



NAJWAŻNIEJSZY JEST KONTAKT

TERMINY SPOTKAŃ W POLSCE

PAŹDZIERNIK 2010

BIAŁYSTOK 01.10.2010

godz. 10:00
Hotel Cristal
ul. Lipowa 3/5

ŁÓDŹ 02.10.2010

godz. 11:00
Sala NOT
Pl. Komuny Paryskiej 5a

WROCLAW 15.10.2010

godz. 10:00
Hotel „Wrocław”
ul. Powstańców Śląskich 5/7

KRAKÓW 22.10.2010

godz. 10:00
Klub Garnizonowy
ul. Zyblikiewicza 1

BYDGOSZCZ 29.10.2010

godz. 10:00
Klub POW (sala 28)
ul. Sułkowskiego 52

GDYNIA 30.10.2010

godz. 11:00
MORSKI INSTYTUT
RYBACKI, ul. Kołłątaja 1

LISTOPAD 2010

POZNAŃ 16.10.2010

godz. 11:00
Dom Technika NOT
ul. Wieniawskiego 5/9

KATOWICE 21.10.2010

godz. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
ul. Hallera 28

ŁÓDŹ 06.11.2010

godz. 11:00
Sala NOT
Pl. Komuny Paryskiej 5a

RZESZÓW 13.11.2010

godz. 10:00
Teatr „Maska”
ul. Mickiewicza 13



WROCLAW 19.11.2010

godz. 10:00
Hotel „Wrocław”
ul. Powstańców Śląskich 5/7

POZNAŃ 20.11.2010

godz. 11:00
Dom Technika NOT
ul. Wieniawskiego 5/9

KATOWICE 25.11.2010

godz. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
ul. Hallera 28

KRAKÓW 26.11.2010

godz. 10:00
Klub Garnizonowy
ul. Zyblikiewicza 1

OD WYDAWCY

Na pory roku nie ma siły - nadeszła jesień. A my wydajemy następny numer naszego pisma. Nas jesień, przynajmniej w skojarzeniach z niepogodą i smutkiem, nie dotyczy. Optymistycznie podchodzimy do życia (polecam artykuł o optymistach), dbamy o zdrowie i cieszymy się sukcesami naszych podopiecznych spisanych dla Państwa z listów, maili i relacji. Jak zawsze wybraliśmy najciekawsze spośród nadesłanych w ciągu dwóch ostatnich miesięcy. Każda wiadomość jest znacząca i wspaniała, ale przeczytane wszystkie na raz robią wielokrotnie większe wrażenie. Ja wiem, dlaczego są ludzie, którzy mi nie wierzą – powiedział Zbyszek czytając materiały przygotowane do druku – to poraża swoją skalą, ale przecież to wszystko prawda! Tak jest Drodzy Państwo – to wszystko prawda. Życzę miłej i pocieszającej lektury.

Aby wiadomości o miejscu i dacie spotkania dotarły do Państwa na czas, musimy nasze pismo przygotować i wydrukować z ponad miesięcznym wyprzedzeniem. Zdarza się, że potwierdzone terminy i miejsca spotkań, nie z naszej winy ulegają zmianie. Gdyby i tym razem coś takiego nastąpiło, do każdej gazety zostanie dołączone specjalne sprostowanie.

Aleksandra Krajewska Nowak

Ks. LEON KANTORSKI (1918-2010)



W lipcu zmarł wieloletni proboszcz mojej parafii – ksiądz Leon. Wielki, mądry i odważny człowiek. Aktywnie wspierał działalność „Solidarności”, w ogrodzie przy kościele ustawił pierwszy w Polsce pomnik katyński zaprojektowany przez Jerzego Kalinę, nazwany potem Kalwarią Polską. W 1965 roku wymyślił autosacrum – publiczne święcenie aut, święto, z którego Podkowa słynie do dziś. W trosce o ewangelizację młodzieży w 1968 roku wymyślił msze beatowe, wspierał i popierał niezależne, a czasem nawet pozornie niemożliwe do zrealizowania akcje, takie jak choćby moja inicjatywa postawienia figury Matki Boskiej na Antarktydzie, której dwudziestolecie razem dwa lata temu obchodziliśmy. Jego Wielki Duch jest teraz przy mnie, nadal czuję Jego opiekę i wsparcie.

Z.N.

KRĘGOSŁUP KWANTOWY

PRÓBA ODPOWIEDZI NA PYTANIA, JAKIE RODZĄ SIĘ PO ZAPOZNANIU Z CZĘSTOKROĆ ENTUZJASTYCZNYMI RELACJAMI MOICH PODOPIECZNYCH OPISUJĄCYCH ROZWIĄZANIE RÓŻNORODNYCH PROBLEMÓW, NIE TYLKO ZDROWOTNYCH.

Na przestrzeni ostatnich dwudziestu lat napisałem sześć książek. W latach 90 – tych byłem wydawcą kolorowego magazynu „Świat to apteka”, gdzie wraz z kilkunastoosobowym zespołem redakcyjnym stworzyliśmy 42 numery pisma przybliżającego Czytelnikowi skomplikowane i trudne do zrozumienia funkcje i procesy zachodzące w ludzkim ciele i psychice. Pismo wspierało i doceniało wielu wybitnych lekarzy.

Od piętnastu lat mam swój program telewizyjny, w którym ludzie sami przedstawiają rezultaty mojej działalności energetycznej, ja zaś podejmuję działania energetyczne zmierzające do poprawy zdrowia.

W Podkowie Leśnej i w wielu miastach w Polsce i na świecie odbywały się i odbywają od kilkudziesięciu lat spotkania gromadzące jednorazowo dziesiątki, setki, a nawet tysiące uczestników. Spotykam się z moimi podopiecznymi również indywidualnie.

