Gyógyíthatatlan?

A fenti főcímmel a mozgásszervi betegségek gyógyításáról tartott előadást Feketéné Bokor Katalin természetgyógyász, fitoterapeuta október 8-án, a Sashalmi Könyvtárban. Katalin a saját bőrén tapasztalta meg a súlyos, hosszantartó, reménytelennek hitt betegségből való csodálatos felgyógyulást, és ez inspirálta őt arra, hogy a tapasztalatait – tanulással, tudással ötvözve – szenvedő embertársai javára, gyógyulására fordítsa. *„Gyógyulásom ténye olyan nagy hatással volt rám, hogy életem fordulatot vett: azt a jó hírt, hogy van mód a súlyos betegségekből is meggyógyulni, éreztem, el kell mondanom minden rászorulónak, minden reményvesztett, beteg embernek! Aprólékosan megtanultam, elsajátítottam azokat a módszereket, melyekkel egy braziliai természetgyógyász kórházban engem meggyógyítottak (1986-87). Eredményeképpen azóta is fájdalmak és gyógyszerek nélkül élek. 1989 decemberében került első könyvem az üzletekbe (Táplálékod legyen gyógyítód), mely az addigi tapasztalataimat foglalta össze. Reformklubokban, művelődési házakban ismertettem csodálatos gyógyulásom történetét, betegek kerestek fel lakásomon, akik maguk is súlyos betegségeikből gyógyulni akartak. Elhatároztam, hogy ismereteimet bővítem, mint tanuló a braziliai Hospital Naturista Oasis Paranaense-ben. 1992-ben ezért utaztam vissza, hogy a tanultakat át tudjam adni mindazoknak, akiknek tartós, biztos gyógyulásra van szükségük. Csodálatos a jó Isten vezetése. Három tanfolyamot tudtam elvégezni Sao Paulo-ban, dr. Kanyó Emerich magánklinikáján, majd a Hospital Naturista-ban, illetve a fővárosban a Golden Garden Hospital-ban. Naponta gyakorolhattam az AIDS betegek gyógyítását, ugyanakkor a súlyos rákos, p.c.p., stb. betegekét is."* (részlet a www.bokorkatalin.hu honlapról)

Katalin alapvető szemlélete, hogy a vérünk minősége határozza meg szervezetünk minőségét, vérünk pedig annak függvénye, ami a szánkon bemegy. ***„Szánkkal ássuk meg sírunkat"*** – ezzel a találó mondattal kezdődik egyik könyve is, de ha belegondolunk, hogy miből is építkezik szervezetünk, komolyan kell vennünk e kijelentést. Katalin maga vegán táplálkozást folytat, amely a legszigorúbb vegetáriánus, aki nemcsak húst, halat, tojást, de tejterméket sem fogyaszt, vagyis semmi állati eredetűt. De mielőtt elszörnyedt volna a közönség, hogy mi tartja egyáltalán a lelket az előadóban, betekintést kaphattunk, milyen változatos ételek, italok állnak a vegán konyha rendelkezésére. A téma iránt részletesebben érdeklődők Bokor Katalin Életreceptek, ételreceptek című könyvében olvashat erről. A vegetáriánus étkezést azonban Katalin nem a betegsége után kezdte el, hanem családjától kapta – születésétől fogva így táplálkozik. Egyik orvosa meg is mondta neki őszintén, hogy ennek köszönheti többek között azt, hogy nyom nélkül gyógyult egyik gyerekkori súlyos betegségéből. De az csak az egyik fele a dolgoknak, hogy mit viszünk be a szervezetünkbe. Ami benne van, és nem oda való, attól hogyan szabaduljunk meg? Erre is fantasztikus módszerei vannak Katalinnak, és e különleges módszereket tapasztalta és tanulta meg brazíliai gyógykezelése, majd tanulmányai során. Ezeket alkalmazva gyógyulnak általa olyan betegek, akik az orvostudomány szempontjából gyógyíthatatlannak minősülnek.

