik bizonyult a legjobbnak.

EGYFÉLE KONCENTRÁTUM, HOZZÁ KIEGÉSZÍTŐK

Miként látod, az ENERGY alapkészítményei, tehát az ötféle koncentrátum közül helyes-e egy időben többfélét alkalmazni, vagy pedig jobb egymás után, esetleg felváltva szedni őket, hol egyiket, hol másikat?

Mindenkinek a hitrendszeri kérdése, miről gondolja, hogy számára az a jó. Központilag nem olvastam ajánlást erre. A 10 évvel ezelőtt forgalmazott, szirupos termékekből nyugodtan lehetett egyszerre kétfélét fogyasztani, de háromfélét biztosan nem. Mivel a mai rendszerben igen sok más készítmény is kapható, az a legjobb megoldás, ha egyféle koncentrátumot adunk és hozzá a kiegészítőket. Például a KOROLEN mellé a CELITIN-t, a DRAGS IMUN-t vagy a VITAMARIN-t, esetleg a krémet vagy az algát. Problémakörre ajánlható termékcsoportok vannak.

Biztos, hogy egyféle csepp is hatékony, de elképzelhető, hogy kettőre van szükség. Akár úgy, hogy az egyikből többet, a másikból kevesebbet szed valaki. Például a nőknek mindenféle hormonális, nőgyógyászati problémákra és a gyermekáldáshoz a GYNEX és a RENOL együttes alkalmazása nagyon jó. Aki megteheti, e két készítmény szedése között tartson 20 perc szünetet, és ha lehet, tartogassa a folyadékot a szájában egy darabig, úgy hatékonyabb. De egy háromgyermekes anyuka, akinek ott van még a férje meg a kutyája, macskája is, valószínűleg egy pohárba fogja mind a kettőt becsepegtetni, és úgy fogyasztja el. Így is, úgy is működik.

Egy párkapcsolaton vagy családon belül menynyire jellemző, hogy a férjre vagy a feleségre ugyanaz a szer hat erősebben?

Ha olyan családról van szó, ahol mindenki egyéniségként is jelen van, ott valószínűleg különböző szerek működnek jobban, ha viszont nagyon alárendelik magukat egymásnak, akkor lehet, hogy ugyanaz a készítmény „jön be" nekik. Attól függ, hogy a csoportenergiájukat vagy az egyéni energiájukat nézem. Ez megint hitrendszer kérdése. Nem tapasztaltam, hogy erre nézve általános szabályok léteznének.

AZ ELŐZETES VÉLEMÉNY, DÖNTÉS MEGHATÁROZÓ LEHET

Oly sokszor emlegeted ezt a hitrendszert...

Ez kineziológiai fogalom. Azt jelenti, hogy ha valakinek egy dologról van egy előzetes véleménye vagy gondolata, akkor az működni fog. Tehát ha valaki úgy véli, hogy az ENERGY csak akkor jó neki, ha csak egyféle készítményt alkalmaz és azt délelőtt 10-kor veszi be, akkor annál az embernél ez fog működni. A másik viszont azt gondolja, hogy jobb, ha délután veszi be és másfél liter vízbe cseppenti, mert neki csak az a jó, akkor nála az fog működni. De ha ezeket ennél a két embernél felcseréljük, akkor náluk a dolog nem biztos, hogy ugyanilyen eredménynyel fog működni.

Továbbmenve: ha valaki úgy érzi, hogy rátukmáltak valamit, akkor az a készítmény nála szintén nem fog működni. Ha valaki úgy érzi: azzal, hogy javul az állapota, bűnt követne el, akkor nem is fog javulni. Ilyen esetekben komoly beszélgetésekre van szükség, hogy kiderüljön: ütközik-e nála a javulás valamilyen hitrendszeri problémájával.

Nem fogjuk megmenteni ugyan a másik embert azzal, hogy mi rosszul érezzük magunkat, mégis nagyon sok embernél, elsősorban nőknél fordul elő ilyen. Vagyis mindig a családnak ad, de magának sohasem. Sokszor láttam, hogy például egy mellrákos nő visszaviszi a készítményt az üzletbe. „Milyen aljas dolog magamra költeni a pénzt", gondolja.