Od ponad dziesięciu lat działa i staje się coraz bardziej popularny TRYB INTENSYWNEJ OPIEKI PRZEZ ZDJĘCIE, niosący ratunek ludziom na odległość, będący częstokroć jedyną możliwą formą udzielenia natychmiastowej pomocy.

Każdy człowiek nosi w sobie niezwykle bogactwo i złożoność przeszłości teraźniejszości i przyszłości. Rutyna i szarzyzna codziennego dnia przygniata swoim ciężarem i przestajemy słuchać mowy naszego

ciała, pojawiają się problemy, niezależnie od wieku, wykształcenia i możliwości, jakie posiadamy.

Oferowana przez lekarzy pomoc nie zawsze odpowiada naszym potrzebom i je zaspakaja. Moja pomoc jest uniwersalna i natychmiastowa, ponieważ dotyczy działania na planie zasadniczego fundamentu, decydującego o życiu i jego jakości. Tym fundamentem jest kręgosłup kwantowy, odpowiedzialny za prawidłowe funkcje każdego żywego organizmu.

Kręgosłup kwantowy jest niezwykłym planem niematerialnym (ponieważ jest zbudowany z energii), a to oznacza, że nawet po usunięciu którejkolwiek części materialnej żywego organizmu, jej część niematerialna pozostaje nietknięta i tylko harmonizacja na poziomie kwantowym może uśmierzyć ból, na przykład amputowanej nogi. Medycyna akademicka nazywa ten rodzaj bólu bólami fantomowymi.

W mojej praktyce wielokrotnie zajmowałem bólami fantomowymi. We wszystkich przypadkach udało mi się je precyzyjnie określić i zlikwidować.

W zeszłym roku pojawił się w mojej przychodni starszy pan bez ręki. Zastępowała ją drewniana proteza. Do chwili spotkania korzystał z kontaktu mentalnego wykonując trzy gesty. Do osobistego kontaktu ze mną skłonił go niezwykle fakt. Otóż podczas kontaktów z wykorzystaniem trzech gestów stwierdził, że w obu dłoniach ma podobne odczucia drętwienia i mrowienia, a nawet ciepła. Ta obserwacja pozwoliła mi zrozumieć istotę funkcjonowania kręgosłupa kwantowego, jak również możliwości jego oceny i naprawy.

Moje działanie może być tak skuteczne w rozmaitych i zróżnicowanych dolegliwościach organizmów żywych, ponieważ działanie energetyczne generalnie podnosi

poziom energii niezbędnej do uzyskania prawidłowych funkcji kręgosłupa kwantowego.

Dla mnie (i to jest rzecz trudna do wytłumaczenia za pomocą dostępnych nam środków wyrazu) zdjęcie jest zapisem częstotliwości, na której pracuje organizm tego właśnie człowieka, a także jego kręgosłupa kwantowego. I to pozwala mi osiągać takie zdumiewające rezultaty w terapii przez zdjęcie znanej jako TIOPZ (Tryb Intensywnej Opieki przez Zdjęcie). Rezultaty potwierdzone tysiącami udokumentowanych relacji i reprezentatywnymi badaniami medycznymi.

Zbyszek Nowak

STRONA DOBRYCH WIADOMOŚCI

NADESŁANYCH PRZEZ PODOPIECZNYCH w lipcu i w sierpniu 2010r.

D.J.: Woreczek żółciowy jest czysty, kamienia nie ma. Dziękuję.
 H.J.: Jestem po mastektomii i leczenie zakończyłam w sierpniu ubiegłego roku. Czuję się bardzo dobrze. Kontrolne wizyty potwierdzają dobry stan zdrowia bez wznowy. Byłam na kilku spotkaniach z Panem (grupowych i indywidualnych), ale często też korzystam z Pańskiej pomocy za pomocą płyty.
 F.S.: Wyrażna poprawa samopoczucia nastąpiła w czasie trwania Intensywnej Opieki przez zdjęcie. Jestem tego pewna. Proszę o dalszą opiekę.
 P.T.: Od ostatniego roku nastąpiła poprawa. Doktor ortopeda przy ostatniej kontroli stwierdził, że synus ma bioderka 5-miesięcznego dziecka.
 K.I.: Serdecznie dziękuję za odczuwalną opiekę nad moją 82-letnią mamą – Irenką. Mama jest teraz dużo zdrowsza, zaczęła myśleć błyskotliwie, żartuje, no i jest na bieżąco z serialami. Jest samodzielna, chodzi lepiej bez pomocy, oczywiście tylko po mieszkaniu i blisko domu, ale sama ugotuje sobie, bo zakupy ma robione. Przed oddaniem jej do TIOPZ była zgorzkniała, w depresji i fizycznie w dużo gorszej kondycji. Jestem szczęśliwa i spokojniejsza o mamę.
 Ł.W.: Szanowny Panie Zbyszku przychodzę na każde spotkanie w Krakowie i bardzo mi pomaga ta energia. Byłam u dra okulisty, mam wszystko w porządku z oczami. I również postawił mnie pan na nogi, jak to mówią. Jestem bardzo bardzo wdzięczna i bardzo proszę o dalszą opiekę dla mnie.
 C.M.: Panie Zbyszku, dzięki opiece przez zdjęcie mój torbiel zniknął, bardzo dziękuję. Wszystkie sprawy w życiu prywatnym i zawodowym układają się po mojej myśli.
 K.M.: Panie Zbyszku, bardzo dziękuję za pomoc. Po amputacji piersi wszystko się pogoilo. Wszystkie badania wyszły dobrze, ciśnienie się unormowało, bóle nóg w dużym stopniu ustąpiły. Ogólnie czuję się dobrze. Nie załamuję się.
 M.G.: Panie Zbyszku, mój obecny stan zdrowia znacznie się polepszył. Miałem USG i wątroba jest zdrowa. Nadal pozostaję pod Pana opieką energetyczną.
 P.D.: Zaćma się zatrzymała i dobrze widzę.
 G.M.: Uważam, że dużo zawdzięczamy Pana działaniu: żona dobrze zniosła chemię, ma dobre wyniki krwi i serce też nie osłabło, mimo że kiedyś miała zawał, a następna kontrola na Wawelskiej ma być dopiero za 4 miesiące.
 S.S. Dziękuję za opiekę w TIOPZ – ogromna poprawa zdrowia i samopoczucia – ponad 3 lata po leczeniu raka szyjki macicy. Duże postępy u syna.
 W.M.: Ból w biodrze ustąpił, bóle nóg również. Wielkie dzięki Panie Zbyszku.
 K.M.: Nastawienie do życia jest pogodniejsze, radośniejsze, nie dotuję się smutnymi myślami. Odwiedzam Pana w Krakowie, do zobaczenia. No i najważniejsze: UŚMIECHAJMY SIĘ!

