

Kedvezményesen gyógyulhat teste-lelke az Édenben

Az Éden Gyógyközpont kedvezményakciója három hónapon keresztül tart. Most, a második hónapban a kismamák és idősek kapnak kedvezményt az újságunkból kivágott kuponon különböző masszázsfajtákra, kiváló szakembereiktől: Juhász Nagy Anikó (siatsu), Tatjana Szmirnova (holisztikus masszáz), Papné Makó Éva (fejmasszáz), és Horváth András (gyógymasszáz, csontkovácsolás, integrált ázsiai masszáz).



A kismamák és az idős emberek speciális problémákkal küzdenek, ezekben is tudnak segíteni a hozzáértő szakemberek. De hogy ki miben? Tájékoztatóul egy kis rövid útmutatás:

Juhász Nagy Anikó a Shiatsu masszázban van otthon, mint természetgyógyász, alternatív mozgás és masszázsterapeuta. E speciális masszáz során – amely szó szerint pontnyomást jelent – a páciens azt tapasztalja, hogy ellazul, kellemes lesz a közérzete, oldódnak a feszültségek. De ez a masszáz megszünteti a mozgásszervi panaszokat (izületi fájdalom, derékfájdalom, hátfájás, rossz testtartás, izmok, inak feszültségének oldása), fozokozza a nyirokeringést, a vérkeringést, méregtelenít, segíti az emésztést. Oldja a stresszt, a feszültséget, a nyugtalanságot, a depressziót, a negatív érzelmeket, ellazítja a testet, testileg és lelkileg feltölt, kikapcsol. A Shiatsu erősíti a szervezet öngyógyító me-

chanizmusát, ami a betegségek megelőzésében és gyógyulásában fontos szerepet játszik.

A következő, a **holisztikus masszáz**s különbözősége abban nyilvánul meg, hogy míg az előző a pontnyomás technikájával dolgozik, **Tánya** – e masszázsfajta kidolgozója és egyben tanára is – az úgynevezett „rázogatós” technikájával hozza harmóniába az embert, utánozhatatlan, különleges érzékkel. A kismamáknál inkább ezt a módszert alkalmazza, míg az idős embereknél az erőteljesebb masszáz is szóba jöhet. A kezelés végére az energiák felszabadultán áramlanak a testben. Kisgyerekes anyukáknál különösen jótékony, amikor az anyuka a nyugtalan kisgyerektől nem tud eleget pihenni, s ettől még fáradtabb, még kimerültebb lesz, és úgy érzi, mindjárt vége van, mint a botnak. Ez az állapot tovább rontja a kisgyerek nyugtalanságát, mert ő – mint egy

szenzor – lereagálja anyuka állapotát. Ilyenkor a mama kezelése a holisztikus masszázsal csodákra képes: anyukát helyrerakva a kicsi is sokkal nyugodtabb lesz, amikor érzi, hogy az anyu is rendben van.

A **dr. Wu-féle fejmasszázs** Papné Makó Éva közvetíti a hozzá fordulóknak, a fején lévő akupunktúrás pontokon keresztül a masször az energiát közvetítő csatornákon át egészen távoli testrészekre is hatni tud. A fej energiájának helyreállítása útján helyben oldja a stresszt, a káros feszültségeket, a váll és a nyak feszültségoldására, az alvászavar enyhítésére. Az energiák szabad áramlásának következtében a belső egyensúly helyreáll, és a szervezet öngyógyító erői aktiválódnak. Gyógyító, szépítő hatása mellett pihentet, ellazít, megnyugtat, s fozokozza a szellemi képességeket.

Horváth András gyógymasszázsról, csontkovács és integrált

ázsiai masszörként csaknem 15 éve foglalkozik küzdősportolók és civilek – elsősorban mozgásszervi, illetve reumatológiai – panaszainak kezelésével, gerinckorrekcióval. Ez idő alatt kialakított egy integrált stílust, amely nem kérdőjelezi meg a fizikális beavatkozás fontosságát, de nem nélkülözheti a szellemi és lelki rehabilitációt sem. Hátfájás, izmok, ízületek problémáinál kiváló az ő technikája – szükség esetén helyretétellel – sajátos módszerével régóta fennálló fájdalom problémákat is képes megszüntetni. (Orvosi leleteket célszerű elhozni.) Áldásos kezei alatt a test fellelegzik, tele lesz energiával. Egyik páciense szavai szerint: a kezelés után úgy érzem, mint ha lebegnék!”

