Előadás az intelligenciáról

Megszokhattuk már, hogy a kistarcsai Deáktanyán (amelynek programjai rendszeresen megtalálhatók lapunkban) időről időre kiváló előadások hallgathatóak meg. Ilyen volt február 11-én Szalkó József értekezése az intelligenciáról, amelyik az egyik legkülönösebb képessége az embernek. Mert tudvalévő, hogy az átlagemberek semmit nem bocsátanak meg olyan nehezen, mint mások szellemi fölényét, s az is közkeletű információ, hogy az intelligencia amolyan született képesség, amin igen nehéz változtatni. Ezt a közkeletű tévedést is cáfolta az előadó, aki az est végén gyakorlati intelligencia-növelő tanácsokkal bocsátotta útjára a türelmes hallgatóságot.

De mi is az intelligencia? Valami olyan adottság, amelyik az alkalmazkodást biztosítja az élet adta feladatokhoz. Például intelligens az, aki egy adott problémát az átlagosnál lényegesen rövidebb idő alatt meg tud oldani. Az állati létben az intelligenciának azt nevezzük, ami biztosítja a population belüli felülkerekedést, a túlélés érdekében.

Az intelligencia forrása, hordozója az agy, amelyik a gyakorlat szerint szinte korlátlanul fejleszthető. Megdöbbentő, hogy nagyon intelligens egyedek boncolása után esetleg kiderülhet, hogy nincs is agya – se ez már átvezet a metafizika területére (mivel az is tisztázatlan, hogyan képes egy vak látni). Az agy működése nagyon hasonlít egy többprocesszoros számítógépéhez, bár a komputer „gondolkodása" meg sem közelíti az agyi tevékenység bonyolultságát. Nem csak értelmi, hanem úgynevezett érzelmi, mozgási vagy zenei intelligencia is létezik, bár ennek elfogadottsága nem általános. Az élet néha egészen kiugró intelligenciájú embereket hoz létre, s egyáltalán nem biztos, hogy tanult családból – egy gyártósoron dolgozó embernek is lehet nagyon intelligens gyermeke, mondta az előadó.

S hogy mit lehet tenni az intelligencia növeléséért? Például kiváló gyakorlat az indiánzsödelés, vagy a váltott kézzel való ásás – tessék csak kipróbálni. Az agy működését serkenti általában a szárnyaszsír, a szárnyas sonka – lefekvés előtt nem is szabad ilyet enni, mert akkor nincs alvás. Használ az agyműködésnek a méhpempő, a zöld tea és a citrusféle, lehetőleg a héjával együtt fogyasztva. **(F)**

SOS terápia allergiásoknak

A gyógyulni vágyók egymás kezébe adják a kilincset a XVI. kerületben (Mátyásföldön) megnyitott speciális sóbarlangban. A csodálatos helyiségben 13 tonna sót építettek be, melynek egy része Holt-tengerből, a másik része pedig a lengyelországi Wieliczkai sóbányából származik.

Aki belép ebbe a sóbarlangba, úgy érzi, hogy különleges mesevilágba, egy miniatűr cseppkőbarlangba csöppent. Már az első benyomás is feledhetetlen, mert a só köztudottan gyógyító hatású, de a kristályai meseszépek is. Só, só, só és só mindenütt. A falakban sótéglák sorakoznak, a padlót só borítja és a mennyezetet só-cseppkövek alkotják.

A folytatatás pedig méltó a belépőt köszöntő látványhoz. Lepihenve tökéletes relaxácót nyújtó székekből figyelhetjük a sókristályokon váltakozó ringó fények játékát, miközben stresszoldó zene hangjait halljuk. Olyan ez, mint egy 45 perces képzeletbeli utazás egy másik csodálatosan harmónikus világba, amely végén úgy érezzük, újjászülettünk.

A gyerekek számára ez a környezet maga a paradicsom. Felhőtlenül, jókedvűen játszanak, illetve „somokoznak".