Woreczek żółciowy jest czysty, kamienia nie ma. Dziękuję

Jestem po mastektomii i leczenie zakończyłam w sierpniu ubiegłego roku. Czuję się bardzo dobrze. Kontrolne wizyty potwierdzają dobry stan zdrowia bez wznowy. Byłam na kilku spotkaniach z Panem (grupowych i indywidualnych), ale często też korzystam z Pańskiej pomocy za pomocą płyty.

Wyrażna poprawa samopoczucia nastąpiła w czasie trwania Intensywnej Opieki przez zdjęcie. Jestem tego pewna. Proszę o dalszą opiekę.

Od ostatniego roku nastąpiła poprawa. Doktor ortopeda przy ostatniej kontroli stwierdził, że synus ma bioderka 5-miesięcznego dziecka.

Serdecznie dziękuję za odczuwalną opiekę nad moją 82-letnią mamą – Irenką. Mama jest teraz dużo zdrowsza, zaczęła myśleć błyskotliwie, żartuje, no i jest na bieżąco z serialami. Jest samodzielna, chodzi lepiej bez pomocy, oczywiście tylko po mieszkaniu i blisko domu, ale sama ugotuje sobie, bo zakupy ma robione. Przed oddaniem jej do TIOPZ była zgorzkniała, w depresji i fizycznie w dużo gorszej kondycji. Jestem szczęśliwa i spokojniejsza o mamę.

Szanowny Panie Zbyszku przychodzę na każde spotkanie w Krakowie i bardzo mi pomaga ta energia. Byłam u dra okulisty, mam wszystko w porządku z oczami. I również postawił mnie pan na nogi, jak to mówią. Jestem bardzo bardzo wdzięczna i bardzo proszę o dalszą opiekę dla mnie.

Panie Zbyszku, dzięki opiece przez zdjęcie mój torbiel zniknął, bardzo dziękuję. Wszystkie sprawy w życiu prywatnym i zawodowym układają się po mojej myśli.

Panie Zbyszku, bardzo dziękuję za pomoc. Po amputacji piersi wszystko się pogoilo. Wszystkie badania wyszły dobrze, ciśnienie się unormowało, bóle nóg w dużym stopniu ustąpiły. Ogólnie czuję się dobrze. Nie załamuję się.

Panie Zbyszku, mój obecny stan zdrowia znacznie się polepszył. Miałem USG i wątroba jest zdrowa. Nadal pozostaję pod Pana opieką energetyczną.

Zaćma się zatrzymała i dobrze widzę.

Uważam, że dużo zawdzięczamy Pana działaniu: żona dobrze zniosła chemię, ma dobre wyniki krwi i serce też nie osłabło, mimo że kiedyś miała zawał, a następna kontrola na Wawelskiej ma być dopiero za 4 miesiące.

Dziękuję za opiekę w TIOPZ – ogromna poprawa zdrowia i samopoczucia – ponad 3 lata po leczeniu raka szyjki macicy. Duże postępy u syna.

Nastawienie do życia jest pogodniejsze, radośniejsze, nie dotuję się smutnymi myślami. Odwiedzam Pana w Krakowie, do zobaczenia. No i najważniejsze: UŚMIECHAJMY SIĘ!

Mam nadzieję, że dużo zawdzięczamy Pana działaniu: żona dobrze zniosła chemię, ma dobre wyniki krwi i serce też nie osłabło, mimo że kiedyś miała zawał, a następna kontrola na Wawelskiej ma być dopiero za 4 miesiące.

Panie Zbyszku, dzięki opiece przez TIOPZ mój torbiel zniknął, bardzo dziękuję. Wszystkie sprawy w życiu prywatnym i zawodowym układają się po mojej myśli.

Panie Zbyszku, mój obecny stan zdrowia znacznie się polepszył. Miałem USG i wątroba jest zdrowa. Nadal pozostaję pod Pana opieką energetyczną.

Serdecznie dziękuję za odczuwalną opiekę nad moją 82-letnią mamą – Irenką. Mama jest teraz dużo zdrowsza, zaczęła myśleć błyskotliwie, żartuje, no i jest na bieżąco z serialami. Jest samodzielna, chodzi lepiej bez pomocy, oczywiście tylko po mieszkaniu i blisko domu, ale sama ugotuje sobie, bo zakupy ma robione. Przed oddaniem jej do TIOPZ była zgorzkniała, w depresji i fizycznie w dużo gorszej kondycji. Jestem szczęśliwa i spokojniejsza o mamę.

Uważam, że dużo zawdzięczamy Pana działaniu: żona dobrze zniosła chemię, ma dobre wyniki krwi i również serce też nie osłabło, mimo że kiedyś miała zawał, a następna kontrola na Wawelskiej ma być dopiero za 4 miesiące.

Ball mogli w biodrze niepostąpił, bóle nóg również, dzięki Panie Zbyszku!!!

