

# vitae

 ENERGY

klub-  
magazin



10  
Jubilee 





## LOCSOLÓKANNA ÉS OLLÓ

Mindenki szeretne boldog lenni. A boldogság és az egészség kéz a kézben jár, mint az ikrek. A szülők akkor igazán boldogok, ha gyermekeik egészségesek.

Amíg nincs baj, addig nem törődünk a dolgokkal, nem is gondolunk rá. Amint azonban gyermekeink közül bármelyikkel gond támad, megkérdezzük, miért éppen velem történik mindez, aztán kétségbe esve kapkodunk fűhöz-fához.

Ilyenkor halljuk: „Már annyi mindent kipróbáltam, és semmi nem segített, ezért már nem próbálok ki semmit.” Vagy: „Nincs megoldás.”

A sikerért azonban meg kell küzdeni. A sikeres embert az különbözteti meg a sikertelentől, hogy több kudarcra van. Néhány kudarc után a sikertelen feladja. A sikeres embert viszont a kudarcok megtanítják, hogyan ne csináljon valamit, míg végül megtalálja a megoldást.

Ha kiderül, hogy baj van a gyerekekkel, nem kell megijedni, és nem szabad feladni, bárki bármit mondjon is. Nekem az a mottóm, hogy „a segítség mindig a kamrapolcon van”, csak alaposabban körül kell nézni. Az anyáknak pedig a természet olyan képességeket adott, hogy mindenre tudnak megoldást.

A leleményes szülők szakembereket megszegyenítő tudással képesek kezelni gyermekeik problémáit. Ha hallgatnak a megérzéseikre, akkor megtalálják a megoldást.

Ehhez az ENERGY polcain kell körülnézni. Hinni kell, hogy minden bajra van ott gyógyír. S ha hiszünk benne, akkor meg is találjuk.

A locsolókanna és az olló – szimbólumok. Életünk teremtésének legfontosabb eszközei. Öntözni és táplálni kell azokat a dolgokat az életünkben, amelyek fontosak számunkra, a célunk felé vezetnek, és lementseni, elpusztítani azokat, amelyek célunkkal ellentétesek. Ahogyan az ember öregszik, úgy helyezi át a hangsúlyt önmagáról gyermekeire. Nagyszüleink, szüleink képviselik a múltat, mi, szülők vagyunk a jelen, és a gyermekeink képviselik a jövőt.

A szebb jövőt. Segítsünk nekik.

Kotriczné Szilágyi Judit

## Júniusi ajánlatunk

Júniusban beköszönt az igazi turistaszezon, és sokan elkezdik szervezni nyaralásukat. Az üdülésnek mindannyiunk számára pihenéssel kellene teltie, nem pedig idegeskedéssel. Lássuk, mit tehetünk ezért?

Az első készítmény, amely ilyenkor mindenkinek az eszébe jut: a DRAGS IMUN – készülünk akár a telekre, a hegyekbe, erdőbe, akár távoli, egzotikus tájakra. Vidéken a nagymamánál bekenhetjük DRAGS IMUN-nal a gyerek megsérült térdét vagy akár a kullancscsípését. Egzotikus országokban a DRAGS IMUN hatásainak skálája jelentősen kibővül, sőt akár abban is döntő szerepet játszhat, milyen élményekkel térünk haza. Óriási segítséget nyújthat akkor, ha elfog minket a félsz egy-egy mosatlan gyümölcs miatt, vagy úgy érezzük, hogy helyben másképp értelmezik a tisztaság fogalmát, mint nálunk – szóval mindig, amikor váratlan belfertőzéstől vagy más bajtól tartunk.

A VIRONAL-nak és a GREPOFIT-nak egyetlen bőröndből sem szabad hiányoznia, gyors hatásukat már mindenki ismeri. Tengerparti nyaraláshoz mindenképpen vigyük magunkkal a RENOL-t. Segít olyan forróságban is, ami egyébként „kifacsarná a lelket” is belőlünk. Nem szabad megfeledkeznünk a megfelelő mennyiségű folyadékfogyasztásról, és ehhez szorosan hozzátartozik a FYTOMINERAL. Néhány csepp egy flakon vízben képes megelőzni a fáradtságot, és lehetővé teszi nemcsak a szórakozást, hanem a megfelelő regenerálódást is. Megérdemeljük!

(Joa)



## Az Energy úti patikája

- Horzsolások, kisebb karcolások, sebek** – ARTRIN (vérző sebekre is használható). A mélyebb sebeket először DRAGS IMUN-os oldattal fertőtlenítsük.
- Fájdalom**, bármilyen eredetű (fáradt lábak, fejfájás, megerőltetett ízületek, gyerekek fogzása), szellemi és fizikai fáradtság, kimerültség – ARTRIN.
- Rovarcsípés** (darázs, méh, kullancs stb.) – DRAGS IMUN.
- Elsőfokú égési sérülések** (naptól, tűztől vagy forró italtól) – elsősegélyként AUDIRON, majd az érintett területet kenjük be CYTOSAN-os masszával, végül kezeljük ARTRIN-nal.
- Súlyosabb hátfájás** – Készítsünk pakolást CYTOSAN-ból és ARTRIN-ből.
- Napallergia megelőzése, napszúrás elleni belső védelem** – CYTOSAN, naponta 2–3-szor.
- Kezdődő torokfájás, köhögés vagy nátha** – öblögessünk AUDIRON-nal, és kenegessük vele az arcüreg és a többi orrmelléküreget, valamint a garatmandulák területét, illetve az orrlyukakat.
- Középfülgyulladás gyanúja** – csepegtessünk a fülbe AUDIRON-t, kenegessük ARTRIN-nal, és készítsünk CYTOSAN-os borogatást.
- Utazási rosszullét megelőzése** – PERALGIN (indulás előtt 1 órával).
- Akut bélproblémák (hasmenés, gázosodás, görcsök)** – DRAGS IMUN naponta legalább 3x5 csepp, valamint 1-2 kapszula CYTOSAN, 1,5 liter vízben feloldva (folyamatosan iszogassuk).
- Akut gyomor- és epeproblémák** (rosszullét, hányás, gyomorégés) – REGALEN, naponta 3x5 csepp.
- Vírusfertőzés, kimerültség, allergiás tünetek, ingerlékenység** – PERALGIN, naponta 4 kapszula.
- Láz** – belsőleg DRAGS IMUN; külsőleg: kenegessük a talpainkat ARTRIN-nal.
- Gyanús eredetű víz fertőtlenítése** – egy flakon vízbe csepegtessünk néhány csepp DRAGS IMUN-t.
- Akut hüvelyproblémák** (folyás, viszketés) – kenegessük ARTRIN-nal, és öblögessük DRAGS IMUN-os oldattal.

Tereza Viktorová

## A TARTALOMBÓL

Dr. Chmelař naptárjából	4	Tapasztalatok: Artrin, Skeletin	27
Aura-Soma	5	Az Energy és a sport	28-29
Dr. Barta Gizella a Stimaralról	5	Aromaterápia: levendula	30-31
Interjú: Marosi Zoltán	8-10	Kettlebell Sopronban	32-33
Körkérdéseink klubvezetőknek, előadókna	11-13	Audiron: hogy mi mindent tud...	34-35
Laár András: ami az interjúból kimaradt	14-15	Fogyjunk salátákkal!	36-37
Netes tanácsok	16	Kutyának, cicának is hasznos	38-39
Gyermekek székrekedése	17	Házi alma	40-41
Még egyszer a Tankcsapdáról	18-19	Tanuljunk a szentjánosbogaraktól	42
Hogyan működnek a bioinformációk?	20-22	A Drags Imun titkai	43
Előadások, programok nyáron	23	Zsírdaganat? Fytomineral!	43
Klublista, további munkatársak	24-26	Számítsztika: a hetes	44-45
		Drágakő-sorozat, 1. rész	46-47
		Cink: lőkés az immunrendszernek	48

# Tomáš Škopek vezérigazgató köszöntője



Az ENERGY nemzetközi cégcsoport évről évre dinamikus növekedést produkál, és ez a folyamat még a mai válságos időkben sem szakad meg. Titkunk nem titok: prémium termékek, prémium szolgáltatás, igazoltan kiváló minőség, kiváló marketing és kiváló szakemberek.

Minderre remek példát adnak az immár 10 éve rendíthetetlenül sikeres magyar cég munkatársai, akik magas szakmai színvonalon, töretlen lelkesedéssel és lelkiismeretességgel végzik munkájukat. Az elmúlt évtizedben elérték, hogy egész Magyarországon ismertté váltak az ENERGY készítményei; orvosok, természetgyógyászok és más terapeuták szívesen és eredményesen alkalmazzák termékeinket. A sikertörténetek szinte végtelen sora igazolja a Pentagram® regeneráció csodáját.

A 10 éves jubileum alkalmából tisztelettel és elismeréssel köszöntöm a Hungary Energy Kft. munkatársait, szaktanácsadóit, klubtagjait! Hiszem, hogy nekünk küldetésünk van, és tudom, hogy a magyar kollégák valódi hivatástudattal igyekeznek megfelelni ennek a sokszor igen nehéz feladatokkal járó küldetésnek. Ennek is köszönhető, hogy az Energy Group magyarországi leányvállalata jelenleg a legsikeresebb a cégcsoport partnerei között.

Köszönöm munkájukat, eredményeiket, sikereiket, és hiszem, hogy az elkövetkezendő évek is sok sikert és örömet hoznak!

**Tomáš Škopek**  
vezérigazgató, Energy Group a.s.

BUDA, PEST, KECSKEMÉT, VESZPRÉM

## KLUBNYITÁS, KÖLTÖZÉSEK

Ezekben a napokban (a tervek szerint június 7-én) nyílik meg az ENERGY új klubja Budán, a II. kerület, Horvát u. 19. sz. alatt. A klubtagok régi igényét elégíti ki ezzel a cég vezetése, hiszen eddig csak a Duna bal partján, Pesten vásárolhattak a fővárosban lakók.

Ugyancsak örömteli fejlemény, hogy az új klubot az egyik legnépszerűbb előadónk és tanácsadónk, Czímeth István vezeti. Így a Budán vásárlók első kézből, „Pisti tanár úrtól” kaphatnak tanácsot, hiteles útmutatást a termékek alkalmazásához.

Az új klub tevékenységi köre: Supertronic állapotfelmérés és ENERGY termékek tesztelése, gyógyító beszélgetés, szeretetterápia, bioenergetikai állapotfelmérés, Bach-virágterápia, tarot-személyiségelemzés, alternatív fizioterápia (légzőgyakorlatok, mozgásgyakorlatok).

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 10-18 óra között. Telefon: +36-1-354-0910. E-mail: energybuda@energyklub.hu

Június 1-jétől új címen található meg a Nagy Renáta vezette pesti klub: Budapest VII., Rákóczi út 44. III. emelet (bejárat a gyógynövénybolt mellett), kapucengő: 20-as. Változott a nyitva tartás: H-Sz: 12:00-19:00, K-Cs: 9:30-16:30, P: 9:30-15:00.

Ugyancsak elköltözött a Karmazsin Sándor és felesége, Marika által vezetett kecskeméti, valamint a Mezei Tünde irányításával működő veszprémi klub. Az új kecskeméti cím: Nagykőrösi u. 5., a Centrum áruház bejáratával szemben. Nyitva tartás: H: 12:00-14:00, K-P: 14:00-18:00. A veszprémi klub új címe: Szeglethy utca 1. 1. emelet, 104-es üzlet, a mozgólépcsővel szemben. Nyitva tartási idejük változatlan: H-SZ: 8:00-21:00.

## Közös nyaralás Horvátországban

Tavaly novemberben hirdette meg a cég vezetősége a klubversenyt. A legjobb eredményt elért ENERGY klubok vezetői közös tengerparti nyaralásra utaznak Horvátországba.

A versenyt értékelve Marosi Zoltán ügyvezető igazgató levelében hangsúlyozta: „Először is gratulálok minden kedves ENERGY klubvezetőnek és a klubok közvetlen munkatársainak, hiszen mindenkinek sikerült forgalmat növelni az elmúlt időszakban! A színvonalas szakmai munkának köszönhetően cégünk piaci helyzete tovább stabilizálódott Magyarországon.”

A vezetőség magasa tette a lécezt, mégis sok klubvezetőnek sikerült teljesíteni a feltételeket. Augusztus 30. és szeptember 5. között Horvátországba utazhatnak a legjobbak:

Kis Éva, Nice hajógyógyászat (Budapest), Molnár Judit, Benkő Tibor (Pécs), Gyenesé Ibolya, Sárvári Balázs (Keszthely), Kovácsné Ambrus Imola, Kovács László (Debrecen), Hargitainé Móni (Kalocsa), Mészáros Márta (Szeged), Nagy Renáta (Budapest).

## Curie emlékverseny – az Energy támogatásával

A Curie Kémia Emlékversenyt 21. alkalommal rendezték meg 2010. március 6-án. Ezúttal 17 helyszínen, egy időben tartották nemcsak Magyarországon, hanem Zentán és Marosvásárhelyen is.



A verseny négyfordulós levelező versennyel kezdődik. A levelező verseny legjobbjai, 20–25 tanuló jut be a területi döntőre, amelyre már 9. éve Békéscsabán, az Erzsébethelyi Általános Iskolában kerül sor.

A versenyt az egészséges életmód jegyében próbáltuk megszervezni. Ezért is volt nagy öröm számunkra, hogy az ENERGY Magyarország Kft., az egyik fő támogatónk révén több gyerek vitamincsomaghoz jutott, illetve mindenki jegyzetömböt, nyakpántot, tollat kapott. Én már régóta folyamatosan vásárolom az ENERGY termékeket, és most lehetőségem nyílt rá, hogy a gyerekek és a kollégák figyelmét is felhívhassam rájuk.

**Mészárosné Hrabovszki Katalin**  
területvezető



**EMBERNEK LENNI...**

Takács Mária ENERGY tanácsadó ajánlotta figyelmünkre az alábbi idézetet azzal, hogy szép gondolat, és beleillik a jubileumi szám koncepciójába. Egyetértve vele, közreadjuk Sík Sándor sorait:

„Embernek lenni  
– csak EMBERNEK,  
Semmi egyébként,  
De annak egészségre,  
Épnek,  
Föld szülte Földnek,  
Isten lehelte Szépnek.”



SZÖVEG Dr. Lubomir  
Chmelař  
KÉP dreamstime.com

# A NYÁRI HÓNAPOKRA JAVASOLOM

## DR. CHMELAŘ NAPTÁRJÁBÓL (3.)

**Hónapról hónapra közreadjuk dr. Lubomir Chmelař javaslatait arról, hogy az év adott időszakában elsősorban mely ENERGY termékek fogyasztása javasolt. Alább a nyárra vonatkozó ajánlásokkal ismerkedhetnek meg.**

### Június

Az év krémelebbebb hónapjainak egyike, ami elsősorban a szívre és az érrendszerre ró nagy terhet. Ebben az időszakban az erek megelőző célú védelme már nem lehetséges, mert fennáll a reverz reakció veszélye, ami az ereknél rendkívül kellemetlen is lehet. Ezért válasszuk a KOROLEN-t, de csak akut állapotok esetén, és rövid ideig használjuk. Szívpanaszok fellépésekor szedjük 5–10 cseppet alkalmanként, vagy legfeljebb 3 napig folyamatosan. A CELITIN korlátozás nélkül alkalmazható. Június végén gyakran találkozhatunk gennyes torokgyulladás járvánnyal. Megelőzőképpen vagy akár gyógymódként is alkalmazhatjuk a VITAMARIN-t (1-0-1, 2 hétig). A Vitamarin hatékonyságát megtámogathatjuk a RENOL-lal (megelőzőképpen 5-0-5, gyógymód gyanánt 7-7-7, 1-2 hétig).

A krémek közül segíthet a PROTEKTIN, ha túl sok napsütésnek tettük ki érzékeny bőrünket (anyajegyek, fehér foltok, festékhányos bőr – vitiligo stb.), vagy a RUTICELIT, ha úgy érezzük, hogy bőrünk túlságosan bepirosodott. Az Artrin a hólyagosodás megelőzésében támogatja a bőrt, a DROSERIN vagy a CYTOVITAL pedig teljes egészében regenerálja azt. Rendkívül jól használható ilyenkor a CARALOTION testápoló tej is, amelynek ebben az időszakban a megelőzés terén elsőbbséget adnék a többi krémmel szemben.

### Július

Folytatódik a felettébb meleg időjárás, amit csak a Medárd-napi „monszun” esők tehetnek tönkre. Júliusban bátran alkalmazhatjuk a júniusra ímént ajánlott készítményeket. Egyre gyakoribbak a nyári torokgyulladások, ráadásul a belső szervek, valamint a bőr regenerációjához építőanyagra van szükségünk telítetlen zsírsavak formájában. Ehhez a regenerációhoz optimális választást jelent a VITAMARIN, kiváltképpen akkor, ha nem fogyasztunk halat. Ebben az esetben a készítmény adagolása: naponta 2x1 kapszula 3 héten át.

Sokáig tartó esőzések esetén, tekintettel a kiválasztó rendszert érő nagyobb terhelésre, ismét elővehetjük a RENOL-t, amely egyébként a téli hónapok jellemző

készítménye. Megteszi a hatását a rendszeres BALNEOL-os fürdő is.

A krémek ajánlása egészen a nyári szünet végéig változatlan marad. Nyáron jellemzően megnövekszik a szabad gyökök képződése a szervezetben. Ezért érdemes újabb tisztító kúrát végezni a CYTOSAN segítségével. Ha az idén ez az Ön első tisztító kúrája, akkor a javaslatom a következő: az 1. héten 0-0-1, a 2. héten 1-0-1, a 3. héten pedig 1-1-1. Ha viszont ismételt kúráról van szó, az adagolás a következőképpen alakul: 1-1-1, 1-2 hétig.

Gazdag flavonoid tartalmának köszönhetően segítséget nyújthat a FLAVOCEL is.

### Augusztus

Lassan, de biztosan véget ér a nyár rendkívül forró időszaka, reggelente már hűvösebb van, időnként még előfordulhat egy-egy nyári vihar. Az érzékenyebbek számára a vihar kitörése előtt javasolt a REGALEN egyszeri alkalmazása, hogy segítségével megelőzzük az egészségügyi és lelki állapot romlását (naponta 1-3x7 csepp).

A külföldi – különösen a trópusi vagy szubtrópusi területen töltött – nyaralásról visszatérve megnő a parazita okozta megbetegedések kialakulásának kockázata. Ilyen esetekben megfelelő készítmény a GYNEX (7-7-7, 2 hétig), valamint a DRAGS IMUN (10-10-10 csepp vízbe csepegtetve, legalább 2 hétig).

Gyakori tünet ebben az időszakban (főleg a tenger melléki üdülés után) a herpesz. Még a hazautazás előtt érdemes felkészíteni szervezetünket a klímaváltozásra, a megnövekedett terhelésre. Segítségünkre van ilyenkor a VIRONAL (5-5-5, 1 hétig, megelőző adagolásban), valamint a herpesz első jeleinek megjelenésekor az ENERGY bármelyik fogkréméből származó folyékony „kenőcs”. Legjobb tapasztalatom a SILIX-szel van. Gyorsan leszárítja a herpeszt, mindemellett gyógyít is. A már elhanyagolt herpesz esetében használjunk AUDIRON-t és belsőleg GYNEX-et (5-5-5, 1 hétig). Az akut állapot megszűnése után regeneráljuk bőrünket a DROSERIN és a CYTOVITAL kombinált használatával.

Ha júliusban ezt még nem tettük meg, harcoljunk augusztusban a szabad gyökök ellen a CYTOSAN-nal.

(Folytatjuk)



# AURA-SOMA:

SZÖVEG Vladimira  
Leitnerová, Prostějov  
KÉP dreamstime.com

## EGYÉNRE SZABOTT TERÁPIA, AZ ÖNMEGISMÉRÉS 105 SZÍNES ESZKÖZE

**Ismerik önök az Aura-Soma színterápiát? Ha a válaszuk nem, akkor ugyanabban a helyzetben vannak, mint jómagam, mielőtt részt vettem volna a Velké Losiny-i előadáson. Ez olyannyira érdekes volt, hogy megpróbálom önökhöz is közelebb hozni a témát.**

A színekkel és a fényel történő gyógyítás ősi terápia. Hiszen a fény és színek nem csak az ókori Egyiptom templomain haladnak át. Kínában például lila szőnyegekre ültették az epilepsziásokat, hogy ezzel is csillapítsák tüneteiket, illetve lila függönyöket tettek az ablakokra. Az a tény, hogy a színek hatnak az ember lelkiállapotára, mindenki előtt ismert, ám kevésbé köztudomású, hogy a színes fény a vakokat és a színvakokat is befolyásolja.

A színek gyógyhatásairól szóló ismeretek a múlt század 80-as, 90-es éveiben kezdtek igazán nagy teret nyerni. Az emberek egyre nyitottabbá és érdeklődőbbé váltak, igyekeztek minél több tudásra szert tenni, és a rendszerint fehérre festett helyiségek falai ma már nemegyszer a szivárvány legkülönbözőbb színeiben pompáznak.

A kórházak fehér falai is pasztellszínűvé változtak, főleg a gyermekosztályokon. Tudták például, hogy a sárgaságban szenvedő újszülöttekre hihetetlenül jótékony hatással van a kék fény? Sőt, vannak olyan börtönök, ahol napjainkban már rózsaszínre festik a cellák falait, hogy ezzel is nyugtassák az erőszakra hajlamos elítélteket.

Az Aura-Soma terápia a színekkel és a fényekkel dolgozik. Az önmegismerés eszköze 105 kétszínű üvegcséből áll, amelyek masszázsolajakat tartalmaznak. A terápia megalkotója Vicky Wall farmer, egyben gyógyszerész, aki saját gyógykészítmények megalkotásába kezdett. Az első üvegcséket 20 évvel ezelőtt készítette.

Az üvegcsé tartalmának alapját két szín alkotja. A felső rész olajos, az alsó vizes bázisú. Mindkettő illóolajok,

növények, ásványok, drágakövek, színek és fény formájában tartalmaz különböző energiákat. Az üvegcsé tartalmát össze kell rázni, majd közvetlenül a testfelületre kenni. Mivel az üvegcsé felső részében illóolajok vannak, tartalmát szaglásunkkal is érzékeljük.

Az alap üvegcséket egyensúly-olaj készletnek nevezzük. Az energetikai védelem erősítéséhez úgynevezett pomanderek használatosak. A pomandereket az auránkba „visszük be”, a hatásuk felettebb gyors. A kedélyállapotot harmonizáló, finomabb esszenciákat kvintesszenciáknak hívjuk. Minden üvegcsé ragyogó színekben, lenyűgöző színekombinációkban pompázik. Nagyon nehéz csak három választani közülük. Minden üvegcsének megvan ugyanis a maga jelentősége, a saját küldetése.

A terapeutával (konzulenssel) zajló konzultációk egyénre szabottak. Mit is tudhat meg a segítséget kérő személy egy ilyen konzultáción? Az általa kiválasztott, legszimpatikusabbnak tartott üvegcsé elárulja a terapeutának, melyek azok a pozitív jellembeli tulajdonságok, amelyeken az illetőnek érdemes lenne még dolgozni. A konzulens a tudatalatti üzenetét mintegy „tolmácsként” feltárva elmondja, miként hat a kiválasztott esszencia a spirituális, a mentális, az érzelmi és a fizikai szintre, illetve meghatározza az alkalmazás legideálisabb pontját.

Az Aura-Soma terápia a lélek gyógyításáról szól. Harmonizálja az embert, és megszünteti a lelki és tudati kiegyensúlyozatlanság, egyensúlyzavar következtében kialakult betegségeket vagy problémákat. #



## Segítőtársak – mindig, mindenhol

SZÖVEG Dr. Barta  
Gizella  
KÉP Energy

Vannak dolgok és események, amelyek mélyen elraktározódnak az ember emlékezetében, legyenek akár jók, akár rosszak. Főleg a bajban, a legjobbkor érkezett segítségre emlékezünk sokáig. Az én esetemben ez egy autóbaleset volt, miután az őrangyalom a belém hajtó sofőr hibáját úgy hozta helyre, hogy a hölgy és jómagam is, a bátyámmal együtt, súlyosabb sérülések nélkül úsztuk meg a dolgot.

A stresszt, az agy- és a gerincvelő-rázkódást, valamint a térsérülést egyértelműen a STIMARAL segített elviselni, amit rendszeresen magammal hordtam a főiskolai előadásokra és szemináriumokra. A főiskolát (már egyáltalán nem fiatalon) a munka és a család mellett végeztem el. A STIMARAL segített összpontosítani

az utakon, hogy éber tudjak maradni az egész napos tanulás vagy az ENERGY előadásaim után (éppen egy ilyen előadásom után történt az említett baleset is, 350 kilométernyire a lakóhelyemtől).

Az említett esemény után a STIMARAL iránt érzett tiszteletem mellé a mély hála és a szeretet érzése társult. Akik alkalmazták már vagy jelenleg használják a STIMARAL-t, hogy segítségével leküzdhessék a szervezetükre nehezedő, megnagyobbodott nyomást, azoknak nem kell magyaráznom, hogy a készítmény segítségével milyen mértékben fokozódik a szervezet ellenálló képessége. Ennek köszönhetően az ember sokkal gyorsabban képes reagálni különböző kihívásokra vagy erőpróbáló helyzetekre. #



# BŐRÁPOLÁS NAPSÜTÉSESE NAPOKON

**A nyárban vitathatatlanul az a legjobb dolog, hogy az ember nyugodtan kiszaladhat otthonról csak úgy, könnyedén felöltözve, a társadalmilag engedélyezett mennyiségű bőrfelületet megmutatva a napnak. Már nagyanyáink is nagyon jól tudták: a napsütés és a kellemes szellő egy sor kisebb-nagyobb bőrproblémát képes gyógyítani.**



*A leégés, valamint a bőrsejtek rongálódásának kockázata annál nagyobb, minél kevesebbet tartózkodunk a napon.*

Fontos azonban szem előtt tartanunk azt a tényt, hogy a sokáig elfedett, mesterséges fényvel megvilágított testünket igencsak váratlanul érheti a hirtelen jött napsütés.

Semmiképpen sem szeretnék hozzájárulni ahhoz, hogy a médiához csatlakozva riogassam önöket a napsugárzás káros hatásaival. Éppen ellenkezőleg: kiállok a természetes fény és annak gyógyító hatásai mellett, illetve szeretnék eloszlatni az UV sugárzás káros hatásaival kapcsolatos néhány tévhitet.

## Jóteköny napsugarak

Számomra rendkívül meglepő, hogy az UV sugarak veszélyeire figyelmeztető, napozókrémek és napszemüvegek használatára buzdító szakmai és laikus nyilvánosság nem veszi figyelembe azt az egyszerű tényt, hogy az ember fejlődése során folyamatosan ki volt téve a napsugárzás hatásainak. Bizonyosnak mondható, hogy éppen ezen oknál fogva alakultak ki szervezetünkben a bőrpigmentek, valamint a szemhéjak, hiszen ezek természetes módon óvnak minket az erős napsütés káros hatásaitól. Dr. Liberman „A fény a jövő orvossága” című, forradalmi könyv szerzője ráadásul azt vallja, hogy a napfény ugyanolyan fontos az emberi szervezet számára, mint a vitaminok vagy az ásványi anyagok, és a napfény hiánya számos civilizációs betegség kialakulásának közvetlen oka lehet, a csontritkulástól a bőrrápig.

Senki nem tagadja, hogy az UV sugárzás nagy dózisban veszélyt jelenthet az életre, hiszen éppen ezért alkalmazzuk különböző medencék vagy laboratóriumok fertőtlenítésére, ám kevesen látják be, hogy a természetes ultraibolya sugárzás alapvető fontosságú immunrendszerünk megfelelő működése szempontjából. Ezt a sokak számára meglepő tényt több tudományos kísérlet is alátámasztja. A sok tudományos munka közül ezúttal a fényterápiának a tbc-s betegekre kifejlesztett gyógyító hatásaival foglalkozó tanulmányt érdemes kiemelni. A magas hegyek között, természetes napfényt alkalmazó fényterápia csak azon betegek esetében volt hatékony, akik a napon való tartózkodásuk idején nem viseltek napszemüveget...

