

Ép testben ép lélek?

Korunk emberének egyre nagyobb szüksége van az egészségre. Mára eljutottunk oda, hogy a társadalom csak a teljes értékű emberrel számol. Ezt keményen tudatosítják is (reklámok). Legyen szép, kiegyensúlyozott, sikeres, vidám, nyitott, karcsú stb. Ezért az ember minden lehetséges eszközt megpróbál, hogy megőrizze egészségét. Egyre jobban igyekszik megfelelni ezeknek az elvárásoknak.



• Valóban ilyen rózsás a kép vagy ettől egy kicsit rosszabb a helyzet?

Bizony a gyakorlat az, hogy ennek az ideális képnek egyre nehezebb megfelelni. Egyre stresszesebbek vagyunk, azért idegeskedünk nap, mint nap, nehogy megbetegedjünk, mert mire visszatérünk dolgozni, addigra már más veszi át a munkánkat. Kevés ma még az olyan cég, amelyiknek fontos munkatársai egészsége. Továbbgondolva a dolgot nem értem, hogy egyes vezetőknek miért jó, ha munkatársai egymásnak adják a kilincset. Fel kellene már ismerni, hogy ez se nem hatékony, se nem kifizetődő. Ugyanis nem csak az egyén egészsége, hanem a hatékonysága is szempont akkor, amikor egy munkáltató hosszú távra tervez. Az, hogy egy ember mennyi hasznot hoz a cégnek, bizony azon múlik, hogy milyen a munkabírása, terhelhetősége és hogy hogyan érzi magát a munkahelyén, a megbecsülésről már nem is beszélve... De ne kanyarodjunk el túlságosan! Egészségünk megőrzése érdekében sajnos tűzoltás folyik. Ahelyett, hogy komolyan odafigyelünk szervezetünk apró jelzéseire, feléljük utolsó tartalékainkat is. Ezek után valóban igen sokba kerül anyagilag is és energiában is a regeneráció. Pedig kínálkozik egy igen egyszerű és régóta jól bevált megoldás. Ez nem más, mint a prevenció, vagy más néven megelőzés. A régi kínai gyógyításban ez alapállás volt.

• Mi van ma az orvoslásban?

Ami manapság egészségügy címszó alatt folyik, az egyszerűen döbbenetes! Valamelyest menti a helyzetet az e területen munkálkodó szakemberek tudása és elhivatottsága, akik sokszor embertelen körülmények között végeznek felelősségteljes munkát. Nagyon régóta baj van, és ezt főként abban mutatkozik meg, hogy a bürokrácia felelőtlen labirintusában az orvos és az ember egyaránt tárgyiasul. Ilyen alapállásnál elvész a gyógyító szellem is, valamint az a tudás, melyért orvosok hosszú éveken keresztül tanulnak. Jelenleg a társadalom nem képes megteremteni a színvonalas gyógyításhoz szük-

séges eszközöket, ezért elgondolkodtató, hová vezet a jövőben az egészség védelme. Ideje lenne végre helyreállítani a hagyományos gyógyászat becsületét, hogy a gyógyítás ismét a legszébb szolgálat lehessen.

Ahogy az orvostudomány fejlődik, egyre mélyebben ismeri meg az emberi test működésének csodáját. Egyre specifikusabbá válnak a gyógyító területek munkálkodó szakemberek. A tanulás és kutatás eredménye az, hogy ebben a rendszerben már csak specialisták vannak, akik az adott szerv mindentudói. Ez rendjén is van a haladás szempontjából. Egyetlen aprócska hiba csúszik csak be ebbe a tökéletesen működő gépezetbe: elvész a lényeg. Az EMBER, aki arra vár, hogy segítséget kapjon. Ezzel nem csak a betegek vannak tisztában, hanem nagyon sok, esküjüket fontosnak tartó orvos is.

Van még itt valami, ami szintén nehézséget okoz. Az allopatikus gyógyászatban egyszerűen nem marad idő arra, hogy a túlterhelt orvos a beteggel foglalkozzon. Ezt a reklám is tökéletesen példázza, amikor azt hirdeti, hogy nincs idő a fájdalomra. Könnyörögve kérem, ne hagyjuk magunkat ennyire félrevezetni! **A fájdalom igen is nagyon fontos jelzőrendszer.** Arra figyelmeztet bennünket, hogy valami nincs rendben. Álljunk meg a nagy rohanásban és figyeljünk oda önmagunkra!

• Miben segítenek az alternatív gyógymódok?