Éden Gyógyközpont • 1173 Pesti út 170/B. Tel: 258-2745, 253-8061 • www.edenkozpont.hu

EGYMÁSRA ÉPÜLŐ ELŐADÁSSOROZAT AZ ÉDENBEN

Pszichoszomatikus feldolgozás Jungi pszichoanalízissel
Dr. Márton Csilla előadásában
„Ami nem ismer, azt nem tud megvalahadni.
Ahhoz, hogy felülemelkedj magadon, meg kell ismerned Éned.” Sri Nisargadatta Maharadzsza

Minden lélek és szellem a magasabb szintű spiritualitás felé törekszik. Az egyéni vágyakon túllépve, a magasabb rendű Én-tudat megélése felé. Aki az önmegismerés, az önfejlesztés útjára lép, az közelebb kerül önmagához, embertársaihoz, az Univerzumhoz.

E pszichológiai tanokon alapuló előadássorozat résztvevői nem csak elméleti, hanem a mindennapi életben alkalmazható, részletes gyakorlati segítséget is kapnak.

A psziché, a lélek elválaszthatatlanul egy magasabb spirituális valósághoz tartozik, s így egységet alkot vele. A lélek működése nem érthető meg, ha nem ásunk a legmélyéig, ahol a szemény túli világ együtt található a személlyel. Az egymásra épülő előadássorozat alapját képező transzperszonális pszichológia a Nyugat spirituális ébredése. Egységként kezeli a testet, lelkét, szellemet, kultúrát, szociális rendszert, a környezetet, természetet. Ropant hatalma van a gondolatainknak. Saját döntéseinktől függ, hogy hasznunkra vagy kárunkra fordítjuk e hatalmas. Sorsunkat is gondolataink teremtik, ami esély arra, hogy kívánságaink szerint alakítsuk

életünket. Sorsunk alapjába véve egészségi állapotunktól függ. Ez az előadássorozat szeretné megmutatni sok út közül azt az utat, amelyen járva a betegség legyőzhető, az egészség fenntartható, megerősíthető, és elérhető



a végső cél, amely maga az út. Olykor árnyékos, hideg, és sötét szakaszon vezet át, de ha ez a TE utad, akkor bátran elindulhatsz rajta, mert a segítség mindig ott lesz melletted!

Az előadássorozat első harmada 6 alkalommal kerül megrendezésre.

Április 25. I/1 május 09. I/2 10-18-ig
Röviden a tematikából: Transzperszonális pszichológia fogalma, testérzékelési gyakorlatok és oldások. Mindkét nap elméleti és gyakorlati részből áll.

Május 23. II/1 június 13. II/2 10-18-ig

Röviden a tematikából: A légzés mint az érzelm kifejezése, családi modellek. Rávilágít a családi energiák és a párkapcsolatok struktúrájára, segítséget nyújt a túlzott ragaszkodás és a függőségek oldásához. Segít feldolgozni a családi viszonyokat és új érzelmi-mentális modelleket alkotni. Az ember megtalálja a békét önmagával és a családjával. A hallgató megtanulja, hogy a tudatos légzés és az önismeret szoros kapcsolatban áll egymással.

Június 27. III/1 július 11. III/2

Röviden a tematikából: A hallgató tapasztalatot szerez a halál és a lélek útjáról. Van-e határ az élet és halál között? Magasztos és tiszta érzések kialakulása az egész világ felé. Az első lépés az új tudatrendszer elsajátítása felé.

Az előadás sorozatra szeretettel várunk minden 18 évet betöltött útkeresőt, aki el szeretné nyitni önismeretét, és bátran szembe néz az önfejlesztés folyamatában felszínre kerülő árnyékkal és fényvel.

Jelentkezés az Éden Központban 253-8060 vagy edenkozpont@edenkozpont.hu. A www.edenkozpont.hu honlapon a jelentkezési lapot le lehet tölteni.