Mások meg azért maradnak szívesebben betegek, mert így tudják azt a szeretetet, törődést megkapni, ami különben hiányzik az életükből.

A betegségnek mindenképpen van előnye. Mert ha például egy asszony a hátfájásával el tudja érni, hogy ne kelljen arab férjével külföldre utaznia, akkor igenis fájni fog a háta, és ez az ő döntése. Bármit szedjen is be, akkor is fájni fog a háta – ahányszor csak a férje azt mondja, hogy haza kellene utazniuk, a családjához.

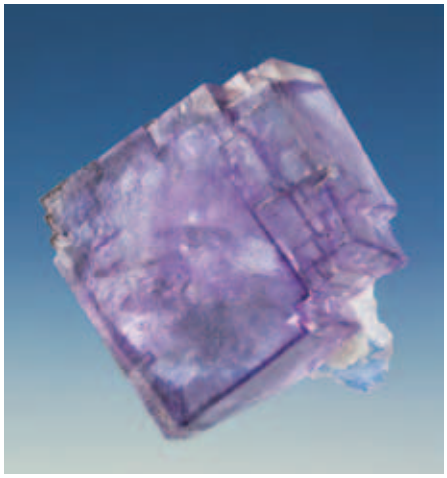
(A beszélgetés folytatását a decemberi Vitaeben olvashatják.)

A DRÁGAKÖVEK ASZTALÁNÁL (4.)

FLUORIT: ERŐS LELKI VÉDELEM

Sorozatunkban igyekszünk legalább érintőlegesen megismertetni önökkel a drágaköveket, illetve gyógyhatásaik alkalmazását a mindennapi életben. Előző lapszámainkban a hegyikristályt, a Lapis lazulit és a rodokrozitot mutattuk be. Ezúttal a „zsenik köve", a kreativitást erősítő fluorit következik.

Kémiai összetétele: CaF_2 + a színeket befolyásoló legkülönbözőbb ásványok.
Elérhetősége: viszonylag egyszerű.
Érintett csakrák: valamennyire hat, a színeknek megfelelően.
Megjegyzés: felettébb hatékony a szivárványos fluorit (sávozott, csíkos).



AZ AURA VÉDELME ÉS MEGTISZTÍTÁSA

Lelki szinten felettébb erős védelmet nyújt. Elsősorban a kívülről érkező negatív hatásoktól óv bennünket, megakadályozza a mások felől érkező pszichés manipulációt, valamint a negatív energiák és gondolatok bármiféle átvitelét. Emellett rendkívül hatékonyan tisztítja és stabilizálja az aurát, valamint kiegyenlíti az egyes energetikai központok energiaszintjét.

ELEKTROMÁGNESES SUGÁRZÁS

Képes elnyelni a negatív elektromágneses sugárzást, főleg a számítógép által gerjesztett energiát. Zavarja az úgynevezett geopatogén zónák hatását, és összességében tisztítja a környezetet.

LELKI ÉRZÉKENYSÉG

Az újkor kövének számít, mivel támogatja a valóság magasabb szintjeivel történő kapcsolatteremtést, erősíti az ember mentális képességeit, az intuíciót, és segít a tudatalattinak, hogy kapcsolatba lépjen az univerzummal. Ennek köszönhetően hozzájárul a gyorsabb lelki feleszméléshez, illetve ahhoz, hogy az ember megértse saját, személyes földi küldetésének lényegét. Mindemellett kifinomultabbá teszi az anyagtalan energiák érzékelésének és látásának képességét, valamint az auralátást. Megnyitja a tudatot, megértést, szeretetet és bölcsességet hoz.

SZÉLESEBB PERSPEKTÍVA

Segít leszámolni az elavult, régies viselkedésmintákkal, valamint kitörni a rossz meggyőződések és viselkedésmódok végtelen körforgásából. Támogatja, hogy az ember megszabaduljon az illúzióitól és a téves elképzeléseitől, így lehetővé teszi, hogy szabadon haladjon tovább küldetésének beteljesítése felé. Mivel hozzásegít a tágabb összefüggések megértéséhez, erősíti a pártatlanságot és az objektivitást, illetve gátolja a hirtelen, átgondolatlan viselkedést. Kiegyensúlyozottságot ad, és lehetővé teszi a dolgok minden oldalról történő megvizsgálását.