BAJKA O PIENIĄDZACH

Każdy potrzebuje pieniędzy. Mój ojciec mówił, że pieniędzy nie można zarobić, pieniądze przychodzą i odchodzą. Można pracować bez wytchnienia, a rezultaty i tak będą mierne, a my będziemy popadali w zniechęcenie i depresję. Pojawi się rezygnacja, uznamy, że już tak musi być i tak zostanie, a my będziemy zapadali się głębiej i głębiej. Będziemy jednocześnie mieli pretensje do każdego, wszystko zacznie nas drażnić i denerwować, winę za ten stan rzeczy, to oczywiście, będą ponosili wszyscy i do wszystkich będziemy mieli żal.

Ale może też być zupełnie inaczej.

Jesteśmy podatni zarówno na sukcesy, jak i na porażki. Ale porażki głębiej zapadają w naszą psychikę. Eskalacja negatywnych nastrojów przypomina gonitwę myśli, nie możemy się zatrzymać, sami się nakręcamy, powoli, a potem coraz szybciej gubimy przyjaciół i zapadamy się w sobie.

Każdy ma określony potencjał, który stanowi nasz kapitał, rozmaite zdarzenia losowe mogą nas tak uwikłać w swoje sidła, że nawet się nie spostrzeżemy, kiedy utracimy znaczną część naszego kapitału i zacznie się zapaść.

Sprawność prawidłowego działania kręgosłupa kwantowego, zależy od wartości dodatniej lub ujemnej. Wartość dodatnia to wszystko to, co sprawia nam przyjemność i dzięki temu poprawia relacje naszych wewnętrznych organów i łączących je przewodów oraz zapewniających harmonijną funkcję procesów zapewniających wysoką wydolność pracy naszego organizmu. Wartość ujemną tworzą wszelkie stany emocjonalnie negatywne (żał, rozgoryczenie, rozpacz itd.), mające niekorzystny wpływ na właściwą pracę naszego organizmu i zachodzących w nim stale procesów przemiany materii. Obniżenie wydolności energetycznej pozbawia zasilania najdelikatniejsze części naszego ciała i obniża sprawność kręgosłupa kwantowego.

Tysiące przypadków różnorodnych problemów i chorób, relacje świadków i badania dowodzą niezbicie, że u źródła tak wielu i tak różnorodnych sukcesów w mojej pracy leży wpływ działania energetycznego na kręgosłup kwantowy i jego regulacja do prawidłowego wzorca wszelkich funkcji życiowych.

Kontakt ze mną bezpośredni, lub mentalny, a w szczególności TIOPZ (czyli kontakt równomiernie rozłożony w czasie i nieprzerwalny) powoduje włączenie funkcji przekazu energii. Ma to ogromny wpływ na kreatywność i jakość wykonywanej pracy, która staje się efektywna, nie tylko na poziomie samego wykonania, ale i ponoszonych w związku z tą pracą kosztów.

Leniwi, nieproduktywni pracownicy firm, których właściciele fundują im bilety na moje spotkania ogólne, stają się cennymi ogniwami działania tych firm przynosząc bez żadnych dodatkowych

inwestycji, znaczący wzrost produkcji, a tym samym finansową poprawę. Zarządy i właściciele korzystający z mojej pomocy z większą efektywnością kierują swoimi zakładami osiągając znakomite wyniki finansowe. Może być jak w bajce, trzeba tylko odrzucić zwątpienie. Zwątpienie jest niepotrzebnym balastem.

Z.N.

Ważne dla zdrowia

Nadmiar wapnia może szkodzić sercu

Przyjmowanie dużych ilości suplementów diety zawierających wapń może zwiększać ryzyko wystąpienia zawału serca - donosi „BMJ”. Międzynarodowy zespół naukowców przeanalizował 11 badań, w trakcie których śledzono losy 12 tys. osób powyżej 40. roku życia przyjmujących suplementy diety zawierające wapń. Okazało się, że częste zażywanie takich suplementów zwiększa ryzyko zawału serca, nie wpływa natomiast na prawdopodobieństwo wystąpienia innych chorób układu krążenia. Zdaniem Iana Reida, głównego autora analizy, niepożądane działanie suplementów diety może wynikać z ich nagłego działania.

Po spożyciu takiego preparatu gwałtownie wzrasta poziom wapnia we krwi, co może być niebezpieczne dla naszego układu krążenia - mówi dr Reid. Wapń przyjmowany wraz zjedzeniem wchłania się wolniej i jest bezpieczniejszy - dodaje.

Ponadto nadmiar wapnia może prowadzić do stwardnienia naczyń krwionośnych i pogorszenia ich pracy. Pacjentom szczególnie potrzebującym tego pierwiastka (np. zagrożonym osteoporozą) dr Reid zaleca zmianę diety, tak by uwzględniła produkty mleczne i warzywa, a więc naturalne źródła wapnia zamiast suplementów.

Dr Nieca Goldberg z American Heart Association doradza jednak ostrożność względem pracy Reida: - Jeśli te wyniki okażą się prawdziwe, warto byłoby zbadać, dlaczego nadmiar wapnia zwiększa ryzyko zawału serca, ale nie powoduje częstszego występowania innych schorzeń układu krążenia.



WSTRĘT DO NIKOTYNY

Ja panie Zbyszku paliłem przez 40 lat i nie mogłem sobie z tym poradzić. Przyszedł czas, że paliłem nawet po dwie paczki dziennie. Pewnej niedzieli włączyłem telewizor. Pan zapowiadał, że będzie pan umożliwiał rzucenie palenia. Wziąłem udział i już na wieczór po wypaleniu papierosa poczułem w żołądku, jakbym wypił szklankę nikotyny. Papieros zaczął mnie odrzucać. Po godzinie spróbowałem zapalić ponownie, efekt był ten sam. W poniedziałek wypaliłem trzy papierosy, we wtorek jednego i potem na spotkaniu przy alkoholu jeszcze jednego. Już mnie odrzucało. Tak, że dziękuję, że pomógł mi pan rzucić palenie i ja się dużo lepiej teraz czuję.