ÉDEN Felntötképzési Esoterikus és Természetgyógyászati Központ
1173 Bp., Pesti út 170/B. Tel: 253-8060, 253-8061
www.edenkozpont.hu
FMK Hatósági Eng. Sz. 01-0241-04

SZUPERJÓ – ÉLETMÓDTÁBOR!
Mindenkít szeretettel várunk!
Helyszín: Cosmos Ökopanzió • Piliscsaba
Szent István király útja 147. (bejárat a Gárdonyi G. u. felől)
Időpont: 2009. április 4-8-ig
5 nap (4 éj): szombat 12-től szerda 14-ig
A tábor költsége: 65.000 Ft/ő
Tartalmazza a szállást (2-3 ágyas szobákban), a napi háromszori vegetáriánus étkezést, előadásokon, programokon való részvételt.
Programok:
Szakmai előadások, gyógyösvénytúra, jóga, 8 brokát tekerkes gyakorlatai, csikung, Bach-virágterápia, meditáció, zeneterápia, táncterápia, csoportépítő gyakorlatok, táborútz
Előadók: Czímeth István, Gillich István, Horváth Viktória, Juhász Nagy Anikó, Sárai Gábor
Jelentkezési és befizetési határidő: 2009. április 2.
Befizetési mód: személyesen az ÉDEN Felntötképzési Központban, 1173 Bp. Pesti út 170/B. (vagy banki átutalás)
Jelentkezési lap letölthető: www.edenkozpont.hu
Táborvezető: Mester Ildikó
Tel: 258-2745, 06-20-460-9601
A tábor elvégzése a természetgyógyászati vizsgára jelentkezés előfeltétele!

Finom Falatok Étkezde
EBÉD
680 Ft/adag
A XVI-XVII. k-ben ingyenes kiszállítás Hétfőtől szombatig
Igényes, házias ételk
XVI. ker. Katóka u. 58.
405-4271 14' után: 06-30-357-3421

4-6-8 m²-es konténer
rendelésre, sít- és szemétszállítás
Telefon: 06-30-596-3188
Gépi földmunka

H O R O S Z R Ó P

Kos (III. 21.- IV. 20.)
Lassan elérkezik a tavasz ideje, ebből Önnek csak a „lassan” nem tetszik. Tenne, venne, cselekedne, mivel azonban a dolgok kisebb sebességen történnek, mint Ön szeretné, belső feszültségre számíthat. A bolygók kérése, hogy tanuljon meg szerepet játszani. Vagyis képes elérni végül, amit akar, de csak úgy, ha előbb türelemmel az adott cél „lelkébe hatol” (lelkizik kicsit), s ebből a nézőpontból halad tovább, saját akarata megvalósítása felé. Ha így tesz, az égi szerencsebolygó, a Jupiter segít energiájára számíthat. Munkahelyváltásra számíthat!

Bika (VI. 21.- V. 20.)
A kettősség lesz jellemző a Bikákra ebben a hónapban. Megkérdőjelezi eddigi álláspontját, véleményét az élet történései, ez azt jelenti, hogy határozott elvárásai, értéktelelet más megvilágításban szemlélheti. Ez vezethet hétköznapi megpróbáltatásokhoz, mégis ha jól belegondol, belül, Önben, alapjában véve van egy rendkívüli harmónia és nyugodtság, mert éri – talán tudja is –, hogy nincs olyan dolog a világban, aminek ne lenne értelme. Higgyen a sors rendezőelvében! Az otthonában jól jön most egy nagyrakítás, rendszeresítés, és növeli biztonságérzetét.

Ikrek (V. 21.- VI. 21.)
Legnagyobb változások a karrier és párkapcsolati területén várhatók. Fordul a kocka, de hogy Önnek ez jó vagy rossz, azt csak türelme fogja meghatározni. Ahhoz, hogy átlásson bizonyos dolgokat ezzel kapcsolatban, elsőként időre van szüksége, ne erőltesse a döntést, mert valamilyen információra még szüksége van. A „nem döntés” is döntés, tartso ezt szem előtt! Van valaki az ismerősei között, aki közelebb kerülhet Önhöz, és segítségre lehet nehéz helyzetekben – ez egy igazán szép barátság kezdete lehet. Hallgasson a jótanácsokra! Családját tehernek érzi, túl sok a kötelezettség, kevés az öröm.

Rák (VI. 22.- VII. 22.)
Belsőjében a gondolat és a tett egyensúlyban van mostanában, ez különösen erős kisugárzás, aurát biztosít a Kos havában. Mások csodálhatják ez irányú képességét és tanulhatnak Öntől. Képes szavakba is önteni azt, ami a lelkében van, létezik, s ezen a képességén még akár meg is lepődhet, mert alaptérmezzete inkább azt várná el másoktól, hogy „ráérezzenek” Önre. Legtöbbit most tehát önmagától tanulhatja, mert meglepő képességekre tesz szert, ezzel önismereete és személyisége valódi, látható fejlődésen megy keresztül. Konfliktusok főként távolabbi rokonával kapcsolatban várhatók.