Ezért azonban a betegnek is dolgoznia kell: *„Nem az a fontos, hogy mit veszel meg, hanem hogy mit teszel meg magadért!"* – hangsúlyozza. A gyógyszereket meg lehet venni a patikában, de az igazi gyógyulás mégis azon múlik, hogy a beteg megtesszi-e azokat a dolgokat, amelyeket nem lehet pénzért megvenni. Számtalan gyógyult betege példája bizonyítja, hogy érdemes! Külön kiemelte Bokor Katalin a különleges fürdőkúrákat (hidegmeleg vizes), amellyel a vérkeringés serkentése és az agynak adott „parancsok" által lehet nem mindennapi eredményeket elérni, valamint az iszap- és agyagpakolásokat. Nagyon részletes magyarázatokat kaptunk a „miértekre", laikus számára is érthetőt. Katalin elmesélte, hogy ő nagyon szereti az orvosi könyveket, rengeteget olvas ilyet, még brazilból is fordított! Nevetve mondta, hogy míg az orvosok hat évig tanulnak az egyetemen, ő már hosszú évtizedek óta mást sem tesz…

Feketéné Bokor Katalin több mint harminc évig élt egyedül, ám az előadásra nyolc éve megismert párja kísérte el, aki azóta már férje is. Ő is súlyos betegként került hozzá, műtétre kiírva. Most egészséges, gyógyszer nélkül, és műteni sem kellett. Az életmódterápia mellett nyilván nem elhanyagolható a „szeretetterápia"! És ez a másik nagyon fontos, amelyet Katalin hangsúlyoz: a szeretet ereje. A család, a környezet nagyon sokat tehet azért, hogy a beteg gyógyuljon. És itt kell megemlítenünk talán az egyik legfontosabbat, amely Bokor Katalin gyógyító életszemlélete egyben: *„Ahogyan táplálkozási szokásainkon érdemes a cél érdekében változtatni, éppúgy lelki táplálékunkat is igényesen kell megválogatnunk! Erről szól az én meditációim. Ha én meggyógyultam, Ön is meggyógyulhat! Önt is ugyanúgy megsegíti a Hatalmas Isten, mint engem! A bizalom Isten szeretetében és a bizalom a gyógyulásban – kézen fogva járnak. Tegyen Ön is pozitív lépéseket az egészséges élet felé, Isten szeretetében bízva!"*

Feketéné Bokor Katalin saját betegségéből való felépülésének történetét a gyógymódok ismertetésével együtt a „Táplálékod legyen gyógyítód" című könyvében írta le. Ez a könyv ma már a harmadik, bővített kiadásban kapható. Természetgyógyászati tanácsadóként sok tapasztalattal gazdagodott, s folyamatosan fejlesztve tudását, több könyvben is közreadta azokat. Rendszeresen szerepel a tévében a Család-barát magazinban (régebbi felvételek megtekinthetők a honlapján), publikál szaklapokban, előadásokat tart – és gyógyít. Korát meghazudtoló fiatalos lendülete példaértékű.

Érdemes honlapjára ellátogatni – www.bokorkatalin.hu – ahol a látogatót a következő fogadja: ***„Légy önmagad orvosa! Istennel minden lehetséges!"*** Úgy legyen… **Szőke Kati**

Fogorvosi rendelő Cinkotán

fogszabályozás • tömések • kerámia betétek
kerámia héjak • igényes fogpótlások
szájsebészet • ultrahangos fogkőeltávolítás
dentalhigiéniai szaktanácsadás
fogfehérítés • gyermekfogászat
díjmentes állapotfelmérés • fogászati szűrővizsgálat

Előzetes időpontegyeztetéssel a várakozási idő minimális.
Tel: 400-11-67 Bp., XVI., Művezető u. 7.
Rendelési idő: H-P: 8-20-ig
Kellemes, nyugodt környezetben, garanciális szakellátással várja Önt és gyermekét:
dr. Bártfai Eszter és dr. Pável Júlia • www.bobdent.hu