Az immunreakciók UV sugárzással történő serkentéséhez tehát elengedhetetlen, hogy meghatározott, minimális mértékű napfény érje a szemben található receptorokat, amelyek a felvett információt közvetlenül az agy irányító központjába továbbítják.

## A bőr természetes megóvása

Csak hogy életmódunk miatt az év nagy részében testünket „elzárjuk” a közvetlen és gyakran a közvetett napsütéstől is, bőrünk nincs hozzászokva a napsütéshez. Így a leégés, valamint a bőrsejtek rongálódásának kockázata annál nagyobb, minél kevesebbet tartózkodunk a napon. Pontosan ezekben az esetekben érdemes minden szabad bőrfelületünket CARALOTION testápoló tejjel védeni – még hozzá attól a pillanattól kezdve, hogy megszabadulunk a hosszú ujjú ruháktól. A testápoló tej egyedülálló összetétele megőrzi bőrünket a kiszáradástól, megőrzi a bőr természetes pH-ját, ekként a hőmérséklet saját természetes védekező képességét is.

Nem kell órákat pazarolnunk arra, hogy megtaláljuk a megfelelő faktorú UV krémet. A szakemberek és a tudósok már egyébként is mindinkább arról beszélnek, hogy a napozókrémekben található para-amino-benzoésav (PABA), az ultraibolya sugarakkal kapcsolatba kerülve, rákkeltő hatásúvá válik...

## Miért olyan hatékony?

Az erős napsütéssel szemben a leghatékonyabb és legértelmesebb védekezés, ha bőrünket mindennap, egyre hosszabb ideig szoktatjuk a napsugarakhoz, valamint erősítjük a bőr természetes védekező képességét. A CARALOTION ebből a szempontból hihetetlenül hatékony készítmény. Gyorsan felszívódik, hiszen tisztán olajos bázisú, és mélyrehatóan hidratálja a bőrt. Nagy mennyiségben tartalmaz a Podhájcska forrásból származó ásványi anyagokat, gyógynövénykivonatokat, valamint almaecetet – ezek együtt képesek megőrizni a bőr tisztaságát és egészségét.

A CARALOTION örösi előnye, hogy bátran alkalmazható kis gyermekeknél, sőt csecsemőknél is. A testápoló tejet főleg reggel és este, illetve gyakori napozás vagy napon tartózkodás esetén naponta többször érdemes használni. Érzékeny bőrűeknek ugyancsak megoldást jelent, hiszen a készítmény több ekcémás tünetre gyógyítóan hat, támogatja a bőr természetes funkcióit, és általánosságban is javítja a bőr állapotát.

Ne féljünk a napsugaraktól, és ne rejtőzzünk el előlük napszemüveg és 30 faktoros krémek mögé. A napot mindig is istenséggként tisztelte az emberiség, és gyógyító hatásairól már az idők kezdete óta tudunk, neki köszönhetjük, hogy élünk. A nap ajándék, egyben orvosság számunkra, ezért tisztelettel forduljunk felé. #

A magas hegyek között,  
természetes napfényt  
alkalmazó fényterápia csak  
azon betegek esetében volt  
hatékony, akik a napon való  
tartózkodásuk idején nem  
viseltek napszemüveget...



# TÖBB, MINT MUNKA – SZENVEDÉLY

**Az elmúlt egy évtized eredményeit vettük számba – a kezdetektől napjainkig – az ENERGY magyarországi cégének vezetőjével folytatott beszélgetésben. Természetesen szóba kerültek a 10 esztendő személyes, emberi vonatkozásai is, humoros történetek – és persze a jövő kihívásai is. Marosi Zoltánnal a Vitae szerkesztője, Kürti Gábor készített interjút.**



**Azt hiszem, a cég jubileuma, illetve a te jubileumod az Energy-nél nagyjából egybeesik. Így van?** Valóban, hiszen 2000 augusztusában kaptam felkérést a cég vezetésére a cseh tulajdonosoktól. Budapesten jártak, és új partnereket kerestek. Mondhatnám, hogy véletlenül nincsenek, sorsszerű fordulat hozta így.

**Mindjárt történtek változások, vagy lassabban alakultak a dolgok?** Az első lépéseket nehezen tettük meg, mert a cég anyagi háttere igen szerény volt. Csehország, majd Szlovákia után mi voltunk a harmadikok az ENERGY nemzetközi családjában. Akkor még a tulajdonosok nem gondolkodtak nagy távlatokban. Egyszerűen az igények és a piac hozta magával a fejlődést. A magyarországi cég, mondhatnám, a szlovák munkatársaknak köszönhetően alakult ki. A szlovákiai magyar szálaknak köszönhetően a jó hírek, információk gyorsan eljutottak Magyarországra.

## **SZINTE A NULLÁRÓL KELLETT KEZDENÜNK**

Teljesen át kellett szerveznünk a cég működését. Abban az időszakban még a Pentagram® készítmények, a szirupok alkohol tartalmúak voltak, és kezdetben még hibásan jövedéki terméknek minősítették őket. Emiatt nehezen és drágábban lehetett csak forgalmazni őket. Tulajdonképpen újra kellett építenünk a céget, szinte a nulláról. Akkoriban két kollégánövel, napi 10-12 órában dolgoztunk.

**Működtek akkor már klubok?** Klubhálózat egyáltalán nem létezett, néhány egyéni vásárló akadt, főleg szakemberek. Egyetlen egy klub létezett Szegeden, ott nyilván a jó szakmai háttérnek köszönhetően gyorsan népszerűvé váltak az ENERGY készítmények. Emellett Budapesten egy képviselő működött. Először – gondolom, az egyedi összetételnek köszönhetően – a szakemberek figyeltek fel a készítményekre. Meglátták a Pentagram® készítményekben a lehetőséget, azt, hogy ez egy különleges, egyedi termékcsalád. Mi pedig jártuk az országot, hogy bemutassuk a termékeket.

Nem igazán tudtuk, mi a jobb: hagyományos kiskereskedelmi formában vagy egy új, klubrendszerű formában forgalmazzunk inkább? Akkoriban még főleg viszonteladókat kerestünk, nem igazán volt szó klubrendszerről. Aztán gyorsan rájöttünk, hogy mindenképpen másolandó, követendő példát jelentenek a sikeres üzleti fogások, mint a hűségpontok gyűjtése és valamilyen rendszerbe való tömörülés. Főleg akkor, ha egy cég az induláskor tökehiányos. Hangsúlyozom, hogy soha nem vettünk fel hiteleket, amit a mai napig elértünk, azt a saját erőnkéből értük el.

## **FORDULAT 2003 TÁJÁN**

### **Voltak már előadások, amikor átvetted a céget?**

Igen, ritkábban ugyan, de tartottunk előadásokat. Az első előadónk dr. Barta Gizella onkoraológus volt, aki mindmáig velünk tart. Tőle kapta a leányvállalatunk a legnagyobb segítséget, szakmai támogatást. Üzleti szempontból pedig Sidó Jánost emelem ki, aki Szlovákiában az egyik legsikeresebb Energy Klub vezetője. Már a kezdetektől velünk dolgozott, előadásokat tartott Sadowski Márton tanár úr is. Abban az időben, a „hőskorszakban” még a Visegrádi utcában béreltünk egy picit, 64 m<sup>2</sup>-es helyiséget, és az egyik szobában rendeztük be az előadótermet. Még székre sem jutott pénzünk, így a szomszéd üzletekből kellett kölcsönkérnem, hogy leülhessenek az érdeklődők.

**Mikorra teszed az áttörést? Mikor indult meg komolyabban az ENERGY?** Talán 2003 elejére már sikerült egyfajta rendszert kidolgoznunk, és akkor gondolkodtunk el azon – véleményem szerint egyedülálló módon –, hogy klubrendszerben dolgozzunk. MLM cégek, különféle hálózatok már működtek szép számmal, de az a forma sokak számára nem volt annyira rokonszenves. Én valami újat szerettem volna kitalálni, olyan klubrendszert, amely szorosabb kapcsolatot tesz lehetővé a hálózati tagok, a klubvezetők, a kollégák között – hogy valódi közösség jöjjön létre, saját és közös célokkal. Az egyik legnagyobb eredménynek azt tartom, hogy ez a mai napra összeállt, és mások most, 2010-ben



# Beszélgetés Marosi Zoltánnal, az Energy magyarországi igazgatójával



kezdik másolni ezt a rendszert. Figyeljük csak meg, hogy az újonnan piacra lépő cégek, akár a kozmetika, akár az érend-kiegészítők területen, nagy előszeretettel emlegetik a klub szót. Ha visszatekintünk, azt mondhatjuk, korábban senki nem használta ezt így, csakis az ENERGY.

**A termékskálában is megjelent akkoriban ez a változás?** Igen, megjelentek előbb a krémek, majd a KING KONG és a STIMARAL. És ahogy bővült a termékskála, könnyebbé vált a népszerűsítése is.

## MEGJELENTEK A KAPSZULÁS TERMÉKEK

**Melyik volt a következő fontosabb állomás?**

A következő mérföldkövet jelentették a Pentagram® rendszer mellett a kapszulás termékek. Ezek mind árban, mind minőségben rendkívül versenyképesek voltak. Újabb minőségi ugrást jelentettek 2004 táján. Igyekeztünk mindig a lehető legtöbb pénzt visszaforgatni a cégbe, tehát nem eltűk fel a tartalékainkat, hanem a hasznot mindig a cég fejlesztésére fordítottuk. Így újabb kiadványokat tudtunk gyártani, tetszetősebb, informatívabb, jobb minőségű anyagokat tudtunk a termékek mellé ingyenesen kínálni a vásárlóinknak. Később pedig a havi klubmagazint sikerült színvonalasabb formában, nagyobb példányszámban előállítani. Több helyen jelentünk meg reklámokkal is. Mindennek köszönhetően 2003–2004-ben évi közel 40–50%-os forgalomnövekedést ért el a cég.

**Később is töretlen maradt a növekedés?** Abszolút töretlennek mondhatom a növekedést, hiszen 20% fölött voltunk minden évben. Még a 2009-es évre is ez a gyors fejlődés volt jellemző. A válság nem érte el az ENERGY-t, nem „ért fel” hozzá. Mindenféle túlzás nélkül kijelenthetem, hogy ez a termékcsalád egyedülálló a világon. Sokfelé jártam az utóbbi időben, mind Európában, mind Amerikában. Akárhol beszéltem szakemberekkel, egyöntetűen megerősítettek abban: ilyen készítménnyel, ilyen tiszta anyagokkal, ilyen áron másutt sehol nem találkoztak.

**A klubtagok a prémium termékeken kívül prémium szolgáltatásokat is kapnak – ez sem létezik ilyen formában máshol.** Így van. Ingyenes tanácsadás még az internetes oldalunkon is elérhető, emellett van mód ingyenes konzultációra, tanácsadásra, ingyenes részvételre a szakmai előadásokon, ahol akár személyre szabottan is kérdezhetnek. És bármikor fordulhatnak a céghez, telefonon vagy e-mailben, mindenkinek személyre szabott tanácsokkal szolgálunk. Most van kialakulóban az internetes szaktanácsadói rendszer. Valamint megemlítendő a Supertronic készülék. Személyre szóló, saját fejlesztésű állapotfelmérő, tesztelő eszközről van szó, kifejezetten az ENERGY termékekre, testre szabva. Idén szeptemberben várható harmadik generációjának megjelenése.

## TELJESSÉ VÁLT A LEFEDETTSÉG

Ugyancsak fontos, hogy a tíz év alatt teljessé vált az ország lefedettsége mind a vásárlás, mind pedig a klubok, viszonteladók tekintetében. Nagyon dinamikusan növekedett a forgalom, ezáltal egyenes arányban növekedett a bevétel és a szaktanácsadóink jövedelme is. A cég pénzügyi stabilitását nem győzöm hangsúlyozni – ez mind a magyarországi cégre, mind az anyavállalatra igaz. Gazdasági értelemben egyébként különölnék egymástól, mert a magyar cég egy teljesen független magyar kft. Jelenleg a hazai piacon az ENERGY termékek közepes árfekvésűek a táplálék-kiegészítő kategóriában. Ha viszont a gyógynövény alapú piaci termékínálat terápiais alkalmazhatóságát, eredményességét vizsgáljuk, az ENERGY az élen jár.

Az ENERGY termékekhez hasonlókat nem lehet találni sem Magyarországon, sem az Európai Unión belül!

**Eddigi életednek jelentős időtartamát tette ki ez az évtized. Az ENERGY-vel való „egybekelés” után, azzal párhuzamosan miként változott a személyes életed?** Az én életem óriásit, 180 fokot fordult. Hálás vagyok, hogy ezzel foglalkozhatom, mert gyakorlatilag ez az életem, ez határoz meg engem. Örülök, hogy rátaláltam arra a területre, amiben tulajdonképpen be-, illetve

*Fontos, hogy a tíz év alatt teljessé vált az ország lefedettsége mind a vásárlás, mind pedig a klubok, viszonteladók tekintetében.*

# Kell a jó csapat, hogy egy irányba menjünk



*Mindenesetre a 10 év nekem egy szempillantás volt, úgy érzem, mintha tegnap kezdtem volna.*

kiteljesedhetem. Csodálatos dolog részese lenni ebben a társaságban az ENERGY-nek, a komplett cégcsoportnak. Ahogy változott, fejlődött a cég, úgy változtam vele együtt én is. Arra törekszem, hogy saját magamat is fejlesszem, szakmailag és a személyiségem szintjén is. Úgy veszem észre, hogy a környezetemben lévők is változnak, ahogy én változom, úgy ők is, és ez megfordítva is igaz. Ez a tevékenység már az életemmé vált, számomra több, mint egy munkahely. Többször kapok máshonnan felkéréseket, de nem tudnék és nem is szeretnék mással foglalkozni.

## „MINDIG ÚJ KIHÍVÁSOKKAL KERÜLTEM SZEMBE”

**Ha valaki 10 éven át ugyanazzal foglalkozik, akkor a tevékenységében óhatatlanul sok minden rutinná válhat. Neked sikerült elkerülni ezt?** Valahogy fel sem merült. Amikor az ember arra törekszik, hogy valamit magasabb szinten végezzen, mint korábban, hogy ne csak úgy csinálgasson valamit, hanem próbáljon egy terület „mesterévé válni”, akkor mindig új kihívásokkal kerül szembe. Ez történt velem is. Mindig mindenben a megújulásra törekedtünk, mindig többet szerettünk volna nyújtani. A klubvezetőknek, a fogyasztóknak, a partnereinknek több és jobb minőségű szolgáltatást szerettem volna adni. Véleményem szerint ez meg is valósult. Mindenesetre a 10 év nekem egy szempillantás volt, úgy érzem, mintha tegnap kezdtem volna.

**Ha visszagondolsz néhány eseményre, találkozásra, ami még ma is a legemlékezetesebb számodra, mit emelnél ki?** Nagyon sok ilyesmi adódott, hiszen nap mint nap találkoztam ilyen jellegű csodákkal. Csodálatos felfedezések, élmények értek. És az ember oda kanyarodik vissza, hogy mindig valahogy firtatja, a saját szintjén, mi is a célja, miért van itt, miért él. Tudom, hogy több minden van körülöttem, mint amit látok. Ez csodálatos terület: ha valaki az ENERGY világába belép, nemcsak az egészséget választja, hanem komplett iránymutatást, az életmódjával kapcsolatban tanácsadást is kap, ami felnyitja a szemét és más dimenziók felé irányítja. Velem is ez történt.

## VÁRGESZTES ÉLMÉNYE

**Ki volt az, aki először felnyitotta a szemed, vagy másfelé orientált?** Már akkor, amikor Prágában a véglegesítem történt, találkoztam nagyszerű cseh terapeutákkal. Bár nem beszélék a nyelvükön, érdekes metakommunikációra volt lehetőségem. Ezt akkor, ott nem értettem, de manapság már igen. Magyarországról sok mindenkit sorolhatnék, egy személyt nehéz lenne

kiemelni. Még a várgesztes élményeimet említeném, mert mindig arra törekedtem, hogy nálunk valódi közösségi szellem jöjjön létre. Először 2003-ban szerveztünk ilyen hét végi összejövetelt, ahová a klubvezetőket, szaktanácsadókat, előadókat hívtuk meg. Nagyon jó, tartalmas együttlét volt. A szakmai megbeszélés után, este közösen főztünk, bográcsoltunk, lecsót készítettünk. Kialakultak meghitt beszélgetések, és megerősödött a kapcsolat közöttünk. Már akkor is arról beszéltünk, mennyire fontos, hogy összetartók legyünk, egy irányba menjünk. Ma sem tekintjük egymást versenytársnak. Örülök, hogy sikerült így összehozni egy jó csapatot, megerősíteni az összetartás érzését. Nagyon sokat kaptam tőlük. Akkor már pontosan tudtam: semmi mással nem akarok foglalkozni, mint ezzel a területtel.

**Akkor ez neked nemcsak a munkád, hanem a szenvedélyed is.** Igen, ez valóban így van.

## AKI A KRÉMEKTŐL HASMENÉST KAPOTT...

**Ha visszagondolsz valamilyen vidám, humoros dologra az egy évtized alatt, mit emelnél ki?** Adódtak vicces esetek, főleg előadás alkalmával. Egy szegedi előadáson, ahol bemutattuk a termékeinket, az egyik érdeklődő jelezte, hogy valóban nagyon jók a termékek, de neki problémát jelent, hogy a krémeiktől hasmenést kapott. Nem értettük, hogy történt ez. Elmondta, hogy a krémekeket annyira jó illatúnak érezte, hogy kenyérré kente... Kissé pikáns a másik történet. A pároknak a szexuális aktivitás serkentésére akkor már ajánlottuk a KING KONG-ot. Aztán jött a visszajelzés: ez nem annyira helytálló, mondták, inkább a CYTOVITAL krém válik be, főleg a férfiaknál. Célzottan, a megfelelő helyre kell kenni – és működni fog. A történet hamarosan körbejárta az országot. Már nem is csodálkoztunk azon, hogy később milyen sok CYTOVITAL krémet adtunk el...

## CSAK EZZEL SZERETNÉK FOGLALKOZNI

**Ha most tíz évvel idősebbként látod önmagadat, akkor is elképzelhető az ENERGY az életedben?**

Biztos, hogy az én életemben más már nem lesz, nem is szeretnék mással foglalkozni. Egy fontos célt tűztünk ki még magunk elé, amit eddig is igyekeztünk megvalósítani. Azt, hogy az előadásaink ne egyszerűen termékbemutatók legyen, hanem konkrét filozófiát fogalmazzunk meg. Próbáljuk meg a honfitársainkat olyan irányba is terelni, hogy többet foglalkozzanak önmagukkal, az egészségniveléssel, mélyebb, lelki szinten pedig jusson el hozzájuk is a szívből jövő szeretetnek, önmaguk és személyiségük igazi lényege megismerésének a fontossága. #



# KÖRKÉRDÉSEINK AZ ENERGY KLUBVEZETŐKHOZ

SZÖVEG Energy  
KÉP Energy

**Megkérdeztünk az elmúlt egy évtizedről néhány klubvezetőt és olyan vezető tanácsadót, aki rendszeresen előadásokat tart az ENERGY klubtagok számára. Arról érdeklődtünk, amit fontosnak, kiemelendőnek tartanak, élményeikről, a 10 év alatt szerzett, emlékezetes tapasztalataikról, az életükben végbement változásokról faggattuk őket.**

**Ha 3 dolgot emelhetnél ki az ENERGY magyarországi működésének első évtizedéből, mit tartanál a legfontosabbnak? Mit jelentett számodra, személy szerint, vagyis életedben, munkádban ez a 10 év?**

#### **FICZERE JÁNOS, KAZINCBARCIKA, MISKOLC:**

Az ENERGY időben felkészül a jövő kihívásaira. Az alap Pentagram® cseppek vonatkozásában emlékszünk még a régi alkoholos és szirupos készítményekre. A piaci igényeknek megfelelően időben váltott a cég, a jelenleg is forgalmazott, rendkívül hatékony Pentagram® koncentrátumokra. Nagyon szépen kibővült a többi termékvonala is. Számomra fontos a minőség és a hatékonyság, elérhető áron. A magyarországi ENERGY cég is jelentős fejlődést produkált az elmúlt 10 évben. Biztosították az ingyenes szakmai képzéseket és a szükséges háttértámogatást a színvonalas termékgazdálkodási munkához. Lényeges a termékekhez hozzáadott tanácsadói szolgáltatás és filozófia; az egészséges életszemlélet. Szintén nagyon fontosnak tartom az igényes és tartalmas Vitae klubmagazin megjelenését és az internetes információk bővülését.

Számomra szép sikereket hozott az elmúlt 10 év. Csapatmunkával fantasztikus eredményeket értünk el; hiszem azt, hogy a következő tíz esztendő is ugyanilyen sikeres lesz. Nekem a csapatmunkában rengeteget segített Kovácsné Ambrus Imola debreceni klubvezető, nála a kezdetektől fogva megvan a hit, az önbizalom és a példamutató lelkesedés. Dolgozni mások sikeréért csak önzetlenül szabad. Az ENERGY számomra testi, lelki, valamint anyagi jólétet is biztosít. Számomra a siker titka: „Higgy magadban! Higgy másokban! Higgy az álmaidban!”

#### **KOCSIS ILONA, GYŐR:**

A legfontosabbak:

1. A folyamatos fejlődés mind termékinálzatban, mind forgalomban.
2. Az üzletpolitika, ami nélkülözi az agresszivitást.
3. Nincs diszkrimináció. Lehetsz, aki vagy. Korra, nemre való tekintet nélkül lehetsz sikeres, ha akarod.

A következőket jelentette nekem ez a 10 év:

1. Az első perctől fogva folyamatos szellemi kihívást.
2. Egyszintenciális biztonságot.
3. Sok-sok kedves ember megismerését, barátságát, akikkel e nélkül bizonyára nem találkozhattam volna.

4. Mindezek mellett vagy talán elsősorban: életem kiteljesedését, önmagam megtalálását.

#### **KOVÁCSNÉ AMBRUS IMOLA, DEBRECEN:**

A három, általunk legfontosabbnak tartott tényező közül az első természetesen a Pentagram® regeneráció harmadik, illetve negyedik generációs szuperkoncentrátumainak megjelenése hazánkban. Ez egy zseniális rendszer, rendkívül hatékony mechanizmussal – megértése mégis egyszerű. Tudjuk mindannyian: igazi kincs van a kezünkben. A második az emberi tényező: mind a cseh anyacég, mind a magyar ENERGY jó kezekben van, az Energy Társaság vezetői kiváló szakmai és emberi tulajdonságokkal rendelkeznek. A készítmények mögött álló szakmai gárda (orvosok, természetgyógyászok, kutatók) felkészültsége is garanciát nyújt, és mind azt igazolják, hogy jó úton járunk. A harmadik fontos dolog a megszámlálhatatlan mennyiségű pozitív fogyasztói tapasztalat: annál jobb, hitelesebb érv nincs, mint a saját meggyőződés. Igaz ez ránk is, hiszen mi magunk is az ENERGY készítmények használatával oldottunk meg számos testi-lelki problémát.

És bár a kérdés szerint három dolgot kellene kiemelni, mint tudjuk, három a magyar igazság, egy a ráadás: nos, nagyon fontosnak tartjuk a folyamatosan bővülő, színvonalas prospektusok, kiadványok megjelenését, legfőképpen a színes Vitae magazint.

Számomra, személy szerint, vagyis az életemben, munkámban ez a 10 esztendő először is meglepetést jelentett, hiszen soha sem gondoltuk volna, hogy valaha is MLM-rendszerben fogunk dolgozni. Örömmel tapasztaltuk, hogy az Energy ebben is más...

Mi 2003 óta ismerjük az ENERGY-t, rá kb. egy évre nyitottuk meg Debrecenben a klubot. Nagyon sok élmény, siker, öröm ért minket. Rengeteg új kapcsolatot, barátságot köszönhetünk az ENERGY-nek. És hogy mit még? „Címszavakban”: egészséget, függetlenséget, lehetőséget, kreatív munkát, fejlődést.

#### **MÉSZÁROS MÁRTA, SZEGED:**

Elsősorban kiemelem, hogy az ENERGY világszínvonalú termékeit magasan kvalifikált szakemberek hitelesen tudják gyógyítás céljára alkalmazni és minden esetben bebizonyítják a termékek, hogy képesek az emberi szervezet mindhárom síkján a harmónia visszaállítására. Úgy



Ficzere János



Kovácsné Ambrus Imola



Kovácsné Ambrus Imola



Mészáros Márta





Molnár Judit



Nagy Renáta



Nánásiné Eszter



Czímeth István



Csanádi Mária



Daróczi Zoltán

gondolom, hogy a hitelesség, a szakmai képzések elhivatott gyógyító gárdát hoztak létre. Az elmúlt tíz évben igazoltuk, hogy az ENERGY készítményekben lévő információk képesek az emberi szervezet teljes regenerálására.

Tapasztalatom szerint azok a betegek, akik megismerkedtek a készítményekkel, sokszor hihetetlen gyorsasággal gyógyultak. Későbbi problémájuknál biztosan az ENERGY tanácsadójukhoz fordultak segítségért, és ekkor sem csalódtak a készítményekben.

Nem utolsósorban kitartó, korrekt munkával, állandó továbbképzésekkel, szorgalommal az elmúlt években folyamatosan javult az életminőségünk, egzisztenciánk.

### MOLNÁR JUDIT, PÉCS:

Amikor érzékeltetni szeretnék valamit, gyakran egy-egy képet hívok segítségül. Most is ezt teszem. Kérlek, képzelj el egy háztetőt, amin én kapaszkodom. Körbe-körbe víz. Egy csónak jön felém, hívnak, segítenek. Hát... Tíz évvel ezelőtt, amikor az ENERGY-vel „megkínáltak” engem, erre a képre ébredtem reggel. Életemben már előtte, máskor is volt ilyen egyértelmű álom-jelzés. Azóta a tudatos odafigyelésem, ráfókuszálásom nött meg. A hozzám fordulóknak esetében is előfordul, hogy a plusz lehetőségek így jutnak eszembe.

Mit jelent még? Azt a félig telt poharat, amibe fér még! Mindig felvillan valami új, amit tudni szeretnék, aminek a megoldására keresek választ, lehetőséget. Így mindig vannak tanulni valóim, megismerési vágyaim. A 8. osztályos diákjaimnak szoktam mondani, hogy azt kívánom nekik a tanulásban, mint amit én a természetgyógyászatban (elindítója és mozgatója az ENERGY) tapasztaltam meg a tanulókkal kapcsolatban – a vágyat a tudásra: tudni, érteni, összefüggést látni akarok! És van egy anyagi szint is, gyerekeimnek így tudtam és tudom biztosítani a tanulást. ENERGY nélkül nappal nem lehetett volna! Most, hogy így végiggondoltam, figyeltem fel rá, hogy ugyanúgy, mint a cseppek esetében – mindhárom szinten hat rám

az ENERGY: a test (anyagi), a szellem és a lélek szintjén egyaránt.

### NAGY RENÁTA, BUDAPEST:

A 3 dolog, amit kiemelnék: a fejlődés, az összetartás és a segítségnyújtás. Ez a 10 esztendő nagyon hosszú idő az életemből, hiszen még fiatal vagyok. Ha szavakba kellene foglalnom, akkor számomra a tanulást, a megbecsülést, a küzdelmet, a kihívást, a megélhetést jelenti. Először csak munkának indult... – aztán az életem egyik legfontosabb mérföldköve lett. Köszönöm, és büszke vagyok rá, hogy ennyi éve részese lehetek mindannak, amit az ENERGY nyújt mindannyiunknak!