A 45 perces terápia észrevétlenül elillan, nem úgy a sóbarlang hatása. A só jótékony hatásának köszönhetően az asztmásoknál csökken a krízisek száma és intenzitása, megszűnik a gyulladás, elérhető a teljes értékű légzésfunkció. Allergiásoknál normalizálódik az egyébként tüneteket kiváltó Hisztamin és Ige szint, fokozódik a teherbíró képesség, helyreállítható a szervezet immunrendszere.

A prevenciós és terápiás kezelések igénybevételére 10-20 alkalom javasolt, ennek következtében helyreáll az immunrendszer, csökkennek és megszűnnek az alsó és felső légúti problémák. A 20-22 fokos és 45-60 százalékos páratartalmú barlang teljes légterében 0,2-0,5 mikronnyi sókristályok lebegnek, ami megfelel a legkisebb hörgőcskék átmérőjének. Semmi mást nem kell tennünk, csak lélegezni.

A levegőben lévő sókristályok elősegítik a hörgők tisztulását és csökkentik a nyálkahártyák gyulladását. Nagyfokú váladékoldó hatása miatt erőteljes öntisztulási folyamat indul el.

A sóbarlang használata egészséges embereknek is ajánlott. Az eddigi tapasztalatok azt mutatják: a felnőttek körében mintegy 85-90 százalékban, a gyerekeknél 90-96 százalékban jelentett hatékony terápiát a tradicionális sóbányák klímáját a városokba is elhozó sóbarlang terápia.

A Fortuna Sóbarlang elérhetőségei: 1165 Bp. (Mátyásföld) Centenárium sétány 22-24. (orvosi rendelő mellett, parkolás a Gizella téren az iskola mellett); BKV: Örs vezér térről 44, 244 autóbusz (Sasvár utca-Futórózsa utca sarok). XVII., XV. kerületből 46-os autóbusz (Sasvár utcai megálló)

Bejelentkezés: Telefon/fax: 890-0737, mobil 06 30 337-7400
web: www.sobarlangok.hu • e-mail: info@sobarlangok.hu
Nyitva tartás: hétfőtől-péntekig 10-19 óráig

A SZERETET MEGNYILVÁNULÁSA

Asztrológiai útmutató a Halak jegyében

2010. február 18-án délután lép át a Nap a Halak jegyébe. Arról szeretnék írni a Halak havának összefoglalásában, amiről szellemi valóságában szólni kíván a jegy. A legutolsó, tizenkettedik zodiákus sokszor mellőzött helyzetben, utoljára jut csak szóhoz, és sok esetben az őt képviselő magasrendű megbocsátási képesség és az elfogadó szeretet hátsó sorban ül saját életünkben is, a mindennapok tengernyi feladatai között. Szinte alig jut energiánk arra, hogy kamatoztassuk a Halak-jegy és uralkodó bolygójának, a Neptunusznak áldott képességeit.

A női lelkek előnyt élveznek a szeretet energiáinak megélése terén, mert az anyává válás lehetőséget ad a feltételek nélküli elfogadásra. Az áldott állapotban lévő nők arcán lehet leginkább megismerni a valódi szívbéli békesség és időtlenség, keleti misztikusok arcát idéző mosolyát. Mintha valamiféle varázslatos burok venné őket körül és a megoldatlannak tűnő problémák ilyenkor lényegüket vesztik.

Ma már a tudomány is igazolta, hogy a mosolyra húzott száj – bárhogy is érezzük magunkat legbelül – egy kis idő után automatikusan beindítja a boldogsághormonok termelődését. Ez a hozzáállás sokat segíthet a válaszok nélküli, bizonytalan időkben. Na nincs min mosolyogni, érdemes „csak úgy" mosolyra ívelni ajkunkat, főképp azért, mert nincs kockázat, nincs vesztenivaló.