SALIX
KERTÉSZETI ÁRUDA
1164 Bp. Magtár u. 40.
T/F: 400-3059, 06-30-9448-394
Gyümölcsfaoltványok, dísznövények
Cserjék, rózsák, lombosfák
Sziklakerti örökzöldek, évelők
Talajjavító anyagok, virágföldek
sziklák, vízinövények, tavihalak
Kert-, sziklakert és kertító építés
Tuják, fenyők, örökzöldek
Öntözőrendszerek
tervezése, felépítése
Kül- és beltéri kerámiák
Ny: H-P 8-18, Szo: 8-17, V: 8-13

FELELŐSSÉGVÁLLALÁS ÉS GYÓGYULÁS

Asztrológiai útmutató a Skorpió jegyében

Október 23-án reggel ismét jegyet vált a Nap. Egy hónapig a Mars és a Plútó látják vendégül – ha ugyan a vendégszeretet szót egyáltalán emlegethetjük velük kapcsolatban – a Skorpió jegyében. Mindjárt a következő napon visszakapjuk a tavasszal átmenetileg átadott egy óránkat, s ennek következtében hirtelen fél ötkor nyugszik a Nap. Szó szerint egyik napról a másikra ránk szakad a Skorpió havának sötétsége. Ebben az időszakban közelebb kerülünk érzelmeink világához, és természetszerűen jobban foglalkoztatnak minket énünk mélyebb rétegei. A Skorpió hava az önvizsgálat ideje, amikor az élet és a halál lényeges kérdései kerülnek előtérbe.

Szükségszerű időt és helyet biztosítani a visszavonuláshoz, másképpen felbillen a lelki egyensúlyunk. A közelgő Halottak Napja alkalmával minden külön tudatos készülődés nélkül is átélhető a Skorpió jegy lényege. A hagyomány szerint egyébként a Mindenszentektől Márton napig terjedő tíznapos időszak „kívül esett az időn", lehetővé téve a belső munkát.

Ilyenkor időszerű a személyiség szükséges átalakítási munkáin túlesni (valamint pókhálózni a pincében, amelynek szintén megvan a maga átvitt értelmű jelentése és haszna).

Foglalkozhatunk okkult dolgokkal, pszichológiával, meditációval, bármivel, ami támogat minket az önismeretben és az átalakulásban. Nagy jelentőségű változáson mehetünk keresztül.

A Skorpió havával-jegyével szokás a halált elmegetni egy lapon. Ez a tény fontos szerepet játszik abban, hogy a Skorpió hava, finoman szólva, nem sokak kedvence. A Skorpió jegyű ember pedig gyakran titkolja csillagjegyét, nehogy halálra rémüljön tőle valaki.

Tény, hogy a Skorpió jegyében fokozott gyakorisággal fordul elő, hogy valami (valaki), amihez (akihez) túlságosan hosszú ideje, ámde annál értelmetlenebbül kötődünk, leválik rólunk és elhagy minket. A jelenség másik oldalán azonban mindig ott van valami újnak a kezdete, feltáruló lehetőségek sokasága.

„Isten veled, régi bőr!" – mondaná a kígyó vedlés után.

A Skorpió hava mindenekfelett kiváló időszak olyan érzelmi poggyászok letevésére, amelyek évek, évtizedek óta a mélybe húznak minket. Ehhez nem ritkán el kell vonulni (vagy legalább kikapcsolni a mobiltelefont), és eltöprengni szomorúságainkon, veszteségeinken, csalódásainkon, valóra nem vált álmainkon. Az önmagunkra történő intenzív összpontosításhoz kénytelen vagyunk kizárni a zavaró körülményeket. Ha nem önszántunkból tesszük, az élet kikényszeríti – például kórházba kerülünk, és ott igazán lesz lehetőségünk önmagunkra és a problémánkra koncentrálni.