### NÁNÁSINÉ ESZTER, SZOMBATHELY:

Közel 10 éve már, hogy megismertem az ENERGY termékeit. Ez idő alatt mind a készítmények, mind a magyarországi képviselő óriási fejlődését tapasztaltam meg. Számomra a legfontosabbak közé tartozik a minőség, a hitelesség és a tájékoztatás. Az ENERGY a legkitűnőbb minőségű termékeket forgalmazza. 10 év alatt megújult a termékcsalád, a Pentagram® cseppek még hatékonyabbak lettek. Sok beteg ember gyógyulása bizonyítja a készítmények kiváló hatását. A rendszeres előadások, továbbképzések – mind az egészségmegőrzést, a tapasztalatcserét segítik. Folyamatosan nő az ENERGY filozófiáját megismerők tábora. A dinamikus fejlődéshez maga az ENERGY a garancia.

Nagy öröm számomra, hogy az ENERGY magyarországi vezetősége biztosítja a rendszeres előadásokat, a kiváló előadókat, mert minden előadás egyenlő egy továbbképzéssel. Köszönetet szeretnék mondani a klubtagoknak, akik rendszeresen részt vesznek az előadásokon, terjesztik az ENERGY jó hírét és készítményeinek jótékony, harmonizáló hatását.

## KÖRKÉRDÉSEINK AZ ELŐADÓKHOZ

**Melyik ENERGY előadásod, milyen téma keltette a legnagyobb érdeklődést a hallgatóság körében? Melyik volt a legemlékezetesebb kérdés, amit az előadásodon feltettek? (Lehet egy humoros, vicces esemény, történet is.)**

### CZIMETH ISTVÁN, BUDAPEST:

Az előadások közül a legjobban sikerült az volt, amikor a Pentagram® 5 termékét a nyugati asztrológia szerint tettem személyiségtípusok mellé. Másik ilyen siker volt, amikor az ENERGY termékek 3 szintű felhasználásáról beszéltem (fitoterápia, homeopátia, bioinformáció).

Pécsen egy előadáson tették fel a kérdést. „A tanár úr minden terméket kipróbál, mielőtt ajánlja azokat?” A válaszom az volt: „Természetesen igen.” Erre visszakérdeztek: „És még él a tanár úr?!”

### CSANÁDI MÁRIA, SZEGED:

Nagyon sok előadást tartottam az elmúlt 10 évben (Zalaegerszeg, Hévíz, Veszprém, Sopron, Pécs, Budapest, Szeged, Kecskemét stb.) Kedvenc témám a Pentagram® termékek és testünk energiarendszere. Ezen előadások közül a legemlékezetesebb „pozitív értelemben” a kecskeméti előadásom volt, melyet legalább 15 fő regisztrációja követett, és gyorsan növekedett a fogyasztók száma.

A leghangulósabb élményem a zalaegerszegi első előadásom volt, ahol 2 ember jelent meg, Érika, aki rengeteg szórólapot hordott szét a városban, és egy idős hölgy, aki vett egy ARTRIN krémet a fájó térdére. De itt nincs vége, hiszen

innen indult Kozsa Anita sikersorozata: már néhány nap múlva lóhalálában rohantak hozzám Hévízre 5 ARTRIN krémért, „mert az csodálatos”, és a következő hétre kértek újabb előadást, melyen „garantáltan sokan lesznek”. Úgy is volt, és így indult el Zalaegerszeg.

Egy érdekes kérdés hangzott el a hévízi előadásomon, melyet dr. Jeniczek Tibor, számomra Tibi bácsi, mint belgyógyász (egyben az én orvos szaktanácsadó) tett fel. Ugyanis volt egy futószemölcs a karján, melyet az akkor kuriózumnak számító DRAGS IMUN-nal előző nap a szalonomban bekentem azzal, hogy próbáljuk ki, hiszen annyi jót hallottam erről az új termékről. Nos, Tibi bácsi felhúzta az öltönye ujját, és megmutatta a futószemölcs alig látható helyét. Annyit mondott, hogy „ez varázslat, hiszen az akadémikus orvostudomány ezzel a problémával kapcsolatban csődöt mondott”. Évekig mint tanácsadó, orvosként ő volt az ENERGY termékek legjelentősebb szószólója. Már nincs az élők sorában. Ő nem doktor volt, hanem orvos.

### DARÓCZI ZOLTÁN, DEBRECEN:

A legemlékezetesebb kérdés: A H<sub>1</sub>N<sub>1</sub> vírus ellen hogyan készüljünk fel, és ebben milyen szerepük lehet az ENERGY termékeinek? Az előadáson drámaszerűen modelleztük, eljátszottuk az érdeklődőkkel (6-7 fővel) az immunrendszer működését. Utána kaptuk a kérdést: „Ezt az előadást be lehetne mutatni a szervezetemben, esetleg a vírusnak is, hogy ezt látva, ne is próbálkozzon velem? A megjelenítés utáni megértés elindított bennem egy hitet és bizalmat,

hogy képes vagyok mindenre, egészséges maradni önmagamban."

Amikor a központban tartottam egy előadást, működési engedélyt kértek volna tőlem a Supertronic készülékkel való mérésre. Bár vizsgáztatok az ETI-ben és több alternatív terápiás területen szakértő vagyok, ezt sajnos még nem tudom elintézni...

#### **DR. BARTA GIZELLA, KOMÁROM:**

Az elmúlt 13 év alatt Szlovákiában, Csehországban és Magyarországon kb. 300 előadást tartottam, és nehéz megmondani, melyik keltette a legnagyobb érdeklődést. Talán a szintézis – az emberi lét kozmikus és földi eredete, az élet magasabb rendű összefüggései, a különböző holisztikus elméletek, vallások megegyezései az ember Univerzumban való „elhelyezkedését” illetően, a betegségek szellemi-spirituális és lelki gyökerei, s az ezen összefüggéseken alapuló gyógyítás, a homeopátiás és biorezonanciás elvek alkalmazásával.

Emlékezetes kérdés? Ilyenből is volt sok, de a legaranyosabbat – halálos komolysággal – egy középkorú úr tette fel, még a „kezetek kezdetén”. Arról érdeklődött, „nem bolondul-e meg az agya, ha olyan sok bioinformációt kap egyszerre, amennyi egy-egy termékben benne van, mert neki már az is sok, ha a felesége két utasítást ad neki, mert egymásnak teljesen ellentmondó cselekvést igényelnek”. Amikor megnyugtattam, hogy a bioinformációk egymás között teljesen összehangoltak, s a készítmények hatása harmóniát hoz a mentális síkon is, a következőképpen reagált: „Szupe, vigyenek száz liternyi a parlamentbe, talán meg tudnak egyezni egymással a »fejesekek!»”

#### **DR. SZABÓ IDA, SZEGED:**

Talán a 2008 tavaszán Budapesten tartott ENERGY továbbképzésen a gyermekekkel kapcsolatos tapasztalataim átadása keltette fel a legnagyobb érdeklődést – a kérdések megválaszolása kb. 1 órán át tartott. A legemlékezetesebb esetem is innen adódik, két okból. Az egyik, hogy egy Lyme-kór-gyanús gyermeket sikerült még éppen időben a megfelelő szakemberhez és kezeléshez juttatni, a másik, hogy a kérdező később telefonon beszámolt a gyermek állapotáról. Jólesett a visszajelzés.

#### **RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA, DEBRECEN:**

Természetesen mindig a „legkisebb gyerek” a kedvenc, vagyis a legutolsó és egyben legtöbb helyen előadott téma: a női problémák, tabuk nélkül, az ENERGY tükrében. Elsősorban a termékeltenség, PCO, endometriosis, petefészek-, méhgyulladások, a hüvelyi gombás fertőzések, és nem utolsósorban a méhnyak precancerosus állapotai. Fontosnak tartottam nőtársaimat tájékoztatni az általam megtapasztalt, begyűjtött információkról, a test és a lélek kapcsolatáról. Előadásaimon nyíltan, nevén nevezve a testrészeket, felhívtam a figyelmet a testi szerelem, a kielégülés fontosságára. Kiemelkedően foglalkoztunk a menopauzális tünetegyüttes mibenlétével, illetve enyhítésével. Minden nyílt napon többször is hangsúlyoztam a mozgás, az intim torna elsajátításának és rendszeres gyakorlásának fontosságát. A mozgás maga az élet. Ami nem mozog, az elrohad, elhal. Amit nem használunk, az szintén erre a sorsra jut. Minden előadás alkalmával nagy figyelmet fordítok a méregtelenítés, a tisztítás fontosságára. A vegyszerek, adalékok, bekerülve a testbe, sokszor a belégzés útján is, ösztrogényszerűen kezdenek viselkedni, ezzel felborítják a normális hormonműködést. Sajnos ez alól a probléma

alól a férfiak sem kivételek. Gondolok itt az emelkedő prosztata- és emlőrákos esetekre. Szerencsére az ENERGY készítményei tökéletes segítséget nyújtanak mind a tisztítás, mind a megrendült energiaszint helyreállítása, mind a vágy felébresztése és fenntartása terén. Az első előadásomat ebben a témában Debrecenben tartottam. A kényszerűségből erősen lerövidített előadás végén Imola piros arccal súgta a fülembe: Zsuzsi, „csikló monológot” tartottál, de mindenki nagyon élvezte...

#### **SZILÁGYI JUDIT, BUDAPEST:**

A legnagyobb érdeklődést a Férfierő – női erő című előadás keltette Pécsen, és az allergia témakör mindenhol. Volt egy Pentagram® előadás Mezőkövesden, ami után azt mondták, hogy estig is hallgatnának, mert a kezeimmel szinte eltáncoltam az 5 elemet. (Akkoriban még aktívan táncoltam, és az előadás alatt csigákból fűzött karkötöket viseltem.)

Emlékezetes kérdést egy olyan anyuka tett fel, akinek a 4 éves gyermekét agydaganattal operálták, és megmondták az orvosok, hogy így is meg fog halni, ne reménykedjen semmiben, mert ez a betegség nem gyógyítható, agresszíven kiújul. A kisgyerek nagyon ellenállt mindenféle kapszula vagy csepp bevételének, mintha már lemondott volna az életről. A VIRONAL volt az egyetlen, amit később kockacukorral hajlandó volt bevenni. Akkor készültek kemoterápiára. Egész este sírtam...

Emlékezetes volt egy bácsi, aki kiolvasta az újságból, hogy neki a hólyagdaganatára a CYTOSAN és a RENOL jó lenne, és elkezdte szedni. CYTOSAN-ból 3x3 db-ot, RENOL-ból pedig 3x5 cseppet vett be. Két dupla doboz CYTOSAN, és több üveg RENOL elfogyasztása után a daganatot apró darabokban kipisilte. Az előadás után megkérdezte, hogy jól tette-e, hogy ezeket szedte.

Egyik előadás után egy íjász versenyző megkérdezte: van-e valami lehetőség a jobb eredmény elérésére. STIMARAL-t ajánlottam. Beszédte és megnyerte a vb-t. Így a siker záloga a mi kis titkunk maradt.

#### **TAKÁCS MÁRIA, ZALAEGERSZEG:**

A donna.hu oldalon folytatok internetes tanácsadást. Több érdekes esetem is volt, ezek közül emelek ki egy megmosolyogtatót. Sörhas jeliségre érkezett a következő kérdés: „38 éves vagyok, kb. két-három éve meló után 2-3-doboz sört megiszom! Mostanra kezdek úgy kinézni, mint egy terhes nő! A sör abbahagyásán kívül van-e más megoldás?”

Idézek a válaszból: „Soraidból azt érzem, hogy változtatni szeretnél. Be kell látnod, hogy ahhoz, hogy valami változzon, tenned is kell. Gondolom, a sör elfogyasztása után mozgással járó tevékenységet már nem folytatasz. A sör egyrészt kalóriadús ital, másrészt pedig rendkívüli módon savasít. Mindkét hatás ellen védekeznünk kell. Ezért két terméket ajánlok. Az egyik a KING KONG, ezt a májat támogató és zsírégető hatása miatt ajánlom. Egyéb hasznos tulajdonságait is kihasználhatod :) Ebből napi 9 cseppet használj, ideális lenne a 3x3 csepp fogyasztása, de legalább 2 részletben vedd be a napi adagot. Az esti adagot, légy szíves, a sörözés megkezdése előtt fogyszd. A másik termék a SPIRULINA. Ezzel fogjuk ellensúlyozni a sör által okozott savasságot, mert ez a bogyó erős lúgosító hatású. Ha SPIRULINA-val semlegesítjük a sör által okozott savasságot, akkor nem terheli meg úgy a veséket a sav közömbösítésének feladata, így nem fog zsírraktárakat képezni a szervezet. Ebből reggel vegyél be 2 szemet, aztán este minden doboz sör után is 2 szemet. És ha a sör helyett valami más alkoholféleség lenne, akkor is vedd be, mert minden alkohol erősen savasít.” #



Dr. Barta Gizella



Dr. Szabó Ida



Ráczné Simon Zsuzsanna



Szilágyi Judit



Takács Mária

# AMI A LAÁR ANDRÁS- INTERJÚBÓL KIMARADT

A 2010. márciusi Vitae-ben jelent meg beszélgetésünk Laár Andrással. Zenekarának Tündértantra című CD-jét a Fonogram éves gáláján beválogatták a legjobb lemezek közé. Ez az a CD, amelyhez – néhány hétig járó ajándékként, 10 ezer Ft értékű vásárlás felett – sok ENERGY klubtag is hozzájutott. Az interjúból hely hiányában kimaradt néhány fontos gondolat. Most ezeket olvashatják.







Ha valaki nem ismerné Laár András eddigi életútját, néhány címszó: KFT, L'art pour l'art, Besenyő Pista bácsi, Tompika, felszentelt buddhista pap, a hinduizmus jó ismerője és a gyógyító badzsanokat játszó Sat-Chit-Ananda Bhajan Band zenekar vezetője. Laár András néhány hónapja az ENERGY felé is „nyitott”, jó tapasztalatokat szerzett a KOROLEN fogyasztásával.

### Szinkronicitás a mindennapi életben, kapcsolat az Úrral

„Nekem a humor is szent. Úgy érzem, hogy a jó Istennek igen jó humora van, hihetetlenül szellemes valaki. Ezt úgy lehet észrevenni, ha az ember nagyon komolyan figyel a jelekre. A saját életét komolyan figyeli, és azt is nézi, ahogy a fejében kavarnak a gondolatok. Rájön, hogy a gondolataira kívülről mindig érkezik valami válasz.

Többször észrevettem, hogy amikor nagyon el voltam telve önmagamtól, nagyképzű gondolatokkal és önelégült érzéssel mentem valahova, mindig jött valami kis koppintás. Konkrétan: bevertem a fejemet vagy térdre kellett esnem. Átvitt értelemben, de konkrétan is. Amikor nagyképzű voltam bizonyos szituációban, akkor konkrétan elestem, és térdre. Észre kell venni, hogy ez az alázatra való nevelés.

Különbben egy az egyben ezt a „működést” lehet megfigyelni Chaplin filmjeiben. Ő kedvenc példám arra, milyen jó humora van az Istennek. Chaplin isteni teremtmény, honnan vette volna máshonnan a humorát? Lényeg az, hogy például abban a filmjében, amelyik cirkuszban játszódik, igencsak peckesen udvarol egy lovász leánynak – és amikor a leghősibb pózokat vágja, peckesen nekitámaszkodik a kályhának, és kigyullad a könyöke. Ami onnan következik, az a kavargás, fantasztikusan jó, és mindig a groteszk felé megy el a dolog.

Ezért érzem, hogy a jelek ilyen szinten is fontosak. Figyelmeztetik az embert a saját jellemhibáira. Jómagam szimbológiával is foglalkoztam egy kicsit, és úgy figyelem a jeleket. Az autórendszámokat szoktam figyelni, ahogy megyek előre az úton és elmélkedem. Bizonyos időpillanatokban, bizonyos jelentős gondolatokkal egy időben, a szinkronicitás elve alapján, autók jönnek be elémm. Ezt én jelenek tekintem, elolvasom a rendszámukat, és a rendszámot számmisztikailag értelmezve teljesen egyértelmű kapcsolatot találok a gondolataim, a felvetődött kérdések és az autórendszámok között, amelyeket válasznak fogok fel...

Tehát ez egy folyamatos kapcsolat az Úrral. Azt gondolom: Isten nem úgy van jelen a világban, hogy csak

úgy megteremtette a világot, aztán békén hagyja, elhúzódik valami oldalsó kis zugba. Hanem mi igazából az ő életét éljük, tehát mi magunk isteni megnyilvánulások vagyunk, Istennek a hordozói. És minden jelenség is az, nem csak mi, emberek. Ezért ez az egész világ egy szerves élő egész. A jelek szintjén lehet kommunikálni ezzel a gondolattal, hiszen az Úr jelen van, a jel-en van rajta.”

### A rezgések fontosságáról

„Az igazi holisztikus szemlélet alapján az ember minden oldalról megfogja a világot, az egészség fogalomkörét. Egyrészt életmód, másrészt energetika, gyógynövények, és ami mindehhez kapcsolódik, egyfajta spirituális hozzáállás, a spirituális segítők, mint például a zene alkalmazása. Hozzáteszem, hogy a világon minden rezgés, voltaképpen az anyag is igazából rezgés. Nem fizikai, objektív részecskékről beszélünk, tehát nem szilárd építőkövekből, hanem rezgésből állunk mi magunk is. Ezért a rezgések segítségével nagyon sok minden megoldható. Egyes gyógymódok, például a homeopátia, maga is rezgés.”

### Hinduizmus, buddhizmus

„A buddhizmus kapcsán hosszú éveken át ismerkedtem a keleti nyelvekkel, nem beszélem őket, de elég nagy a szanszkrit szóincsem, sok mindent megértek. A hindi és a szanszkrit édes testvérek.

A hinduizmus és a buddhizmus pedig a múltban igen szoros kapcsolatban állt egymással, és így van ez a jelenben is. Voltaképpen a buddhizmus a hinduizmus reformációja. Utána vissza is izesült a hinduizmus, egy csomó mindent visszavett a buddhizmusból. A kétféle vallás követői között magas szinteken szent a béke. Például az én mesterem, aki a jóga útját tanítja már 30 éve a világban, hindu mester, egy jógi, és pontosan ugyanazokat a dolgokat mondja, amikor tanítást ad, mint amikor a Dalai Láva ösztönzése. Sőt, ők ketten találkoztak is a legnagyobb barátságban. Volt egy magas szintű csúcs a Dalai Láva és a Szvámidzi között. A tanítások gyökerei megegyeznek, sok minden viszont nem ugyanaz, tehát ez két külön vallás. Ennek ellenére azt mondhatom, hogy mindkettőt egyformán fontosnak tartom a magam életében. Nekem tetszik a hinduizmus istenhite, és tetszik a buddhizmus Istentől való független tudattana is. Ezek bennem teljesen normálisan megférnek egymással. Nem gondolom, hogy inkább lennék buddhista, mint hindu, és azt sem gondolom, hogy inkább lennék hindu, mint buddhista.” #



Chaplin isteni teremtmény, honnan vette volna máshonnan a humorát?

# TANÁCSADÁS

## A NETEN

### Válaszol: az orvos és a természetgyógyászok

**Ebben a rovatunkban az internetes tanácsadás kérdéseiből és válaszaiból tallózunk, némi szerkesztéssel és rövidítéssel. A dr. Szabó Ida csecsemő és gyermekgyógyász szakorvostól, Kotriczné Szilágyi Judit kineziológus és Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta természetgyógyászoktól származó válaszokat dőlt betűvel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, felteheti kérdését a [www.energyklub.hu](http://www.energyklub.hu) honlapon.**



Dr. Szabó Ida

#### DR. SZABÓ IDA

» Melyik termék használható vagy kombinálható arcideg gyengeség, bénulás esetén?

*Ha ismert az ok, esetleg más is, ha nem ismert, a KOROLEN lassan elért 1x5 cseppjét szedném, természetesen a gyógyszerek mellett. Három hét szedés, egy hét szünettel, 3-4 hónapig szedheti így.*

» Jobb mellemben van egy 0,95 cm-es ciszta. Ön szerint a CYTOVITAL krém segítené a felszívódásban? Ha igen, hányszor alkalmazom?

*Én biztos megpróbálnám. Napi 2x használhatja, belsegleg a GYNEX 2x5 cseppje mehet, 3 hét szedés egy hét szünettel, hónapokig.*



Kotriczné Szilágyi Judit

#### KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

» Szexuális gátlásaim vannak, ha olyan partnerrel kerülök közelebbi kapcsolatba, aki nagyon tetszik, vagy akihez lelkiileg kötődöm. Egyszerűen nem tudom elengedni magamat, így szinte orgazmusom sincs. Volt olyan, aki teljesen hidegen hagyott, azzal teljesen lazán ment minden. Nagyon zavar, hogy most egy olyan partnerem van, aki nagyon sokat jelent nekem, és mégis olyan gátlásaim lesznek, ha csak a közelemben van, hogy egyszerűen nem tudok mit kezdeni vele. Nagyon megértő és türelmes, igaz, de hosszú távon biztos szakításhoz fog ez vezetni. A mindennapokban határozott egyéniségű, kiegyensúlyozott nő vagyok, de ebben a problémában a segítségére szorulok. Valószínű, hogy nagyon meg akar felelni azoknak



Ráczné Simon Zsuzsanna

*a partnereknek, akik fontosak. Ha az ember meg akar felelni, akkor feszültté válik, és lemond a vágyairól. Próbálja az egyébként érzelmileg fontos partnert szex közben „nem fontosnak” tekinteni, és semmiképpen ne akarjon megfelelni neki. Akkor nem lesz gond. Ha a tervezett aktus előtt 1 órával GYNEX-et vesz be, 5 cseppet, akkor van esély arra, hogy létrejöjjön a harmónia, és megszűnjenek a gátlások.*

#### RÁCZNÉ SIMON ZSUZSANNA

» Állandóan visszatérő petefészek-gyulladásal küzdök. Jelenleg is fáj a bal oldalamon, az is lehet, hogy ciszta. Menstruációs ciklusomat nem mondanám túl rendszertelennek, de azt sem mondanám, hogy rendszeresen működik. Hajam nagyon hull, és el van vékonyodva. Búzafüvet, Béres cseppet alkalmazok kb. fél éve, de úgy tűnik, nem nagy sikerrel. Használhatom-e a GYNEX cseppet? Régóta szemezek vele, de félek, hogy esetleg kimarad tőle a vérzésem, vagy felborítja a hormonjaimat. (Bár lehet, hogy épp azok okozzák a galibát.)

*A GYNEX csepp általában rendezni szokta a kibillent hormonműködést, és enyhíti, nem ritkán megszünteti a krónikus és akut női gyulladásokat. Kérem azonban, hogy keresse fel háziorvosát, és csináltasson egy vérképet, mivel a hajhullás a szervezetben lévő gyulladáshoz góccra utalhat (mandula, fog, vese?). Javaslom a RENOL csepp (2x3 csepp) és a SPIRULINA-BARLEY tablettát (2-3x2-4) szedését. Jó hatású lehet a CYTOVITAL krém bemasszírozása az alhas területén.*

### A cseh gyermekgyógyász javaslatai

#### DR. MÁRIA BUTKOVIČOVÁ

» Négyéves kislányom nagyon rossz evő. Minden ételt erőltetnem kell neki. Létezik olyan ENERGY készítmény, amely segíthetne ezen a problémán? Úgy érzem, hogy nála ez lelki eredetű gond. Azonnal elkezd „nyávogni” vagy hirtelen sokkal fontosabb dolgokat talál magának, csak hogy ne kelljen ennie.

*Étvágyserkentőnek a REGALEN-t ajánlom, naponta 2x2 csepp 3 hétig, majd mindig tartsanak egy hét szünetet. Ezenkívül korlátozza minimumra az édességevét.*

» Mi lehet hatásos az aftára egy 5 éves gyermek esetében, valamint mit tudna javasolni nyugtatásra és az immunrendszer megerősítésére?

*A legmegfelelőbb készítmény minderre a VIRONAL, naponta 2x3 csepp. Három hét használat után tartsanak egy hét szünetet.*

» Nyolcéves kislányomnak húgyúti problémái vannak. Állandó vizelet ingerrel küzd, de pisilni nem tud. Pisilés közben égető érzésre panaszkodik. Körülbelül 2x kezelték már gyulladással (kb. egy éve). A kicsi sokat jár úszni, valószínűleg ez a bajok eredete.

*Adjon kislányának RENOL-t, naponta 2x4 cseppet, reggel, majd 17-19 óra között. Három hét használat után tartsanak egy hét szünetet. A vese és a húgyhólyag környékét kenegessék ARTRIN-nal. A RENOL-t szedjék 3-4 hetes kúrában, tartsanak 2 hónap szünetet, majd a kúrát ismételjék meg.*

# SZÉKREKEDÉS GYERMEKEKNÉL – VAN MEGOLDÁS!

SZÖVEG Jana Kročilová,  
Energy Klub, Blížejov  
KÉP dreamstime.com

**Az utóbbi időben egyre több olyan anyukával találkozom az ENERGY klubban, aki valahogy szeretne gyógyírt találni gyermeke székrekedésére. Néhányan az orvos tanácsára már beöntésre is elvitték csemetéiket. Ez a kicsik esetében megrázó élmény.**

A székrekedés kialakulásának természetesen rengeteg oka lehet, a láztól és a kevés folyadékfogyasztástól kezdve, a helytelen táplálkozáson keresztül, egészen a nem megfelelő étkezési szokásokig. Jómagam az étkezési szokások változtatásában látom a leggyorsabb megoldást.

## Rendszeresség, étkezési szokások

Megértem, hogy napjainkban, amikor a boltok polcai tele vannak különböző csábító dolgokkal, a megfelelő étkezés kérdése felettébb bonyolult. Ugyanakkor tény, hogy a gyerekek többsége napközben bárhol hozzájuthat a különböző ropikhoz, édességekhez, nápolyikhoz, fehér pékáruhoz és cukrozott üdítőkhoz. Az anyukák vásárlási szokásait pedig hihetetlen módon befolyásolják a reklámok, pl. a margarinok reklámjai.

A gyerekek nem meghatározott időpontokban étkeznek, hanem gyakorlatilag egész nap majszolnak valamit. Fontos, hogy a kicsik hozzászokjanak a rendszerességhez, ezzel kialakulnak az étkezési szokásaik, és megértik, hogy nem kell mindent megenniük, ami éppen az útjukba kerül.

A gyomornak szüksége van bizonyos időre, hogy feldolgozza a beléje került táplálékot. Ha kb. 1,5 óránál rövidebb időn belül bármilyen új táplálékot (legyen az akár ropi, akár nápolyi) juttatunk be a gyomorba, az új, még meg nem emésztett táplálék összekeveredik a már megemésztett régivel. A végeredmény: a szervezet nem lesz képes arra, hogy kiválassza magának a szükséges értékes anyagokat.

## Ivás, rágás

A következő rossz szokás – aminek gyakran még a felnőttek sincsenek tudatában – az étel folyadékkal történő leöblítése. Miért helytelen ez? Mert a táplálék ily módon nem keveredik össze a nyállal, emellett a folyadék segíti a nagyobb falatok lejutását is.

Abból a célból, hogy szervezetünk az ételt minél jobban hasznosítsa, alaposan meg kell rágnunk. Ám a kisgyerekek nagy része szinte megfullad evés közben, akkora falatokat igyekszik lenyomni a torkán. Tanítsák meg gyermekeiket arra, hogy alaposan rágják meg az ételt.

## Néhány tanács

Ha nem fordítanak kellő figyelmet az egészséges táplálkozásra, engedjenek meg néhány kompromisszumra törekvő javaslatot:

» Ne adjanak gyermekeiknek kiflit és zsemlét, toast kenyeret stb. A lisztet és a vizet régebben papírragasztóként használták, a kifli és a zsemle ugyanilyen jól képes eltömíteni a beleket.

» Ha a gyerekek nem rágnak rendesen, és probléma van a székletükkel, érdemes megelőzni a bajt, és az ételt apró darabokra vágni, a burgonyát átnyomni, a kenyeret „katonákra” vágni, tovább főzni az ételt, hogy valóban jó puha legyen.

» Ne használjanak olyan zsírokat, amelyeknek a gyártási módját laikusként el sem tudják képzelni. A legtöbb növényi zsír (margarin) mesterséges antioxidánsokat tartalmaz, amelyek hosszú távú használata a kívánttal éppen ellenkező hatást vált ki a szervezetben.