A Halakat uraló Neptunusz nem törődik a nyereményekkel, a célokkal, a mit-miértekkel. Csak azzal törődik, ami még nincsen, vagyis ami még nincsen abban az értelemben, amit mi tárgyaknak, történéseknek, megvalósulásnak hívunk. Épp ezért nehéz megfejteni őt. Akkor bújik elő ködfedte homályos világából, amikor belemerülünk egy általunk szeretett tevékenységbe, például ha festünk, vagy fotózunk. A tudomány ezt jobb agyféltekés gondolkodásnak hívná. Mi hívjuk csak önfeladásnak, hiszen ekkor átadjuk magunkat valaminek teljes mértékben. Kiesik a tér és idő, megfeledkezünk az életben maradás mindennapos harcáról. Az ember ilyenkor képtelen bántani másokat és képtelen megbántódni, hiszen elmélyült és nem fél a jövőtől, nem is gondol rá, igazából nem is gondolkodik. Ez a hozzáállás pedig pihentet és feltölt. Egy jó wellness hétvége is erről szól. Megélni egy más típusú valóságot, elmerülni és könnyűvé válni az úszómedencében, megtapasztalni egy másik ember érintését és gondoskodását egy masszázsban.

Szükséges beszélnünk a Neptunusz tökéletlenül megélt helyzeteiről is, mert sajnos túlságosan is aktuális az e bolygóhoz rendelt kábító hatású szerek használatának elterjedése. Míg régebben az alkohol, mostanság a fiatalok körében a különféle kábítószerek „kedveltek", de természetesen a társadalmilag elfogadottabb cigaretta is az addiktív szerek közé sorolható. Minden szer, mely bódulatot idéz elő, a szeretethiány valamely megjelenési formája. A szenvedélybetegségek, a függőségi hajlam és az ezekből adódó hazugság, ködösítés szintén ide tartozik. A Halak havában ezzel is foglalkozni kell, főként akkor, ha az olvasó érintett e témában. Ez azt jelenti, hogy ebben a télvégi lezáró időszakban előtérbe kerül a lélek valódi békességének kérdése, mely független minden külső körülménytől. Akkor lehetünk igazán biztosak abban, hogy „jól vagyunk", ha a körülöttünk lévő zűrzavar ellenére is rá tudunk csodálkozni még az ég kékjére, egy-egy lelógó jégcsap szépséges csillogására, vagy tudunk „csak úgy" mosolyogni, felülemelkedni, megbocsátani mindannak, ami másként történik, mint ahogyan parányi porszemként az élet végtelen körforgásában szeretnénk.

A számok misztikus jelentését tekintve a tizenkettes szám magában hordozza az egyes isteni, férfias teremtőerejű formáját és a kettes elfogadó, befogadó női jellegű energiáit is. A Tarot kártyából az Akasztott ember jelképe tartozik hozzá. Az egyik lábánál felakasztott, fejjel lefelé lógó embert ábrázoló kép azt szeretné számunkra megmutatni, hogy a sors egy nehéz helyzetbe segít minket bele (akasztás jelképe), ahonnan képesek leszünk egy teljesen más perspektívából szemlélni a világot. Fejjel az anyag felé fordulva, lábbal az égnek meredve csak azt tehetjük, hogy befejezzük a túlzott szellemi munkát, a túlgondolkodást, az agyalást és nekilátunk az eddig megszerzett tudásunkat a gyakorlatban kamatoztatni. Az egyetlen pont, amely mozdulatlan marad – akármilyen pozícióban is legyünk – a szív helyzete, vagyis a „szívből való látásunk" használata, gyakorlása. E hónapban igaz a mondás: úgy tégy másokkal, ahogyan te szeretnéd, hogy bánjanak veled!

„Tessék, itt a titkom. Nagyon egyszerű: jól csak a szívével lát az ember. Ami igazán lényeges, az a szemnek láthatatlan." (A kis herceg) **Laki Beáta**

ÉRSZŰKÜLET GYÓGYÍTÁSA
a teljes érrendszer tisztítása kardiológus vezetésével
Sonotherápia • XIV. Örs vezér tere 16.
20/349-4277, 240-2996, 220-4641

