



NAJWAŻNIEJSZY JEST KONTAKT

TERMINY SPOTKAŃ W POLSCE

LUTY 2010

SZCZECIN 19.02.2010
godz. 10:00
Novotel
Al. 3 Maja 3

POZNAŃ 20.02.2010
godz. 11:00
Dom Technika NOT
ul. Wieniawskiego 5/9

KATOWICE 25.02.2010
godz. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
ul. Hallera 28

KRAKÓW 26.02.2010
godz. 10:00
Klub Garnizonowy
ul. Zybkiewicza 1

ŁÓDŹ 27.02.2010

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

MARZEC 2010

BIALYSTOK 05.03.2010
godz. 10:00
Hotel Cristal
ul. Lipowa 3/5

WROCLAW 19.03.2010
godz. 10:00
Hotel „Wrocław”
ul. Powstańców Śląskich 5/7

POZNAŃ 20.03.2010
godz. 11:00
Dom Technika NOT
ul. Wieniawskiego 5/9



KATOWICE 25.03.2010
godz. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
ul. Hallera 28

KRAKÓW 26.03.2010
godz. 10:00
Klub Garnizonowy
ul. Zybkiewicza 1

Pół Europejczyk pół Afrykanin

Noworoczna rozmowa z Jeanem Oulatar naszym przyjacielem i towarzyszem podróży po Afryce, dzięki któremu poznajemy mądrych ludzi, dotykamy spraw mistycznych, odkrywamy w sobie i wokół siebie wartości dotąd nieświadomione i nie nazwane.

Ola Nowak: Od roku podróżujemy razem po Afryce. Jean, pierwsze spotkanie ze Zbyszkiem, co wtedy poczułeś?

Jean Oulatar: Wibracje.

O.N.: Wibracje?

J.O.: Wibracje, których nie znałem. Poczulem, że on ma taki rodzaj wibracji, które harmonizują. Zafrapowała mnie intensywność tych wibracji, a ponieważ ja też czuję w sobie moje wibracje – poczułem, że one się ze sobą harmonizują.

O.N. Myślę, że łączy Was niezwykła przyjaźń.

J.O.: Tak, to jest prawdziwa przyjaźń. I dlatego pomyślałem kiedyś, że musimy pojechać razem na mój kontynent, żeby on poczuł także mój kontynent. I teraz ja jestem pół Europejczykiem, a on pół Afrykaninem.

O.N.: No właśnie, teraz przygotowujemy następną wyprawę do Afryki, żeby znów spotkać ludzi o niewiarygodnej energii.

J.O.: Tak jest, to jest ten rodzaj odmiennego widzenia świata, który ma na celu czynienie ludzi szczęśliwszymi za pomocą naturalnych sił – na przykład energii. Tej, której używa Zbyszek. W Afryce widzieliśmy dokładnie to samo. Kiedy Zbyszek spotkał się z Traore - ich spontaniczna reakcja - zobaczyliśmy, ile ich łączy, mimo tylu tysięcy kilometrów.

O.N.: Tak to było wspaniałe. To spotkanie było absolutnie niezwykle. Powiedziałeś, że Zbyszek jest postacią, która używa swoich możliwości, żeby zdemokratyzować umiejętność korzystania z energii, co miałeś na myśli?

J.O.: Większość ludzi w to nie wierzy. Wiedzą, że to nie istnieje, ponieważ wierzą tylko w to, co można dotknąć. A energia jest jak wiatr. Czujemy ją, ale nie można jej dotknąć. Ale można wiedzieć, jak jej użyć, tak jak wiatru można używać, na przykład do elektryczności. Zbyszek używa energii do leczenia ludzi i czynienia ich szczęśliwszymi.

O.N.: Dokładnie tej energii, która istnieje od zawsze, istniała już w czasach antycznych...