INTELLEKTUS ÉS KREATIVITÁS

Mindemellett kiváló a szellemi szintű hatása is, ezért gyakran a „zsenik kövének" nevezik. Javítja az összpontosító és elemző képességet, az információk minél hamarabb történő befogadását, feldolgozását és elraktározását, gyorsítja a gondolkodást, és segít összeköttetést teremteni a már ismert és az új tények között. Kiválóan erősíti a kreativitást, és főleg íróknak, művészeknek lehet nagy segítségére, mert segít összekötni a külső információkat az intuícióval.

HATÁSAI TESTI ÉS ÉRZELMI SZINTEN

Csillapítja a felhalmozódott érzelmek kitörését, akár túlzott lelkesedésről, akár fanatizmusról vagy haragról van szó. Mivel a fluorit a kiegyensúlyozottság köve, hasznos mindenféle szélsőség háttérbe szorításában.

Tisztító hatású, és főleg vírusfertőzésekkel szemben hatékony. Segítséget nyújt megfázás, nátha, homloküreg- és arcüreggyulladás, továbbá más légúti problémák esetén. Enyhíti az asztmás tüneteket. Javítja az íny és a fogak állapotát, jótékonyan hat a fogszuvasodásra. Erősíti a csontokat és az ízületeket. Segítséget nyújt ízületi gyulladásnál, reumánál és más mozgásszervi fájdalomnál. Felgyorsítja a sebgyógyulás folyamatát, javítja a bőr, a nyálkahártyák és a hámréteg állapotát. Csillapíthatja a lázat és a fejfájást. Támogatja az emésztést, és előnyösen alkalmazható gyomorproblémákra. Segít megelőzni a daganatok kialakulását.

Állapotos kismamáknak kifejezetten ajánlott (gátolja a fejlődési rendellenességeket és a DNS sérülését).

Tereza Viktorová

(Folytatjuk)

ILLÓOLAJOK A GYÓGYÍTÁSBAN (8.)

CÉDRUS: A FÁK ISTENÉNEK PÁRLATA

Élvezték idén nyáron is a fenyőerdők illatát? A bogarak zümmögnek, a nap melegít, és a tűlevelű fák illóolaja párolog. Hasonló illatot már az ókori sumérek is érezhettek, akik először használták a cédrusolajat. Maga a cédrusfa Libanonból származik, de már régóta elterjedt Észak-Amerikában, az Atlasz és a Himalája hegységben is. Ott *Cedrus deodarának* – a fák istenének – nevezik, mert akár 30 méter magasra is megnőhet, és életkora az ezer évet is elérheti. Hosszú életének egyik titka többek között valószínűleg az, hogy rendkívül ellenálló a rovarokkal szemben.

A cédrusfából nyert olaj illatának belélegzése segíti az elme kitisztulását, és olyan tudatállapot elérését, amely elengedhetetlenül fontos a hatékony imádkozás és meditáció esetén. Cédrusfából építették Salamon király templomát is – már a templom illata is imádságra szólította a hívőket, hogy ily módon közelebb kerülhessenek Istenhez. Az ókori egyiptomiak mumifikáláshoz, valamint a kozmetikában és tömjénként, illetve rovarűző szerként használták a cédrusolajat, az amerikai indiánok pedig a gyógyászatban és a törzsi rituálék során alkalmazták.

A cédrusolajat több száz éve természetes ellenméreg-összetevőként hasznosítják. Kiváló minőségének és tulajdonságainak köszönhetően mindig is nagyon keresett és nagy becsben tartott olaj volt. Erre legelőször a libanoni cédruserdők fizettek rá. Mivel a Földön egyre kevesebb a cédrusfa, az igazi cédrusolajat napjainkban egyes tűlevelűek törzsének vízgőz-desztillációjával nyerik, hiszen ezek a fafajták (főképp a boróka és a ciprus) állnak legközelebb a cédrushoz.

AROMATERÁPIA ÉS ROVARŰZÉS

A cédrusolaj világos narancssárga színű és enyhén szantálfa illatú illóolaj. Tulajdonságainak köszönhetően napjainkban is gyakran alkalmazzák az aromaterápiában vagy rovarűzőként, hiszen felettébb hatékony a szúnyogokkal, a bolhákkal és a molyokkal szemben (elég belőle egy ágacska a szekrényben).