MEGNYITOTTUNK!
Akció! Burkolatok, szaniterek szerelvények kifutó készleteinek kiárusítása!
10-50% kedvezménnyel!
Várjuk kedves vevőinket:
• ÉPÍTŐANYAGOK
• BURKOLÓANYAGOK
• SZANITEREK széles kínálatával!
Választékunkból: TÉGLÁK • FAÁRUK
Gipszkarton és tartozékai • Szigetelőanyagok
Építkezési és burkolási segédanyagok • Kemikáliák
Üvegtéglák több színben • Fürdőszoba kiegészítők, stb.
Régi Magyar Építő Kft. • T/F: 407-0509
1165 Bp. Veres P. út 205. A cinkotai HÉV-átjárótól kb. 300 m-re a város felé
H-P: 8-18, Szo: 8-13 • email: regimagyar@rme.t-online.hu

HOROSZKÓP

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

A büszke harcos e hónapban a gyengék (vagy Kos férfiak esetén a gyengébbik nem) védelmezőjeként kamatoztatja energiáit. Személyes fejlődését tekintve kiáll saját érdekei, szemléletmódja mellett anélkül, hogy erőszakosnak tűnne. A jó ügy mellett való kardoskodás – mert jó ügynek számít most önmaga álláspontját békés eszközökkel megóvnia – feltárhat jónéhány elsüllyedt gyermekkori emléket, melyet lelkében őriz. Ez azért igazán fontos lépés, mert alapvetően a Kos jegy nem szeret hátra nézni, az elmúlttal foglalkozni, de a múlt esetleges árnyképei csak akkor oldódhatnak fel, ha összpontosítunk rájuk, tudatunkkal megvilágítjuk azokat.

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

Feltörhet Önben a kétség, hogy valóban értékes e világban létezni, dolgozni, fejlődni. Március elején párkapcsolati feszültség várható, mely felszínre hozza az álmok és a valóság közötti kijózanító különbségeket. Lehet, hogy egy kicsit magasra rakja a mércét akkor, amikor másokat ítél meg? Lehetséges lenne, hogy kapcsolatait nem is akarja igazán realizálni? Tudatosítani kell, hogy mit vár el és valójában mit várhat el egy másik embertől, akivel ideiglenesen összeköti az életét, mert az álmodozás közben tökéletesnek vélt dolgok a földi lét talaján másként működnek, de ettől még nem vesztik el varázsukat.

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

A hallgatás ebben a hónapban aranyat ér. Minden egyes kimondott szó gyengécskének tűnik, és kiszolgáltatott állapotba helyezheti Önt. Legjobb, ha most figyel csendben, és majd amikor igazán itt lesz az ideje, kimondhatja a lelkét nyomasztó kiforrott igazságot. A bolygók azt mutatják, hogy bedőlhet valakinek, aki túl szépeket mond, túl szépeket ígér. Mondhatni túl szép, hogy igaz is legyen. Olyan feladatokat kaphat főnökétől, melyeket nem ért, vagy amihez nem ért. Ezeket úgy kéne megoldania – frusztráció nélkül –, hogy átérzi mennyire fontos kitágítani a látásmódját és tanulnia valamilyen új nézőpontot, tudást, megoldási formulát.

Rák (VI. 22.- VII. 22.)

A Halak hava változatos érzelmi életet ígér. Egyszer madarat lehetne fogatni Önnel, másszor meg épp a legmélyebb lelki válságot éli meg. Ahogy azonban felfedezi, hogy a szélsőségek közül egyik sem igazán valóságos, belátja, hogy a túlzások között van valamilyen állandóság érzet, melyhez ragaszkodhat, mely biztonságot nyújthat. Február végén lendületes tenni akarás, március közepén pedig egy csendesebb, befelé forduló időszak következik. Használja ki a sors szelét, és ha nagyon fúj, bontson vitorlát, ha pedig elcsendesül, élvezze a pihenés örömeit.

Oroszlán (VII. 23.- VIII. 23.)

Februárban ne feledkezzen meg arról a bölcsességről, hogy minden egyes átdorbézolt éjszakát a másnap kijózanító ébredése követi. Túlzásokba eshet a különleges élmények nyújtotta örömök hajhászásában. A márciusi időszakban vissza kéne vonulnia és hagyni a dolgokat úgy, ahogyan azok vannak. Nem tehet most túl sokat. A nem cselekvés is cselekvés, ezt ne feledje. Nehéz egy Oroszlánnak lelépni az élet színpadáról, mert dicső fényét szeretné megmutatni, mégis meg kell tanulnia a háttérbe vonulni, hogy ne a sors kényszeréből essen le véletlenül onnan.