TIOPIZ BEZ WIEDZY CHOREGO

Chciałabym powiedzieć o osobie, która została objęta Trybem Intensywniej Opieki przez Zdjęcie. Jest to młoda dziewczyna, 22-letnia. Leżała w szpitalu, miała operację śledziony i bardzo źle się czuła. Miała bardzo wysoką nadpłytkowość, dostała chemię, była słaba. Miała też bardzo męczące badania. Szybko zareagowałyśmy i napisałyśmy mail do pana Zbyszka. Po dwóch dniach działania, nadpłytkowość zaczęła spadać, dziewczyna poczuła, że coś ją wzmacnia. Po kilku dniach poczuła się znacznie lepiej i została wypisana ze szpitala. Mówię o tym, bo ta dziewczyna poczuła pana działanie nie wiedząc o nim.

POPRAWA SŁUCHU PO JEDNYM SPOTKANIU

Przyjeżdżamy regularnie do pana, bo jest pan gwarancją naszego zdrowia.



Mężowi pogarszał się słuch sukcesywnie. Była planowana operacja ucha środkowego. Był krótko przed operacją w Podkowie Leśnej i się okazało, że po jednym razie stwierdzono, że nie trzeba wykonywać operacji, że wszystko jest w porządku. I tak jest do tej pory. Mąż jest nauczycielem muzyki, teraz po prostu szaleje z tą szkołą muzyczną, właściwie nie ma go w domu, tak jest zajęty i głośne akordy i dźwięki nie przeszkadzają mu w ogóle. Ja z kolei w ciągu czterech godzin zdałam egzamin na wind surfing i zajęłam się też malarstwem. Dziękuję.



DAMY SOBIE RADĘ!

Pierwszy raz do pana Zbyszka trafiłam w 2002 roku z moim synem, który miał stwierdzoną litą zmianę na wątrobie. Półtora roku trwały kontakty z panem Zbyszku. Spotkania, pobyty w hoteliku, wszystko, co mogłam zrobić, dla swojego dziecka. W takim momencie, kiedy już sobie psychicznie nie dawałam rady – pan Zbyszek powiedział: damy sobie radę. Dziś mój syn jest zdrowy, nie ma żadnej pozostałości. A wówczas ta zmiana zajmowała 3/4 wątroby. Bardzo panu dziękuję.



MAM NA TO PAPIER

Był rak płuca lewego, dość duży - 5cm na 3. Jeżdżę tutaj (do Podkowy) od stycznia do czerwca, co miesiąc i teraz robiłam badania, miałam bronchoskopię. Komórek złośliwych nie ma. Mam nawet na to papier!

@ poczta emailowa @ dobre wiadomości @ poczta emailowa @ dobre wiadomości @ poczta emailowa @ dobre wiadomości @

@1. W dniu dzisiejszym zostałam wypisana ze szpitala, jak już informowała córka operacja przeszła nad wyraz pomyślnie moje samopoczucie jak również wyniki ogólnego stanu zdrowia są zadziwiające, (choć ja wiem, że to dzięki Pana wsparciu). W dniu operacji pod wieczór samodzielnie już chodziłam, sama umyłam się - choć operacja nie należała do najłatwiejszych. Później było coraz lepiej, dzisiaj popołudniu poszłam z mężem na spacer a wieczorem przed komputer i kontakt przez zdjęcie. O 22.00 jeszcze raz kontakt .Mam tyle siły i energii, że gdyby nie wypis ze szpitala to można by pomyśleć, że byłam na wczasach. Jestem wypoczęta, czuję się super i cały czas powtarzam **JEST DOBRZE I MUSI BYĆ TYLKO LEPIEJ.**

@2. Z radością informuję, że po spotkaniu z Panem 16 lipca we Wrocławiu samopoczucie mojej mamusi poprawiło się. Posłuchała pańskiej rady i po spotkaniu położyła się owinawszy się kocem, zapadła w bardzo głęboki sen, w trakcie którego bardzo się wypociała, noc również przespała bez jakichkolwiek dolegliwości. Następnego dnia już o własnych siłach chodziła, temperatura spadła, zaczęła troszkę jeść, minęły najgorsze bóle. Czuła się wzmocniona i wyraźnie czuła, że jest to efekt spotkania z Panem. Wymioty i biegunki jeszcze utrzymują się, ale to raczej normalne po chemii i radioterapii. Również stan psychiczny uległ poprawie, mamusia znów nabrała wiary i otworzyła się. Dziękuję z całego serca za pomoc i proszę o dalszą opiekę nad mamą. Niech Pana Bóg błogosławi.

@3. Panie Zbyszku, wczoraj byliśmy u neonatologa (kontrolna wizyta), Pani doktor była pod wrażeniem oddechu Julka. Zazwyczaj był ciężki i przyspieszony a teraz - bardzo ładnie. Julek jest wcześniakiem urodzonym w 27 tygodniu ciąży, w związku z tym ma słabe, niewykształcone płuca i oskrzela. Od wizyty u Pana mały zaczął bardzo ładnie raczkować (wcześniej były małe próby, które szybko kończył), po tygodniu zaczął samodzielnie siadać a od kilku dni sam wstaje przy meblach - bardzo duży przeskoc i Pani doktor była zachwycona tym rozwojem, my zresztą też.

@4. Od dwóch tygodni jestem w TIOPIZ. Bardzo dobrze się czuję, nie było bólów endometrialnych. Dziękuję.

@5. Witam Panie Zbyszku, piszę Panu o stanie zdrowia mojej siostry. Dzisiaj z nią rozmawiałam mówiła, że jest poprawa, czuje się o wiele lepiej, dostała chęci do życia, ma większy apetyt nie ma już takich duszności. No i się chwaliła, że z rana, jak wstała, to pijąc kawę potrafiła spalić 4, a nawet 5 papierosów, a teraz jest tak, że spali połowę jednego i nie ma chęci dalej. O wiele mniej przez cały dzień pali, bo paliła bardzo dużo, a to wszystko zawdzięcza Panu. Pozdrawiam.