Ami miatt az emberek többsége természetgyógyászokhoz vagy más gyógyítókhoz fordul, annak két oka van. Az egyik ok, hogy olyan korban élünk, amely magával hozza a változást. Nap, mint nap találkozunk ezzel. Az emberek jobban megengedik maguknak a más irányú megközelítést, az új dolgokat. A másik, hogy talán több figyelmet kap maga az ember a természetes gyógymódok által. Ezek a gyógymódok közelebb állnak az ember természetes rendjéhez. Úgy lehet őket az ember mértékéhez igazítani, mint ahogy az egyedi tervezésű ruhát. Az alternatív rendszerek legfontosabb alapállása ez az odafigyelés. Egészségesen is fontos, hogy figyelmet kapjunk, de a beteg ember ezt sokkal jobban igényli. Ezért az odafigyelést szinte fél gyógyulásnak tekinthetjük.

A Nemzetközi Parapszichológiai Intézet (SENSECO), Dr. Artur Zsazskov vezetésével évtizedeket töltött olyan kutatásokkal, amelyek feltérképezik velünk született adottságainkat. Megállapítható általa, hogy melyek a gyenge pontjaink és a

betegségnél milyen szinten érdemes elkezdni bármilyen terápiás kezelést. Törtéjén az a testünkön, az érzelmeinken vagy a gondolatainkon keresztül. Minden ember kivétel nélkül érinthető e három szint valamelyikén. Az, hogy ezek még kombinálhatók is, csak hab a tortán. Fontos lenne, hogy a hagyományos orvoslásban résztvevő szakemberek megismerkedjenek ezekkel a „más” módszerekkel. Valamint, hogy végre együttműködjenek azokkal a szakemberekkel, akik szintén hosszú éveket töltöttek iskolapadban ezeknek a másfajta módszernek a tanulmányozásával és elsajátításával.

Hajlamosak vagyunk megfeledkezni arról, hogy a mai orvoslás az ősi gyógymódokból fejlődött arra a szintre, ahol most tart. Ha megnézzük az ősi kultúrákat, nagyon sok hasznos információhoz juthatunk. De ugyanígy fontos az új dolgok beillesztése is, mert ez jelenti a haladást. Az ember egészsége érdekében össze kell fogniuk a tudományos és hagyományos ismeretekkel rendelkező szakembereknek.

• Milyen lenne az ideális gyógyítás?

Amikor az ember megbetegszik és végigjárja az összes tortúrát gyógyulása érdekében, elgondolkodik azon, hogy miként is kellene ennek az egésznek működnie. Van-e híd e két, egymástól merőben eltérő gyógyítók között? Lehet-e olyan szintézist létrehozni, melyben az együttműködés eredményeként valóban egészségessé válhat minden beteg ember? A válasz: igen. Nem tudni mennyi idő szükséges ahhoz, hogy a jelenleg egymás ellen küzdő hagyományos és alternatív gyógyítók belássák végre, a jövő csak együtt működik. Talán ideje lenne egy olyan egészségügyet létrehozni, melyben az orvos nyugodt körülmények között végezheti nagyon is felelősségteljes munkáját, ugyanakkor lehetőség kínálkozik olyan alternatív terápiás kezelések mellérendelésére, mely elősegíti a gyógyulás folyamatát. **Békefi Mária**

(A cikk folytatása következő számunkban olvasható. Megjelenés: 2007. január 15.)

Az Éden Gyógyközpontban – a Pesti út 170/B. szám alatt – 24 féle ezoterikus és természetgyógyász szolgáltatással várják a hozzájuk fordulókat. A fenti gondolatok jegyében kiváló szakemberek segítik itt a testi és lelki egészség helyreállítását. **Aki pedig kedvet és elhivatottságot érez a természetes gyógymódok elsajátítása iránt,** tanfolyamokon és képzéseken is részt vehet náluk. **(Tel: 253-8061)**

FOGÁSZAT
sz. Őrs vezér tere, a volt BKV ház II. emeletén
teljeskörű fogászati ellátással:

- tömések, hidak
- pótlások, fogfehérítés
- fogkeltásvétel

várjuk pácienseinket.
Barátságos környezet, fájdalommentes
kezelések, hívjon bátran!

INGYENES állapotfelmérés
konzultáció
szájregi diagnosztika

Bejelentkezés: 06-30-262-8100
Várjuk szeretettel!

„Már az év, mint homokóra, fordul”

Időszerű asztrológia a Bak jegyében

A téli napforduló pillanata ebben az évben december 22. hajnali 1 óra 23 perc. Ekkor kezdődik a Bak hava, a csillagászati tél.

A hónapot a Szaturnusz – az Idő Ura – uralja, és bár az asztrológiai év a Kos havával kezdődik, nem véletlen, hogy erre a téli hónapra esik viszont a naptári év fordulója. Maga a Karácsony szavunk is – amely egyébként szláv eredetű – átlépőt, fordulót jelent.