Szűz (VIII. 24.- IX. 23.)

A bizonytalanság érzését kell felvállalnia, ami nem egy könnyű feladat, hiszen egész életében a Szűz jegyű személy azon dolgozik, hogy ellenőrzése alatt tartsa a lehetőleg hibátlanul működő dolgokat. Egy baj van ezzel, mégpedig az, ha minden egyes dolgot ismerünk és biztonsági játékosként csak igen korlátozott határok közt mozgunk, elmaradnak az élet csodái, melyek a spontán történésekből adódnának. Ne áltassa magát azzal, hogy a varázslatnak az Ön életében nincs helye, mert a varázstalan ember lelke észrevétlenül szárad el, mint a sarokban felejtett, meg nem locsolt virág. Legyen inkább tulipán, mint száraz kóró!

Mérleg (IX. 24.- X. 23.)

Páratlan Mérlegek párra találhatnak, méghozzá különc kapcsolatra. Lehet, hogy a megismert, kiválasztott hölgy, vagy férfiú nem illik majd bele az Ön, vagy családja által elképzelt „a Társ" képébe, mindenesetre törheti a fejét, hogy fellángoló érzelmeit hogyan tudja életszerű keretek közé foglalni. A hónap tanítása az értelem és érzelem összehangolása. Legtöbbször mást gondol jónak, mint amit valójában annak érez. Hidat, átjárót kell építeni az ész és a szív közé, hogy e két szint ahelyett, hogy egymás ellen harcol, közösen az Ön sorsát segíthessenek beteljesíteni – és ki tudna jobb diplomata lenni egy Mérlegnél?!

Skorpió (X. 24.- XI. 22.)

A dolgok lassan változnak az anyagban. Leginkább látens, mélyben mozgolódó átalakulás látszódik csak a Skorpió képletében. Alapvetően két dolog lesz megkérdeztetés alatt a Halak havában, mégpedig a remény kérdése (van-e bennem elég remény, hogy a dolgok jóra fordulhatnak?!) és a nagyvonalúság kérdése (el tudom-e engedni gálánsan és elegánsan a bosszantó dolgokat?!). Ne feledje, a Halak jegy a legnemesebb szeretet érzését mutathatja meg, vagyis az elfogadást. A személyiségjegyeken túlemelkedő elfogadó szeretetet.

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

Kellemes hónap, biztonságos, megszokott környezetben. Az Önt körülvevő dolgok „kipárnázzák", megóvják negatív energiáktól. Dolgos, tetterős időszak, szokványos hétköznapok. A Nap együtt áll a Nyilas uralkodó jegyével, a Jupiterrel március közepén, így kiemeli a tömegből és megvilágítja mások előtt is kiváló képességeit. Meggyőzőképességét, saját eszméit szívesen tárja a nyilvánosság elé, a hallgatóság pedig örömmel issza minden egyes szavát. Amire vigyázzon, hogy amit nem tud, arról ne beszéljen, mert a bölcsesség és a tudálékosság között nagy a különbség!

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

Emberi kapcsolatokról szól e hónap. Néha kissé naivan értékeli az embereket, és ez csalódásokhoz vezet. A bolygók ezzel nem azt akarják mondani, hogy a gyermeki naivitást, nyitottságot vetkőzze le, hanem arra figyelmeztetnek, hogy az esetleges csalódások miatt ne merevedjen meg, ne gyártson sztereotípiákat. Készüljön fel, hogy lesznek barátok, kollégák, akikkel útjaik kettéválnak, ne sajnálja, hiszen csak azok tűnnek el az életéből, akikkel megoldotta a közös feladatokat. Ha párkapcsolatában sok a visszafojtott, ki nem mondott nehézség, mielőbb tegye rendbe, hogy a Szaturnusz ereje nehézségek helyett kitartó, hosszú távú segítője lehessen.

Vízöntő (I. 21.- II. 19.)