@6. Mój brat czuje się dobrze. Badania wyszły pozytywnie - nie ma raka. Dziękuję stokrotnie za uratowane jego życie. Polecam pana opiece Matki Bożej Częstochowskiej.

@7. Jest poprawa w stanie zdrowia córki. Kichanie ustąpiło, katar uciążliwy też. Powróciła radość życia. Czekamy na zabieg i mam nadzieję, że wszystko będzie przebiegało prawidłowo. W międzyczasie Sylwia miała dwukrotnie gorączkę, tak bez jakiegokolwiek przyczyny, przynajmniej nic jej nie bolało. Poza tym skreśliła nogę w kostce i ma założoną szynę na dwa tygodnie. Ale mimo wszystko jest radosna. I wiem, że to efekt Pana pomocy energetycznej. Bardzo dziękuję.

@8. Wcześniej nie pisałam, bo nie było znaczącej poprawy. Po spotkaniu we Wrocławiu 16 lipca, wracając pociągiem do domu zauważyłam, że z moim organizmem zaczęło się dziać coś dobrego. Zeszła mi opuchlizna z dżiąsła i z całego ciała. Dzisiaj byłam u pani stomatolog-chirurg. Potwierdziła moje odczucia. Coś ruszyło i jest lepiej. Mam nadzieję, że dzięki panu wszystko zakończy się pomyślnie. Serdecznie

pana pozdrawiam i dziękuję Bogu, że pan jest i może pan pomóc tylu osobom. Z uszanowaniem.

@9. Stan zdrowia siostry stabilizuje się, powróciła radość życia. Moja trzustka pracuje coraz lepiej. a prawy bark po wielu miesiącach uciążliwych dolegliwości, już nie budzi mnie w nocy, ale wymaga jeszcze długiej rekonwalescencji. Dziękuję za dotychczasowe wsparcie energetyczne i proszę o dalszą pomoc.

@10. Byłam ostatnio w Podkowie Leśnej z rodzicami i chorym dzieckiem niejako jako osoba towarzysząca. Jednak szybko okazało się, że i mnie udzieliła się Pana energia. Zaraz po pierwszym spotkaniu przeszło mi uporczywe zapalenie zatok, przez które nie mogłam spać i budziłam się każdego dnia rano o 4. Oprócz tego minął ból przy początku okresu, który niekiedy był bardzo intensywny. Za to ogromnie dziękuję. Ale jest też coś, czego się nie spodziewałam. Atmosfera w domu się zmieniła i rozmowy z najbliższymi stały się lepsze i bardziej szczerze, a ja mogę wreszcie spokojnie spać i nie martwić się już tak o wszystko. Za to będę dożywotnie wdzięczna.

@11. Bardzo, ale to bardzo dziękuję za opiekę i wsparcie 15 lipca w dzień mojego ślubu. Mimo koszmarnego upału wszystko doskonale się udało, a ja byłam w świetnej formie nawet wieczorem. Dziękuję również za to, że mogłam skorzystać z Pana pomocy na indywidualnym spotkaniu w Krakowie. Byłam chora zrezygnowana i całkowicie bez siły, a za kilka dni miałam brać ślub. Po spotkaniu z Panem dolegliwości bardzo się nasiliły, ale także szybko ustąpiły. Po pięciu dniach byłam zdrowa, tak jak mi Pan powiedział! Jeszcze raz dziękuję, życzę dużo zdrowia i dalszych sukcesów. Z wyrazami szacunku i wdzięczności.

@12. 6 lipca wyszłam ze szpitala, po badaniach jest podejrzenie sarkoidozy III stopnia. Miałam to szczęście, że 9 lipca mogłam skorzystać z pomocy Pana Zbyszka. Byłam na indywidualnym spotkaniu, skorzystałam z TIOPIZ i z ogólnego spotkania. We wrześniu idę na kontrolne badania do szpitala. W tej chwili nie wiem, w jakim stanie są moje płuca. Od chwili spotkania jestem pewna, że pokonam tę chorobę z pomocą Pana Zbyszka. Czuję się bardzo dobrze, jestem spokojna i bardzo pozytywnie nastawiona. A wcześniej chodziłam jak burza gradowa i wszystko mnie denerwowało. Czasami kaszle, ale nie mam innych objawów tej choroby. Nie odczuwam też duszności. Podczas spotkania, jak miałam wyciągnięte ręce to czułam, jakby wielka energia spływała w moje ręce. Jestem tak naładowana energią, że mogłabym fruwać. A przyznam się, że wcześniej sceptycznie podchodziłam do takich metod leczenia. Nie lekceważyłam tego, ale twierdziłam, że na mnie to nie działa. Jestem przekonana, że zwalczę chorobę i nie będę brać sterydów, których się tak strasznie bałam. Bardzo dziękuję za wzmocnienie mojej psychiki i podziękuję jeszcze za wyleczenie moich płuc. .

@13. Dzisiaj robiłam gastroskopię i wynik jest dla mnie bardzo miłym zaskoczeniem. Nie mam żadnych zmian zapalnych ani wrzodów w obrębie żołądka i dwunastnicy. Pan doktor, który wykonywał badanie stwierdził, iż bóle, z którymi zmagaliśmy się w maju i czerwcu mogą być związane z moją budową fizjologiczną (żołądek może być uciskany przez przeponę, co może dawać takie dolegliwości). Bardzo się cieszę z tego, że nic złego się nie dzieje, ponieważ już kilka razy miałam nadżerki i raz owrzodzenie dwunastnicy. Byłam przekonana, że to kolejny nawrót choroby. Bardzo dziękuję za Pańską pomoc, bo wiem, że bez Pana działania energetycznego nie byłoby takich wyników.