» A szakértők sem tudnak megegyezni abban, hogy vajjal vagy más, vajat helyettesítő készítményekkel célszerű-e inkább megkenni gyermekeink kenyerét. Véleményem szerint a vaj kevesebb kárt okoz a szervezetben, még ha szerves eredetű is. A normális emésztéshez elengedhetetlen a zsírok jelenléte. Azoknál a gyermekeknél, akik főleg margarint fogyasztanak, gyakrabban tapasztalunk székrekedést.

» Adjanak a gyerekeknek naponta legalább egy almát, ha lehet, héjával együtt, nagyobb darabokra vágva. (A héja nélkül, kásásra reszelt alma a hasmenést megszüntetésére való.)

» Főzzenek gyermekeiknek gyakrabban hüvelyes zöldségeket (borsót, lencsét) – a szóját a gyerekek nehezebben emésztik meg.

» Köretnek készítsenek darát, kölest, főtt zabpelyhet.

» Ebédre egyenek mindig egy kis levest is. Székletproblémák esetében sokszor segít a sűrű káposztaleves.

» Adjanak gyermekeiknek savanyított tejtermékeket, sima joghurtokat – csoki golyók vagy színes cukordíszítés nélkül.

» Ha végképp teljesen tanácstalanná válnak, ne feledjék: a székletproblémákat rendbe hozzák az ENERGY készítményei: VIRONAL, PROBIOSAN és VITAMARIN. #



*Adjanak a gyerekeknek naponta legalább egy almát, ha lehet, héjával együtt, nagyobb darabokra vágva.*



# TÖBB, MINT EGY KLUB

**MÉS QUE UN CLUB – azaz több, mint egy klub. Ez a katalán sportegyesület, az FC Barcelona híressé vált jelmondata. Ehhez a klubhoz tartozni játékosként, vezetőként, szurkolóként is dicsőség; egészen magával ragadó élmény.**

**Az Energy Társasághoz tartozni klubvezetőként, tanácsadóként – dicsőség, öröm, felelősség, alázat. Azt mondhatjuk: az ENERGY több, mint egy cég, amely étrendkiegészítőket forgalmaz – az ENERGY TÖBB, MINT EGY KLUB.**



Bár az ENERGY készítményei a táplálékkiegészítők csúcspontjára helyezkednek el, nem csupán a készítmények egyszerű adásvétele történik: van egy különleges érzés, mely körülveszi ezt az egyedülálló energetikai rendszert.

Országszerte egyre több orvos csatlakozik az ENERGY rendszeréhez. Külön öröm, hogy ők maguk keresik a lehetőséget, hogy megismerjék és alkalmazzák készítményeinket, mert orvos-szakmai berkekben is mindinkább megbecsülik, értékelik a Pentagram® koncentrátumok, vitaminok, „zöldek”, krémek által elért eredményeket.

Mindazonáltal bizton állíthatjuk: a magyarországi ENERGY és ezzel együtt mi is még az út elején járunk, az első 10 év csak kis szelete annak, ami még előttünk áll.

## Találó mondatok, magvas gondolatok

Alább az utóbbi időben a Vitae hasábjain megjelent interjúkból, egyéb írásokból ragadunk ki egy-egy mondatot. Olyan részeket, amelyek – a klubtagok visszajelzései alapján – a legtalálóbbak voltak.

„A mai kor emberére ráerőszakolják a versenyt életének szinte minden területén, a felgyorsult világra hivatkozva a tempó emelését követelik meg – és ezzel az egyes embert tartós stressznek teszik ki, mely hosszú távon rombolja az életenergiát. Tisztelet a kivételnek, de hitvány »élelmiszerekkel« etetik – anélkül, hogy tudna róla. A bizonytalanság, a kilátástalanság, a tartóssá vált félelem a legkeményebb anyagból »gyúrt« embert is kikezdeheti.

...A nőkre, családanyákra, feleségekre hárul a feladat, hogy férjüket, gyermekeiket, családjukat testileg-lelkileg egyensúlyba, harmóniába hozzák... A minőségi táplálékkiegészítők, vitaminok, regenerációs készítmények ma már egyre inkább elengedhetetlen kellékei egy egészséges család mindennapjainak – gyermekektől az idős családtagokig. Sokan még úgy gondolják, hogy ez csupán »úri huncutság«. Csakhogy a ma emberének energetikai problémái vannak, mivel bár a természetben született és az abban való életre van tervezve, nem annak megfelelően él. A civilizáció táplálékai finomítottak, tartósítottak, emellett a mai kor emberét életviteli stresszek terhelik.

(Vitae, 2008. szeptember)

A nőkre, családanyákra, feleségekre hárul a feladat, hogy férjüket, gyermekeiket, családjukat testileg-lelkileg egyensúlyba, harmóniába hozzák.





„Bizalommal kezdtem szedni a GYNEX-et. Nagyon rövid idő alatt nemcsak a tüneteim szűntek meg, de a világom is megváltozott: a közérzetem, a hangulatom – olyan »majd kiugrom a bőrömből«... Az ENERGY cseppek is úgy működnek, mint egy javítóprogram. A megfelelő információ rendszeres bejuttatásával kezd helyreállni a kép... És az ENERGY cseppek mindig célba találnak.”

(Dr. Bíró Éva háziorvos, orvos-természetgyógyász, Debrecen, Vitae 2009. nyár)

„A célok eléréséhez tenni is kell, és a siker nem jön »csak úgy«, magától... Fel lehetne sorolni tucatnyi erényt, illetve olyan emberi tulajdonságot, ami ahhoz kell, hogy valaki elérje a céljait, de az biztos, hogy a fantázia, az a képesség, hogy el tud képzelni, hogy valóban azzá válhatsz, ami lenni szeretnél, az egyik legfontosabb mind közül... E nélkül talán az összes többi összetevő (kitartás, lendület, elszántság, akarat stb.) sem lehet elég a célok eléréséhez...”

(Lukács László)

„Ön szerint elég-e, ha a fal repedését úgy tüntetjük el, hogy elé húzzuk a szekrényt, vagy teszünk rá új tapétát? Helyes-e, ha szintetikus szerekkel, adalékanyagokkal felfújt élelmiszerekkel, értéktelen, kártékony szellemi táplálékkal próbáljuk kielégíteni szervezetünk igényeit? Az ENERGY regenerációs készítményei, egyedülálló természeti forrásai már bizonyítottak és bizonyítanak nap mint nap: energiát adnak a tudatnak a problémák megoldásához, segítségükkel megújul a szervezetünk, javul az életminőségünk.”

(Vitae, 2008. december - 2009. január)

## Egy emlékezetes Tankcsapda-interjú

A 2009. karácsonyi Vitae magazinban jelent meg Lukács Lászlóval, a Tankcsapda frontemberével készült interjúnk (Ahogy a nagykönyvben meg van írva...) Most ebből az interjúból ragadunk ki részleteket, előttük idézve néhány sort a zenekar jól ismert dalszövegeiből:

„Van, aki ésszel, van, aki pénzzel. Van, aki egyszerű, pusztá kézzel.

Van, aki tudja, van, aki érti. Van, aki az életét se félti. Van, aki mindig, van, aki egyszer. Van, aki gyűlöl, van, akinek tetszel.

Van, aki ellened, van, aki érted. Úgy kapod, ahogy kérted.”

(Tankcsapda: Adjon az ég!)

„Mit csinálnék másképp? Semmit! Azt hiszem, a dolgok nem véletlenül történnek úgy, ahogy... Azt gondolom, hogy minden, ami velem vagy általam történt, úgy volt jó, ahogy – és pontosan úgy történt, hogy ahhoz a következő lépéshez vezessen, ami aztán az azt követőhöz, és így tovább...”

(Lukács László)

„Ami kinn, az van benn. Ami fenn, az van lenn. Ahogy élsz, annyit érsz. Ott van a válasz a szemedben...”

(Tankcsapda: Ez az a ház...itt élek)

„Ha nem hiszed el, hogy az életed ajándék, Nézd meg jobban, hogy élnek anyádék! Ha nem hiszed el, hogy az élet, Tényleg örökké tart, Hiába úszol, belefulladász, Pedig ott van a másik part.”

(Tankcsapda: Örökké tart)

„...a hit a legfontosabb, mindenek felett áll. Hit nélkül az ember üres. Olyan, mint egy kukó, vagyis egy olyan tojásbéja, amely kívülről úgy néz ki, mintha valóban tojás volna, de csak látszatra olyan, hiszen éppen a lényeg hiányzik belőle... Lehet szép (főleg, ha »húsvéti módra« ki is van festve), de akkor is csak egy üres héj, valódi tartalom és érték nélkül.”

(Lukács László)

„Azt mondta az orvos, ha a szíved fáj is néha Adj rá hangerőt és jobban leszel a rocktól Nem a szesztől, nem is a drogtól De a gitártól meg a dobtól.”

(Tankcsapda: Köszönet, doktor)

„Az én esetemben egy folyamatról beszélhetünk, amely egyszerűen a saját, jól felfogott érdekekből való életmód-változtatások sorozata. Lépésről lépésre igyekszem megteremteni... A zene – talán – az egyik legjobb gyógyszer... Azt hiszem azonban, hogy a rossz passz, a szomorú hangulat vagy a kedvetlenség éppúgy az élet része, mint a vidámság, a jókedv. Ha ezek »aránya« az egészséges tűrőhatáron belül marad (és nem vált át, mondjuk, önpusztításba), azt hiszem, nem jelenthet igazi problémát. Főleg úgy nem, ha van valaki vagy valami (pl. a zene, a zenélés öröme), ami ezen a perióduson túlszeli..... Szóval azt hiszem, hogy a zene több, mint »gyógyszer.«”

(Lukács László)



A zene - talán - az egyik legjobb gyógyszer...



SZÖVEG Dr. Lubomir  
Chmelař  
KÉP dreamstime.com

# BIOINFORMÁCIÓK: MIK AZOK, HOGYAN HATNAK?



**A bioinformációk az infravörös szférától a rádiófrekvencia szférájáig terjedő tartományban (megközelítőleg egy mikrométertől egy méterig terjedő hullámhossz) ható elektromágneses sugárzás összetett frekvenciái. Az élő szervezetben legnagyobb mennyiségben található és valószínűleg legfontosabb vegyületre, vagyis a vízre gyakorolt befolyásuknak köszönhetően meghatározott biológiai hatásokat váltanak ki.**

Az emberi szervezet 60–90%-ban vízből áll. Minden kémiai és biokémiai reakcióhoz szükséges közeg a víz. A fehérjemolekulák is a vízben formálódnak olyan optimális térbeli szerkezetekké, amelyek lehetővé teszik a molekulák megfelelő működését.

Az 1. képen megfigyelhetik az enzimek egyikének, egy fehérjének a modelljét. Ebben a molekulában a szubsztráthoz (egy enzim katalizálta reakció kiindulási termékéhez – a szerk.) szükséges olyan kötési és további

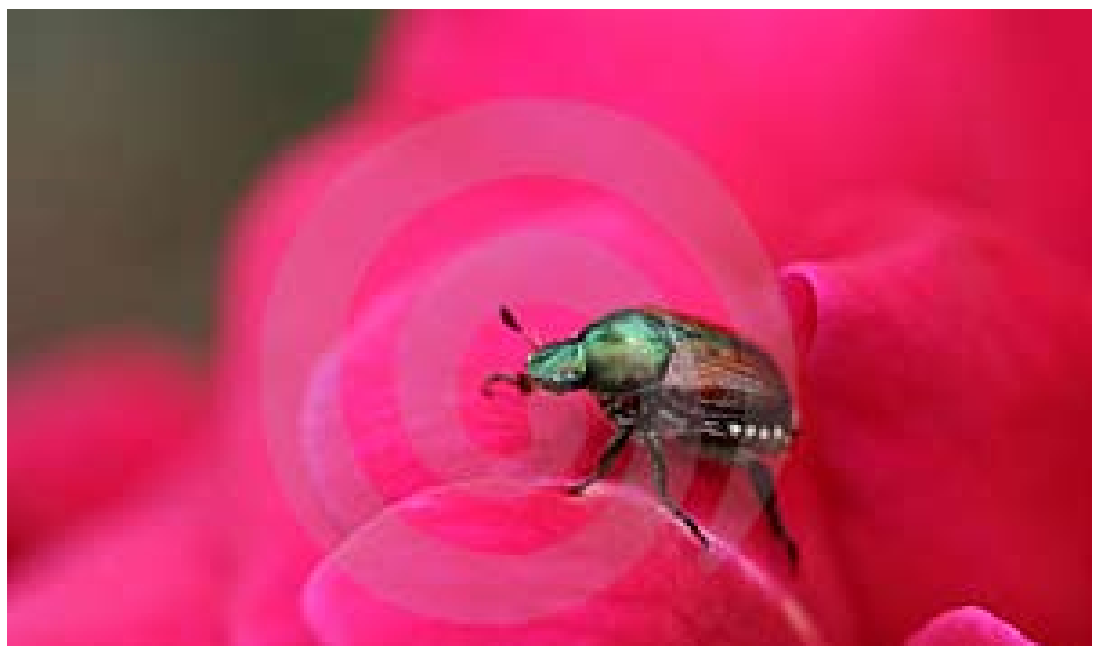
aktív helyek rejtőznek, amelyek elengedhetetlenek az enzim saját aktivitásához (bomlás, szintézis, kötés stb.). Ha a vizes közeg molekulák közötti ereje akár egy kicsit is megváltozik – mondjuk hőmérséklet-változás, sótartalom-változás, az egyes elemek arányának módosulása hatására –, ennek hatása azonnal megmutatkozik az enzim térbeli szerkezetében, és az enzim aktivitása módosul.

## Akusztikus tónus, akkord

A molekulák közötti erők ugyanilyen módon változtatják meg a már említett, legalább 3 hullámhosszból álló infravörös sugárzás elnyelését. A legjobb, ha ezeket a frekvenciákat akusztikus frekvenciákhoz, azaz tónusokhoz hasonlítjuk. Egy adott hang tónus még nincs ránk hatással. Két, szintén szabadon választott tónusnak még mindig nincs semmilyen befolyása. Ha azonban legalább 3 tónusról van szó, már akkordot hallunk. Az akkord vagy harmonikusan, vagy épp ellenkezőleg: kellemetlenül, diszharmonikusan hat ránk. Ennek analógiájára az infravörös tartományban is minimum 3 frekvenciának kell jelen lennie ahhoz, hogy azok valamilyen módon hatást gyakorolhassanak az élő szervezetre.

További hasonlóságot találunk a látható fényben, azaz a 400–740 nm terjedelmű hullámhossz tartományban. Minden tárgy felszíne elnyeli a látható sugárzás teljes spektrumát, de csak meghatározott hullámhosszokat juttat

*Az infravörös tartományban is minimum 3 frekvenciának kell jelen lennie ahhoz, hogy azok valamilyen módon hatást gyakorolhassanak az élő szervezetre.*





viszsa a térbe, ezért mi különböző színeket érzünk. A fény oly módon rezgetti meg a tárgyak felszínének molekuláit, hogy azok visszabocsátják a sugárzást, ám csak meghatározott hullámhosszokban, azaz olyan egyedi színben, amely a tárgy felszínének kémiai összetételétől függ.

Hasonló a helyzet az infravörös tartományban is. Mivel a víz elnyeli az infravörös sugárzás szinte valamennyi frekvenciáját, az anyagok „színe” az infravörös tartományban sokkal gazdagabb, mint a látható spektrum tartományában. Minden kémiai és biokémiai anyagnak megvan a maga egyedi színe az infravörös tartományban.

### Infravörös érzékelés

A fényt a látással érzékeljük, de hogyan érzékelhető az infravörös tartomány? Általánosságban azt mondhatjuk, hogy hőérzékelőkkel, de az infravörös tartományt valójában az egész testünk képes érzékelni. A szervezetünkben található víz ugyanis elnyeli ezt a sugárzást, megváltoznak a molekulák közötti erők, és hatás éri a biokémiai folyamatokat. Testünk belső receptorai érzékelik ezt az állapotot, ezért tudat alatti reakció alakul ki az adott sugárzásra. Ez lehet kellemes vagy kellemetlen, sőt ezek az érzések a test meghatározott területein is megnyilvánulhatnak.

Ezért például az a kutya, amelyik az ENERGY koncentrátumai közül a (RENOL-nak megfelelő) RENOVET-et „vette magához” és ráfeküdt, annak valóban a RENOVET-re volt szüksége. Tudatalattija megérezte, hogy a készítmény pozitívan hat rá. Ugyanezen mechanizmus szerint alkalmazhatjuk a rezonanciás tesztet is: amikor (az EAV alapelvein működő) Supertronic készülék segítségével csökkent értékeket találunk bizonyos szerveknél, amint rátalálunk a megfelelő készítménymintára, a mérési adatok emelkedni kezdenek.

### Hogyan hatnak a bioinformációk az élő szervezetre?

Először azt kell megvizsgálnunk, miként hatnak a mérgező anyagok (toxinok) a vizes közegre. Minden oldódni képes vegyületet vízmolekulák vesznek körül a vizes közegben. A víz bipoláris, azaz az oxigénnél 2 negatív, a hidrogénnél pedig 2 pozitív töltés található. A víz molekulája ily módon polarizált, mivel az oxigén a hidrogénnel 104,5 fokos kötés szöveget zár be. A víz éppen ezért kiváló poláris oldószer. A pozitív ionokhoz közelednek a vízmolekulák az oxigén felőli, tehát a negatív oldalukkal, a negatív ionokhoz pedig a vízmolekulák pozitív része, vagyis a hidrogén atomok. Így az eredeti vízmolekula

részei eltávolodnak egymástól, meggyengülnek a molekulán belüli erők, létrejön a hidrátburrok, az eredeti molekula atomjaiból pedig szabadon mozgó ionok keletkeznek. Ezzel egy időben bármilyen kémiai vagy biokémiai reakció is beindulhat, mert a szóban forgó disszociáció következtében jelentős mértékben meggyengültek a kötési energiák.

Csak a könnyebb elképzelhetőség kedvéért: ahhoz, hogy megkezdődjék bármilyen kémiai reakció, energiára van szükség, amely megbontja az eredeti molekula kötését. Az ionok létrehozatalához (például egy fém megolvasztásával) több száz Celsius-fokos hőmérsékletre lehet szükség. Ám, ha ugyanilyen vegyületeket vízben oldunk fel, átlagos, sőt nulla fok alatti hőmérsékleten is bekövetkezhet az ionok képződéséhez vezető reakció.

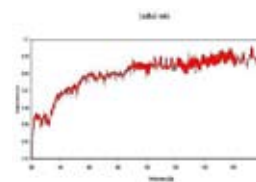
Most pedig térjünk rá a mérgező anyagokra (toxinokra). A toxinok olyan erős kötés hoznak létre, hogy még a vízmolekulákat is sokkal erősebben vonzzák magukhoz. Ezzel nagyon kicsi és igen erős felszíni töltésű ionok jönnek létre, amelyek állandó kötés alakítanak ki a sejt szerkezetével, és teljes mértékben blokkolják azt. Éppen ezért toxikusak. Minden részecskének, azaz ionnak is megvan a maga elektromágneses mezeje, amely ellenkezőleg működik, azaz a toxicitás ellen hat.

A mező a saját részecskéjére jellemző hullámhosszok elektromágneses sugárzásának formájában képes meggyengíteni az említett kötés, „kiszabadítani” saját részecskéjét a toxinok fogságából. És ezzel visszaérkeztünk a cikk első mondatához. A biokémiai reakció sugárzásával együtt rezonáló elektromágneses sugárzás befolyásolja az egész reakciót. (A hullámhosszok tehát a létrejött részecskék hullámhosszainak egész számú többszörösei.)

Leggyakrabban az enzim-molekulák térbeli változásairól van szó. Az enzim-molekulák mindenek hatására folyamatosan elveszítik aktivitásukat. Célzott elektromágneses sugárzás segítségével 100%-ban megújítható a sérült enzimek aktivitása. Ez egyben a homeopata orvoslás hatásmechanizmusának magyarázata (Chmelář, L., 1995).

### Miként kerülnek a bioinformációk a készítményekbe?

Bioinformációk homeopátiás dinamizáció segítségével nyerhetők ki az eredeti gyógynövényből, a vegyi vagy biológiai anyagokból. Ez a módszer nagyon érzékeny a forrásanyag tisztaságára, és a gyártási folyamatok alatt is feltétlenül meg kell tartani a szigorú előírásokat, amelyek garantálják a termék egységességét.



*Bioinformációk homeopátiás dinamizáció segítségével nyerhetők ki az eredeti gyógynövényből, a vegyi vagy biológiai anyagokból.*



Az egész folyamat egyik legnehezebb része a kívánt hatást biztosító, ún. „anya (vagy ős-) tinktúra”, azaz alap tinktúra elkészítéséhez használható anyag felkutatása. A „őstinktúra” lehet egy kivonat vagy egy oldat, amely homeopátiás dinamizációhoz használható. Az előkészítés és a gyártás során követett legszigorúbb előírások ellenére is megeshet, hogy az alap tinktúrába nyomokban bekerült, nem kívánt anyagok módosítják a végtermék összetételét. Éppen ezért a készítmények között, ha kis mértékben is, de az évszaktól vagy a felhasznált alapanyagoktól függően különbség lehet.

A bioinformációk megszerzésének következő lehetősége az ásványokból, kövekből és további szilárd anyagokból kinyert sugárzás. Problémát jelent azonban az intenzitás, az adagolás, valamint a megfelelő ásványi anyagok korlátozott választéka.

A bioinformációk hatásmechanizmusának megértése lehetővé tette a konkrét készítmény gyártásához szükséges megfelelő frekvenciák elektromos előállítását. A bioinformációk elektromos előállítása rendkívül egyszerű, minden szükségletet kielégít – még olyan esetekben is, amikor természetes forrást csak nehezen találhatnánk. A folyamat előnye az egyszerű, egységes adagolás, valamint az abszolút tiszta jel (szignál). Ezt a módszert ráadásul – a homeopátiás módszerrel szemben – külső tényező nem képes befolyásolni.

A bioinformációk antennarendszer segítségével, homeopátiás keverék formájában kerülnek az ENERGY készítményeibe. Kisugárzásuk a kész termékre, vagyis az „átadásuk” kristályok által végzett polarizáció révén megy végbe (itt történik meg a jelek felerősítése és egyenirányítása). Az eredeti homeopátiás elegyet folyamatosan felváltja a multifrekvenciás generátor által előállított, elektromos minta. Az információk átadása a készítményeknek egyelőre még mindig a fent említett antennás erősítővel történik.

A 2. képen (a 21. oldalon) láthatják, hogyan néz ki a bioinformáció a magas frekvenciájú konduktometriával végzett mérés közben. A franciaországi Lourdes forrásvízének jeléről van szó.

A bioinformációk pontos adagolása céljából minden készítmény gyártásához előkészítik, kiválasztják az elektromos előállítású mintát. Először azonban minden esetben tesztelni, ellenőrizni kell a készítmények megfelelő hatékonyságát.

### **A bioinformációk alkalmazásának előnye**

Negatív hatású bioinformációk előállítása nem lehetséges. Az élő szervezetben számos folyamat energetikai szinten zajlik, és ilyen esetekben felesleges a testet vegyi anyagokkal terhelni. Jó példa erre az a testépítő, aki anabolikus hormonok helyett csak azok információit alkalmazza. Az anabolikum mintáját speciálisan módosított, polarizált fényvel sugározza be. És mindez nagyon hatásos. Az anabolikum használata meghatározott tevékenységre kényszeríti a testet, ebben az esetben fokozott fehérjeszintézisre – még akkor is, ha a szervezetnek erre nincs szüksége. Ez pedig nem más, mint a szervezet „kémiai megerősökölése”.

A bioinformációk a rezonancia alapelvén működnek. Ha az egyes hullámhosszok a saját többszöröseikben egyeznek, akkor hatást könyvelhetünk el. Ha viszont a frekvenciák (és többszöröseik) különböznek egymástól, akkor bármiféle hatás nélkül, egyszerűen átmennek az élő szervezeten. A bioinformációknak ezért nincs, nem is lehet semmiféle negatív hatásuk. A bioinformációk gyorsan hatnak, ám a hatékonyságukat csak rendszeres adagolással lehet fenntartani.

Az ENERGY készítmények bioinformációs hatékonyságához kapcsolódik a termékekben levő gyógynövények kémiai hatékonysága. A gyógynövények esetleges negatív hatásait az erre a célra készített bioinformációk semlegesítik.