J.O.: Oczywiście, na przykład w czasach faraonów, ale wtedy była dostępna tylko dla elit, dla tej części uprzywilejowanej,



która wiedziała, jak jej używać. A przecież energia może służyć każdemu. Wystarczy tylko o niej wiedzieć, nauczyć się tych kilku gestów, żeby móc się samemu leczyć i oczyszczać zarówno duchowo, jak i fizycznie.

O.N.: To jest ta demokratyzacja energii.

J.O.: Właśnie, oddawanie jej do dyspozycji każdemu, niezależnie od wykształcenia, wiedzy... To jest nadzwyczajne. Te kilka gestów i każdy będzie umiał z tego skorzystać, dlatego nazwałem to demokratyzacją energii.

O.N.: Jean, bardzo Ci dziękuję za rozmowę, a ponieważ mamy już nowy rok, powiedzmy, czego chcielibyśmy razem życzyć wszystkim, którzy czytają naszą gazetę?

J.O.: Niech 2010 rok będzie rokiem, w którym wszyscy zobaczą tę energię i niech dobrze jej używają, dla siebie, dla swojego zdrowia i dla najbliższych.

Zbyszek Nowak: Całym sercem przyłączam się do tych życzeń łącząc w braterskim uścisku Europę i Afrykę, po to, żebyśmy mogli razem służyć Państwu jeszcze lepiej, korzystając z tej ogromnej wiedzy, która płynie z tamtych stron, a dzięki działaniu energetycznemu możemy ją jeszcze lepiej wchłoniąć.

OD WYDAWCY

Dni coraz dłuższe, słońca coraz więcej, zatem łatwiej będzie myśleć pozytywnie. A propos – myśleć... zachęcam Państwa do zwrócenia uwagi na artykuł Zbyszka pod tytułem: „Myśl! Także o tym, co nieznanne, trudne i niepojęte.” Wydaje mi się, że chciał nam przypomnieć, że myślenie jest jedną z najważniejszych czynności ludzkiego organizmu. Po oddychaniu i trawieniu, właśnie myślenie trzyma nas przy życiu. Chroni przed popełnianiem błędów, stratą czasu i wszelkich naszych dóbr. Myślenie, jak pozostałe czynności fizjologiczne powinno być zawsze włączone. Nie wolno nam przestać ani na chwilę. Zaś korzyści płynące z myślenia są niepoliczalne.

Kochani, cały czas czekam na sygnały od Czytelników. O czym powinniśmy napisać, na co zwrócić uwagę? Takim sygnałem wydał mi się list Pani Wiesławy. Samotność, czy brak motywacji do życia, to stan, który łatwo można zmienić. Polecam cudowną trylogię o ludziach, którzy umieją rozejrzeć się dookoła i znaleźć sens w pomaganiu innym, autorstwa Pani Moniki Szwa-ji: „Klub mało używanych dziewic”, „Dziewice do boju” i „Zatoka trujących jabłuszek”. Jest tam wątek dokładnie na ten temat. A lektura jest najwyższej próby.

Serdecznie pozdrawiam w imieniu całego zespołu

Aleksandra Krajewska Nowak

Jak to jest z tą energią?

W książce „Rece, które leczą” wydanej około 20 lat temu są cztery zdjęcia rentgenowskie głów i panewek stawów biodrowych małego dziecka. Na pierwszym widzimy gruzowisko, czyli brak właściwie wykształconych główek i panewek stawów biodrowych, na drugim zdjęciu widać wyraźną poprawę na trzecim jest prawie dobrze, a na czwartym jest już idealnie. Dziecko miało chorobę Perthesa. Gdyby nie moja interwencja, dziecko musiałoby spędzić cztery lata w gipsie.

Dwadzieścia lat temu osiągnięcie takiego efektu zajęło mi rok.