@14. Panie Zbyszku, serdecznie dziękujemy! Po dzisiejszym spotkaniu w tatę chyba wstąpił nowy duch, ma lepszy apetyt, jest silniejszy fizycznie i psychicznie. Wponiedziałek trzecia chemia, bardzo prosimy o wsparcie.

Ważne dla zdrowia

Optymiści myślą lepiej

Mózg optymistów, gdy trzeba rozwiązać problem, pracuje lepiej niż u pesymistów. Przekonują o tym wyniki badań naukowców z California Institute of Technology. Okazuje się, że już sama wiara w to, że jesteśmy w stanie podjąć jakiś zadanie sprawia, że rejony mózgu odpowiedzialne za podejmowanie decyzji, planowanie i wykonanie konkretnych czynności pracują na „wyższych obrotach”. Naukowcy z Kalifornii przekonali się o tym, zlecając grupie ochotników wykonanie dość trudnego testu i badając przy tym aktywność ich mózgu. Badani byli wynagradzani kwotą dolara lub pięciu dolarów za poprawne wykonanie testu i mogli ponieść finansową stratę o podobnych rozmiarach, jeśli nie potrafili zadania wypełnić poprawnie. Bezpośrednio po teście wszystkich pytano o ocenę swojego występu. Okazało się, że optymistyczna bądź pesymistyczna ocena nie miała wiele wspólnego z rzeczywistym przebiegiem testu. Była natomiast ściśle związana z aktywnością tylnej kory ciemieniowej, która bezpośrednio przetwarza odbierane bodźce sterujące ruchem. Aktywność ta była też większa, jeśli badani koncentrowali się na możliwym zysku bardziej, niż obawiali się możliwej straty.

RMF FM/Rynek Zdrowia/sierpień 2010

Nie zdajemy sobie sprawy z tego, jak jesteśmy potężni. Pismo Święte sugeruje nam to w sformułowaniu, że Bóg niewiele umniejszył nas od aniołów. Tymczasem zapominamy o tym bardzo łatwo, zapadamy się w swoim nieszczęściu i lęku, mówimy – to niemożliwe, odcinamy się od naszych możliwości i powiększamy nasze nieszczęście. Przegrywamy, bo wątpimy w siebie, popadamy w rozterkę, naszą słabą wolę osłabiają dodatkowo źle wybrane autorytety, brak własnego zdania i brak właściwej oceny własnej wartości.

Optymizm to siła zdolna przezwyciężyć wszelkie przeszkody, podnieść nas z ziemi, nawet wtedy, kiedy inni machnęli już na nas ręką. Przegrana bitwa bardzo często nie oznacza jeszcze przegranej wojny. Jeśli jest jeszcze, choć mała iskierka, zawsze można rozniecić ją do skali potężnego ognia, w którym spopielą się wszystkie przeszkody, ograniczenia.

Ty też masz w sobie potęgę i jeśli zechcesz, ja swoją energią mogę pomóc Ci ją świadomie wykorzystać.

ZN

Cukier ze słodkich napojów może być przyczyną raka trzustki

Fruktoza, cukier stosowany przez przemysł spożywczy jako środek słodzący w napojach i słodkach, pobudza wzrost raka trzustki - wykazali naukowcy z USA. Informację na ten temat podaje czasopismo "Cancer Research".

Fruktoza jest podstawowym cukrem prostym w owocach, ale w tej postaci spożywamy ją w niewielkich ilościach. W ostatnich dekadach konsumpcja fruktozy znacznie wzrosła, głównie dlatego, że od lat 70-tych dodaje się ją jako środek słodzący - w postaci syropu glukozowo-fruktozowego - do napojów, słodczy i innej wysoko przetworzonej żywności.

Obecnie syrop ten stanowi ponad 40 proc. kalorycznych substancji słodzących używanych w przemyśle spożywczym. Z pracy opublikowanej w kwietniu 2004 r. na łamach pisma "American Journal of Clinical Nutrition" wynika, że w latach 1970-90 spożycie syropu glukozowo-fruktozowego w USA wzrosło o ponad 1000 proc. Producenti żywności wykorzystują go chętnie ze względu na to, że jest tani (już w małych ilościach daje wrażenie słodczy), łatwo go transportować i utrzymuje wilgotność produktów.

Źródłem fruktozy w zachodniej diecie jest również cukier stołowy (sacharoza), która rozkłada się w naszym organizmie do glukozy i fruktozy.

Badania ostatnich lat dostarczają coraz więcej dowodów na to, że wzrost spożycia fruktozy może bardzo negatywnie wpływać na metabolizm ludzi i w dużym stopniu przyczyniać się do epidemii otyłości oraz cukrzycy typu 2 na świecie, jak również do stłuszczenia wątroby.

Teraz naukowcy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Los Angeles wykazali, że fruktoza jest podstawowym źródłem energii dla bardzo groźnego nowotworu - raka trzustki.

Komórki tego raka pobierano od pacjentów i hodowano w laboratorium. Następnie do niektórych hodowli dodawano glukozę, a do innych - fruktozę. Ponieważ cukry były oznakowane węglem radioaktywnym, naukowcy mogli śledzić ich losy w komórkach przy pomocy metody analitycznej o nazwie spektrometria masowa. Jak przypominają autorzy pracy, dotychczas uważano, że ze względu na podobieństwo strukturalne glukoza i fruktoza są wymiennymi źródłami energii dla nowotworów złośliwych. Najnowsze badania wykazały, że komórki raka trzustki metabolizują obydwa cukry w odmienny sposób. Fruktoza była używana w produkcji kwasów nukleinowych - DNA i RNA - czyli materiału genetycznego komórek. Powielanie tych związków jest niezbędne do tego, by komórki mogły się dzielić. Innymi słowy, komórki raka z łatwością wykorzystują fruktozę, aby przyspieszyć swoje podziały i wzrost, tłumaczą naukowcy. Ich zdaniem, dotyczy to nie tylko raka trzustki, ale też innych nowotworów złośliwych.