Ne feledkezzünk meg arról, hogy a Skorpió jegyében uralkodó Plútó felelős az újjászületésért, gyógyulásért is! A Skorpió egyébként a három klasszikus gyógyító jegy egyike (a Szűz és a Halak mellett). Mindez nem csak abban mutatkozik meg, hogy a Skorpió szülöttek között kimutathatóan több az orvos, mint más jegyek képviselői között. A gyógyításnak ugyanis az orvos valóban kulcsfigurája, de meggyógyulni csak a beteg maga tud!

A gyógyulás legelső lépése pedig az a bizonyos visszavonulás és önvizsgálat, melyre a Skorpió hava soha (vagy legalább egy évig) vissza nem térő alkalmat ad!

Elengedhetetlen a saját felelősségünk felismerése jelenlegi állapotunk kialakulásában. Segít ebben az a tény, hogy a Plútó a Bak jegyében jár, a Bak pedig mindenekelőtt a felelősségre tanít.

Nem arról van szó, hogy mindenért magunkat hibáztassuk, vagy bűntudatunk legyen, de elengedhetetlen, hogy felismerjük, mi az, amiről mi magunk tehetünk. Nem a világ, a válság, a H1N1 vírus, Molnár Lajos és Horváth Ágnes egészségügyi reformjai, a szomszéd, a férj, az anyós, a főnök, a reklámok, a pénzhiány, a balsors, a nehéz gyerekkor és általában véve bárki és bármi más. Mert amiről én tehetek, annak a megváltozásáért is tehetek, és így válhat a Skorpió hava a gyógyulás és újjászületés időszakává. **Tóth Éva Ágota**

Termelői méz:
akác-, repce- és vegyesméz kapható
Marci bá méhészete
Bp. XVI. Irha u. 31. Tel: 409-1481
A XVI. kerületben 3 kg-tól díjtalan házhozszállítás!

CAR-TOUR
Dubai 165.900-tól
Vietnám-Kambodzsa, Thaiföld 199.900-tól
Bali, Tanzánia-Zanzibár 249.900-tól
Tunézia, Egyiptom 49.900-tól
Siutak 6 nap 25.900-tól
Hévíz, Visegrád 15.990-tól
Belföldi szilveszter 4 n. 21.990-tól
XVI. Jókai u. 6.
Tel: 407-1730
(az orvosi rendelővel szemben)

INTIM TORNA
Kriston Andrea módszerével!
A gátizmok és az alhasi szervek egészségének és fiatalságának megőrzéséért és helyreállításáért!
Nőknek és férfiaknak is! KRISTON
www.intimtorna.co.hu intim torna®
Kinek ajánlom?
Menstruációs panaszokra
Szülés felkészítésekként
Változó korban, aranyeres problémákra, inkontinenciára
Alhasi szervek süllyedésekor
Az egészséges szexualitásért
Legközelebbi csoport indul (4x3 óra) október 2-9-16-23-án hétfőnként 17-20 óráig.
Info: Kardos Zsófia tréner
06-20-557-5612

ABLAK-DEPO
MŰANYAG NYÍLÁSZÁRÓK DISZKONT ÁRAKON
7 féle típusból igényeinek megfelelően
Legkedvezőbb árajánlatát is leárazzuk*
Szállítás, beépítés kőművesmunkával is
Redőnyök, szúnyoghálók, ablakkönyöklők, stb.
BAU-STAU Kft. Mobil: 06-20-9392-253 Fax: 06-28-445-123 (Csömör)
*Más értékesítőtől kapott hivatalos árajánlatra vonatkozik ajánlatunk! A tájékoztatás nem teljeskörű, és nem minősül ajánlattételnek.