Pięć lat temu wydarzył się przypadek opisywany w najnowszej książce: „Nowak - takie są fakty” (str. 154), a przedstawia historię chłopca, którego stawy biodrowe niszczyła ta sama choroba Perthesa. W chwili naszego pierwszego spotkania ubytek główek i panewek stawów biodrowych u czterolatka wynosił 75%. Wystarczyło pięć spotkań, aby uruchomiony moim działaniem energetycznym organizm chłopca sam odbudował zniszczenia wywołane przez chorobę.

W ubiegłym roku przywieziono do mnie niemowlę z takim samym problemem. Tu wystarczyło jedno spotkanie i kiedy po miesiącu powtórzono badanie, cały kośćec dziecka był prawidłowo rozwinięty.

Jak więc jest z tą energią?

Snujecie Państwo rozmaite domysły. Skoro działam od tylu lat, to może się już wypaliłem, może jestem coraz mniej skuteczny? Pewnie tak by się działo, gdyby ta energia pochodziła ode mnie, gdybym to ja ją generował i oddawał cokolwiek ze swojej puli.

Ale tak nie jest. Od lat robię to całkowicie świadomie, wiem i czuję, że tę energię tylko przekazuję czerpiąc ją z otoczenia, ze świata, z kosmosu, z otaczającej nas harmonii. Jak by tego nie nazwać, jestem tylko przekaźnikiem, nie generatorem tej mocy. A przekazując ją, sam się przy tym wzmacniam, jestem coraz bardziej skoncentrowany, moje możliwości rosną. Do tego należy dodać coraz większe doświadczenie, zarówno w ocenianiu przyczyn problemu, jak i umiejętności szybkiego i skutecznego działania. A przedstawiłem to Państwu na przykładzie trzech przypadków kostnych, z którymi miałem do czynienia na przestrzeni ostatnich 20 lat mojej działalności.

Zbyszek Nowak

STRONA DOBRYCH WIADOMOŚCI

NADEŚLANYCH PRZEZ PODOPIECZNYCH w listopadzie i grudniu 2009r.

Na pośladku miałam wybudowane dwa wrzody. Dzięki okładom z wody energetyzowanej – przykładane kilka razy dziennie – jeden wchłonął się w ciągu dwóch dni, a drugi w ciągu jednego dnia. Bardzo serdecznie dziękuję, bo dzięki Pana opiece i energii wszystkie dolegliwości szybko ustępują.

Na pośladku miałam wybudowane dwa wrzody, dzięki okładom z wody energetyzowanej, przyłożone kilka razy dziennie, jednego wchłonął się w ciągu dwóch dni, a drugi w ciągu jednego dnia. Bardzo serdecznie dziękuję, bo dzięki Pana opiece i energii wszystkie dolegliwości szybko ustępują. Jeszcze raz bardzo dziękuję i pozdrawiam się. Pa przy sercu i dalszą opiekę i wsparcie.

W ciągu ostatniego roku Justynka urosła 5,5 cm. Dziękujemy

W ciągu ostatniego roku Justynka urosła 5,5 cm. Dziękujemy.

Sprawa najważniejsza – moje mięśniaki, z którymi walczyłam już od dłuższego czasu, stale się zmniejszają. Ostatnio dużo, jak wykazało USG.

Sprawa najważniejsza – moje mięśniaki, które dzięki Bogu i Panu Panu Zbyszku, a którymi walczyłam już od dłuższego czasu, stale się zmniejszają. Ostatnio dużo, jak wykazało poprzednie USG.

Szanowny P. Zbyszku Mija 14 dni jak mój syn Arek został objęty TIOZ. W tym czasie stan emocjonalny Arka bardzo się poprawił. Arek nie płacze, nie krzyczy, nie jest już taki niedostępny i niechętny, można z nim normalnie porozmawiać. Wczoraj pierwszy raz od przeszło 2 tygodni wyszedł z domu.