Jak ocenia jeden z autorów badań dr Anthony Heaney, odkrycie to ma ogromne znaczenie dla pacjentów chorych na raka, którym podaje się produkty spożywcze z dodatkiem syropu glukozowo-fruktozowego. Jego zdaniem, rządy państw powinny podjąć wysiłki zmierzające do redukcji spożycia tej substancji słodzącej, np. poprzez kampanie podobne do działań antynikotynowych.

Tymczasem na wielu stronach internetowych można znaleźć reklamy "zdrowych", "naturalnych" produktów słodzonych fruktozą.

Ze świata nauki/PAP/sierpień 2010

Tak często zdarzają mi się przypadki podobne do powyższego, w pewnym momencie naukowe badania dowodzą słuszności tego, co ja propaguję od lat. Od wielu lat wiem, że cukier szkodzi bardzo osobom chorym na nowotwory. Przyspiesza rozwój komórek rakowych. Dlatego osoby chore powinny całkowicie wykluczyć ze swojej diety wszelkie słodczy. Teraz okazuje się, że także kupne soki owocowe. Znam wiele osób chorych na nowotwór, które od lat żyją przestrzegając diety i jestem przekonany, że w znacznym stopniu wpływa to zarówno na ich kondycję, jak i na długość życia. Na polskim rynku są już dostępne kompetentne poradniki i książki o profilaktyce i wspomaganiu terapii przez odpowiednią dietę. Sokowirówka to maszyna niezbędna w każdej kuchni. Samodzielnie wyciśnięty sok z marchwi, buraka, jabłka, grejpfruta, będzie o niebo lepszy od kupnego. Gorąco polecam!

Z.N.

Siedzenie szkodzi zdrowiu

Ci, którzy przeszło 10 godzin dziennie spędzają w pozycji siedzącej wyrządzają w ten sposób bardzo istotną szkodę swojemu zdrowiu.

Negatywnych następstw wielogodzinnego siedzenia nie unikają nawet ci, którzy, wydawałoby się, znajdują się w dobrej formie fizycznej. Do wniosku takiego doszli badacze kanadyjscy ze szpitala dla dzieci przy Ośrodku Badawczym Wschodniego Ontario w trakcie pierwszego tego rodzaju badania następstw siedzenia dla organizmu.

Obserwacje prowadzono nad grupą dzieci, oglądających audycje telewizyjne: mierzono im poziom ciśnienia krwi i parametry oddechu. Badaczy interesowało przede wszystkim to, jak na organizm dziecka wpływa wielogodzinne siedzenie na lekcjach w szkole, a następnie przesiadywanie godzinami przed komputerem lub telewizorem.

Wnioski były dość ponure: po siedzeniu od dwóch do siedmiu godzin we krwi wzrasta poziom cukru i obniża się poziom dobrego cholesterolu, powstają czynniki, sprzyjające powstaniu osteoporozy. U kobiet, które spędzają siedem i więcej godzin dziennie na roboczym fotelu, zwiększa się groźba powstania chorób onkologicznych, w porównaniu z tymi paniami, które spędzają w pozycji siedzącej mniej niż trzy godziny dziennie.

Ponadto, wielogodzinne siedzenie prowadzi do otyłości: według obliczeń specjalistów, każde dwie godziny dziennie spędzane w pozycji siedzącej powodują zwiększenie ryzyka otluszczenia o 5 proc.

PAP/Rynek Zdrowia/14 06 2010

Krew tętnicza jest nasycona tlenem i transportuje go do wszystkich organów całego ciała. Krew żylna zabiera z organizmu zużyte produkty przemiany materii, Serce pompuje krew nieustannie, a mięśnie kurcząc się i napinając tę pracę serca wspomagają. Bezruch to zastój, niedostateczne dotlenienie i powolne zatrucie całego organizmu.

ZN

3D szkodliwe dla wzroku

Trójwymiarowy obraz o wiele bardziej nadwiera wzrok niż wpatrywanie się w tradycyjne odbiorniki TV. Maksymalny czas, jaki można spędzić przy 3D bez uszczerbku dla wzroku to godzina, półtorej.

Jest to opinia lekarza z Butterflies Healthcare, specjalisty dziedziny optometrii, który stwierdził również, że u wszystkich, którzy przekroczą bezpieczny limit czasowy, mogą wystąpić takie objawy, jak: astenopia, zmęczenie oczu czy nudności. Wymienił je amerykański oddział Sony w zaktualizowanych warunkach użytkowania 3D i stereoskopowych gier 3D na telewizorach 3D.

Jednocześnie wspomniany ekspert uważa, że 10 proc. populacji będzie odczuwało dyskomfort nawet, gdy wpatrywanie się w ekran trwać będzie krótko.

PAP/Rynek Zdrowia/14-07-2010

TERMINARZ SPOTKAŃ W PODKOWIE LEŚNEJ

Październik '10			Listopad '10		
poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa
4	5	6		2	3
11	12	13	8	9	10
18	19	20	15	16	17
25	26	27	22	23	24
			29	30	

Szanowni Państwo, zdarzają się sytuacje, których niepodobna przewidzieć. Dlatego przed przyjazdem proszę o wcześniejszy telefon: 22-758-92-92 i 22-758-92-34. Telefon komórkowy 601-244-903 tylko dla sms-ów.

WYDAWCA: Alkano

05-807 Podkowa Leśna, ul. Różana 4

Redaguje: zespół

tel.(22) 758 92 92; 758 92 34

e-mail:kontakt@nowak.pl

www.alkano.pl

www.nowak.pl



W cytowanych listach zachowano oryginalny styl, interpunkcję i ortografię.