A cédrusolaj megtalálható szappanokban és parfümökben, rovarölőkben és padlólakkokban, a cédrusfát pedig előszeretettel használják ceruzák, szivardobozok és luxus bútorok gyártására.

GYÓGYÍTÓ CÉLÚ ALKALMAZÁS

Kiválóan alkalmazható görcsoldóként és vizelethajtóként, jótékonyan hat a húgyúti fertőzésekre. Fertőtlenítő, rovarűző, gombaölő hatásai vannak, és jót tesz a bőrnek is: nyugtatja és tisztítja a zsíros bőrt, csillapítja a viszketést, remekül használhatjuk akne és korpás haj esetén. Az ENERGY készítményei közül a széles körben alkalmazható, bioinformációs DROSERIN krém tartalmaz cédrusolajat.

A legfontosabb azonban talán az, hogy a cédrus illóolaja nyugtatja, csillapítja az elmét, mérsékli a szorongás és az idegesség érzését. Legfőbb összetevői a cedrol, a cedren és további szeszkviterpének, amelyek antidepresszáns és kedélyjavító hatásúak. A világ összes illóolaja közül a cédrusolaj tartalmazza a szeszkviterpéneket a legmagasabb koncentrációban (98%). Belélegzését követően az agyban elsősorban a legősibb limbikus rendszerre (az érzelmek központjára), valamint az alvás–ébrenlét ciklusban kulcsfontosságú melatonin hormont termelő tobozmirigyre fejti ki hatását. Cédrusolaj belélegzésével hatékonyan kezelhető a gyermekek

figyelemhiányos viselkedési zavara, az ADD és az ADHD (az úgynevezett hiperaktivitás – *a szerk.*), valamint enyhíthetők a lelki traumák (valakinek az elvesztése, nők meggyalázása). Jelenleg kutatások tárgyát képezi, hogy a cédrusolaj segíthet-e a szenilitásban vagy Alzheimer-kórban szenvedők állapotán.

POZITÍV ENERGIÁT AD

Az aromaterápiában a finom energetikai munka egyik leghatékonyabb illóolaja a cédrus, mert „leföldel", eltávolítja a negatív érzéseket, és pozitív energiával tölt fel. Nem véletlen, hogy a tibeti templomokban a cédrusfát tömjénként használják.

Aromalámpában kiválóan keverhető bergamott-, jázmin- vagy rozmaringolajjal. Fontos tudni, hogy várandós nők számára a cédrusolaj belélegzése nem javasolt.

Hosszú éjszakákon, amikor az ember csak forgolódik, mert nem tudja kiüresíteni az elméjét, érdemes a homlokot és a halántékot higított cédrusolajjal bekenni – könnyű álmot hoz. Uraknak pedig jó tudniuk, hogy a cédrusolaj jótékonyan hat az idő előtti kopaszodásra. :-)

Vladimír Vonásek

(Folytatjuk)

VITAE KLUBMAGAZIN
Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik havonta.
Felelős szerkesztő: Kürti 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.

ENERGY

SARKANTYÚKA

AZ INDIÁN GYÓGYÍTÓ

A sarkantyúka, latin nevén *Tropaeolum majus*, a sarkantyúkafélék családjába tartozó egynyári, kúszó vagy heverőszárú növény. Ez az eredetileg Peruból és Ecuadorból származó díszes gyógynövény a talaj minőségét tekintve rendkívül igénytelen, és ma már szinte minden kertben nyugodtan termeszthető. Magjait áprilisban vagy májusban kell elvetni a földbe, és ha napos, meleg helyre ültetjük, megbízhatóan kicsírázik. Gyorsan növekszik, és sárga, narancs, illetve piros virágokban pompázik – egészen az első hideg téli napok beköszöntéig.

Ha sikerül magot hullatnia, rendszerint több évig is elél ugyanazon a helyen, vagyis nem kell évente újra ültetni. Eredeti tropikus élőhelyén természetesen nem fagy el, és ott évelő növény. A sarkantyúkát a spanyolok hozták Európába a XVI. században. Először kopaszság elleni „gyógyszerként" terjedt el, és Európában csak később fedezték fel egyéb csodálatos gyógyhatásait, amelyeket a bennszülött indiánok már ősidőktől jól ismertek.