Zűrzavaros lehet mások számára, talán azért, mert tervei olyan magasságokba törnek, melyekhez még nem érett meg a világ ebben a pillanatban. A magasban szárnyaló madár és az őt néző, földön álló ember közül a madár képes csak leereszkedni, és alacsonyabban repülni. Ne várja, hogy mindenki más Önön kívül szárnyakat növesztve egy szempillantás alatt megváltozik. Tanuljon meg tanítani, tanuljon meg a földön két lábbal élni, mert ide született, itt kell megvalósítania önmagát. Ha ez nem megy, el kell búcsúznia a megszokott dolgoktól, és új távpontokat kell keresnie, lehet, hogy máshol, máshogyan. Bárhogy is lesz, az sorsserű változás.

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

Az ég csak a magányosságon keresztül tud Önhöz szólni. A külvilág csendje kell ahhoz, hogy végre megértse a Halak jegyűeknek szánt nehézségek konklúzióját. Ameddig a „miért pont velem történik mindez" kérdést hajtogatja, nem igazán fog fordulatot venni élete. A helyes kérdés így szól: „mit tettem, vagy nem tettem meg a múltban, amiből e nehézségek származnak?". Ha erre a kérdésre válaszolt, felteheti a „Hogyan tovább?" kérdést is, de csak azután, ha képes volt szembenézni helytelen döntéseivel, és belátja az ok és okozat következetességét.

Laki Beáta (06-70-310-1974)

Nap-Fogyi Stúdió
FEBRUÁR 25-ÉN NYÍLT NAP MINDEN SZOLGÁLTATÁS 50% KEDVEZMÉNNYEL VEHETŐ IGÉNYBE!
AKI NYÍLTNAPON VESZ BÉRLETET TOVÁBBI 10%
HYPOXI BÉRLET MELLÉ INGYEN SZOLI
LEGJOBB ÁRON A VÁROSBAN

Narancsbőrnek hűlt helye marad, Fogyasztás vákuumterápiával, 6 hét alatt akár 50cm
INGYENES KIPRÓBÁLÁSI LEHETŐSÉG MINDEN GÉPRE!!!

INFRASZAUNA, HYPOXI FODRÁSZAT, KOZMETIKA, MASSZÁZS VIBROSZOLÁRIUM MANIKŰR-PEDIKŰR
SZÍNTERÁPIA

MÉREGTELENÍTÉS.FRISSÍTÉS
BUDAPEST, 1161, MÁRIA U. 65..
TEL: 06/308563874, 06/202863304.
www.napfogyi.hu
Megközelíthető:Örs Vezér térről a 244-es busszal. (4. megálló József utca)
Kocsival az Örstől 5 pere Füredi út- Rákosi út-Mária u.

GYÓGYSZERTÁR HÁRSFA PATIKA
GYÖNGY PATIKÁK HÁLÓZAT TAGJA
XIV. Fogarasi út 143. • Tel: 220-8116, 223-5051
(Fogarasi út – Fischer I. u. sarok • 80, 80A, 81, 82-es busz, 31, 130, 131, 144, 231-es busz)
Továbbra is készségesen állunk szíves rendelkezésére!
FORDULJON HOZZÁNK BIZALOMMAL!
• Térítéses és térítésmentes vényre felírt gyógyszerek, gyógyászati segédeszközök
• Recept nélküli gyógyszerek
• Kötszerek
• Homeopátiás készítmények
• Gyógynövények, gyógytermékek
• Gyógykozmetikumok
• Készítendő gyógyszerek, szemcseppek
• Állatgyógyászati termékek
www.harsfapatika.hu Törzsvásárlói kártya kedvezmény
Bankkártya és egészségkártya elfogadó hely
Nyitva tartás: H-P: 8-20, Szo: 8-14

IGÉNYES NŐNEK IGÉNYES MŰKÖRÖM
Teljes manikűrt 3990-tól
Épített szalonszett 3990-tól
Tűrkés 2590-tól
10 éves szaktudás!
Szilvia: 06-70-458-1045
Royal Sun szolárium üzlet
1161 Budapest, Rákosi út 110.