A bioinformációk alacsony intenzitáson is működnek, ám ez egyben azt jelenti, hogy az erősebb energetikai behatások részben tönkretelhetik őket (mobiltelefon, televízió, mikrohullámú sütő, elektromos rövidzárlat stb.). Ezt fontos figyelembe venni a szerek tárolásakor, szállításakor. #

*A bioinformációk elektromos előállítása rendkívül egyszerű, minden szükségletet kielégít – még olyan esetekben is, amikor természetes forrást csak nehezen találhatnánk.*

# ENERGY KLUBOK ELŐADÁSAI, RENDEZVÉNYEI

TELEPÜLÉS	CÍM	IDŐPONT	RENDEZVÉNY TÉMÁJA, ELŐADÓ, KAPCSOLAT	TELEFON
BUDAPEST	1149 Budapest, Róna u. 47/A.		A programokról érdeklődjön <b>Marosi László</b> klubvezetőnél. E-mail és web: info@energyklub.hu, www.energyklub.hu	061/354 0910, 061/354 0911. Július 19-23. között, vagyis a 29. héten a klub zárva tart, szünetel az értékesítés és a telefonos információk szolgálat!
BUDAPEST	<b>Új cím:</b> 1072 Budapest, Rákóczi út 44. III. emelet (bejárat a gyógynövénybolt mellett), kapucsengő: 20-as. A klubesteket is itt tartják minden hónap 2. keddjén, 17 órától.	minden hónap 2. keddjén 17 órától	Előadók: <b>Várkonyi Edit</b> kineziológus, természetgyógyász és <b>Varga Judit</b> kineziológus. E-mail: ozisz.bt@citromail.hu <b>Nyitva tartás június 1-jétől (változás!):</b> H-Sz: 12:00-19:00, K-Cs: 9:30-16:30, P: 9:30-15:00.	0620/261 2243
BUDAPEST	1145 Budapest, Amerikai út 85.	június 25., péntek, 15 órától; augusztus 31., kedd, 15 órától	Az Energy klub és a Nice Holisztikus Hajógyógyászat programjai. Előadás: Fejbőr túlzott zsírosodása komplex kezelése – június 25. Fejbőrviszketés komplex kezelése – augusztus 31.	Klubvezető: <b>Kis Éva</b> . További info és a részvételi szándék bejelentése: 06-30/7545417, 06-30/7545416. A korlátozott létszám miatt a részvételi szándékot telefonon kérjük jelezni!
SZEGED	Villornet, Hargitai u. 40.	minden hónap második szerdája, 18 óra	Előadás és szaktanácsadás, tartja: <b>Dr. Szabó Ida</b> csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvos, természetgyógyász.	0662/480 260
SZEGED	Nemes Takács u. 1. (Petőfi S. sgt. és Nemes Takács utca sarok)	minden hónap páros szerdája, 17 óra	Előadó: <b>Mészáros Márta</b> természetgyógyász, reflexológus, gyógyszertári analitikus, szakasszisztens	0662/322 316 0630/289 3208
DEBRECEN	Nagy Lajos király tér 1-5. Technika Háza (Egyetem sugárút)	június 11., péntek, 18 óra	Energy klubelőadás. Hormonrendszerünk titkai új megközelítésben – az Energy tükrében! (PCO, endometriózis, meddőség, klimax) Előadó: <b>Iglói-Syversen Nóra</b> hormonegyensúly terapeuta.	További info Kovácsné Ambrus Imola, klubvezető, természetgyógyász: (30) 458-1757, info@imolaenergy.hu
MISKOLC	Zsolcai kapu 9-11., I. em. 116.		Nyári szünet az ingyenes orvosi tanácsadásokban. Szeptembertől újra indul. További info: <b>Ficzere János</b> klubvezető. E-mail: fj58@citromail.hu	0630/856 3365. A miskolci klub nyári szabadság miatt az alábbi napokon zárva lesz: 2010. július 26., 28., 29.
KAZINCBARCIKA	Barabás M. u. 56.	Klubnap minden szerdán 16-18 óra között.	További információ: <b>Ficzere János</b> klubvezető.	0630/856 3365, fj58@citromail.hu. A kazincbarcikai klubnapok közül nyári szabadság miatt elmarad: 2010. július 28.
KECSKEMÉTT	Inkubátor ház	Június 25., péntek, 17 óra.	Klubelőadás – június 25.: A rezgések és a bioinformációk alkalmazása, szerepe az Energy készítményekben. Előadó: <b>Kürti Gábor</b> akupresszőr, reflexológus természetgyógyász.	(30) 855-0406, (30) 449-8078. E-mail: karmazsin.sandor@vipmail.hu
KECSKEMÉTT	Inkubátor ház	Július 30., péntek, 17 óra	Klubelőadás – július 30.: Nyár, forróság, napozás és az Energy készítmények. Előadó: <b>Csanádi Mária</b> természetgyógyász.	(30) 855-0406, (30) 449-8078. E-mail: karmazsin.sandor@vipmail.hu
GYŐR	Szent István út 12/3. fsz. 4.	minden hónap első keddjén, 18 óra	Terméktapasztalatok, információk cseréje. Előadó: <b>Kocsis Ilona</b> klubvezető.	0696/335 650, 0620/395 2688
KESZTHELY	Lovassy Sándor u. 13/A.	minden kedden 17.30-19 óra között	Energy klubnap. További információ: <b>Gyenesé Ibolya</b> klubvezető. E-mail: ibi-bazsa@freemail.hu	0630/560 7785, 0630/225 4917
PÉCS	József Attila u. 25.	minden szerdán 17 órától	Klubnap. További info <b>Molnár Judit</b> klubvezetőnél. E-mail: energy.pecs@freemail.hu	0630/253 1050
ZALAEGERSZEG	Ady E. u. 31.	minden hónap 2. keddjén 17 órától	Előadások a klubban. Érdeklődjön <b>Kozsa Anita</b> klubvezetőnél. E-mail: kozsanita@freemail.hu	0692/347 746, 0630/857 4545
SZOMBATHELY	Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ, Ady tér 5.	június 18., péntek 17.30	Klubelőadás: Tapasztalatok az Energy termékek alkalmazásáról. Előadó: <b>Ángyán Józsefné</b> természetgyógyász, kineziológus. Az előadás után ingyenes állapotfelmérés! További info <b>Nánási Tiborné Eszter</b> klubvezetőnél, Naturatéka, Fő tér 38. Külsikátor.	0630/534 2560, 0694/322 087

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

## Az Energy országos klubhálózata:

Budapesten: 06-1-354-0910, 06-20-261-2243 – Debrecenben: 06-30-458-1757 – Győrben: 06-20-395-2688 – Kalocsán és Baján: 06-30-326-5828 – Kazincbarcikán: 06-30-856-3365 – Kecskeméten: 06-30-855-0406 – Keszthelyen: 06-30-560-7785 – Miskolcon: 06-30-856-3365 – Nyíregyházán: 06-20-427-5869 – Pécsen: 06-30-253-1050 – Sopronban: 06-30-830-0344 és 06-30-372-3429 – Szegeden: 06-30-289-3208, 06-62-480-260 – Székesfehérváron: 06-20-568-1759 – Szolnokon: 06-56-375-192 – Szombathelyen: 06-30-534-2560 – Veszprémben: 06-30-488-4973, 06-70-703-7489 – Zalaegerszegen: 06-30-857-4545



# KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

## BUDAPEST 1

**Klubvezető:** Marosi László

**Nyitva tartás:** H-P: 8:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás. / Figyelem! A központi Energy Klub július 19-23. között, vagyis egy hétig zárva tart, ez idő alatt szünetel az értékesítés és a telefonos tájékoztatás is.

**Cím:** Hungary Energy Kft., 1149 Budapest, XIV. Róna u. 47.

Telefon: 06-1-354-0910, Fax: 06-1-354-0911

E-mail: info@energyklub.hu, web: www.energyklub.hu

## BUDAPEST 2

**Klubvezető:** Kis Éva

**Nyitva tartás:** H-P: 10:00-17:00

**Tevékenységi kör:** Hajgyógyászat és oktatóközpont, a fejbőr és hajpanaszok külső és belső, testi és lelki okainak feltárása és kezelése komplex holisztikus módszerekkel, ENERGY termékek forgalmazása, bioinformációs fejbőrgyógyászati termékek gyártása és forgalmazása. / **Ingyenes vizsgálatok:** személyre szabott számítógépes termékmeghatározás az ENERGY készítményeiből. Földszagzás bemérése aurából. / **Tanfolyamok:** Holistic Pulsing masszázis, skalpdiagnosztika, hajgyógyászat Kis Éva módszerével.

**Cím:** Nice Holisztikus Hajgyógyászat, 1145 Budapest, XIV. Amerikai út 85. /

Telefon: +36-1-267 8725, +36-20-9640-830 / E-mail: vikica01@t-online.hu

/ Web: www.nicehajgyogyszat.hu

## BUDAPEST 3

**Klubvezető:** Nagy Renáta

**Nyitva tartás:** H-P: 10:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic készülékkel történő energetikai szintfelmérés, Enzimed terápia és masszázsprogram; hang-fény, illetve csakraterápia, hajvizsgálat; fej-, bőr- és skalpdiagnosztika, lézeres fejbőrkezelés, SPA méregtelenítő lábkezelés.

**Cím:** 1072 Budapest, Rákóczi út 44. III. emelet (bejárat a gyógynövénybolt mellett), kapucsenő: 20-as. (Új cím június 1-jétől!) / Nyitva tartás június 1-jétől (változás!): / H-Sz: 12:00-19:00, K-Cs: 9:30-16:30, P: 9:30-15:00 / A klubesteket is itt tartják minden hónap 2. keddjén, 17 órától. Telefon: 06-20-261-2243 / E-mail: ozisz.bt@citromail.hu

## BUDAPEST 4

**Klubvezető:** Czimeth István

**Nyitva tartás:** H-P: 10:00-18:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic készülékkel történő állapotfelmérés és ENERGY termékek tesztelése, gyógyító beszélgetés, szeretetterápia, bioenergetikai állapotfelmérés, Bach-virágterápia, tarot-személyiségelemzés, alternatív fizioterápia (légzőgyakorlatok, mozgásgyakorlatok).

**Cím:** 1027 Budapest, II. kerület, Horvát u. 19. / Nyitva tartás:

H-P: 10:00-18:00 (Nyitás a tervek szerint június 7-én!) /

Telefon: +36-1-354-0910 / E-mail: energybuda@energyklub.hu

## DEBRECEN

**Klubvezető:** Kovácsné Ambrus Imola

**Nyitva tartás:** K: 9:00-18:00, Sz-Cs: 9:00-12:00, P: 13:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.

**Cím:** 4032 Debrecen, Nagy Lajos király tér 1-5., „Technika Háza” (Egyetem sugárút) / Telefon: +36-30-458-1757 / E-mail: imolaenergy@freemail.hu

## GYŐR

**Klubvezető:** Kocsis Ilona

**Nyitva tartás:** H-Sz-P: telefonos egyeztetés, K: 9:00-18:00, Cs: 13:00-18:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, mágnesterápia MCR készülékkel, biofizikai állapotfelmérés és regeneráció, zsírégető, testsúlycsökkentő program, nikotinfüggőség kioltása (Scio Quantum Biofeedback programmal), spirituális válasz terápia (SVT), infrasauna.

**Cím:** 9022 Győr, Szent István út 12/3 fsz. 4. (A Kereskedelmi és Iparkamara

mellett) / Telefon: +36-96-335-650, +36-20-395-2688 /

E-mail: ilona.kocsis@t-online.hu

## KALOCSA

**Klubvezető:** Hargitainé Mónika

**Nyitva tartás:** H-P: 14:00-18:00, P: 14:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, meditáció, biorezonanciás mérés, bioenergetikai kezelés, szaktanácsadás.

**Cím:** 6300 Kalocsa, Málna u. 2. / Telefon: +36-78-462-018,

+36-30-326-5828 / E-mail: hargitainemoni@freemail.hu

## KAZINCBARCIKA

**Klubvezető:** Ficzer János

**Nyitva tartás:** Sz: 16:00-18:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, biorezonanciás mérés, orvosi tanácsadás.

**Cím:** 3700 Kazincbarcika, Barabás M. u. 56 / Telefon: +36-30-856-3365,

E-mail: fj58@citromail.hu

## KECSKEMÉT

**Klubvezető:** Karmazsin Sándor és Karmazsiné Marika

**Nyitva tartás:** H: 12:00-14:00, K-P: 14:00-18:00. Nyitva tartási időn kívül hívni lehet a 06-30-449-8078-s telefonszámot, Karmazsiné Marikát.

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, akupresszúra, reflexológia, VOLL mérés.

**Cím:** 6000 Kecskemét, Nagykőrösi u. 5., a Centrum áruház bejáratával szemben. (Új cím június 1-jétől!) / Telefon: +36-30-855-0406, +36-30-449-8078, E-mail: karmazsin.sandor@vipmail.hu, karmazsinmaria@freemail.hu

## KESZTHELY

**Klubvezető:** Gyenese Ibolya

**Nyitva tartás:** H-P: 11:00-18:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, Energy tanácsadás, masszázis, meditáció, lélekgyógyászat, Nelson biorezonanciás állapotfelmérés, gyógytorna.

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

## MISKOLC

**Klubvezető:** Ficzer János

**Nyitva tartás:** H: 14:00-17:00, SZ: 10:00-14:00, CS: 14:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, terméktesztelés.

**Cím:** 3526 Miskolc, Zsolcai kapu 9-11. I. emelet /

Telefon: +36-30-856-3365, E-mail: fj58@citromail.hu

## NYÍREGYHÁZA

**Klubvezető:** Fitos Sándor

**Nyitva tartás:** H-P: 13:30-16:30

**Klubnap és konzultáció:** H-P: 13:30-16:30

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás.

**Cím:** 4400 Nyíregyháza, Május 1 tér / Telefon: +36-20-427-5869 /

E-mail: thetan@freemail.hu

## PÉCS

**Klubvezető:** Molnár Judit

**Nyitva tartás:** K: 8:00-10:00 és 16:00-18:00, CS: 7:30-9:40, CS: 17-19 Mezőszél utca 1. nyitva tartása: SZ: 16:00-19:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás.

**Cím:** 7635 Pécs, József Attila utca 25. / Telefon: 36-30-253-1050 /

E-mail: energy.pecs@freemail.hu

## SOPRON

**Klubvezető:** Szabó Csilla, Kurucz Tamás

**Nyitva tartás:** H,P: 10:00-12:00, K, Sz, Cs: 10:00-17:00

**Tevékenységi kör:** Energy termékek árusítása, szaktanácsadás, internetes tanácsadás

**Cím:** Sopron, Stadion Üzletház, I. emelet, FLORESCENCE / Telefon: 06-30-830-0344, 06-30-372-3429 / E-mail: energy@florescence.hu

### SZEGED 1

Villornet Kft.

**Nyitva tartás:** H-P: 8:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.

**Cím:** 6725 Szeged, Hargitai u. 40. / Telefon: +36-62-480-260

### SZEGED 2

**Klubvezető:** Mészáros Márta

**Nyitva tartás:** H-P: 13:00-17:30

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés, köpölyös cellulit és fogyaszto masszázis tekeréssel, infrasaunával, köpölyös hátgerinc masszázis, ráncalanító köpölykezelés, testmasszázis.

**Cím:** 6722 Szeged, Nemes Takács u. 1. / Tel./fax: +36-62-322-316, +36-30-289-3208 / E-mail: m-marta@invitel.hu

### SZÉKESFEHÉRVÁR

**Klubvezető:** Ostorháziné Jánosi Ibolya

**Nyitva tartás:** H-CS: 9:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, Supertronic mérés.

**Cím:** 8000 Székesfehérvár, Károly János u. 55. (Konzulens 9000 Kft.), Telefon: +36-20-568-1759 / E-mail: janosi.ibolya@gmail.com

### SZOLNOK

**Klubvezető:** Berczi Lászlóné

**Nyitva tartás:** H-P: 9:00-17:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése. / Cím: 5000 Szolnok, Arany János út 23. / Telefon: +36-56-375-192

### SZOMBATHELY

**Klubvezető:** Nánási Tiborné

**Nyitva tartás:** H-P: 9:00-12:00 és 13:00-17:00, Sz: 9:00-12:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Supertronic és biorezonanciás állapotfelmérés.

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

### VESZPRÉM

**Klubvezető:** Mezei Tünde

**Nyitva tartás:** H-SZ: 8:00-21:00

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, vitális térterápia, állapotfelmérés (Bemi-San készülékkel), gyógymasszázis és nyirokmasszázis, akupunktúra, infrakabin, jóga.

**Cím:** 8200 Veszprém, Szeglethy utca 1. I. emelet, 104-es üzlet, a mozgólépcsővel szemben. **(Új cím június 1-jétől!)** / Telefon: +36 88-789-481, +36 30-488-4973, +36 70-703-7489 / E-mail: info@padmahaz.hu / Web: www.padmahaz.hu

### ZALAEGRSZEG

**Klubvezető:** Dankóné Kozsa Anita **Nyitva tartás:** K, Cs, P: 11-18

**Tevékenységi kör:** ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés, infrasauna, masszázis, mágnesárópia, fényterápia, oxigénterápia, hajgyógyászat előzetes bejelentkezéssel.

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

## AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

**Ajka** **Kun Gyula**, okleveles akupresször természetgyógyász, **Kun Gyuláné Zsuzsa** természetgyógyász, okleveles gyógymasször / Vitál

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

**Budapest** **Hajnalné, Tóth Gyöngyi** Bio-Med Zóna Egyetemi Gyógycentrum / (Műs. Egy. kollégiuma – Orvosi rendelő) / 1114 Budapest, Bartók Béla út 17. / Tel./fax: +36 1/217-2476, +36 70/229-7421 / betegség-, gőckeresés minden hónap első csütörtök, péntek, szombatián.

**Greskó Anikó** 1037, Bp., Orbán Balázs u. 35. I. em. / Telefon: +36 20/955-1226

**Szilágyi Judit** kineziológus / Telefon: +36 30/319-8928

**Dr. László Mária** belgyógyász, onkológus, reumatológus / 1136 Bp., Raul Wallenberg u. 12. IV/3. / Telefon: +36 20/480-0246

**Dezső Éva Edit** / 1095 Budapest, Tinódi u. 12. / Energetikai szintfelmérés bejelentkezéssel. / Telefon: +36 1/218-1342, +36 30/558-6134

**Domonkos Anna** / Fittpont Biobolt, 1024 Budapest Lövőház u. 26. / Telefon: +36 30/424-4267

**Kiss Ágnes** / Telefon: +36 30/250-3548

**Czető Ágnes** természetgyógyász / 1053 Budapest, Ferenciek tere 4. / Telefon: +36 30/205-0963

**Mázsar Csabáné** / Jókai Biocentrum, 1043 Bp., Árpád út 77. / Telefon: +36 70/539-9360

**Abidin Mehboubinéné Erzsébet** / Candida mérés és kezelés / Telefon: +36 30/292-0977

**Melchterné Hácsek Ildikó** / Telefon: +36 20/997-5548

**Nagy Irén Éva** fülakupunktör, kineziológus, akupresször / Telefon: +36 30/ 942 3155

**Unginé Sachs Henrietta** természetgyógyász, radieszéta, reflexológia, akupresszúra / 1144 Budapest, Füredi u. 11/b. VIII/32. /

Telefon: +36 20/522-8185

**Szentgyörgyi Edit** kineziológus / Budapest, XX. Fás u. 24. /

Telefon: +36 30/266-1452

**Szieber Ágnes** / Telefon: +36 30/387-6599

**Dr. Bán Marianna** fogorvos, természetgyógyász, auraszóma / Telefon: +36 30/475-2859

**Várkonyi Edit** természetgyógyász, kineziológus / Attractiv Center Wellness & Egészségközpont / Budapest, XIII., Radnóti M. u. 2. / Telefon: +36 20/334-1932

**Szentgyörgyi Tamás** masször, ájurvéda- és shiatsu gyógyász / 1114 Bp., Orly u.10. / Telefon: +36 70/272-4888 / E-mail: riplmasszazs@freehostia.com

**Vitalpont Oktatási és Referencia Központ** / 1115 Bp., Etele út 42/B. fsz. / Telefon: +36 30/624-3071 / +36 20/988-3608, +36 20/240-0986 / E-mail: vitalpont@citromail.hu

**Mátai Marina** természetgyógyász, fülakupunktúra, thai masszázis, autogén tréning, méregtelenítés / Bp. XIII. és XI. ker. / Telefon: +36 20-3459408

**Baja** **Árnika Natúrbolt**, 6500 Baja, Deák F. u. 12. / Telefon: +36 20/464-7008

**Rubesch István**, 6500 Baja, Rudnai u. 18. / Telefon: +36 79/423-244, +36 20/215-8885

**Vital Wellness Klub**, Tóth Kálmán tér 8. / számítógépes okfeltáró vizsgálatok / Telefon: +36 20-431-3845

**Balmazújváros** **Baloghné Kiss Ilona** fizioterápiás szakasszisztens, Energy tanácsadó / Telefon: +36 70/452 3660

**Békéscsaba** **Bartyik Edit**, Herbária, 5600 Békéscsaba, András út 47/1. Telefon: +36 66/322-355

**Biatorbágy** **Zsilák Vera**, Energy tanácsadó, Zugor István u. 13. Fogadás előzetes egyeztetés alapján. / Tel.: +36 20 275 2755 / E-mail: zsilak.vera@mail.datanet.hu

**Debrecen** **Mandala Életfa Kft., Daróczi Zoltán** minisztériumi vizsgabiztos, természetgyógyász, vizsgáztató és szakértő, Egyetem sugárút 38. / Telefon: +36 30/963-1635; +36 52/537-777

**Fodor Ilona** védőnő, telefon: +36 52/456-695

**Ráczné Simon Zsuzsanna** fitoterapeuta-természetgyógyász / Telefon: +36 30/449-2304

**Lévainé Szűcs Ibolya** szemtréner, akupresször, kineziológus, komplementer medicina oktató, Vargakert u. 1. fszt. 9/13. / Telefon: +36 30/634 3146

# AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

**Délegyháza** **Czibik Mártonné**, Energy tanácsadó, Nyírfa út 5/A. /  
Tel: +36 20/389 4003

**Dömsöd** **Nagy Enikő**, Energy szaktanácsadó. energetikai állapotfelmérés / 2344 Dömsöd, Gólya út 6. / Telefon: +36 20-590-7827

**Dunakeszi** **Szabó György**, Életerő Egészségcentrum, 2120 Dunakeszi, Garas u. 24. II/8. / Telefon: +36 27/341-239

**Érd** **Hegymeginé Pintér Gabriella**, tanácsadás, energetikai állapotfelmérés / Telefon: +36 30/901-2474

**Fertőd** **Horváth Ilona**, Energy tanácsadó, állapotfelmérés / Mentés Mihály u. 9. 1/5 / Telefon: +36 30/348-6517, +36 30/267-2196 / E-mail: horvat-ilona@freemail.hu

**Fertőszentmiklós** **Ősze Anita** alternatív gyógyász és **Szabó György** metafizikai pszichoterapeuta / Energy termékek értékesítése, szaktanácsadás, Nelson biorezonanciás mérés, reiki kezelés, lélekgyógyászat. / 9444 Fertőszentmiklós, Kolozsvári u. 15. / Telefon: +36 70/947-0125, +36 70/947-0128 / www.angyalenergia.hu

**Győr** **Smaragd Sziget, Bedi Margó** / 9023 Győr, Tihanyi Árpád u. 85. / Telefon: +36 20-467-5684

**Gyulafirátót** **Glatz Zoltán**, 8412 Gyulafirátót, Faiskola u. 12. / Telefon: +36 88/457-101, +36 30/381-9924

**Hódmezővásárhely** **Méhészeti és Gyógynövény Szaküzlet**, 6800 Hódmezővásárhely, Károlyi u. 1. / Telefon: +36 62/236-525

**Jánoshalma** **Dr. Horvát Katalin** / 6440 Jánoshalma, Remete u. 2. / Telefon: +36 77/403-652

**Kalocsa** **Makkegység Reform Szaküzlet** / 6300 Kalocsa, Szent István kir. út 53. / Telefon: +36 70/369-6362, +36 78/466-870

**Kápolnásnyék** **Manna Natura Bt.**, Kiss Elvira / 2475 Kápolnásnyék, Fő u. 31. / Telefon: +36 70/250-1118

**Kecskemét** **Szathmári Margaréta** / 6000 Kecskemét, Petőfi S. u. 6. VI/17. / Telefon: +36 20/547-3247 / E-mail: margareta59@t-online.hu /

**Euro Patika** / 6000 Kecskemét, Kápolna u. 15.

**Keszthely** **Molnárné dr. Annus Erzsébet** toxikológus, fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász / Zámor utca 40. (az Intersparnál) / Természetgyógyászati és addiktológia rendelő, biorezonanciás energetikai állapotfelmérés, Energy termékesztelés, dohányzásról való leszoktatás, stresszkezelés, Candida teszt. / Telefon: +36 83/314-179, +36 70/618-9799 / E-mail: alfa1640@freemail.hu

**Kiskunfélegyháza** **Szatmáriné Valika** reflexológus, Voll-féle elektroakupunktúrás állapotfelmérés / ELIXIR Stúdió, Kiskunfélegyháza, Batthyány u. 3. / Telefon: +36 20/226 4000

**Kiskőrös** **Napraforgó Bio és Naturabolt** / 6200 Kiskőrös, Petőfi tér 15. / Telefon: 70/382-7078

**Kőszeg** **Neudl Marianna**, BIOTÉKA gyógynövényszaküzlet, Rákóczi u. 3. / Telefon: +36 /94-360-980

**Letenye** **Berill Szalon, Májer Mária**, Energy tanácsadó, biorezonanciás mérés, masszázs, infraszauna. / Kossuth u. 15., / Telefon: +36 30/294-8227

**Mélykút** **Szűcs István**, telefon: +36 77/460-249

**Mezőkövesd** **Molnár Zsófia**, 3400 Mezőkövesd, Rigó u. 5. / Telefon: +36 49/313-257

**Mezőnyárad** **Vighné Novák Erika** reflexológus, Energy tanácsadó. Mezőnyárad, József Attila u. 7. / Telefon: +36 49/425-290

**Miskolc** **Vitalitás**, Természetes gyógymódok szaküzlete, Orgonvív Centrum / 3530 Miskolc, Széchenyi u. 68. I. em. / Telefon: +36 46/344-811

**Mosonmagyaróvár** **Bio-Spektrum-Orvos-természetgyógyászati központ, dr. Tóth Ildikó** homeopátiás orvos és bio-fogorvos. / Teljes körű orvos-természetgyógyászati szolgáltatás. / 9200 Mosonmagyaróvár, Lucsony u. 8. / Telefon: +36 30/ 6181-712 / Nyitva: du. 17 óra után

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

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

**Nyíregyháza** **Türk-Paszabi Anna**, telefon: +36 20/312-9457

**Orosháza** **Oskó Csilla**, 5900 Orosháza, Thék Endre u. 4. / Telefon: +36 30/974-35+36

**Vitaporta Gyógynövény és Biobolt**, 5900 Orosháza Rákóczi út 16. / Tel.: +36 30/286-8510

**Pannonhalma** **Szaifné Albert Adrienne** természetgyógyász, kineziológus / Pannonhalma, Gizella királyné u. 13. / Telefon: +36 20/439-4896.

**Pécs** **Göllöncsér Ágnes**, 7632 Pécs, Éva u. 1. / Telefon: +36 20/518-5411

**Csürke József** telefon: +36 70/944 6163

**Dr. Enikő Ivanova**, telefon: +36 70/244 4211

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

**Püspökladány** **Sebestyén Csaba**, fitoterapeuta, bioenergetikus, telefon: +36 70/619-0754

**Siófok** **Natura Patika**, Tácsik Attiláné, Sió u.10. / Telefon: +36 20/431 9696

**Ángyán Józsefné**, természetgyógyász / 8600 Siófok, Wesselényi út 19. / Telefon: +36 20/314-6811

**Sopron** **Rákos Sándor**, Energy termékajánlás 9400 Sopron, Kossuth u. 2., Nap Háza egészség centrum és biobolt Tel.:+36-70/609-54-50

**Szeged** **Calendula Gyógynövény szaküzlet, Miklós Mária** / 6723 Szeged, Keresztöltés u. 23/B, tel.: +36 62/458-652

**Csanádi Mária** természetgyógyász, 6727 Szeged, Vadas Márton u.70. / Telefon: +36 62-640-279, +36 30-636-6247 / Szeged, Arany János u.7. / E-mail: csanadimaria@freemail.hu

**Natura Bolt**, Szeged, Csongrádi sgt. 9. / Telefon: +36 62/425-739

**Szekszárd** **Herbária Borágó Bt.**, 7100 Szekszárd, Széchenyi u. 19. / Telefon: +36 74/315 -448

**Szentés** **Herbária üzlet**, Ady E. u. 1. / Tel.:+36 63/316-443 / **Menta Gyógynövénybolt**, 6600 Szentés, Horváth Mihály u. 4/a / Telefon: +36 63/400-378

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

**Szigethalom** **Fábián Edit**, földszugárzás mérés, Mú út 184. / Schnellgang Bt, Feng Shui sziget / Telefon: +36 70/229-0491, +36 30/383-7625

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

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

**Tótkomlós** **Nagné Leginszki Andrea**, Hárs Natura Bolt, Tótkomlós, Hársfa u. 10. / Telefon: +36 68/462 341, +36 30/466-9996

**Fabó Lászlóné**, Gyógynövény bolt, 5940 Tótkomlós, Aradi u. 1. / Telefon: +36 68/462 -616

**Veszprém** **Hargitai Zsuzsanna**, Energy tanácsadó, termékajánlás / 8200 Veszprém, Ady E. u. 79/D. 1/6 / Telefon: +36-20/982-9873 / +36-88/325-176

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

**Zalaegerszeg** **Balogh Natália gyógymasször, Pausa Lívia** természetgyógyász / Bíró Márton u. 5. fsz. 1. / Nyitva tartás: H, P: 15-17, Sz: 15-18 / Telefon: +36 30/634-5946, Balogh Natália / Telefon: +36 30/449-6560, Pausa Lívia / E-mail: b-nati@freemail.hu

**Takács Mária** szaktanácsadó, állapotfelmérés, termékesztelés, internetes tanácsadás / Telefon: +36 70/60-777-03 / E-mail: tmara@zalaszam.hu / Web: www.donna.hu

**Zebegény** **Mundi László**, masször, reflexológus, pedikűrös, energetikai szintfelmérés / 2627 Zebegény, Árpád u. 23. / Telefon: +36 27/373-119



# A HEGYEKRŐL, A GOMBÁKRÓL ÉS AZ ENERGYRÓL

SZÖVEG Ladislav Kohútík,  
mérnök, Besztercebánya  
KÉP Energy

**A főiskola után abbahagytam az aktív sportolást (dzsúdó), és elkezdtem a dolgozó emberek szokásos életét élni. A sportra az évek múlásával sajnos egyre kevesebb időm jutott. Megmaradt azonban a hobbim: kirándulás a természetben, gombáknak és az erdő más gyümölcseinek gyűjtése.**

Amikor van időm és kedvem, elmegyek a Nyugati-Tátrába, és nem csak a gazdag természetén örvendezem – a csodálatos természet látványa ugyancsak örömmel tölt el. Nem ritka, hogy ilyenkor erdei állatokba botlom. Például tavaly szeptemberben, ahogy felfelé igyekeztem egy meredek domboldalon, hirtelen reccsenésre lettem figyelmes. Felkaptam a fejem, és körülbelül 15 méternyire tőlem egy gyönyörű, fenséges agancsú szarvas állt. Kis idő elteltével, miután már egy ideje kölcsönösen figyeltük egymást, eszembe jutott, hogy le kellene fényképeznem a mobiltelefonommal.