PIKÁNSAN CSÍPŐS – ÉS RENDKÍVÜL EGÉSZSÉGES

Pompázatos színű virágzata, kerek levelei és magjai is ehetők, sőt nagyon finomak, ezért nemcsak gyógyhatásaiért lehetünk hálásak, hanem pazar salátanövényként is hasznosíthatjuk a konyhában. Levelei és virágai is rengeteg C vitamint tartalmaznak, kissé pikánsan csípős, fűszeres ízük van, és saláták mellett szendvicskrémekbe is belekeverhetjük – vagy csak simán a vajas, esetleg sajtos kenyérre hintjük. A növény bimbóit eltehetjük ecetbe, ízük leginkább a kapribogyóéhoz hasonlítható. A növény legpikánsabb ízű része a magja, és a többi résztől eltérően, a magok hashajtó hatásúak.

Ha jót falatoznak a sarkantyúkából, nemcsak kulináris élvezetben lesz részük, hanem egészségükért is sokat tesznek. Azt hiszem, ez a lényeg. Egy szó, mint száz: ha a sarkantyúka első kóstolásra nem ízlene, próbáljanak erőt venni magukon, mert megéri.

A sarkantyúka ugyanis messze földön híres antibiotikum-szerű hatásairól. Tapasztalatok szerint több mint 40-féle baktériumtörzzsel képes elbánni, többek között a rettegett Staphylococcusszal is. Általánosságban elmondható, hogy a sarkantyúka – tinktúra, tea vagy friss levelek formájában – segít lerövidíteni a baktériumfertőzés okozta betegségekből való gyógyulás idejét, illetve megakadályozza a betegség újbóli megjelenését. Kiválóan alkalmazható megelőzésképpen, illetve az antibiotikumok remek természetes alternatívája lehet; de ha arra van szükség, jól kiegészíti az antibiotikum-kezelést is, hiszen felerősíti és gyorsítja az antibiotikumok hatását.

KEZDŐDŐ BAKTÉRIUMFERTŐZÉSBEN A LEGHATÉKONYABB

Főleg a bakteriális fertőzés kezdeti szakaszában képes teljes mértékben megállítani a betegség fejlődését. Felettébb megbízhatóan „dolgozik" a vese, a húgyhólyag, a prosztata és a női nemi szervek gyulladásos megbetegedéseinél, valamint a légutak legkülönbözőbb gyulladásainál. Kiváló eredményeket sikerült vele elérni olyan hallójárat-gyulladás esetén is, amelynél az antibiotikum-kezelés nem volt hatásos. A sarkantyúka hatásai azonban nem korlátozódnak kizárólag a baktériumokra, hiszen hatékonyan szembeszáll a vírusokkal és gombákkal is.

Alkalmazásának egyik legnagyobb előnye, hogy az emberi szervezet gond nélkül befogadja, hosszú távon is szedhető, túladagolni nem lehet, és alkalmazásának nincs semmiféle ellenjavallata. Még állapotos és szoptató kismamák is szedhetik. A belőle készített tinktúrát sikerrel használhatjuk hajhullás esetén, emellett a növény a hajnövekedést is serkenti. Frissen szétmorzsolt levelei fertőtlenítik a sebeket, és felgyorsítják a sebgyógyulás folyamatát.

TISZTASÁGOT ÉS ERŐT AD

Az indián hagyományok szerint a sarkantyúka a Nap növénye, tisztaságot és erőt ad. Elsősorban azok éltek vele, akiket a törzs harcosoknak szánt. A sarkantyúkában valóban óriási, ám észrevehetetlen erő rejtőzik, pontosan az, amire a harcosnak szüksége van, hogy meglephesse ellenfelét, és be tudja vinni a végzetes ütést.

Ez a kis indiánlány tehát sokkal többet tud, mint egy csinos konyhalány...

Tereza Viktorová

Az ENERGY termékek közül a VIRONAL és a RENOL koncentrátumban, a DROSERIN és az ARTRIN krémben, valamint az AUDIRON fülcseppben található meg a sarkantyúka – *a szerk.*

(Folytatjuk)