Oroszlán (VII. 23.- VIII. 23.)
Sok-sok nehéz téli hónap után megszülethet ebben az időszakban Önben a béke és nagylelkűségének kifejezésére szolgáló alkalomság, melyet végre a külvilág is észrevesz. Be kell látnia, hogy az eddigi nehéz időszak arra volt jó, hogy mások is észreveggyék nagyszerű, gyengéd oldalát is, „oroszlán szívét”, jóindulattal türelemmel az adott cél „lelkébe hatol” (lelkizik kicsit), s ebből a nézőpontból halad tovább, saját akarata megvalósítása felé. Ha így tesz, az égi szerencsebolygó, a Jupiter segít energiájára számíthat. Munkahelyváltásra számíthat!

Szűz (VIII. 24.- IX. 23.)
Őn és a külvilág harcban áll. Ez lehet egy párkapcsolati konfliktus, vagy munkahelyi konfrontáció. Marcangolja magát belül, amit persze Ön a dolgok elemzésének nevez, mégis megpróbálhatja egészségi állapotát, gyomorproblémákra számíthat. Kecsgethető és vonzó ajánlattal csábíthatja Önt szerencséjére, szórakozásra, de ne menjen bele, mert csak veszíthet, még hozzá jó sok pénzt. Réálmok győzhetnek. Ezek a fel nem dolgozott belső agressziói, félelmek, melyek csak ilyenkor tudnak megmutatkozni.

MÉRLEG (IX. 24.- X. 23.)
Tavaszi zsongásra vágyók? Jól jönne egy kalandos kapcsolat? Ne meneküljön rövid távú örömekbe az esetleges családi konfliktusok elől. Ha nagy a rendtelenség otthon, és Önnek ez elviselhetetlenül nagy teher, akkor gondoljon arra, hogy valamikor meg kell élnie azt is, amit döntés” is döntés, tartso ezt szem előtt! Van valaki az ismerősei között, aki közelebb kerülhet Önhöz, és segítségre lehet nehéz helyzetekben – ez egy igazán szép barátság kezdete lehet. Hallgasson a jótanácsokra! Családját tehernek érzi, túl sok a kötelezettség, kevés az öröm.

Skorpió (X. 24.- XI. 22.)
Nem könnyű időszak következik, de az Ön mindent túlélő erős természete állja a sarat. Ahogyan mondani szokás, épp, hogy nem hal bele az ember a megpróbáltatásokba, mert az égi szeretet egyetlen hájzárt helyez a még bírható, és a már nem határ közé. Rengeteget dolgozik, munkálkodik, közben érzi, hogy az eredmények mégsem olyanok, amikre számít. Sokkal többet bír, mint mások, és nem tudja elviselni, ha valaki önismereete és személyisége valódi, látható fejlődésen megy keresztül. Konfliktusok főként távolabbi rokonával kapcsolatban várhatók.

Érzékölet? Van segítség!
SONOTERÁPIA már Maglódon is! Új gyógymód az érzéköletes betegek gyógyításában!
• Bármilyen érlelmeszesedéses megbetegedésben
• Általános érzéköletben
• Alsóvégtági-nyaki-ági-ívűköszorú érzéköletben
• Szédülés, feledékenység, fülzúgás esetén
• Cukorbeteg érzéköletben
• Rossz keringés miatt kialakuló fekélyes láb gyógyításában
• Érsebészeti műtétet követő rehabilitációban
• Megelőzésre, akiknél a családban már előfordult érzékölet vagy infarktus
A SONOTERÁPIA fájdalommentes eljárás, mellékhatások nélkül!
A Sonoterápia kúra megkezdése előtt orvosi vizsgálat történik. A kezelést pulzáló, alacsony frekvenciájú és energiájú hanghullámokkal végezzük. Érdeklődni és bejelentkezni telefonon vagy személyesen lehet.
2234 Maglód, Katona J. u. 25. (az Anna Gyógyszertár épületében) T: 06-20-9111-049

Nedves, salétromos épületek utólagos szigetelése
falbontás, fűrés nélkül
rozsdamentes, Cr-Ni lemezzel
izometál szabadalom szerinti.
Korrózióra 50 év garancia
IZOMETAL EC.
Tel/Fax: 06-1/388-7480
www.izometal.hu

„A háború minden dolgok atyja” (Héракleitosz) Asztrológiai útmutató a Mars évének kezdetén

Március 20-án, a tavaszi napéjegyenlőség napján nem csak új asztrológiai hónap kezdődik, a Kos havi, hanem új év is indul. Ahogy a márciusi a Mars fennhatósága alá tartozó időszaknak tartja a hagyomány, ugyanúgy létezik ilyen a nagyobb, kétéves ciklusok rendjében: az idei év a Mars éve lesz.