Torony Patika
Tel.: 401-0303
1161 Bp. Csömöri út 117.
(Iharfa u. sarok)
Nyitva: H-P: 8.30 – 20.30-ig,
Szo: 9 – 14 óráig
Patikánk bankkártya és egészségkártya elfogadóhely!
• RECEPTES ÉS RECEPT NÉLKÜLI GYÓGYSZEREK
• HOMEOPÁTIÁS GYÓGYSZEREK • ÁLLATGYÓGYÁSZAT
• KÖTSZEREK, GYÓGYTERMÉKEK, TEÁK
• VICHY, ROC, EUCERIN, LRP, SEBAMED, NEUTROGENA, BIODERMA, BABE, BOTOCEUTICAL, SCHOLL TERMÉKEK
A Torony Patika a Gyöngy Patikák hálózat tagja és minden hónapban az aktuális Gyöngy akciós termékekkel várjuk vevőinket.
Forgalmazzuk az első és egyetlen – az Európai Unió által engedélyezett – vény nélkül kapható testsúlycsökkentő gyógyszert!
Vevőink az alábbi INGYENES szolgáltatásokat vehetik igénybe a Torony Patikában:
• Általános egészségi állapotfelmérő gépünk használata, a gép a mért értékeket kinyomtatja (BMI index, testzsírszázalék, vérnyomás, stb.) és munkatársaink segítenek a kiértékelésben
• Szerdánként életmód és táplálkozási tanácsadás
• A XVI. kerületben a Veres Péter útig ingyenes gyógyszer házhoz szállítást vállalunk. A részletes tájékoztatás és megrendelés telefonon keresztül történik.
• Törzsvásárlói pontgyűjtő rendszer

Pallasz Patika • Tel: 405-6097
1161 Bp. Rákosi út 90. • H-P: 7.30 – 19.30, Szo: 8 – 12 óráig
Patikánk bankkártya elfogadóhely

HOROSZKÓP

Kos (III. 21.- IV. 20.)

Az Erő Önnel van! Nagy terveket szövöget magában, főként a lelkével kapcsolatos dolgokkal kíván most foglalatoskodni. Meg akarja oldani azokat a problémákat, melyek már régóta nyomasztják. Nem könnyű feladatra vállalkozott, mert ezek a mélyre temetett, múltbéli sérülések nehezen oldódnak fel. Legyen türelemmel! A kitartást és a hosszú távú akaraterejét fejlesztheti most. Szimbolikus segítséget nyújthat a kandalló mellett ülve (tűz elem), egy vízzel teli edényben lábat áztatnia (víz elem: az érzelmek).

Bika (VI. 21.- V. 20.)

November eleje táján lehetősége nyílik találkoznia valakivel, aki társa lehet majd. Ez a találkozás felforgathatja kényelmesen berendezett életét. Ne bánkódjon emiatt, élvezze ki a társas élet érintéseit, simogató, kedveskedő gesztusait. Ne feledje, Önnek létfontosságú az érintés! Most mindezt megkaphatja. Két dolog akadályozhatja meg ebben, ha túlzottan az eszére hallgat, vagy ha kötelességtudata, felelősségérzete miatt nem akarja észrevenni az élet kínálta lehetőségeket. A hónap üzenete Önnek: nyitott szemmel járni a világban!

Ikrek (V. 21.- VI. 21.)

Október vége táján Ön rendkívül toleráns és megértő próbál lenni környezetével. Ha kell, ha nem, most Ön az, aki inkább befogja a száját és nyel egyet, a konfliktusok elkerülése végett. November elején azonban telítődik a sok-sok lelkébe szorult dolog miatt, így ismerősei és partnere csodálkozó tekintettel nézi, hogy vajon mi történt Önnel?! Mintha felvágták volna a nyelvét, mindenkihez lesz egy kellemetlen szava. Rá kell, hogy döbbenjen, hogy sem a probléma-kerülés, sem az éles nyelv nem jó irány. A kettő között keresse a megoldást és örüljön, hogy mindkettőbe belekóstolhat!

Rák (VI. 22.- VII. 22.)

