

w zgodzie z naturą

Lampa solna odkaża pomieszczenia

W kryształach soli kamiennej ukrywa się świeczka lub żarówka.

Pod wpływem ciepła sól paruje, a wtedy wydziela się trzy razy więcej korzystnych dla zdrowia jonów ujemnych. Lampa solna wspomaga leczenie astmy i nieżyty górnych dróg oddechowych, ponieważ poddajemy się naturalnej inhalacji, wdychając powietrze przesycone solą. Neutralizuje również smog elektromagnetyczny wytwarzany przez urządzenia elektryczne.



Nadwaga osłabia żywotność plemników

Naukowcy ze Szkoły przebadali ponad 2 tys. mężczyzn mających problemy z płodnością. W nasieniu najbardziej otyłych panów znaleziono najwięcej nieprawidłowo zbudowanych plemników. Uczniowie podejrzewają, że winowajcą jest duża warstwa tłuszczu, która otacza i podgrzewa jądra. A od dawna wiadomo, że nie lubią one ciepła. Szkodzi są przekonani, że kuracja odchudzająca zwiększa szanse na ojcostwo.

Mleczko pszczele odmładza

Jeśli chcesz zachować młodość i zregenerować organizm, zażywaj mleczko pszczele. Naukowcy podawali je pacjentom przez 40 dni. Okazało się, że reguluje układ nerwowy, pomaga cierpiącym na miażdżycę, cukrzycę, choroby naczyń wieńcowych, chorobę Bürgera i dusznicę bolesną.

Pozytywne wyniki zaobserwowano też u pacjentów po zawale serca. Mleczko reguluje także ciśnienie krwi.



31.08.2008



MASAZ DLA ZAKWASZONYCH

Rano czujesz zmęczenie i masz opuchnięte powieki. Narzekasz na bóle stawów i mięśni, a Twój język pokrywa biały nalot. Na domiar złego dokuczają Ci depresja. To mogą być sygnały zakwaszenia organizmu.

Diagnoza jest dziecinnie prosta – wystarczy przyjrzeć się swojej diecie. Jeśli przez ostatni miesiąc w Twoim menu znajdowały się przede wszystkim mięso i ryby, potrawy słodkie i tłuste, z białej mąki, ostre sery i za dużo alkoholu, kawy i herbaty, równowaga kwasowo-zasadowa organizmu została zachwiana.

Poczekalnia dla toksyn

Z zakwaszeniem można walczyć różnymi metodami: odpowiednią dietą, postami, ziołami i masażem – wyjaśnia Angelika Jaroniak (na zdjęciu), masażystka z Poznania. – W przypadku ludzi zapracowanych ta ostatnia forma wydaje się najskuteczniejsza. Nie zawsze mamy czas i możliwość, aby przeprowadzić oczyszczającą głodówkę. Dużo łatwiej znaleźć pół godziny na masaż raz w tygodniu.

Podczas zabiegu odkwaszającego pracuje się na tkance łącznej. To w niej organizm magazynuje toksyczne odpady przemiany materii i kwasy nieorganiczne. Tkanka łączna wypełnia przestrzenie między kośćmi, mięśniami i naczyniami, otacza każdą komórkę, wyściela nerwy. Pełni bardzo ważną rolę w naszym organizmie,

gdy steruje gospodarką wodną, jako pierwsza wchłania substancje odżywcze i tlen, a potem przekazuje je do odpowiednich organów. I to w niej osadzają się toksyny i spędzają czas nim w poczekalni, aż za sprawą odpowiednich narządów zostaną wydalone z organizmu. Nadmierna ilość szkodliwych kwasów dostarczanych z jedzeniem może wyzerpać nawet wyjątkowo dużą pojemność magazynów tkanki łącznej. Wtedy kwasy nie są usuwane, tylko rozprowadzone po organizmie. Najpierw docierają do stawów i mięśni, które zaczynają boleć.

Oczyszczający seans

Bardzo silne zakwaszenie może prowadzić do kamicy nerkowej, nadciśnienia, chorób skóry, zaburzeń przemiany materii, reumatyzmu i osteoporozy.

Gdy przychodzi do mnie pacjent, na początek badam napięcie jego tkanki łącznej – wyjaśnia Angelika Jaroniak. – Najpierw mocno, a potem delikatnie dotykam skóry i mięśni. Wtedy wiem, jak głęboko powinien być masaż. Polega on na silnych, zdecydowanych ruchach i rolowaniu fałd skórnych zgodnie z kierunkiem

przepływu limfy. Pierwsze wrażenia nie są przyjemne. Pacjenci czują ból, który jednak z czasem szybko mija. Nie ma tu sztywnych reguł – wszystko zależy od stopnia zakwaszenia organizmu. Głównym zadaniem masażu nie jest relaks, tylko leczenie pacjenta. Gdy tkanka łączna jest zbyt słaba, pojawiają się zmiany chorobowe i ból. Masażysta ma przywrócić jej naturalną siłę.