Mielőtt bárki összevonná a szemöldökét Héракleitosz fentebb említett bölcsességét olvasva, szögezzük le, hogy a görög filozófus nem az eszelen pusztítást és öklöklést dicsoztotta. Egyszerűen azt az igazságot fogalmazta meg, hogy a „Mars” nevű őselvhez tartozó agresszió nélkül semmi sem jöhet a világra. Az „agresszió” kifejezésnek eredeti értelmében nincs pejoratív jelentése. Valójában arról van szó, hogy belekezdünk valamibe, nekifogni, hozzálátni valaminek. Az első lépés tehát szükségképpen agresszív. Minden úgy kezdődik, hogy hozzákezdünk! A tudományos álláspont szerint a világ az ősröbbanással kezdődött, de a tavasz szintén úgy kezdődik, hogy kippattannak a rügyek, a földből előbukkannak a lándzsaszerrű tulipán- és jácintlevelek, a madárfiókák feltörik a tojáshejat. A marsi erő a legalkalmasabb az áttörésre és a gyors elrejtására.

Ha nem tanúsítunk kellő tisztelget a Mars őselvnek, akkor az élet sötét oldalán kényserlőr működni. Ilyen például a háború – most már nem a Héракleitosz értelemben, hanem a hétköznapi ismert formájában, aztán a bűnözés, fertőző betegségek és allergiak, az elsavasodás, a gyermek hiperaktivitása, a fogak romlása és sorolhatnánk. Az elfojtott őselvek ugyanis valahol mindenképpen utat keresnek maguknak. Értelmetlen próbálkozás a Marsot számítani a világról, ráadásul összegegyeztetetlen az étellel. Sokkal célravezetőbb annak utánajárni, hogyan lehet úgy beépíteni az életünkbe, hogy a pozitív, éleves oldalát mutassa.

A „Mars” nevű őselvhez már csak testfelépítésünknel fogva is bizonyára több közik van a férfiaknak, mint a nőknek. Az viszont nem a biológiai adódik, hogy az agresszió negatív megnyilvánulásai sokkal inkább a férfakra jellemzők – ennek főleg szociális, nevelétsébeli okai vannak. A családban nagyobb szükség lenne az apák, nagyapák, nagybácsik aktív részvételére, az iskolákban több férfi pedagógusra. Rüdiger Dahlke – aki nálam sokkal többet tud arról, hogyan lehet rávenni egy férfit a marsi erő helyes használatára – elsősorban a sport szerepét emeli ki, azzal a kiegészítéssel, hogy aki nézőként élvezi a sportot, az inkább

nézze a helyszínen, mint a televízió képernyőjét bámulva. Mindkét nem sokat profitálhat olyan építő megoldásokból, mint bátor kezdeményezés, önálló vállalkozás, az álmaikért vívott harc, jogos érdekekért való kiállás, saját életcélnak követése, az ideálaink melletti kitartás, a gyengébbek védelme, a vitakultúra fejlesztése. A Mars helyes értelmezéséhez, használatához tartozik az is, ha a betegségek üzenetét megértjük. A betegségek elleni küzdelem legalább olyan kilitástalan, mint a terrorizmus elleni harc, vagy a verekedő gyerekek elverése... Természetesen a nevű őselvhez tartozó agresszió nélkül semmi sem jöhet a világra. Az „agresszió” kifejezésnek eredeti értelmében nincs pejoratív jelentése. Valójában arról van szó, hogy belekezdünk valamibe, nekifogni, hozzálátni valaminek. Az első lépés tehát szükségképpen agresszív. Minden úgy kezdődik, hogy hozzákezdünk! A tudományos álláspont szerint a világ az ősröbbanással kezdődött, de a tavasz szintén úgy kezdődik, hogy kippattannak a rügyek, a földből előbukkannak a lándzsaszerrű tulipán- és jácintlevelek, a madárfiókák feltörik a tojáshejat. A marsi erő a legalkalmasabb az áttörésre és a gyors elrejtására.

Tóth Éva Ágota