Mivel ilyen tájt mindenki rohan mifelénk – s ettől aztán úgy érzik, mintha az idő rohanna – Karácsonykor az ember megáll és csodálkozik: már megint elszaladt egy év!

Aztán mérleget készít (emlékeznek, a Mérleg jegyében már volt szó az időről, és a harmóniáról), az elmúlt esztendőről, fogadkozik, s terveket sző a jövőre.

Álljunk meg mi is egy percre, és elmélkedjünk az Idő természetén, és az idő-szerű kérdéseken!

Közismert, hogy a „Magas Tudományok” akkor tartanak valamilyen tény tudományosan bizonyíthatónak, ha az azonos körülmények közepette megismételhető. Ez pedig azt jelenti, hogy a tudomány az időt nem tekinti lényeges körülménynek. Mert ha az időt is figyelembe vesszük, soha nem lesz azonos körülmény egy korábbival...

Szerencsére a hétköznapi ember tisztában van az Idő, mint körülmény fontosságával. Anélkül, hogy tudatában lenne annak: a horoszkóp köre azokat a tényezőket ábrázolja, amelyek az adott időpont minőségét meghatározzák. (Mire alkalmas az idő ebben a pillanatban?) Az idő minőségének fontossága derül ki az olyan kérdésekből, mint: mit hoz a jövő év, melyik napra ütemezzük a műtétet, a cégalapítást, az esküvőt, hogy a gyerek az idén kezdje-e az iskolát vagy jövőre, illetve mikor lesz már pénzem, állásom, partnerem, gyerekeim, stb.?

Igen, minden időpont más és más minőséget hordoz. Talán már észrevettük, hogy minden születésnapjuk más, és minden Karácsony, Szilveszter másként sikerül? Hiába akarják a „szokásos menetrendet” tartani: Szenteste vacsora a Mamánál, 25-én Béla bácsiék jönnek, 26-án pedig délből ide, délután amoda...

Valahogy az egyik évben remekül sikerül, a következőben mindenki a háta közepére kívánja az egészséget, családot, Karácsonyt, szeretettestül, angyalostul, rántott hallal, töltött káposztával egyetemben.

A megoldás egyszerű. Nézzük meg a Nap-tárt és az égen a Holdat... A hét napjai nem öletszerűen tartoznak egyik, vagy másik bolygó uralma alá! Másra alkalmas a hétfő, a szerda, vagy épp a szombat!

Ünneplésre legszebb a vasárnap és a hétfő párosa, ahogy ez egyes dupla ünnepeken lenni szokott. A vasárnap a Nap napja, a hétfő a Holdé, azaz a két fővilágosító uralja, ami önmagában emeli az ünnep fényét. Kimozdulásra, rokonlátogatásra, kirándulásra a szerda és a csütörtök. Randevúra a péntek, bójtre a szombat.

És mit tehetünk, ha a Karácsony hétfőre és keddre esik? Kedden, a Mars napján kerüljük a konfliktust embertársainkkal. Sétáljunk egy nagyot, vagy menjünk el korcsolyázni. A mozgás levezeti a feszültséget (nem az anyósba rúgunk bele), a korcsolyázás pedig kénytelen egyensúlyba hozni minket... A társastánc is olyan mozgásforma, ami bír némi kiegyenlítő Vénuszi minőséggel, egy ilyen Mars-napon. Természetesen egy tányért is földhöz vágthat az ember, de annak senki nem fog örülni.

Ami a Holdat illeti, az ünnepek, a Karácsony és a Szilveszter is növekedő Holdra esik. Ez azt jelenti, hogy több kedvünk lesz társaságba menni. (Fogyó- vagy Újholdkor kár lenne erőltetni az összejövetelt.) Tehát aki az idén szilveszteri házibulit szervez, vagy valamilyen szórakozóhelyre készül, jól döntött, biztosan remekül fogja érezni magát.

És azon gondolkodtak már, miért szeretjük sokan az ünnepeket távol tölteni a lakóhelyünk-től, esetleg egy egzotikus üdülőhelyen? Nos, nem kell ahhoz fizikusnak lenni, hogy az ember tisztában legyen vele: a tér és az idő összefügg egymással. Bizony, egy másik helyszín nem egyszer úgy nyilvánul meg, mintha az ügyeink több hónapot/évet haladtak volna előre! Persze, le-

Kellemes Karácsonyi Ünnepeket

kíván minden kedves vásárlójának

a RÁFÉSZ-COOP Zrt.

RÁFÉSZ-COOP RT.