Október vége lelki megpróbáltatásokat hozhat magával. Jó hír azonban, hogy november elején ezekből a megpróbáltatásokból fellélegezhet. Sokan fordulnak majd Önhöz lelki problémáikkal, mert Ön valóban képes meghallgatni a segítségre szoruló embereket. Mi több, ez a fontos szerepkör megnöveli önbizalmát, s érzi, valóban szükség van arra a nagyszerű energiára az életben, melyet képvisel. Ha teheti gyűjtse össze a környezetében lévő gyermekeket és olvasson mesét, tanító történeteket az új generációnak. Lelki stabilitás, a belső mosoly jelenléte az, amit a Skorpió havának második fele ígér.

Oroszlán (VII. 23.- VIII. 23.)

Nem érzi át, csak eljátssza az uralkodó szerepét, s ha ez nem megy, erővel próbálja méltóságát és becsületét megvédeni. Mély depresszióba ránthatja akaratossága és egója Önt, aki pedig az élet napos oldalán foglalt magának helyet. Ne bizonygassa folyton, hogy fontos ember és nagyszerű, mert önmaga akadálya lehet ezzel a hozzáállással. A méltóságteljes hallgatást kell megtanulnia használni arra, hogy környezete tisztelje Önt. A belülről csillogó, valódi „lélekékszer" szebb, mint a kívül hordott testékszerek múló fénye. Gondolkodjon el ezen!

Szűz (VIII. 24.- IX. 23.)

Már régóta eszi, rágja belülről jó pár megoldatlan probléma. Lassan itt az ideje, hogy tisztázza ezeket. Legtöbbet azzal tehet, ha hozzáállásán változtat és átnézi, hogy mik azok a sérelmek, melyekkel nem tud mit kezdeni. Tekintsen túl a hétköznapok fátylán és lássa meg a dolgok mögötti igazságot, s lássa meg, lássa be a sors (el)rendező elvét. Nincsenek véletlenszerűen történő dolgok, csak olyan dolgok, melyek értelmét később érthetjük meg. Ez hozhat Önnek megnyugvást, hiszen Ön az, aki szereti a dolgok pontos menetét kiszámítani.

Mérleg (IX. 24.- X. 23.)

Szerelembe eshet! A szerelem tárgya lehet egy szép festmény, egy szép szemű ember, a tél illata. Van, hogy csak ül, és a szerelem érzése fonja körbe lelkét spontán módon, a dolgok állásától függetlenül. Ha hagyja megtörténni a csodát, s nem ragaszkodik ezeknek az élményeknek a megtartásához, különleges tapasztalatok várnak Önre. Tegye el emlékezetébe ezt a látásmódot, mert a bolygók azt mondják, hogy ebből a hozzáállásból indulhat meg az élete olyasfajta irányba, melyről mindig is álmodott. Most nem a történés a fontos, hanem a megélés milyensége.

Skorpió (X. 24.- XI. 22.)

Olyan lehet mostanság, mint a kisgyermek, aki azt tanulja, hogyan fejezze ki a külvilág számára azt, amit belül érez, érzékel. Hol dühösen és daccal, hol siránkozva könnyek között, hol egyes szám harmadik személyben mesél önmagáról. Ha nem megy, se adja fel! A legnehezebb feladat, hogy Ön – aki kiváltképp utálja, ha csacsogó, trécselő emberek lát – megtanuljon megnyílni. Na persze nem egészen, csak épp annyira, hogy bizonyos terheket lerakhasson, pontosabban szólva megtanuljon róluk beszélni. Ezért a csepp bizalomért környzete különösen akkor lesz hálás Önnek, ha védekezésként nem őket bántja, csipkedi szavaival.

Nyilas (XI. 23.- XII. 21.)