## Szarvaskaland

Elkezdtem lázasan kutakodni a zsebeimben, hogy elővegyem a gondosan eldugott mobilomat. A szarvas észrevette, hogy másképp, furcsán kezdek mozogni, és valószínűleg a pózolás sem szórakoztatta már olyan nagyon. Így néhány szökkenéssel hirtelen eltűnt fent, a fák között. A telefonom kihalászása után igyekeztem utolérni, de hát az embernek csak két lába van...

Ezek a viszonylag meredek hegyoldalakon körülbelül 3 éve éreztem először szúró fájdalmat a térdemben, amikor éppen egy gombákkal teli kosárral igyekeztem lefelé a völgybe. Nem tulajdonítottam neki különösebb jelentőséget, „ez már biztosan a korral jár”, gondoltam magamban. Később az otthoni tornagyakorlatok alatt vagy egy kis hétköznapi térdmozgás közben is hallottam egyfajta „ropogó” hangot, és mintha valami ugrándozott volna a jobb térdemben.

## Rendetlenkedett a térdízületem

Arra gondoltam, hogy ez a sport-múltamból visszamaradt térdízületi (meniscus) probléma lehet. Keresgéltem kezdtem valamit, ami segíthetne. Akkoriban talákoztam először az ENERGY-vel és a SKELETIN-nel. Az első héten napi 3, majd 2 hétig napi 2 kapszulával kezdtem a kezelést. Egy kicsit felfüggesztettem az otthoni tornát, és javítottam az étrendemen is. Elkezdtem több folyadékot inni, és rendszeresen fogyasztottam különböző pelyheket – almával, dióval és mézzel feljavítva. Minimálisra szorítottam vissza a fehér pékáruk, valamint a cukor fogyasztását.

Az első SKELETIN kúrát követően a térdporcom állapota 100%-kal javult. Abbamaradt az a vészjósló hang, és többé „semmi” nem ugrándozott benne.

Azóta többször is visszatértem már gombászni a kedvenc hegyeimbe. A szúró fájdalmat soha többé nem éreztem. De már azzal a bizonyos szarvassal sem talákoztam többé... #



## Miért jó, ha az ARTRIN mindig kéznél van?

**Saját tapasztalataim alapján állíthatom, hogy az ARTRIN a legkülönbözőbb esetekben képes segítséget nyújtani. Olyankor is hatásos volt, amikor ezt álmomban sem gondoltam volna.**

Nemrégiben „bujkált bennem valami”, fájt a torkom, időről időre „elment a hangom”, fájt a fejem jobb oldala, illetve a jobb oldali fogaim is. Így eszembe jutott, hogy kipróbálhatnám az ARTRIN-t, hiszen a CYTOVITAL-lal és a SPIRON-nal együtt mindig kéznél van a házi patikámban. Bekentem vele a homlokom jobb felét, a jobb halántékomat, és a nyakamra hűtőborogatás (priznic) formájában helyeztem fel, azaz először bekentem ARTRIN-nal a nyakamat, majd rátettem egy benedvesített zsebkendőt, és törülközővel letakartam. Ezzel egy időben forró kakukkfűves teát ittam, befújtam magam SPIRON-nal, és azt mondogattam magamnak, hogy ennek hatnia kell...

Másnap már éreztem, hogy nincs mitől félnem, „visszajött” a hangom, és sokkal jobban éreztem magam. Ugyanezt a folyamatot aznap még megismételtem, de a következő napon már nem volt rá szükség. #



SZÖVEG Renáta Pekařová,  
Ostrava  
KÉP dreamstime.com

# ÚJPESTEN IS FOLYTATÓDIK AZ EGYÜTTMŰKÖDÉS

Mészöly Géza: „Remélem,  
hogy az Újpest  
honlapján hamarosan az  
ENERGY is megjelenik  
a támogatók között.”

## Mészöly Géza: „Jó és hatékony termékek”

A 2009. szeptemberi Vitae magazinban jelent meg beszélgetésünk Mészöly Gézával. Akkor beszámoltunk róla, hogy a Vasas focistái milyen jó tapasztalatokat szereztek az általuk kipróbált ENERGY készítményekkel. Most ismét megkérdeztük a Vasastól újra az Újpestehez szegődött labdarúgó edzőt.

**Hogyan élte meg a váltást: folyamatosságként vagy változásként?** Amint az Újpestehez kerültem, felhívtam az ENERGY ügyvezető igazgatóját, Marosi Zoltánt, hogy ide tudjam csábítani az ENERGY-t. Ebben partnerre találtam az ő személyében, biztosított arról, hogy szívesen támogat bennünket. Korábbi csapatomnál, a Vasasnál már kipróbáltuk a készítményeket, így meggyőződtem arról: az élsportban hihetetlenül fontos, hogy ilyen termékekből tudjuk „táplálkozni”. Úgy néz ki, hogy ezt Újpesten is szívesen veszik. Megtisztelőnek érezzük, hogy egy ilyen komoly cég megállapodást készül kötni az Újpestevel.

Ami a váltást illeti, nem volt egyszerű számomra a december, és a január, február is nehezen telt el. De ahogy mondani szokták, minden negatív dologból is származhat jó, erősíthet bennünket. Elégé megkeményített a döntés, hogy a Vasasnál nem fejezhettem be a megkezdett munkámat. De végül a szerencse mellém szegődött: szabad edző lettem, és amikor az Újpest úgy érezte, hogy edzőt kell váltania, ott voltam én, aki oda tudott menni. Igen nagy örömmel vállaltam ezt a feladatot, és úgy érzem, itt most jól mennek a dolgok.

**Az újpesti futballisták legfeljebb néhány hetes tapasztalatot szerezhettek az ENERGY termékekkel kapcsolatban. Látszanak azért már kezdeti eredmények?** Igen, mert például az ARTRIN krémmel a kisebb sérüléseket eredményesen tudjuk kezelni, illetve a SKELETIN-t is már 2 hete használják a fiúk. Nagyon jó visszajelzéseket kapunk tőlük. Örülnek, hogy minden egyes játékos hozzájutott egy-egy doboz termékhez, napi 3x1 szemet szednek belőle. A KING KONG-gal szeretnének még megismerkedni, ez utóbbi azonban még nem indult be. Az erőnléthez oly fontos FYTOMINERAL is hamarosan megérkezik. Lassan befejeződik ez a szezonunk (az interjú május 18-án készült – a szerk.), és a tervek szerint a következő szezon beindulásával egy időben lép életbe az Újpest szerződése az ENERGY-vel. Remélem, hogy az Újpest honlapján hamarosan az ENERGY is megjelenik a támogatók között.

**Bár Ön elsősorban a labdarúgásban érdekelt, hogyan látja: van rá esély, hogy esetleg más szakosztályokban is elinduljon az együttműködés az ENERGY-vel?** Azt hiszem, hogy az éppen most 125 éves Újpest más szakosztályai ugyancsak „vevők” lesznek az ENERGY készítményeire. Jómagam pedig meg tudom erősíteni, hogy ezek a termékek mennyire jók és hatékonyak.

## Kovács Tamás: „Felvenni a versenyt kenyai és etióp futókkal”

Kovács Tamás: „Az  
ENERGY termékei  
természetes  
úton segítik  
a regenerációt.”

**13 éve futok a Veszprémi Egyetemi és Diák Atlétikai Club (VEDAC) színeiben. Ez alatt az idő alatt több korosztályos magyar bajnokságot nyertem, és szerepeltem a korosztályos válogatottakban közép- és hosszú távokon.**

2005-2009 között 4 évet az Egyesült Államokban a High Point University-n tanultam sport ösztöndíjasként. 3 éven át az egyetemi bajnokságban futottam, majd az utolsó évben utcai futóversenyeken vettem részt. A 2008-as szezon végén 3000, 5000 és 10 000 m-en is egyetemi csúcsot tartottam, és ekkor megkaptam az egyetem Év Sportembere címet is.

2009-ben Virginiától Texasig több nagy utcai versenyen indultam. Volt, ahol az elit mezőny mellett több mint 30 000 ember állt rajthoz. Ezekon

a versenyeken érezhettem, mit jelent kenyai, etióp futókkal felvenni a versenyt.

A 2009-es európai ranglistán 63:39-es félmaratoni legjobb eredményemmel a 29. helyen zártam. Emellett a 13:59-es 5000 m-es egyéni csúcsomra, valamint a tavalyi belgrádi Univeriadén félmaratonon elért 9. helyemre vagyok büszke.

A további fejlődéshez jól felépített edzőmunka mellett sérülésmentes felkészülésre van szükség. Az ENERGY Klub ebben tud segíteni. Az ideai állapotfelmérés során rejtett hiányosságokat tártak fel, ezek kijavításával javíthatók a teljesítményemen. Emellett az ENERGY termékei természetes úton segítik a regenerációt. A KING KONG használatával a nagy terhelés mellett sem éreztem magam kimerültnek, fáradtnak. Az ARTRIN krém pedig az izomzati, ízületi sérüléseknél segíti a gyorsabb felépülést.



## Energy termékek a kiváló sportteljesítményért

Más sportolóknál is bizonyították már az ENERGY termékei. Példa lehet erre a kazincbarcikai Pátrovics Géza súlyemelő vezetőedző és Sárosi Gyula extrém futó.

Pátrovics Géza Masters Európa- és világbajnok jól ismeri készítményeinket. 2004-ben próbálta ki először, majd folyamatosan alkalmazta a következő termékeket: FLAVOCEL, BALSAMIO, KING KONG, KOROLEN, RUTICELIT, ARTRIN.

„Igazán büszkén mondhatom, kiváló hatással voltak/vannak rám”, számolt be az eredményekről Pátrovics Géza. A KING KONG-ról ezt írta: „...sportbeli teljesítményemet igen jó irányban, kg-ban mérhetően növelte. A termék természetes úton növeli az izomtömeget és a teljesítményt, emellett segíti az anyagcserét és a zsírégetést. A terméket KOROLEN-nel kombinálva alkalmaztam, közös hatásuk révén megnőtt a tesztoszteron termelés a szervezetemben. Itt kell megemlítenem, hogy a RUTICELIT krém is segítségemre volt a jó eredmények elérésében. Az egyes izmokat edzés elején bekentem, ezzel biztosítva az izom megfelelő vérellátását, oxigénellátását és nem utolsósorban növekedését (8 hét alatt 3 cm-rel növekedett a combom mérete).”

A Vitae 2010. februári számában írtunk Sárosi Gyula extrém futóról. Nála a maratoni táv lefutása csak edzésszámba megy. A hosszútávfutás mellett újí még a triatlont, annak is a súlyosabb, Ironman változatát, ami 3800 m úszásból, majd 180 km kerékpározásból, végül a maraton (42 km) lefutásából áll. A kecskeméti Energy Klub vezetőjének javaslatára többféle ENERGY terméket alkalmaz, kiváló eredménnyel. Ezek a következő készítmények: FYTOMINERAL, KING KONG, SKELETIN, a zöldek közül a BARLEY, a krémek közül pedig az ARTRIN. Az ENERGY receptje: a KING KONG-ot csak edzések alatt fogyasztja, verseny közben nem. Olyankor az italába BARLEY-t és FYTOMINERAL-t kever, ami igazán bevált számára.



Sárosi Gyula ENERGY receptje: a KING KONG-ot csak edzések alatt fogyasztja, verseny közben nem.



Pátrovics Géza: „...sportbeli teljesítményemet a KING KONG igen jó irányban, kg-ban mérhetően növelte.”



Már az ókori görögök is tudták, hogy a *Lavandula angustifolia* megfelelő feldolgozás mellett nyugtató hatású füstöt bocsát ki magából, ezért több más gyógynövény mellett a levendulát is a „szent eszencia” készítéséhez használták templomaikban. Az ókori rómaiak ugyancsak nagyra értékelték a levendulát: vele illatosították fürdőik vizét, illetve bőrregeneráló szerként használták.



# LEVENDULA: BALZSAM A NYUGTALAN LÉLEKNEK

## ILLÓOLAJOK A GYÓGYÍTÁSBAN (5.)

Innen, vagyis a latin lavare (mosni, mosakodni) szóból ered a növény neve is. A levendulát ma is többek között a legkülönbözőbb kozmetikai készítmények illatosítására használják.

A levendulaolajat a 39-fajta levendula közül az eredetileg a szubtrópusokon honos széles levelű levendula virágából, desztillálással nyerik. Az akár egy méter magasra is megnövő, liláskékes kalászvirágzatú levendula különleges lágy illatának köszönhetően a kertépítők egyik legkedveltebb növénye. Emiatt gyorsan elterjedt szinte az egész világon, és ma már könnyen megtalálhatjuk szabadon a természetben, akár a mi éghajlatunkon is.

### Ott a helye a ruhásszekrényben és a konyhában

A növény egészét – szárítás után – illatos dekorációként hasznosíthatjuk. A kiszáritott virágokat az emberek időtlen idők óta kis hálós zsákokba helyezik, majd beteszik a fehérneműs fiókba, hiszen a levendula nemcsak friss és egyedülállóan természetes illatot biztosít a fehérneműnek, de a molytól is védi. Távol tartja továbbá a szúnyogokat (próbáljanak csak ki egy levendulás parfümöt vagy sampont), a tetűt (használjanak levendulás sampont vagy levendulaolajat, keskeny fogazatú fésűvel) és a hangyákat.

A levendula virágaiban nektár termelődik, ebből a méhecskék kiváló mézet készítenek. A levendulaolaj-kivonat felhasználása a cukrásziparban ezért több mint kézenfekvő. Létezik levendula cukor, szirup, sőt csokoládé is. Enyhén édeskés, friss virágillatának köszönhetően gyakran kerül különböző teakeverékekbe, sőt akár kecske vagy juhsajtokba is. Elképzelhető, hogy Ön, kedves Olvasó, nem is tud róla: sokszor használja a levendulát a konyhában, hiszen a növény a híres provence-i fűszerkeverék egyik összetevője.

### Nyugtató hatás, inhalálás

A levendula legfontosabb alkalmazási területe azonban az aromaterápia. Aromatikus illóolajainak belélegzése balzsamként hat a nyugtalan, stresszel teli lélekre. Illata

nyugtató hatású, ellazít, segít megszüntetni a mindennapos stressz miatt érzett szorongást és depressziót. A párnába vagy a párna alá helyezett levendula virágok nyugodt álmot hoznak, csakúgy, mint a növény virágából készített, forró főzet.

Inhalálással vagy a levendulaolaj halántékba való bemasszírozásával megbízhatóan csillapítható a fejfájás és a migrén. A levendula illóolajának belélegzése jótékony hatású köhögésre, valamint a fertőzés okozta légúti megbetegedésekre. Az illóolaj mellkasba való bemasszírozása csillapítja az asztmás és hörghurutos rohamokat.

A növény gyógyhatásaival az első világháború folyamán is éltek, amikor a belőle készített oldattal fertőtlenítették a kórházak falait és padlóit. A levendula emellett felgyorsítja a regeneráció folyamatát, megnyugtatja az ingerlékeny bőrsejteket: a tízszeres hígítású levendulaolaj gyógyítja az aknét, az égési sérüléseket (a napégést is), a rovarcsípéseket és egyéb sérüléseket. A levendulaolaj kiválóan alkalmazható masszázshoz és fürdőkhöz: jótékonyan hat a reumás panaszokra, a fájó ízületekre és izmokra.

Ritkán ugyan, de előfordulhat, hogy a levendulaolaj külsőleg allergénként működik, növelheti a nappal szembeni bőrzékenységet. Terhesség és szoptatás idején kerüljük a levendula használatát.

Az utóbbi időben egyre több esküvőn találkozhatunk szárított levendula „konfettikkel”. Ha Ön migrénben szenved, sokat köhög, fájnak az izmai, netán túlságosan izgul a küszöbönálló esküvő miatt, és nem tud jól aludni, lélegezze be a levendula illatát. Meglátja, segít, és mindjárt más lesz az egész világ...

(Az ENERGY készítményei közül levendula található 2-féle koncentrátumban – REGALEN, KOROLEN –, 4-féle krémekben – PROTEKTIN, RUTICELIT, CYTOVITAL, ARTRIN –, valamint a SPIRON-ban, a BALSAMIO fogkrémekben és a kozmetikumokban – a szerk.)

(Folytatjuk)



Enyhén édeskés, friss virágillatának köszönhetően gyakran kerül különböző teakeverékekbe, sőt akár kecske vagy juhsajtokba is.

# KETTLEBELL ÉS ENERGY

## BESZÉLGETÉS SZABÓ CSILLÁVAL ÉS MÉSZÁROS KRISZTIÁNNAL

**Sopronban, úgy látszik, törődnek az emberek az egészségükkel és a fittségükkel! Keresik az egyszerű és mégis hatékony módszereket a cél megvalósításához. A következő beszélgetésben Szabó Csillát, a soproni ENERGY Klub vezetőjét és Mészáros Krisztián Russian Kettlebell Challenge™ instruktort kérdeztük a két soproni újdonságról.**



*Az RKC filozófiája szerint a kettlebell edzés a következőkhöz segíti hozzá használóját: egészség, kiváló fizikai képességek, jó kinézet.*

### **Először Mészáros Krisztián RKC I. instruktort faggatjuk; mi is az a kettlebell, és mi az RKC?**

A kettlebell vagy más néven girya tradicionális orosz vas súlyzó, leginkább egy olyan ágyúgolyóra hasonlít, amelyhez egy bőrdond fogantyúját erősítették. Az első kettlebell eszközök a takarmány mérésére szolgáltak. Parasztok és mezőgazdasági munkások használták, és erejük vitán felül megnövekedett. Idővel a tapasztalatok alapján egyre rendszerezettebb lett a használat módja. Később az orosz, majd a szovjet súlyemelők, birkózók, judo vagy sambo versenyzők több generációja foglalkozott ezzel a sporttal. Külön versenyei is vannak, az elsőt 1947-ben rendezték.

Nagyszerűsége éppen az egyszerűségében rejlik. Aki valaha próbálta, az már tudja, hogy az egyik legjobb eszköz és módszer az állóképesség és az erő növelésére. Fontos azonban megérteni, hogy a kettlebell nem más, mint egy eszköz, amely mögött egy korszerű és tudományosan felépített rendszer, az RKC áll. Az RKC a Russian Kettlebell Challenge rövidítése. Az RKC filozófiája szerint a kettlebell edzés a következőkhöz segíti hozzá használóját: egészség, kiváló fizikai képességek, jó kinézet. Sajnos manapság a sorrend felborult, és az elsődleges az izmos testalkat lett. Ez a kettlebell edzés természetes hozadéka és nem az elsődrendű célja. Célunk, hogy egyfajta funkcionális erőnléti edzést biztosítsunk egyéneknek és csoportoknak, hogy megismerjék az RKC rendszerben rejlő lehetőségeket.

**A mai világban ritka az ilyen egyszerű és emberközelű filozófia és eszköz. Az ENERGY is ezeket az elveket követi, filozófiájában és termékeiben egyaránt. Feltételezem, a sport kapcsán ismerkedett meg az ENERGY-vel? Ez tapasztalati úton történt. 2009 augusztusában sikeres RKC oktatói vizsgát tettem. Októberben Sopronban megkezdtem a kettlebell oktatást.**

Pár foglalkozás után meglepetten tapasztaltam, hogy a kezdő csoportomban van egy fiatal hölgy, aki teljesen átlagos alkat, nem sportoló, mégis jelentősen jobban viseli a kettlebell edzés közben fellépő fizikai és mentális terhelést, mint a többiek. Hamar fény derült a titokra. Az illető Szabó Csilla, a soproni ENERGY Klub vezetője, fizikai és mentális fittségének titka pedig az ENERGY termékek összetett hatásában rejlik. Ajánlására azóta magam is fogyasztok az ENERGY termékeiből, és roppant kedvezőek a tapasztalataim.

### **Szabó Csillát, az ENERGY Klub soproni vezetőjét kérdezem, miért és honnét az erő ehhez a fokozottan aktív tevékenységhez?**

A nyár folyamán részt vettem egy szemináriumon, ahol megismerhettem a kettlebell alapgyakorlatok helyes kivitelezését. Alig vártam, hogy Sopronban is legyen instruktorként, akinek a szakszerű irányítása mellett tovább gyakorolhatok. Hangsúlyozom a gyakorlást, tudatosan nem az edzés szót használtam. Az egyik legfontosabb: minőségi munkát a gyakorlatok során csak szakember, RKC instruktorként irányításával lehet végezni. Biztos, hogy ez a sport csak azoknak való, akik nem tartanak a kemény munkától.

Hogy honnét az erő? Hát nemcsak vezetője vagyok a soproni ENERGY Klubnak, hanem ezeknek a kiváló termékeknek a rendszeres fogyasztója is. Az edzések sajnos viszonylag későn kezdődnek és napközben sem üldögélek tétlenül, ezért a fél kilences kezdésre már elfogy az akarat és a lendület. Ezen a holtpontra nagyon gyorsan és könnyedén átsegít a KING KONG, melyet edzés előtt fél órával veszek be. Meglepő hatékonysággal segít a zsírégetésben, segíti a mozgáskoordináció összhangját, hihetetlen lendületet és akaratot ad. Szinte már várom, hogy aznap mit tudok kihozni magamból. Edzés közben



természetesen nélkülözhetetlen a folyadék-utánpótlás, de hogy az elvesztett ásványi anyagokat is pótoljam, a vizes palackomba 5–10 csepp FYTOMINERAL-t teszek, ezt kortyolgom edzés közben. A koloid ásványi anyagok roppant gyorsan és hatékonyan segítik a vitalitás helyreállítását és fenntartását. Ezeket a termékeket csak ajánlani tudom bárkinek, nekem nagyon sok segítséget nyújtanak.

### **Szóval FYTOMINERAL és KING KONG – ennyi az egész, ilyen hihetetlenül egyszerű volna?**

Mondhatnám: hihetetlen, de igen. Természetesen az akarat, a pozitív gondolkodás erejét nem lehet kellő mértékben hangsúlyozni. Készítményeink csodálatos hatása egyébként nem csak fizikai síkon érvényesül. A KING KONG amellett, hogy energiát ad és segít a zsírégetésben, mentálisan is támogat. Az edzések során nagyon fontos hogy „agyban” is ott legyünk, mert igen nagy súlyokkal dolgozunk, és elég egy kis figyelmetlenség vagy kimerültség, máris súlyos sérülések történhetnek. Hiszem és tudom, hogy minden fejben dől el! Ha tudom, hogy valamit képes vagyok megcsinálni, akkor meg is fogom csinálni! Az ENERGY és a KING KONG abban segít, hogy „agyban” is jelen legyek az edzéseken.

A kettlebell is és az ENERGY is egy rendszer. Nem gyakorlatok halmazáról, hanem rendszeréről beszélhetünk a kettlebell esetében, ahogyan az ENERGY is több, mint a termékek sokasága. Lényeges, hogy a céljuk is

azonos: egészséges, kiegyensúlyozott, testi-lelki szinten rendben lévő emberek legyenek azok, akik a rendszereket használják. A kettlebell mozgásterápiával egészíti ki az ENERGY hatásmechanizmusát, ami rendkívül fontos a stresszoldás és a méregtelenítés szempontjából. E kettő pedig nélkülözhetetlen a szervezet öngyógyító folyamatainak bekapcsolásához. Az ENERGY megadja a belső erőt a kettlebell számára. Már látom, hogy segít a ráhangolódásban, az állóképesség javításában, az izmok és az inak összehangolt működésében, vitaminok és ásványi anyagok pótlásában, ami minden sportban szükséges. Alkalmazhatjuk persze megelőzésre is a termékeket, hiszen az ARTRIN krém kívülről védi a legkényesebb ízületeket: a térdet, a bokát, a RUTICELIT krém pedig az izomgörcs és az izomláz megelőzésére, kezelésére használható. Ha mégis bekövetkezett a sérülés, akkor is az ENERGY a leggyorsabb segítség – tanácsadóink remek tapasztalatokat szereztek a sportsérülések kezelése terén.

**Egyszerűség és tökéletesség a rendszerekben. Lesz-e lehetőség arra, hogy mind többen megismerhessék ezt a két rendszert Sopronban is? A soproni ENERGY Klub rendszeresen szervez ENERGY Egészségnapot. Ezekon a rendezvényeken, az ingyenes egészségügyi szolgáltatások mellett a résztvevők megismerkedhetnek a kettlebell alapszakkal, egy kis fizetést kapnak a kettlebell intenzív edzéseiből. Megismerhetik és kipróbálhatják az ENERGY termékeit is. #**



*Az ENERGY és a KING KONG abban segít, hogy „agyban” is jelen legyek az edzéseken.*



# AUDIRON: IGAZÁN SOKOLDALÚ KÉSZÍTMÉNY

**Az AUDIRON-t külsőleg alkalmazzuk. Ezen nemcsak a borogatásokat értjük, hanem a fülöblögetést és a beteg területek atmoszfáját, valamint az AUDIRON kenőcsökben és öblögető szerekben történő használatát.**



A külső alkalmazásra szánt készítményekben rendszerint gyulladáscsökkentő, baktériumellenes és sebgyógyító hatású gyógynövényeket találhatunk. Gyakran tartalmaznak továbbá összehúzó (adsztringens) hatású cseresavas anyagokat (tanninokat), antibakteriális illóolajokat (ezek csillapítják a gyulladást és a bőr ingerlékenységét), valamint hámképző (epitelizáló) összetevőket.

## Kenegetés, inhalálás, öblögetés

Az AUDIRON-ban található anyagok egyedülálló kombinációja révén az említett jótékony hatások mindegyike érvényesül. A készítmény gyulladáscsökkentő hatása segítséget nyújt bármilyen eredetű megfázás, nátha és nyirokcsomóduzzanat esetén.

Az enyhén benedvesített vattatamponra csepegtetett AUDIRON-nal kenegethetjük a nyakat, a tarkót, az állkapocs alatti és a nyaki nyirokcsomók körüli területeket, valamint a fül mögötti részeket. Az orrunkat és a fülünket szintén benedvesített vattadarabbal törölgeszük át.

Nátha és duzzadt nyálkahártyák esetén csepegtessünk néhány csepp AUDIRON-t forrásban lévő vízbe, majd inhaláljunk, hiszen az illóolajok szabaddá teszik a légutakat, és megnyugtatók a nyálkahártyákat.

Öblögető formájában a gyógynövény-keverék segítséget nyújt fogfájás és fogágy-gyulladás, afta, valamint torokfájás esetén. Az AUDIRON kiválóan használható továbbá gennyesedő, nedvedző fekély, szemölcs, gombás bőrbetegségek és egyéb bőrproblémák kezelésére.

## Hallászavarok, gyulladások

Az AUDIRON legnagyobb előnye, hogy jótékonyan hat a legkülönbözőbb fül- és hallásproblémákra. Eredményesen alkalmazható a külső hallójárat viszkete, fülzúgás, fülcsengés, sőt nagyothallás esetén.

Az elsősorban gyerekeknél jelentkező középfülgyulladás kezelésére remekül lehet használni. A gyerekek Eustach-kürtje sokkal rövidebb és szűkebb, mint a felnőtteké, ezért sokkal hajlamosabb a gyulladásokra. Tekintettel arra, hogy a középfül és a felső légutak állandó összeköttetésben állnak egymással, a középfülgyulladás rendszerint a megfázások és az influenza kísérő tüneteként jelentkezik. A középfülgyulladás minden esetben orvosi beavatkozást igényel, amely rendszerint kellemetlen és fájdalmas, ráadásul az ismétlődő füldob-felszúrás hallászavarok kialakulását idézheti elő. Ilyenkor az orvosi kezelést tökéletesen és hatékonyan kiegészíthetjük az AUDIRON-nal.