Szanowny P. Zbyszku. Mija 14 dni, jak mój syn został objęty TIOZ. W tym czasie stan emocjonalny Arka bardzo się poprawił. Arek się wyciszył, uspokoił,

nie jest już taki niedostępny i wulgarny, można z nim normalnie porozmawiać. Wczoraj pierwszy raz od przeszło 2 tygodni wyszedł z domu.

Pozdrawiam Pana z Rodziną, w zasadzie czuję się, jak w rodzinie. Korzystam z dóbr energii każdego dnia. Ostatnio moje jelita zaczęły w miarę funkcjonować, znacznie zmniejszyłam środki przeczyszczające. Od czasu terapii i moje nogi oraz stawy przestały dokuczać...

MAJKA KONTAKTOWA, informacja o obecnym stanie zdrowia
Pozdrawiam Pana z rodziną w zasadzie czuję się jak w rodzinie. Korzystam z dobrej energii każdego dnia. Ostatnio żeby nie zapomniać moje jelita zaczęły w miarę funkcjonować, znacznie zmniejszyłam środki przeczyszczające. Od czasu terapii i moje nogi oraz stawy przestały dokuczać...

Kolano przestało boleć, noga jest sprężyna. Dziękuję.

Kolano przestało boleć, noga jest sprawna. Dziękuję.

Panie Zbyszku, mój obecny stan zdrowia znacznie się polepszył. Proszę Pana, żebym miał stale uśmiech na twarzy. Pozdrawiam.

Panie Zbyszku mój obecny stan zdrowia, znacznie się polepszył. Proszę Pana żebym miał stale uśmiech na twarzy. Pozdrawiam

Lewe biodro już nie boli. Zaćma się zatrzymała i dobrze widzę cały czas. Dziękuję bardzo.

Lewe biodro już nie boli. Zaćma się zatrzymała i dobrze widzę cały czas. Dziękuję bardzo.

U Pana byłem w 1998 r. – taką datę pamiętam. W tym czasie chodziło o picie alkoholu. Od tego czasu do chwili obecnej alkoholu nie piję...

główny u Pana byłem w 1998 r. taką datę pamiętam, w tym czasie chodziło o picie alkoholu. Od tego czasu do chwili obecnej alkoholu nie piję. Proszę Pana, żebym miał stale uśmiech na twarzy. Pozdrawiam

Syn jest „starym” (od 18 lat) Pana pacjentem. Ostatnio pisałam do Pana kilka słów w czerwcu, przed jego obroną pracy magisterskiej. Pragnę donieść, że Maciek obronił się na 5. Wtedy prosiłam o pomoc, a teraz serdecznie za nią dziękuję. Pana zdjęcie podczas egzaminu miał przy sobie w kieszeni marynarki.

Syn jest „starym” (od 18 lat) Pana pacjentem. Ostatnio pisałam do Pana kilka słów w czerwcu, przed jego obroną pracy magisterskiej. Pragnę donieść, że Maciek obronił się na 5. Wtedy prosiłam o pomoc, a teraz serdecznie za nią dziękuję. Pana zdjęcie podczas egzaminu miał przy sobie w kieszeni marynarki.

Od listopada 2008 utrzymywał się kaszel i częste zapalenie oskrzeli, a nawet zapalenie płuc. Ale po ostatnim spotkaniu 21.07.2009 kaszel ustąpił i nie ma duszności.

Od listopada 2008 utrzymywał się kaszel i częste zapalenie oskrzeli a nawet zapalenie płuc. Ale po ostatnim spotkaniu 21.07.2009 kaszel ustąpił i nie ma duszności.

Bardzo dziękuję za opiekę w dniach 13.X – 13.XI. Znacznie zmniejszył się u mnie głód nikotynowy, ale jeszcze popalam. Pragnę pana poinformować, że mniej bolą mnie plecy (okolicie lędźwiowe). Pozdrawiam

Bardzo dziękuję za opiekę w dniach 13X – 13 XI. Znacznie zmniejszył się u mnie głód nikotynowy, ale jeszcze popalam. Pragnę pana poinformować, że mniej bolą mnie plecy. Pozdrawiam

Ogólny stan zdrowia – poprawa, stabilizacja parametrów, migotania ustąpiły.