Alapvetően örüljünk együtt, hiszen a Nyilas uralkodó bolygója a Mérleg havának végén elindult előre, s ez a Skorpió havában is könnyebbítést hoz. A dolgok állásától függetlenül felszabadító érzés lesz úrrá Önön, s ezt közvetlen környezete is megérzi, mert ezt a felhőtlen érzést másoknak is tovább kívánja adni. Ne essen a felhők alá azzal, ha furán néznek Önre, s nem értik, mit akar. Szökelljen, mint egy kis kecske, táncoljon, vigadjon, töltekezzen fel. A hónap alapvetően nem könnyű, mégis elmondhatjuk, hogy hosszú és nehéz időszak után, végre kicsit megkönnyebülhet.

Bak (XII. 22.- I. 20.)

Novemberben az Ön uralkodó bolygója a Mérleg jegyében áll már, ami azt jelenti, hogy fontossá válnak a társas kapcsolatok. Rá kell hogy döbbenjen mennyivel többre jut, ha csapatban tud dolgozni. Ha párkapcsolatban él, megkérdeztetések várnak Önre. A jó kapcsolatok megszilárdulnak, a felelőtlen kapcsolatok felbomlanak. Sok a teher a vállain, s be kell látnia, ezt a nagyfokú terhelést egyedül nem fogja bírni. A feloldás abban van, ha megtanul a „Bak magányból" kifelé fordulni, s megtanul segítséget kérni. Ha képes volt túlvállalni magát, akkor arra is képes, hogy letegye a terheket – mindez csupán döntés kérdése!

Vízöntő (I. 21.- II. 19.)

Ön változtatni akar! Ehhez a bolygók azt kérik, hogy főként október második felében beszélgessen ismerőseivel erről. Mondja el, mondja ki, mire vágyik valójában – mert ki tudja, honnan vagy kitől jön majd a segítő kéz. Novemberben nehézségek várhatók, megugraná a lehetetlent, de „nem lehet". Kiszabadulhatna erővel és akarattal a korlátok közül, de meg van kötve a keze. Meditáljon el azon, hogy mit jelent Ön a világ számára. Mi az, amit csak és kizárólag Ön tud, ismer, taníthat! Ha éléggé le tudja csendesíteni elméjét, megkapja a választ!

Halak (II. 20.- III. 20.)

Szép lassan oldódnak le a béklyók végtagjairól. Bár még mindig nem érti, a világ miért ilyen racionális (megrögzött, babérokra tör), s ebben a világban Önnek milyen szerepet osztottak – mégis kevésbé terhelt és frusztrált. A látást, belátást most a csendes, egyedül eltöltött órákban birtokolhatja, ahol elméje kikapcsol, s megérzései, érzetei veszik át az irányítást. Ha ebben a csendes állapotban tud felüdülésre találni, akkor megvan a megoldás, próbáljon meg minél több időt elvonulással tölteni. Csináljon olyan dolgokat, melyeknek szíve örül, s melyeknek az esze nem feltétlenül látja értelmét!

Laki Beáta (06-70-310-1974)

Szalagavatóra fánctalálás
Telefon:
06-70-612-9516
Keringő ruhák
kölcsönzése: 5-25 ezer Ft-ig
Tel: 403-0000

KÖNYVVÁSÁR
október 15-től
5-10-15%
kedvezménnyel!
Kertvárosi Áruda
1165 Bp. Margit u. 106.
(Baross G. u. sarok)
Nyitva: H-P 9-17 óráig
Sálak, táskák, bizsuk, fajátékok, ajándékok, kreatív alapanyagok, kézműves termékek.

Komputeres szem és kontaktlencse vizsgálatot végez!
GERŐ RUDOLF
Jénai okleveles látszerész mester és optometrista
Telefon: 403-0702
SZTK vények beváltása
Kontaktlencse és tároló árusítása
Óriási keretválaszték – extra lencsék is
Bp. XVI. M.föld, Veres P. út 110.
(a Repülőtéri HÉV megállónál)
Nyitva: 9-18, szombat: 9-13,30-ig
SZAKORVOSI RENDELÉS:
K: 13-18, Sz, Cs: 14-18, Szo: 9-12,30