## Herpesz vírusok

Segíthet az AUDIRON herpesz vírus okozta fertőzésekben is. Ezek a vírusok igen hosszú ideig életképesek maradnak az emberi szervezetben, és gyakran ismétlődve megjelennek. (Ez egyben utal immunrendszerünk általános védekezőképességének meggyengülésére is – a szerk.) Ezek a vírusok nemcsak a száj körüli herpesz kialakulásáért felelősek, hanem a nemi szerveken megjelenő herpeszért, az övsömörért, a bárányhimlőért és a fertőző mononucleosisért is. Az AUDIRON-os oldat használata megkönnyebbülést hoz, csillapítja a herpesz vírus által okozott, kellemetlen bőrtüneteket. A kellemetlenül égető és fájdalmas herpesznél például megszünteti a fájdalmat, és felgyorsítja a sebgyógyulás folyamatát.

A fent említett esetek mindegyikében érdemes az AUDIRON-t a Pentagram® krémekkel együtt vagy felváltva alkalmazni.

## Fogágy-gyulladás, aranyér

Az AUDIRON kiválóan alkalmazható fogágy-gyulladás, aranyér és a végbél melletti duzzanatok esetében is. Külsőleg használható továbbá csontfájdalomnak, kisebb égési sérüléseknek, valamint a háromszatú (trigeminus) ideg bénulásának a kezelésére is. A problematikus területet a tünetek megszűnéséig naponta 3x érdemes kenegetni.

## Bőrproblémák, fertőtlenítés

További felhasználási területek: rovarcsípés (bőrkeneketés), a köröm és a körömágy minőségének javítása, a hajnövekedés serkentése (az AUDIRON-t a fejbőrbe kell belemasszírozni). Mivel a készítménynek fertőtlenítő hatása van, hígított formában, szórófejes flakon segítségével fertőtleníthetjük vele a környezetünket. Hölgyeknek segítséget nyújt a nemi szervek viszkete, valamint hüvelyfolyás esetén (a készítményből csepegtessünk a tamponra).

## A vastagbél pályájának befolyásolása

A hagyományos kínai orvoslás (hko) tanai szerint az AUDIRON jótékonyan hat a vastagbél pályájára, azaz segítségével befolyásolhatjuk a hozzá köthető problémákat: fogfájás, gégeduzzanatok, szemszárazság, orrfolyás, a váll elülső részén és a felkarban jelentkező fájdalom vagy a mutatóujj fájdalma. A füllel összefüggésben pedig a készítmény előnyösen hat a hallászavarokra, a fogszuvasodásra, esetleg a fogak hideggel szembeni érzékenységére. Segít regenerálni a középfül nyálkahártyáit, az Eustach-kürtöt, a száj és az orrüreg nyálkahártyáit, az ínyt, sőt a bőrt is. #

# CSODÁK LÉTEZNEK – KÖSZÖNET ÉRTÜK!

SZÖVEG Tereza Viktorová  
KÉP Alice Donhalová

**Gyerekkorom óta atópiás ekcémában szenvedek, amely kisebb-nagyobb intenzitással egész eddigi életemet végigkísérte. Húsz évvel ezelőtt átköltöztem egy fürdővároskába, ahol az iskola elvégzése után dolgozni kezdtem. Sok új emberrel is megismerkedtem. Miután a bőrgyógyászom azt mondta: csodát várok tőle, úgy döntöttem, hogy egyedül gyógyítom magam.**

Szomszédasszonyom ismertetett meg az ENERGY készítményeivel, azóta nagy rajongójuk vagyok. Talán már az összes terméket kipróbáltam – vagy a tisztítókúrát, vagy konkrét panaszok kezelése alkalmával.

Gyakran sanyargattak migrénszerű rohamok, és tény, hogy az állapotom ma már sokkal, de sokkal jobb. Amikor a fiam még kicsi volt, az AUDIRON és a VIRONAL számított nálunk slágernek, mert alig hogy a gyerek elkezdte az iskolát, az első félét végig betegeskedte. Most lesz 15 éves, és még életében nem kellett antibiotikumot szednie. A VIRONAL-t a nyár vége felé kezdjük szedni, és attól kezdve folyamatosan használjuk. Időnként megtámoogatjuk egy kis GREPOFIT-tal, és remekül érezzük magunkat.

A következő két készítmény, amit az egész család használ, beleértve kedvenc kutyusunkat is, a SKELETIN és az ARTRIN. Mindkét készítményt rendszeresen „hordom” az anyókáknak is falura, ahol a víkendházunk van; anyukám is rajong mindkettőért, mert csillapítják a reuma miatt meggörbült ujjában jelentkező fájdalmat.

Ám most térjünk vissza hozzám és az ekcémámhoz. Az ekcémám a gyógynövényeknek köszönhetően majdnem teljes egészében eltűnt, néha még előjön valami kevés az arcomon, de akkor azonnal szaladok az ENERGY készítményekért. Segítségemre van a PROBIOSAN, a CYTOSAN és a FYTOMINERAL.

Érdekes eset még a férjem, aki a gyógynövényekben és a „nagyanyós” tanácsokban egyáltalán nem hitt, most azonban ellenőrzésem alatt rendszeresen szedi a SKELETIN-t, mert fáj a térdje, ARTRIN-nal kengeti, és az influenza időszakban a FLAVOCEL-t „kapkodja be”. Jobban szereti a tablettákat, a cseppeket állítólag mindig elfelejti bevenni. Ám úgy érzem, egyszer majd megadja magát, és elkezd szedni a cseppeket is.

Nagyon szépen köszönöm mindenkinek, aki részt vesz ezeknek a természetes medicináknak a gyártásában. Csodák léteznek – köszönet értük! #



## A spanyoloknál is működött

SZÖVEG Javier Perez  
Lleida (Spanyolország)  
KÉP Energy

**Alább olvashatnak két terméktapasztalatot Spanyolországból: mindkettő az AUDIRON-nal kapcsolatos.**

Februárban feleségem sietve vitte 3 éves kislányunkat a gyermekorvosi ügyeletre, mert a pici fülfájásra panaszkodott. „Súlyos gyulladást” diagnosztizáltak nála, és trimethoprim, valamint sulfamethoxazol szedését írták elő.

Amikor hazaértem, a feleségem elmesélte, mi történt. Elszaladtam a rendelőmbé az AUDIRON-ért. Három nap elteltével a gyulladás visszahúzódott, a kislányomnak pedig egyetlen egy csepp antibiotikumot sem kellett bevennie.

Barátom mesélte, hogy az egyik kis kutyusának már régóta fáj a füle. Elvitte az állatorvoshoz, de a felírt cseppek nem hatottak. Javasoltam neki, hogy próbálja ki az AUDIRON-t...

A kutyus nagyon szépen köszöni az ENERGY segítségét – működött. #





# FOGYASSZUNK SALÁTÁT, ÉS FOGYJUNK KEDVÜNK SZERINT

Májustól kezdve minden nő tudja és érzi, hogy most már valóban tennie kell valamit az alakjáért! És mivel hármásban vagy négyesben sokkal könnyebben megy a dolog, felvilágosítjuk kis családjunkat: ez az egész „salátás örület” csak arról szól, hogy igyekszünk annyi vitamint, ásványi anyagot és nyomelemet „préselni” drága szeretteinkbe, amennyi csak beléjük fér.



Ha a gombáktól való félelmében az első néhány saláta esetében a camembert sajtot nem tartja a legideálisabb választásnak, használhat bátran tofut is. Ha pedig úgy véli, hogy a füstölt karaj sem éppen a legegészségesebb táplálék, helyettesítse azt is bátran tofuval.

## Oregánós camembert saláta

**Hozzávalók:** 2 camembert, egy csomag újhagyma, 2 szál friss vagy alig szárított oregánó, 4 kanál olaj, só, gyógynövényes borecet, egy kevés fehér bor.

A sajtot kockákra vágjuk. Az alaposan megmosott hagymát a zöldjével együtt felszeleteljük. Az oregánót (letépkedett leveleit) leöntjük forró olajjal, kicsit állni hagyjuk, majd megsózzuk, hozzá öntünk egy kis ecetet és bort, alaposan összekeverjük, ráöntjük a hagymás sajtra, és az egészet újból összekeverjük. Lefedjük, és két órán át állni hagyjuk a hűtőben. Barna kenyérral tálaljuk. Másik változata: a salátaszósza 1-2 apróra vágott pepperoni paprikát is beletehetünk.

## Joghurtos almasaláta

**Hozzávalók:** 6 alma, citromlé, 1 natúr joghurt, méz ízlés szerint, 4 kiskanál vörös áfonya vagy berkenye kompót.

Az alaposan megmosott almákból eltávolítjuk a magházat, meghámozzuk, és hosszában vékony karikákra vágjuk. A mézet összekeverjük a joghurttal és a citromlével. Az almakarikákat szépen elhelyezzük egy desszert tányéron, ráöntjük a joghurtos öntetet, majd a kiválasztott kompóttal díszítjük.

## Gyümölcsös retkesaláta

**Hozzávalók:** 6 darab vékony karikákra szeletelt retek, 2 fél gerezdekre szedett és vágott grépfrút,

2 gerezdekre szedett narancs, 1 db karikákra vágott kisebb méretű lila hagyma, fejes saláta levelei, 4 kanál víz, 2 kanál kristálycukor vagy stevia, 1 kanál citromlé, egy csipet édes paprika, só.

A salátástálban összekeverjük a retket, a narancsot, a grépfrútot és a hagymát. Pohárban összekeverjük az összes többi hozzávalót, majd a dresszingt ráöntjük a salátára. Letakarjuk, és hagyjuk néhány órát állni a hűtőben. A fejes saláta leveleire helyezve tálaljuk.

## Sonkás (tofus) zöldségsaláta

**Hozzávalók:** 150 g sonka vagy tofu, 3 fiatal karalábé, 3 kicsi, keményebb paradicsom, 4 kisebb karotta, 1 zöldpaprika, 1 kisebb kígyóborka, 2 kisebb hagyma, citromlé, snidling, só.

A sonkát feldaraboljuk, hozzá adjuk a lereszelt karalábét és paradicsomot, a karikákra vágott paprikát és karottát, a felkockázott kígyóborkát, valamint a vékony karikákra szeletelt hagymát. Az egészre teszünk néhány csepp citromlevet, megsózzuk, megszórkjuk snidlinggel, és alaposan összekeverjük.

## Lencsesaláta

**Hozzávalók:** 1/4 kg lencse, újhagyma, egy zacskó mazsola, kevés ecet, só, bors, olaj, szerezsendió-virág.

A lencsét puhára főzzük. Vigyázat, ne főzzük túl! A még meleg lencséhez hozzáadjuk az átöblített mazsolákat, a felvágott hagymát, akár annak zöldjével együtt, a sót, az olajat, a borsot és az ecetet – ebből egy kicsit többet, mint amennyit gondolnánk. Ne féljen, felszívódik. Végül az egészet megszórkjuk egy kis szerezsendió-virággal. #



# EGÉSZSÉG ÉS VITALITÁS – ÁLLATOKNÁL IS



Több macskának segített a RENOL felgyógyulni a súlyos, orvosilag nehezen gyógyítható veseproblémákból.

## CICUSOK VESEPROBLÉMÁI

**Ezúttal a cicáknál jelentkező vese- és húgyúti problémákról szeretnék szólni. Kitéüntetett szerepe van ebben a macskák táplálékának.**

Manapság kevés macskatartó tud természetes étrendet biztosítani cicája számára. Néhány gyártó cég ugyanis elsősorban arra összpontosít, hogy a macskatáp szépen illatozzon, jó ízű legyen és csodálatosan nézzen ki, hogy a gazdának minél jobban tessen, az állat pedig minél jobban vágyjon rá. Ezért jó sok mesterséges adalékanyagot kevernek az ételhez (színezőanyag, utóízestítő, só, tartósítószer). Nem feledkeznek meg a vitaminokról sem (amelyek szintetikus eredetűek és a szervezet számára nehezen feldolgozhatók), és ezeket gyakran nem kiegyensúlyozott mennyiségben teszik bele a tápba.

Az ilyen táplálkozás gyakran nyomot hagy az állat egészségén, főleg a húgyúti szervein. Néhány gyártót azonban a védelmembe veszek, mert a fent leírtak nem vonatkoznak minden cégre (sőt ma már természetes, nyers macska- és kutyaeledel is kapható a piacon).

A lakásban élő macskáknak néha az is elég, ha száraz granulátumot kapnak és kevesebbet isznak. A kizárólag lakásban élő állatok meg is fázhatnak. Legyen az ok bármi, a macskák gyakran szenvednek húgyúti problémákban. Megelőző céllal adagolható nekik a RENOL. Ez a macskáknak csak jót tehet, ráadásul segítségével megelőzhetjük, hogy véres legyen kedvencünk vizelete. A három hónapos betegségmegelőző RENOL kúrát érdemes minden olyan állatnál évente elvégezni, amelyet granulátumokkal etetünk (kutyák, macskák, vadászgörcények).

A RENOL alkalmazását azért javaslom, mert nagyon jó tapasztalatokra tettem szert vele kapcsolatban. Több macskának segített már felgyógyulni a súlyos, orvosilag nehezen gyógyítható veseproblémákból, amelyek aztán később nem is tértek vissza. Az ENERGY szerencsére erre a bajra is ismeri a megoldást.

## KUTYÁNK ESETE A FERTŐZÖTT KULLANCCSAL

**Szeretnék veletek megosztani egy igen hasznos információt. Néhány hete fertőzött kullancs csípte meg a dalmata kutyánkat. Csont soványra fogyott, semmit nem evett, Borelia baktériumot mutattak ki a véréből. Szerencsére ezúttal is segített az ENERGY – kaptuk a tudósítást Szegedről.**

Kutyánk mája és az izmai szinte teljesen felmondták a szolgálatot. A kutya sárga volt, infúziókat kapott, de az orvosok kevés esélyt láttak a gyógyulásra. „Sárgányvért” (DRAGS IMUN) kezdtünk el adni, 4x10 cseppest adagban, kevés vízben oldva, a szájába fecskendezve. Két napig még gyenge volt, de picit evett. Mára pedig ismét szalad, és az étvágya is rendbe jött. A biztonság kedvéért kibontva kap még néhány szem CYTOSAN-t.

Azt hiszem, ez olyan információ, amiről másoknak is tudniuk kell, hiszen akinek van állatkája, tudja, milyen fontos az egészsége, hiszen ő is a család tagja.

Természetesen a DRAGS IMUN az emberek számára is életmentő, ha Boreliáról vagy Lyme-kórról van szó – de humán alkalmazásnál 4x20 cseppest is lehet adni egy-két napig.

Valamint még egy fontos dolog: ha valakinek van gumi- vagy (még jobb, ha) üveggöpcölő, akkor azt a kullancsra téve (úgy, hogy az a köpöly közepére essen), 1-2 perc alatt kiszívja a kullancsot a bőrből, fejestől. Ezt embereknél lehet alkalmazni. Célszerű előtte AUDIRON-nal bekenni.





## SEGÍTSÉG VEMHES KUTYÁKNAK

**Mivel a nőtény kutyusom éppen vemhes, megosztom másokkal is a tapasztalataimat a kis kutyák születésével kapcsolatban. Amikor egy állattenyésztő úgy dönt, hogy szaporítani kívánja kutyafalkáját, nem árt gondoskodnia arról, hogy a nőténykutyája lehetőleg legjobb állapotban legyen.**

Fedeztetés előtt körülbelül 3 hónappal kezdem adagolni a szukakutyának a REGALEN-t. A máj megtisztítása ugyanis az egyik legfontosabb dolog, hiszen a vemhesség erőteljesen megterheli a májműködést. A vemhesség után közvetlenül pedig a VITAMARIN-t (amit ilyen esetekben mindig az első helyre állítok, a vemhesség első felének végéig kiválóan alkalmazható) és a FYTOMINERAL-t adagolom. Mindkét készítmény nélkülözhetetlen, mert olyan természetes anyagokat biztosítanak a kutya szervezete számára, amelyeknek köszönhetően a szukakutya minden kölykét ki tudja hordani. Ezek a készítmények segítik továbbá a magzatok táplálását, és megakadályozzák a halva születést.

Érdemes ezek mellett hetente legalább 1-2 alkalommal B!OMULTIVITAMIN-t adni az állatnak, mert így megelőzhetjük a folsav és egyéb szükséges vitaminok hiányának kialakulását. Hogy elkerüljem a magzati károsodást, hetente legalább 4-szer CHLORELLA-t adok a szukakutyának. Ezzel megelőzhető a székrekedés is, illetve biztosítható az állat megfelelő bélműködése.

A vemhesség végén a FYTOMINERAL-t felváltom a SKELETIN-nel, amely képes megakadályozni a csontok mézsttartalmának csökkenését (ami egyébként nagyon súlyos, életveszélyes is lehet). A készítmény adagolását az ellés utáni 6 hétben is folytatom, amíg az anyakutytus szoptat.

Ezt a jól bevált módszereket az ENERGY készítmények adagolásával kapcsolatosan több tenyésztő barátommal is megosztottam. Egyetértünk velük abban, hogy a módszer hatékonysága kézzel fogható, elsősorban a nehezen fedeztethető kutyafajtáknál (angol bulldog). Természetesen vannak olyan körülmények, mint pl. a magzatok elhelyezkedése ellés közben, amit nem áll módunkban befolyásolni, ám az ENERGY készítményei minden szempontból óriási segítséget nyújtanak.

## A KUTYUSOMNAK MÁR NINCS BAJA

**A hovárt fajtájú 8 éves kutyusomnak óriási nyaki gerinc fájdalmai voltak, ha megmozdította a fejét vagy csak nyugodtan feküdt. Minden helyzetváltoztatáskor hangosan nyúszított.**



Felkerestük az állatorvost. A röntgen elkészítése után kiderült, hogy az első és második nyakcsigolyája között szublúxió (fél ficam) található. Az előírt kezelés igencsak elgondolkodtatott: csupa fájdalomcsillapító (analgetikum) és reumaellenes gyógyszer, Ibuprofen.

Kipróbáltuk a SKELETIN-t, amiből este, etetés után egy kapszulát adtunk a kutyusnak. A harmadik hónapban, szünet nélküli szedés után a kutyánál egyre kevesebbszer tapasztaltunk fájdalomra utaló jelet. A kúrát természetesen folytattuk, és fél év elteltével teljesen panaszmentes lett. Azóta már 2 esztendő telt el, a SKELETIN-t továbbra is naponta kapja, és mellé néha KING KONG-ot és STIMARAL-t adunk neki.





# HÁZI ALMA: A REJTETT CSILLAG

**A vadalma házasított fajtáját (a házi almát) édes, sárga vagy piros gyümölcséért a trópusok kivételével a világ szinte minden táján szeretik. Immár 4000 éve kedveli az emberiség, Európában Nagy Károly uralkodása idején kezdték tömegesen termesztetni.**

A vadalma (*Malus sylvestris*) és annak kerti változata, a házi, más néven nemes alma (*Malus domestica*) kicsi, zömök fa. Magunk elé sem kell képzelniük, hogyan néz ki, hiszen gyakorlatilag minden kertben ott van. A kicsi, kemény, keserű termésű eredeti fajtája (a vadalma) egész Európában honos, megtalálható a napsütötte vegyes erdőkben és bokros réteken.

## Hihetetlen, mi mindenre jó

Elődeink étrendjében az alma mindig is fontos szerepet játszott. Rendkívül kreatív módon hasznosították ezt a gyümölcsöt, és tudták, miként lehet megfelelően és tartósan elraktározni. Így télen is nagy tartalékaik voltak belőle, és ily módon természetes úton jutottak hozzá a cukorhoz, a vitaminokhoz, az ásványi anyagokhoz, a rostokhoz, a szerves savakhoz és a pektinhez. Az almából készíthető tea, bor, szörp, ecet, kompót, zselé, lekvár, lehet aszalni, párolni, sütni, főzni, sőt rántani is. Nemcsak magas tápértékű, egészséges finomság, hanem jelentős gyógyhatásokkal büszkélkedő gyümölcs is.

Méregteleníti a szervezetet (elsősorban a nehéz fémeket és a toxinokat segít eltávolítani), elősegíti a sebek gyógyulását, és jótékonyan hat gyomor- és bélproblémákra. A bélgombákat elsősorban a nyers vagy párolt alma segít eltávolítani. Orvosi kutatások szerint a nyers alma csökkentheti a vér koleszterinszintjét.

Az alkalmazható tannin és bioflavonoidokat tartalmaz, közülük a kvercetin a legfontosabb. Ezeknek köszönhetően eredményesen alkalmazható a húgyhólyag és a prosztatata megbetegedéseiben, jótékonyan hat reumára, köszvényre, valamint gyomorfájásra is. Az almából készült tea csillapítja a lázat, ráadásul rendkívül finom.

## Az almaecet titkai

Az almaecet segít megújítani a bőr természetes kémhatását (rendbe hozza a pH-ját), csillapítja a viszketést, és jótékony hatású számos fertőző bőrbetegségben. Belsőleg fogyasztva támogatja a májműködést, ezért kiválóan alkalmazható bármilyen fertőző betegségnél; különösen a lázzal járó állapotokban.

Az alma és a belőle készült termékek rendszeres fogyasztása hagyományosan a legjobb megelőzést jelenti

bármilyen betegséggel szemben, továbbá előnyös hatása van az idegrendszerre. Talán ez az oka annak, hogy minden nemzet régóta rendkívüli tisztelettel övezi az almát. Ünnepek alkalmával színes szalagokkal és kalácsokkal díszítették az almák ágait, gyökereiket pedig saját vérükkel áztatták, hogy elnyerjék az istenek kegyét, és a következő évben is bő almatermést kapjanak tőlük ajándékba.

Egy régi görög monda szerint az alma az istenek ajándéka, az örök fiatalság és szépség gyümölcse, ezért szinte minden kultúrában a halhatatlanság és az újjászületés termékeként tisztelték. Az almát több írásos forrásban is rendkívül bonyolult, misztikus szimbólumrendszer veszi körül, amely arra enged következtetni, hogy az almafa egyféle „túlvilági belépőkártyaként” szolgálhatott.

## Az „almafa-szigettől” a Pentagramig

Az ókori görögök úgy hitték, hogy a bimbókat, virágokat és termést is hordozó almafaág „belépőjegy” a túlvilágra. Legendák keringtek az almafa-szigetről, ahol mindenki visszanyerheti a fiatalságát, és amely valahol messze, nyugaton fekszik – ott, ahol a nap lenyugszik, valahol a természetfeletti és a való világ határán. Ilyen Isle of Avalon almafa-szigetről olvashatunk Arthur király legendájában is.

Az alma egyben a választás (országalma) és a termékenység jelképe. A Paradicsomból való kiűzetéshez az almának tulajdonképpen nincs semmi köze, valószínűleg hibás fordításról van szó, mert az eredendő bűn gyümölcse a füge volt. A félbevágott alma közepén látható ötágú csillag egy materializált pentagram: az 5 elem, az 5 érzék, az élet, valamint az örökös, ciklikus változás szimbóluma. A csillag segítségével gyakran jósnak, megmondják, mi fog történni a következő évben vagy az illető szerelmi, érzelmi életében.

Tudatalattink igen jól ismeri az élet és halál, a hétköznapi élet és a benne rejlő rejtélyek eme szimbólumát. Az ajándékba kapott almát ezért mindig becsülsék meg – akár előre megtervezetten kapták ajándékba, akár nem, a háttérben mindig valami többről van szó... #



*Legendák keringtek az almafa-szigetről, ahol mindenki visszanyerheti a fiatalságát, és amely valahol messze, nyugaton fekszik.*



# A SZENTJÁNOS- BOGARAK PÉLDÁJA

**Egy francia rovarkutató (entomológus) meghívta feleségét egy nyári kirándulásra a dél-amerikai Orinoco folyóhoz. Este leültek a folyóparton álló bungalójuk teraszára, figyelték a csodálatos tropikus naplementét, majd a csillagok hihetetlen szépségét.**

Egyszer csak felfigyeltek valami tökéletesre, lenyűgözőre, ami annyira meghatotta őket, hogy könny szökött a szemükbe, és csendben megfogták egymás kezét. A széles folyó mindkét partján több százezer szentjánosbogár világított. De nem ám csak úgy tündöklöttek, „bele a vakvilágba”, koordinálatlanul. Lámpásaik hullámokban fényltek, szinte pulzáltak, egyfajta ősi, lassú ritmusban, mintha lemásolták volna egy ember nyugodt szívverését.

A tudós ekkor egy óriási hálóval nekivágott, hogy megfelelő mennyiségű szentjánosbogarat fogjon. Ahogyan az már lenni szokott, jó kis „gazemberként” viselkedett, hiszen nem árulta el a nevének, hogy tulajdonképpen hivatalos útra viszi, de egyúttal szerető férjként is, mert nem akarta otthon hagyni a párját. Néhány szentjánosbogarat bevitték magukkal a szobába, ahol csak egy lámpácska világított. Miután kiengedték őket, nem győztek csodálkozni: a rémült szentjánosbogarak összevissza, zavarodottan pislácoltak, elveszítették a szinkront.

Jó hosszú idő telt el, mire a bogarak kezdtek megnyugodni: először kisebb csoportokat alakítottak ki, amelyek ismét ritmikusan pulzáltak, majd a kisebb csoportok egy idő után egymásra találtak, nagyobb csoportokba verődtek, végül az összes szentjánosbogár egy csoportot alkotott a szobában, mind együtt kezdtek felfényleni és kihunyni, ismét fényre gyulladni, majd elaludni...

És hogy mit csinált ez alatt a házaspár? Nos, az egy másik történet. Számunkra mindebből az a fontos, hogy mi, emberek ugyancsak ritmikus ciklusban éljük az életünket. Nappal és éjszaka, ébrenlét és alvás, az évszakok váltakozása, belégzés és kilégzés, megfeszülés és ellazulás – mindez pótolhatatlan jellegzetesség az életünkben. Sejtjeink ugyanúgy viselkednek, mint a szentjánosbogarak: amikor félnek, képtelenek szinkronban együttműködni. Az erő az együttműködésben van, nem pedig a káoszban...

Ezért azt kívánom önöknek – és közvetve a sejtjeiknek –, hogy legalább nyáron legyen egy kis idejük azzal foglalkozni, amit szeretnek, ami gyógyítja önöket. Azzal, ami visszaadja túlhajszolt sejtjeiknek a képességet, hogy ismét csapatmunkában, együtt végezzenek a dolgukat.

Ha pedig szeretnék megsimogatni, megszeretgetni a lelkiüket, menjenek el egy szeretett személlyel együtt, és figyeljék meg a szentjánosbogarakat...



## Végre normális életet élhetek

**Sandrának hívnak, Vallsban élek, és 31 éves vagyok. Tizenhat évig szedtem fogamzásgátló tablettákat, egyszerűen nem tehettem másként. Amikor kihagytam a tablettákat, elmaradt a menstruációm, és nagyon fáj a hasam.**

A fájdalom olyan erős volt, hogy minden alkalommal el kellett mennem az ügyeletre, ahol „ló dózisú” fájdalomcsillapítót dőfték belém, mert a tabletták nem használtak. Sok bajt okozott az erős vérzés és a menstruáció előtti fájdalom (PMS) is. Egy idő után egyre erősödő migrénem lett, amire egyetlen gyógyszer sem hatott. Kínzott az elviselhetetlen fejfájás, görcsök, hányás, hasmenés stb.

Mindez vagy 10 évig tartott. Rengeteg orvosnál jártam Andalúziában, több városban is, de egyetlen kezelés sem

hozta meg a várt eredményt. Nagyjából 6 évvel ezelőtt egy orvos valamilyen igen erős gyógyszert írt fel, amely részben megoldotta a gondjaimat. Ám emellett 2–3 napig olyannyira legyengített, hogy ki sem tudtam kelni az ágyból, dolgozni sem mehettem. A migréntől azonban ez a gyógyszer sem szabadított meg, a fejfájásom pedig évről évre rosszabbodott, egyre erősebbé vált.

Az ENERGY tanácsadója mindent elmagyarázott a Supertronic teszteléssel kapcsolatban, és elkezdtem szedni a GYNEX-et, a CYTOSAN-t és a PERALGIN-t. Az ENERGY termékeinek köszönhetően abbahagyhattam a fogamzásgátló szedését. Ha a PMS jelentkezik, néhány napig szedem a PERALGIN-t, és normális életet élhetek. Most már nincsenek migrénes rohamaim, sem menstruációs fájdalom, boldog vagyok. Jelenleg a FYTOMINERAL-t fogyasztom.