Masaż działa nie tylko na tkankę łączną, ale i narządy wewnętrzne. Jednak nie jest korzystny dla osób cierpiących na jakikolwiek ostry stan zapalny i gorączkujących. Przeciwwskazaniem są też choroby serca i układu krążenia, naczyń krwionośnych, stany zapalne żył, cukrzyca i nowotwory. Najczęściej już pierwszy zabieg poprawia stan zdrowia, ale dla pełnego oczyszczenia potrzeba kilku seansów. Dodatkowym plusem masażu jest lepsze ukrwienie skóry i redukcja cellulitu.

Kto ma kwaśną minę

Przekonałam się, że zakwaszeni bywają ludzie w każdym wieku, wykonujący najróżniejsze zawody – mówi masażystka. – Większość z nas prowadzi siedzący tryb życia, odpoczywa przy telewizorze, podjadając słodkości. Latem lubimy spędzać czas przy grillu, jemy wtedy zbyt dużo tłustego mięsa, a posiłek popijamy piwem lub innym alkoholem. Wszystko to sprzyja osadzeniu się w organizmie kwasów. Moich pacjentów zachęcam, żeby po grillowej uczcie wybrali się na długi spacer. Ruch obniża stężenie hormonów stresu we krwi, co działa korzystnie na równowagę kwasowo-zasadową, a także na ciśnienie tętnicze krwi, krążenie, czynność serca i trawienie. Najlepiej pomóc sobie dwoma sposobami: masażem, a przede wszystkim zdrowym trybem życia.

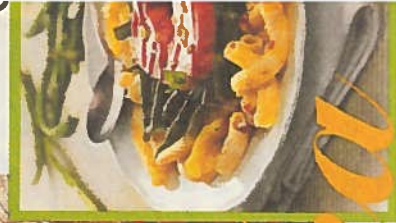
tekst: ANNA FORECKA
fot. FOTOKADR

AMICA
TAROT, JASNOWIDZENIE
UZDRAWIANIE ZWIĄZKÓW
również telefonicznie
0-606 88 15 64, tel/fax (0-22) 648 70 51

Feniks Gabinet Diagnostyki i Bioterapii
GENOWEFA MASTERNAK
Warszawa, ul. Andrzeja 1 lok. 2, 1. piętro (nad kinem Muranów)
stacja Metro Ratusz (przy placu Barłochowym)
tel. 0 22 831 23 97, kom. 0 691 178 982
Zabieg wykonywane w Feniksie
• Bioenergoterapia • Mikrokinezjoterapia
• Świecowanie uszu Metodą Indian HOPI • Uwalnianie z opętłań, kłajw, lęków, depresji na odległość

zdrowie na ta

lekka i pełna energii



Jest odżywcza, ale jednocześnie bardzo lekka, wręcz dietetyczna. W przeciwieństwie do swoich strączkowych krewniaków, nie wywołuje wzdęć. To świetne warzywo dla mających problemy trawienne, cukrzyków – pomaga kontrolować poziom cukru i insuliny we krwi – i dla wegetarian, bo zawiera cenne białko, składem zbliżone do zwierzęcego. Oprócz tego znajdziemy w niej bogaty zestaw minerałów (potas, wapń, magnez, fosfor), witamin z grupy B i karotenu (w odmianie zielonej).

Ugotowana na parze albo lekko duszona z innymi jarzynami, jest wymarzoną danie w kuchni. Uwielbiają ją Chińczycy i przyrządzają w woku. Nie wymaga długiego gotowania, więc świetnie sprawdza się w daniach typu stir-fry polegających na szybkim smażeniu.

letnia improwizacja

Wez: 1/2 kg fasolki szparagowej, 3 średnie pomidory, cebulę, 20 dag pieczarek, natkę pietruszki, pół główki młodego czosnku, 1/2 łyżki suszonych ziół prowansalskich, pół łyżeczki cukru, szczyptę soli ziołowej i świeżo zmielonego pieprzu do smaku, 2-3 łyżki oliwy z oliwek, filizankę świeżo utartego parmezanu (dość grubo), świeżą bazylię do dekoracji.

Umyj fasolkę, odetnij oba końce i pokrój dłuższe strączki na mniejsze kawałki. Zalej wrzącą osoloną wodą z odrobiną cukru i gotuj bez przykrycia 15 minut. Obierz cebulę i czosnek, drobno posiekaj i podsmaż na dobrze rozgrzanej oliwie. Umyj pieczarkę i pokrój je na ćwiartki lub grube plastry, smaż przez chwilę z cebulą i czosnkiem na silnym ogniu. Kolejno dodaj obrane ze skórki