Ogólny stan zdrowia - poprawa - stabilizacja parametrów - migotania ustąpiły

Jest poprawa w zakresie kręgosłupa szyjnego, bóle ustąpiły, poprawiła się pamięć i spostrzegawczość.

Jest poprawa w zakresie kręgosłupa szyjnego, bóle ustąpiły, poprawiła się pamięć i spostrzegawczość.

Po 4 spotkaniach zanikło bolesne pourazowe zgrubienie wewnątrz nosa, które miałem od ok. 15 lat oraz zmniejszył się tłuszczak w okolicy śledziony z rozmiarów dużej śliwki do rozmiarów wiśni.

Po 4 spotkaniach zanikło bolesne pourazowe zgrubienie wewnątrz nosa, które miałem od ok. 15 lat oraz zmniejszył się tłuszczak w okolicy śledziony z rozmiarów dużej śliwki do rozmiarów wiśni.

Mama czuje się dobrze. To był rak skóry na twarzy było bardzo dużo szwów. W ciągu 3 tyg. się pięknie wygoiło. Lekarze byli bardzo zdziwieni.

Mama czuje się dobrze. To był rak skóry na twarzy było bardzo dużo szwów. W ciągu 3 tyg. się pięknie wygoiło. Lekarze byli bardzo zdziwieni.

Najcudowniejszy Panie Zbyszku!!!

Od 25 lipca przeszły moje bóle reumatyczne i znów czuję się jak nowo narodzona. Wtedy, gdy one wróciły byłam bardzo zrozpaczona i zarówno bardzo zła na siebie, że zniweczyłam wszystko to, co od pana dostałam i bałam się, że już drugiej takiej szansy nie dostanę od pana, panie Zbyszku. Któregoś dnia już nie mogłam wytrzymać z bólu nic mi nie pomagało poczułam wtedy ogromną potrzebę by mieć, chociaż na chwilę pana przy sobie, bo do godziny 20:00 było jeszcze bardzo daleko, więc weszłam na pana stronę internetową by poczytać o panu nowinki i o pana podopiecznych to jest bardzo wzruszające czytając jak bardzo ludzie są Panu wdzięczni za wszystko, co pan dla nich robi, sama mam łzy w oczach, gdy o panu czytam. Proszę mi uwierzyć już wieczorem było lepiej, już wtedy, gdy byłam na pana stronie mniej bolało. Teraz nie ma żadnej oznaki choroby czuję się tak jak by się nic nie wydarzyło. Bardzo drogi panie Zbyszku bardzo serdecznie dziękuję za kolejną szansę, jaką dostałam od pana przyrzekam sobie a najbardziej panu, że teraz będę jeszcze bardziej dbała o siebie niż do tej pory by nie niszczyć tego, co pan dla mnie robi. Kolejny raz piszę, że ja nie wiem, co ja bym bez pana zrobiła. Ostatnio prosiłam pana o potwierdzenie, do kiedy jestem pod pana opieką, ale już wiem, że do sierpnia, bo czuję to po sobie. PS: Panie Zbyszku któregoś dnia przez cały dzień miałam wodę w uchu nie mogłam się jej w żaden sposób pozbyć walczyłam z tym przez cały dzień dokuczała mi bardzo poddałam się, pomyślałam sobie poczekam do 20:00 pan Zbyszku mi pomoże i pomoże mi pan przy kontakcie mentalnym czułam jak wypływa mi woda z ucha. Jest pan cudowny bez dwóch zdań, uwielbiam pana i dziękuję za wszystko, moja wdzięczność do pana nie ma granic.