## ZSÍRDAGANAT? FYTOMINERAL!

**A zsírdaganatokkal kapcsolatos tapasztalataimat szeretném megosztani veletek. Az első esetben maga a készítmény hívta fel a figyelmemet erre az elváltozásra. Történt ugyanis, hogy egy fiatal anyukának a FYTOMINERAL használatát javasoltam.**

Miután elolvasta a termékismertető lapot, és megtetszett neki a készítmény, kérdezte: 2 éves kislányának adhat-e belőle. Napi 5 csepp használatát javasoltam. Aztán fogyott az üveg, kérte az utánpótlást. A harmadik üveg vásárlásakor megjegyezte, hogy a kislánynak a füle mögött volt egy lencsényi zsírdaganat (lipóma). A hajthatárhoz közel volt, ezért fésűlökődésor vigyázni kellett rá.

A gyermekorvos javasolta a műtéti eltávolítást, de az anyuka nem akarta a kisgyermeket kitenni egy ilyen élménynek. Most már erre nincs is szükség, hiszen a kis gombóc szőrén-szálán eltűnt. A gyermek semmilyen más táplálékkiegészítőt nem szedett, csak a FYTOMINERAL-t.

A második esetben, amikor egy úr fordult hozzám, már résen voltam. A teszt valami miatt a KING KONG szükségességét mutatta, de nem igazán tudtam rájönni, miért. Megkérdeztem az illetőt, van-e olyan problémája, amelyről még nem beszéltünk, de megoldást szeretne rá? Rövid gondolkodás után kibökte: „igen, ezek a kis gombócok a nyakamon”. Az egyik különösen nagy volt, és már zavarta. Azonnal megnéztem a FYTOMINERAL-t, és a teszt nagyon jól mutatott. Minden bizonnyal a KING KONG zsírregető tulajdonságainak is nagy hasznát vesszük, de lipómáknál mindenképpen javasolom kipróbálni a FYTOMINERAL-t!

## BAKTÉRIUM VAGY VÍRUS – A DRAGS IMMUNNAK EGYRE MEGY!

**Két történetet szeretnék megosztani veletek. Mindkettőnél a DRAGS IMMUN a főszereplő. Az első történet tulajdonképpen 7 hónappal ezelőtt kezdődött. Idézek egy levélből:**

„Édesanyám 12 éve cukorbeteg, 3 éve inzulinozza magát. 2009 nyarán a sarkán egy kb. 1 cm-es seb keletkezett, ami nem gyógyult be. Kötözgette, kúrálgatta magát, mi, a családtagok, csak azt láttuk, hogy be van kötve a lába. Nem tulajdonítottunk neki nagy jelentőséget. Szeptemberben már magas láza is lett, ami nem akart elmúlni. Nem tudott felkelni, az ügyeletre kellett vinnünk.

Kórházba került, a belgyógyászatra, 1 hétig keresték a magas láz okát. Ekkorra már az egész sarka összefüggő seb volt. Kb. 10 nap múlva a sebészeten mintát vettek a sebből. Kiderült, hogy kétféle baktérium támadta meg, amit az udvaron az állatoktól, a föld közvetítésével, még a nyáron szerzett be. Célzott antibiotikummal kezelték, aztán kontroll vizsgálatot végeztek. Kiderült, hogy három másik baktérium került az előző kettő helyére, később már ez okozta a lázat. Aztán ez a jelenség még egyszer megismétlődött. Közben folyamatosan faragták a sarkát, távolították el az elhalt rétegeket.

Édesanyám eleinte elutasította az általam kínált ENERGY készítményeket, de a helyzetet később már ő is

olyan súlyosnak látta, hogy hallgatott rám. Folyamatosan ott lebegett előttünk, amit az orvos mondott, hogy ha nem tudnak úrrá lenni a baktériumokon, amputálni kell a lábát.

Javaslatodra DRAGS IMMUN-t szedett, napi 3x10 cseppet, és a sebre is ezt tettük kb. 2 hétig. A legközelebbi kontroll alkalmával már semmilyen baktérium nem tenyésztett ki. Innentől kezdve nincs baktérium. Ásványvízbe csepegtettünk FYTOMINERAL-t, és B!OMULTIVITAMIN-t is szedett. Közben érzéskültség miatt kétszer is műteni kellett.

Most már szépen gyógyul a sarka, az új bőr is elkezdett sarjadni, édesanyám újra tud járni! Úgy érzem, hogy ha előbb hallgatott volna rám, nem fajult volna idáig a fertőzés, és mostanra már meg is gyógyult volna. A baktériumok feletti győzelmet pedig a DRAGS IMMUN-nak köszönhetjük. Ez a szer nálam is bizonyított. Szerintem az ENERGY egyik leghatékonyabb készítménye.”

### Cukorbetegnél gyakori

A levélben foglaltakhoz két megjegyzést szeretnék fűzni. A cukorbetegnél gyakran előfordulnak a nehezen gyógyuló sebek. Egy cukorbeteg, immunhiányos rokonomnál szintén a DRAGS IMMUN-nal oldottuk meg, hogy a műtéti heg összeforrjon a lábán. Korábbi műtétekor 8 hét is kellett, mire a seb nagy nehezen összeforr. Javaslatomra műtét előtt elkezdte szedni a DRAGS IMMUN-t, így összesen egy nappal maradt tovább bent a kórházban, mint a vele egy napon műtött többi beteg. Igaz, utólag panaszkodott, hogy a szer íze rendkívül kellemetlen volt, de a hatékonysága mindenért kárpótolta.

A másik, amit észrevettem, hogy cukorbetegnél mindig a B!OMULTIVITAMIN-t tesztelem ki, soha nem a GERIATRIM-ot. Van olyan ügyfelem, aki nem is fogad el más készítményt, mert annyiféle gyógyszert szed, hogy tart a nem kívánatos következményektől. Ő is arról számol be, hogy mióta a B!OMULTIVITAMIN-t használja, határozottan jobban érzi magát. Ezek szerint a B!OMULTIVITAMIN a cukorbetegnél önmagában is hatásos.

### Gyógyulás egy nap alatt

Következzék a másik történet: „Főnököm szerint: »ami történt, az csoda!« »Nem, ez az ENERGY«, mondtam én, mikor látta, hogy másnap újra dolgozom. Úgy kezdődött az egész, hogy reggel többször meglátogattam a legkisebb helyiséget, de nem gondoltam másra, mint az előző napi túlzott farsangi süti evésre. Aztán délelőtt a munkahelyen már rázott a hideg, hasgörcsöm volt, és belázasodtam. Ebéd után jeleztem a főnökömnek, hogy hazamegyek, kikúrálom magam. Így is történt.

Hazaérve már magas láz, végtaghidegség, hasi görcsök jelentkeztek. Elkészítettem a Mara által javasolt koktélt: DRAGS IMMUN + VIRONAL – és ágyba bújtam. Délután, ahányszor felkeltem, annyiszor VIRONAL-t vettem be. Estére lement a lázam, elmúlt a hasgörcsöm, bemelegedtek a végtagjaim, és nyugodt éjszakám volt. Reggel pihenten ébredtem, és gyógyultan mentem dolgozni.

A történethez még hozzá tartozik, hogy abban a csoportban, ahol besegítettem, óvónő, dajka szintén elkapta ezt a vírust, de nekik egy teljes hét kellett a gyógyuláshoz. Örülök, hogy megismertem ezeket a készítményeket, és köszö, Mara!”

**SZŐVEG** Takács Mária  
(tanácsadó,  
Zalaegerszeg)  
KÉP dreamstime.com



*A gyermekorvos javasolta a műtéti eltávolítást, de az anyuka nem akarta a kisgyermeket kitenni egy ilyen élménynek.*



# HETES: INTUÍCIÓ ÉS FÜGGETLENSÉG

## BEVEZETÉS A SZÁMMISZTIKÁBA (7.)



A hetes szám tulajdonságai leginkább azokat befolyásolják, akik a hónap 7., 16. és 25. napján születtek. Rejtélyes és rendkívül különleges szám ez – elég visszapillantani a történelembe, máris meggyőződhetünk a hetes jelentőségéről. A hetest rendszerint a boldogság szimbólumának tartjuk, ám egyúttal az a szám is, amely változásokat hoz, és megtanítja nekünk, miként kell elfogadnunk ezeket.

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

A hetes a lélek száma, spirituális és érzékeny. Az együttérzés, a titok, a hit és a gyógyítás fogalmai kapcsolódnak hozzá. Tulajdonosainak nagy karizmát, ugyanakkor ellenszegülő hajlamot kölcsönöz. A hetes emberek csakúgy, mint az egyesek, saját alapelveket és célokat tűznek maguk elé. Mindenben tökéletesek, amihez csak hozzáfognak.

Legtöbbjük befelé forduló személyiség, aki saját magában hordozza a világát. Környezetük gyakran zárkózottnak, a világ dolgai iránt közömbösnek tartja őket, ám az igazság ennek épp az ellenkezője. A hetes szám által befolyásolt embereknek nagyon fontos, hogy megszerezzék környezetük bizalmát és tiszteletét.

### „Gyógyító mágnesesség” van bennük

Érzékenységüknek és kivételes intuíciójuknak köszönhetően remek megfigyelők, és a jövő események alakulásával kapcsolatosan ritkán tévednek. Mindig készek segítséget nyújtani, megosztani másokkal a tudásukat, de ehhez az kell, hogy a többiek megfelelően közel kerülhessenek hozzájuk. Különleges „gyógyító mágnesesség” van bennük, ami felettebb jótékonyan hat a környezetükre.

A hetesek mindig képesek kihasználni erős intuíciójukat, kíváncsiságukat és elemző képességüket. Sokan óriási sikereket érnek el a munkahelyükön, a legkülönbözőbb foglalkozásokban, a legfontosabb dolog azonban bennük, magukban zajlik. Tudat alatt érzik, hogy olyan hatások érik őket, amelyeket a legtöbb ember képtelen a saját tudatával

Különleges „gyógyító mágnesesség” van bennük, ami felettebb jótékonyan hat a környezetükre.





megragadni. Ezért a legtöbb hetes kifejezetten érdeklődik az ezotéria, az alternatív gyógyászat módszerei, a mitológia, a sci-fi stb. iránt, de közben keresik a saját, független útjukat. Képesek felfedezni vagy akár létrehozni új vallási irányzatokat – vagy legalábbis hisznek bennük. Azt mondhatjuk, hogy a hetesben rejtőzik a mi világunkon kívül eső dolgok megértését lehetővé tevő kulcs. Ezt a kulcsot azonban nem mindenki találja meg.

### Vágy a tapasztalásra és a megértésre

A hetes mindig az új tapasztalások, intellektuális felismerések és főleg a megértés utáni vágy őrje. A legjobbra áhítozik, a tökéletességre törekszik. Képtelen elfogadni a közepszerűséget és a rossz ízlést. Valóban képes értékelni egy zeneművet vagy egy képzőművészeti alkotást. Neki magának is lehet zenei vagy képzőművészeti tehetsége. Ahhoz, hogy kamatoztatni tudja a képességeit és a tehetségét, szükséges számára, hogy megtalálja a belső békéjét, továbbá összhangban legyen önmagával. Igen fontos számára a természettel való kapcsolat: talán minden hetes imádja a tengert, és szeret utazni. Ha ezt a körülmények nem teszik lehetővé, akkor legalább az útleírásokon keresztül éli ki eme vágyát.

A hetes szám küldetése, hogy kemény munkával belső tökéletességet érjen el, valamint tanácsaival segítse a környezetében élőket, így lelkiileg és intellektuálisan mindinkább kiteljesedjék. A fenséges dolgok, a magasabb szintek iránti vágy már születésétől fogva ott rejtőzik benne. A hetesek már kis koruktól kezdve szeretnek különböző híres emberekkel azonosulni, nagy kedvvel utánozzák őket. Mintha csak sejténék, hogy magasabb pozíciók elérésére hivatottak. Mindenre találnak magyarázatot, és mindent képesek a maguk előnyére megváltoztatni. A rábeszélés mesterei.

Mivel az életben semmi nincs ingyen, a heteseknek is meg kell tanulniuk, hogyan győzhetik le az akadályokat. Életükben a két legfontosabb dolog: a hit és a bizalom. Hinniük kell önmagukban, és bízniuk abban, hogy az életben minden egyes változás szükségszerű, és csakis az előnyükre válhat.

A hetesnek mindent a saját tapasztalatából kell megtanulnia. Ha nem képes elérni a saját maga állította ideálokat, frusztrált lesz, komplexusok kezdik gyötörni. Védekező mechanizmusa ilyenkor működésbe lép. A valóság

elől a „kellemeőbb” dolgokhoz menekül, alkoholhoz, droghoz nyúl, munkaköri és anyagi problémákkal küzd. Senkinek és semminek nem hisz.

### Érzékenység, nyugtalanság, szorongás

A heteseknek olykor már gyermekkorukban meg kell tapasztalniuk a megalázás és megvetés érzését, ami ahhoz vezet, hogy nem képesek helyesen megítélni a saját határaikat. Mindez különböző neurózisok kialakulását vonhatja maga után. A legnagyobb megalégedettséget abban találják majd, ha mindent és mindenkit figyelmen kívül hagyva, egyre csak nyomolnak felfelé, hogy céljukat minél előbb elérjék. Az ilyen hetesek között találjuk saját sorsuk legnagyobb szabotőreit. Az álnokság, az irigység és a nagyképűség a legrosszabb tanácsadók.

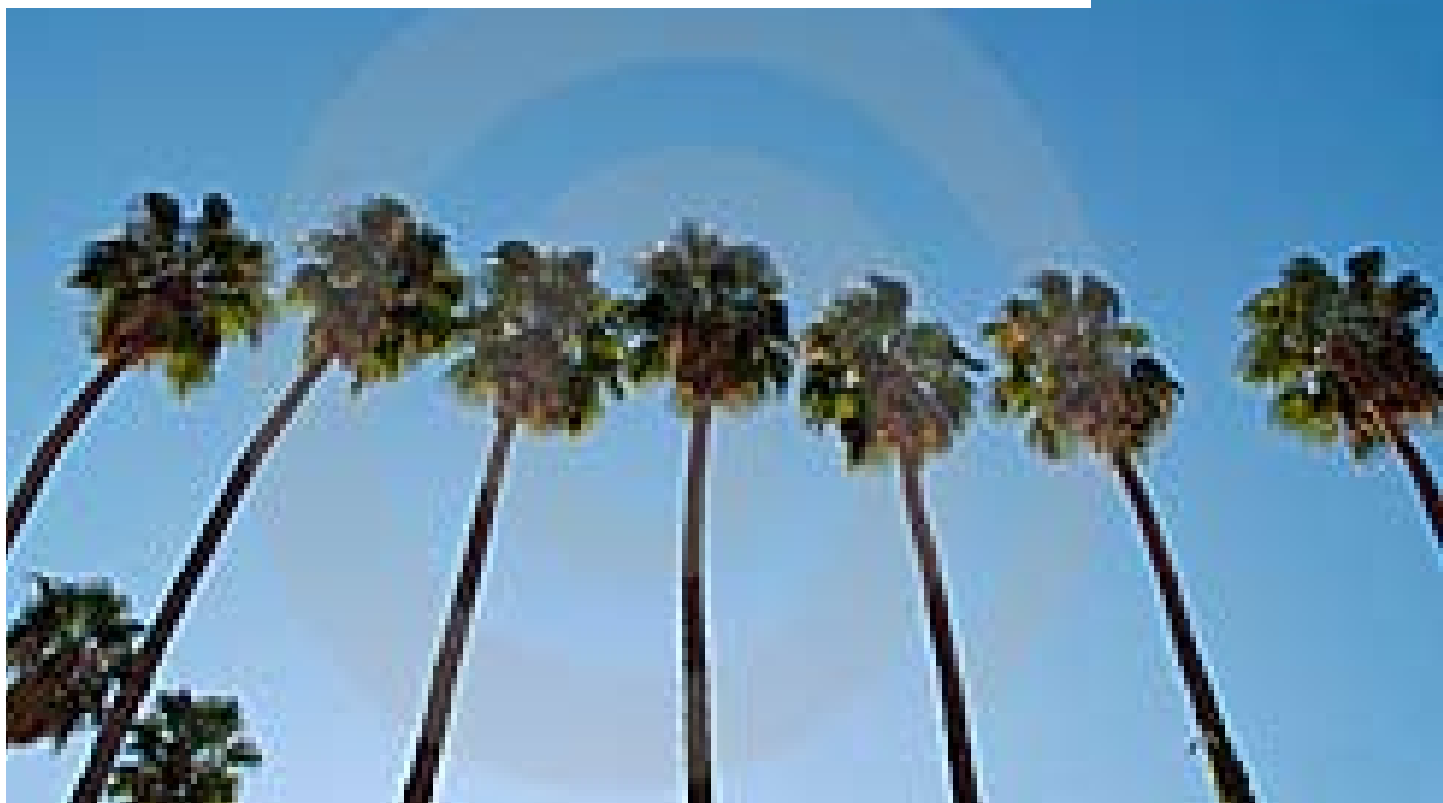
A hetes, tekintettel nagyfokú érzékenységére, sokkal hajlamosabb a nyugtalanságra és szorongásra, mint a többi szám. Ha az ügyei nem jól alakulnak, frusztrálttá, melankolikussá és bizonytalaná válik – ami ereje elvesztésében, nagyfokú fizikai fáradtságban mutatkozik meg. A stressz és a depresszió fizikai szinten is megnyilvánul különböző allergiák, hátfájás, urológiai problémák, elégtelen veseműködés és gyakori vírusfertőzések formájában. Ha a táplálkozása nincs összhangban emésztőrendszerével, akne vagy egyéb kiütések jelennek meg a bőrén.

Uralkodó bolygója a Neptun. Elég csak egy kicsit ismerni az asztrológia alapelemeit, máris észrevehetjük, hogy a Neptun misztikus művész. Neptun képviseli az óceánt, a kollektív tudattalant, a múlttal való kapcsolatot, a képzeletet, az absztrakciót és az egyetemességet. Káoszt és felfordulást visz a jól működő rendszerekbe, szabadjára engedve a látszólag kibékíthetetlen ellentéteket és feszültséget gerjesztve. Megzavarja a polarizált világfelfogást, és tudást visz a dolgok egészébe. A víziók, a szimbolikus képek, az inspiráció, a nyitottság, az eggyé válás, a magasabb ideálok, az utópiák, a múltba fordulás, valamint a passzivitás, a képzelet és a valóság között húzódó nem egyértelmű határ, a tehetetlenség, a realitástól való menekülés stb. jelképe.

Ennek ellenére – vagy éppen ezért – minden hetesnek jó tudni, hogy gyógyító képessége természetes tehetség. A gyógyítást természetesen saját magával kellene kezdenie.

(Folytatjuk)

*Elég csak egy kicsit ismerni az asztrológia alapelemeit, máris észrevehetjük, hogy a Neptun misztikus művész.*



# A HEGYIKRISTÁLY

## A DRÁGAKÖVEK ASZTALÁNÁL (1.)

**Új sorozatot indítunk a Vitae hasábjain. Célja, hogy legalább érintőlegesen megismertesse önökkel a drágaköveket, illetve gyógyhatásaik alkalmazását a mindennapi életben. Első alkalommal az energiákat kiválóan harmonizáló hegyikristályt mutatjuk be.**



A kövek iránt érzett gyermeki lelkesedésem a főiskolán mélyült el igazán, amikor különböző geológiai tanulmányi kirándulások alkalmával rengeteg drágakövet kerestem és találtam. Ennek ellenére be kell vallanom, hogy ismereteim annak idején is csak egy szenvedélyes laikus szintjén maradtak. A helyzet akkor változott meg, amikor elkezdtem a kövekkel professzionális szinten foglalkozni.

Mivel a drágakövek állandó társaimmá váltak a mindennapokban, rohamtempóban bővültek és elmélyültek a velük kapcsolatos ismereteim is. A tapasztalt geológusokkal és terapeutákkal folytatott együttműködés következtében végül egyfajta intuitív készséghez jutottam el, amely segít megértenem, milyen ajándékokkal halmozhatnak el minket a drágakövek. Engedjék meg tehát, hogy ez úton legalább részben átadjam önöknek mindazt, amit szerencsém volt megtanulni a drágakövekről.

### A leghatékonyabb segítőtárs

Minden kövek alapköve, a kristályterápia leguniverzálisabb és leghatékonyabb segítőtársa egyértelműen a hegyikristály. Pontosabban szólva a kvarc ásvány szintiszta formája, amely kémiai szempontból egyáltalán nem számít különlegességnek. Egyszerű szilícium-dioxidról, vagyis kovasavról ( $\text{SiO}_2$ ) van szó, amely összetételét tekintve megegyezik a strandon levő homokkal vagy a pohárral, amit nap mint nap a kezünkben tartunk.

A szintiszta hegyikristály a molekulák kölcsönös elrendeződésében különbözik a pohártól. Míg a pohár tulajdonképpen nem más, mint rendezetlen, amorf anyag, amelynek a molekulái szabálytalan, kusza szerkezetben vannak, addig a hegyikristályban a szilícium-dioxid egyes molekulái folyamatos kristályosodással, pontosan definiált, spirál szerkezetbe

rendeződtek. A hegyikristály molekuláinak ez a spirálos elhelyezkedése adja a kő figyelemreméltó tulajdonságait. A hegyikristály ugyanis a Föld nevű bolygó legerősebb energianövelője.

### Tisztítja és gyógyítja a környezetét

Már önmagában ez is elegendő lenne, hogy kivételes helyet vívjon ki magának a drágakövek között, és elismerést szerezzen a legmateriálisabb tudományágakkal foglalkozó tudósok körében. Ám a hegyikristályt többet „tud”: magába szívja a felesleges energiákat, pótolja a hiányzókat, és elnyeli a negatív energiákat. Egyszerűbb megfogalmazásban arról van szó, hogy a hegyikristály harmonizálja, tisztítja és gyógyítja a környezetét, valamint visszaállítja a dolgokat azok tökéletes, eredeti állapotába. A hegyikristály felhasználható a víz energetizálására is, ekként képes gyógyítani a test valamennyi sejtjét.

És nem csak erre képes. Ha van egy célunk, szeretnénk elérni valamit, esetleg szükségünk van valamire, és azt szeretnénk minél közelebb hozni magunkhoz, akkor használhatunk hegyikristályt vagy azzal készült vizet, hogy a célunkat megerősítsük. Elég csupán néhány pillanatig a kezünkben tartani a hegyikristályt.

A magunkkal hordott hegyikristály harmonizálja a test energiaáramlását, optimalizálja a csakrák működését, energiát ad, továbbá megerősíti az érzékelő képességünket, vagyis világosabbá teszi számunkra: mi a feladatunk ebben az életben.

A hegyikristály mint a drágakövek királya megérdemli, hogy sorozatunkban elsőként mutassuk be. Kíváncsi vagyok önöknek, hogy közös kirándulásunk ezen a drágakövekkal ékesített úton legyen minél varázslatosabb, és ösztönözze önöket az útkeresésre. *(Folytatjuk)*



#### **VITAE PRÉMIUM MAGAZIN**

Az ENERGY társaság jubileumi folyóirata, 2010. június-augusztus

**Felelős szerkesztő** Kürti Gábor, [kurti.gabor@energyklub.hu](mailto:kurti.gabor@energyklub.hu)

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

[info@energyklub.hu](mailto:info@energyklub.hu), [www.energyklub.hu](http://www.energyklub.hu)

**Felelős kiadó** Marosi Zoltán ügyvezető igazgató

**Nyomdai előkészítés és kivitelezés** Gateway, s.r.o., Prága.

**Fotók** Dreamstime, Energy Group a. s.

**Megjelenik** 15 000 példányban.

A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.



# IMMUNERŐSÍTÉS: ÉTELAJÁNLATUNK

## CINK: A „SZÜRKE EMINENCIÁS”



A gyümölcs- és zöldségféléket, a joghurtot biztosan nem kell bemutatnom, hiszen ezek mindenki számára jól ismert, immunerősítő „harcosok”. Amennyire sokat tudunk a gyümölcs- és zöldségfogyasztás előnyös egészségvédő hatásairól, annyira ismeretlen a legtöbb ember számára a cink, a „szürke eminenciás”, pedig többféle folyamatot az irányítása alatt tart az immunrendszer működése terén, beleértve az ellenanyagok és a T-limfociták termelését is. A cink ráadásul képes szinte a „halottaiból feltámasztani” a szervezet immunrendszerét, mert jótékonyan befolyásolja a csecsemőmirigy működését.

Igaz ugyan, hogy az osztriga tartalmazza a legtöbb cinket, mivel azonban jómagam személy szerint inkább büntetésnek, mintsem ajándéknak tekintem az osztrigákat, engedjék meg, hogy inkább más ételeket ajánljak a figyelmükbe. A legtöbb cinket (persze az osztriga után) az alábbi élelmiszerekben találhatjuk.

- Tökmag – egyetlen család asztaláról sem hiányozhat. Az összemorzolt, kisebb tökmagdarabok remekül illeszkednek salátákba, szendvicsekbe, levesekbe, kenyérre, rántottába stb. Egyszerűen bármivel hozzáadhatjuk.

- A búzakupában és a búzacsírában kevesebb cink van ugyan, de még mindig elegendő. A korpával és mézzel ízesített reggeli, meleg gabonakása valóságos lökést ad az új nap elkezdéséhez. Ráadásul ön *Belépni tilos!* felirattal a testén mehet ki a vírusokkal és baktériumokkal teli külvilágba.

- Rossz hír a vegetáriánusoknak, hogy rengeteg cink található a marhahúsban, jó hír viszont, hogy sok van belőle a gombában is. Úgyhogy mi most sült marhát

Az idei május, szeszélyes időjárásával, a rengeteg esővel igencsak próbára tett bennünket. Az állandó nyomás- és hőmérséklet-ingadozás, a szélsőségesen magas és hosszan tartó páratartalom, egyáltalán nem követte ki az egészség felé vezető utat. Ilyenkor a saját kezünkbe kell venni a dolgokat, és mivel az időjárást befolyásolni nem tudjuk, próbálkozzunk inkább a helyes, betegségmegelőző étrenddel.

készítünk, aki pedig nem szereti a húst, az fogyasszon sok búzakupát gombával!

### Sült marha gombával

**Hozzávalók:** 1/2 kg jó minőségű marhahús, 2 marék szárított gomba, 1 hagyma, köménymag, só, paprika, olaj vagy egy evőkanál zsír, 1 mogoróhagyma a díszítéshez.

**Elkészítése:** Először vízben megpároljuk a gombát. Miután a víz felforrt, elzárjuk a gázt, és a gombát lefedve hagyjuk puhulni. Eközben vékony csíkokra vágjuk a marhahúst. A sütőtálban felolvasztjuk a zsiradékot, és aranyszínűre pirítjuk a nagyobb darabokra szeletelt hagymát. Hozzáadjuk a húst, és azt is megpirítjuk. Ez után megszórujuk egy kis paprikával és köménnyel, de csak rövid ideig sütjük tovább, nehogy a paprika odaégjen. Az egészet leöntjük a gombás vízzel – csak kevésel, nem levest főzünk! –, megsózzuk, rátesszük a fedőt (vagy alufóliát), és behelyezzük az előmelegített sütőbe.

A sült marha elkészüléséig van még fél, legfeljebb háromnegyed óránk. Ez alatt megfőzhetjük a rizst vagy a tésztát, ellenőrizhetjük a házi feladatokat, átszámolhatjuk a családi költségvetést, megvizsgálhatjuk, vannak-e új ráncaink, összeszedhetjük a széjjel hagyott zoknikat, vagy végezhetünk más, stresszes tevékenységet, ki-ki a saját ízlésének megfelelően. Ám mindezt a tudattal tehetjük, hogy megengedhetjük magunknak, mert az elvégzett tevékenységek során felhasznált cinket a vacsorával pótoljuk. A gombás sült marhát apróra vágott mogoróhagymával díszítjük (pikáns íz és antioxidánsok). #