Najcudowniejszy Panie Zbyszku!!!
Od 25 lipca przeszły moje bóle reumatyczne i znów czuję się jak nowo narodzona. Wtedy, gdy one wróciły byłam bardzo zrozpaczona i zarówno bardzo zła na siebie, że zniweczyłam wszystko to, co od pana dostałam i bałam się, że już drugiej takiej szansy nie dostanę od pana, panie Zbyszku. Któregoś dnia już nie mogłam wytrzymać z bólu nic mi nie pomagało poczułam wtedy ogromną potrzebę by mieć, chociaż na chwilę pana przy sobie, bo do godziny 20:00 było jeszcze bardzo daleko, więc weszłam na pana stronę internetową by poczytać o panu nowinki i o pana podopiecznych to jest bardzo wzruszające czytając jak bardzo ludzie są Panu wdzięczni za wszystko, co pan dla nich robi, sama mam łzy w oczach, gdy o panu czytam. Proszę mi uwierzyć już wieczorem było lepiej, już wtedy, gdy byłam na pana stronie mniej bolało. Teraz nie ma żadnej oznaki choroby czuję się tak jak by się nic nie wydarzyło. Bardzo drogi panie Zbyszku bardzo serdecznie dziękuję za kolejną szansę, jaką dostałam od pana przyrzekam sobie a najbardziej panu, że teraz będę jeszcze bardziej dbała o siebie niż do tej pory by nie niszczyć tego, co pan dla mnie robi. Kolejny raz piszę, że ja nie wiem, co ja bym bez pana zrobiła. Ostatnio prosiłam pana o potwierdzenie, do kiedy jestem pod pana opieką, ale już wiem, że do sierpnia, bo czuję to po sobie. PS: Panie Zbyszku któregoś dnia przez cały dzień miałam wodę w uchu nie mogłam się jej w żaden sposób pozbyć walczyłam z tym przez cały dzień dokuczała mi bardzo poddałam się, pomyślałam sobie poczekam do 20:00 pan Zbyszku mi pomoże i pomoże mi pan przy kontakcie mentalnym czułam jak wypływa mi woda z ucha. Jest pan cudowny bez dwóch zdań, uwielbiam pana i dziękuję za wszystko, moja wdzięczność do pana nie ma granic.

pana podopiecznych to jest bardzo wzruszające czytając jak bardzo ludzie są Panu wdzięczni za wszystko, co pan dla nich robi, sama mam łzy w oczach, gdy o panu czytam. Proszę mi uwierzyć już wieczorem było lepiej, już wtedy, gdy byłam na pana stronie mniej bolało. Teraz nie ma żadnej oznaki choroby czuję się tak jak by się nic nie wydarzyło. Bardzo drogi panie Zbyszku bardzo serdecznie dziękuję za kolejną szansę, jaką dostałam od pana przyrzekam sobie a najbardziej panu, że teraz będę jeszcze bardziej dbała o siebie niż do tej pory by nie niszczyć tego, co pan dla mnie robi.

cznie dziękuję za kolejną szansę, jaką dostałam od pana przyrzekam sobie a najbardziej panu, że teraz będę jeszcze bardziej dbała o siebie niż do tej pory by nie niszczyć tego, co pan dla mnie robi. Kolejny raz piszę, że ja nie wiem, co ja bym bez pana zrobiła. Ostatnio prosiłam pana o potwierdzenie, do kiedy jestem pod pana opieką, ale już wiem, że do sierpnia, bo czuję to po sobie. PS: Panie Zbyszku któregoś dnia przez cały dzień miałam wodę w uchu nie mogłam się jej w żaden sposób pozbyć walczyłam z tym przez cały dzień dokuczała mi bardzo poddałam się, pomyślałam sobie poczekam do 20:00 pan Zbyszku mi pomoże i pomoże mi pan przy kontakcie mentalnym czułam jak wypływa mi woda z ucha. Jest pan cudowny bez dwóch zdań, uwielbiam pana i dziękuję za wszystko, moja wdzięczność do pana nie ma granic.

Najcudowniejszy Panie Zbyszku!!!
Od 25 lipca przeszły moje bóle reumatyczne i znów czuję się jak nowo narodzona. Wtedy, gdy one wróciły byłam bardzo zrozpaczona i zarówno bardzo zła na siebie, że zniweczyłam wszystko to, co od pana dostałam i bałam się, że już drugiej takiej szansy nie dostanę od pana, panie Zbyszku. Któregoś dnia już nie mogłam wytrzymać z bólu nic mi nie pomagało poczułam wtedy ogromną potrzebę by mieć, chociaż na chwilę pana przy sobie, bo do godziny 20:00 było jeszcze bardzo daleko, więc weszłam na pana stronę internetową by poczytać o panu nowinki i o pana podopiecznych to jest bardzo wzruszające czytając jak bardzo ludzie są Panu wdzięczni za wszystko, co pan dla nich robi, sama mam łzy w oczach, gdy o panu czytam. Proszę mi uwierzyć już wieczorem było lepiej, już wtedy, gdy byłam na pana stronie mniej bolało. Teraz nie ma żadnej oznaki choroby czuję się tak jak by się nic nie wydarzyło. Bardzo drogi panie Zbyszku bardzo serdecznie dziękuję za kolejną szansę, jaką dostałam od pana przyrzekam sobie a najbardziej panu, że teraz będę jeszcze bardziej dbała o siebie niż do tej pory by nie niszczyć tego, co pan dla mnie robi. Kolejny raz piszę, że ja nie wiem, co ja bym bez pana zrobiła. Ostatnio prosiłam pana o potwierdzenie, do kiedy jestem pod pana opieką, ale już wiem, że do sierpnia, bo czuję to po sobie. PS: Panie Zbyszku któregoś dnia przez cały dzień miałam wodę w uchu nie mogłam się jej w żaden sposób pozbyć walczyłam z tym przez cały dzień dokuczała mi bardzo poddałam się, pomyślałam sobie poczekam do 20:00 pan Zbyszku mi pomoże i pomoże mi pan przy kontakcie mentalnym czułam jak wypływa mi woda z ucha. Jest pan cudowny bez dwóch zdań, uwielbiam pana i dziękuję za wszystko, moja wdzięczność do pana nie ma granic.

Ze świata nauki

GMO – zmora XXI wieku

Pomimo, że ok. 70–80% społeczeństwa jest przeciwne żywności modyfikowanej genetycznie (GMO), ona i tak trafia na półki sklepów. Żywność taka według prawa powinna być oznakowana np.: „zawiera GMO”. W rzeczywistości zamiast wyraźnego oznakowania wzmianka na ten temat pojawia się tylko czasami zapisana drobnym druczkiem w składzie danego produktu.

Jakie zagrożenie dla organizmów żywych niesie ze sobą żywność modyfikowana genetycznie?

Wprowadzenie nowych genów do organizmów rośliny powoduje zmianę jej procesów metabolicznych w sposób nieprzewidywalny, co objawia się produkcją nowych związków chemicznych w jej organizmie, których nie przewidywali genetycy. Może to prowadzić do niespodziewanych efektów ubocznych podczas jej hodowli i spożycia.

Efekty środowiskowe upraw GMO będą możliwe do zaobserwowania dopiero za 30-50 lat.

Wbrew pierwotnym założeniom uprawy GMO zwiększyły zużycie pestycydów i skażenie środowiska. Istnieją liczne dowody na negatywne oddziaływanie tych upraw na organizmy żywe.

Jak wygląda spawa etykietowania takich produktów?

Obecnie obowiązujące prawo nakłada jedynie obowiązek umieszczenia na opakowaniu informacji, że dany produkt jest genetycznie zmodyfikowany. Ustawa nie określa, jaką część opakowania powinna zajmować ta informacja. Jeśli tylko niektóre składniki są genetycznie zmodyfikowane, obok nazwy składnika znajduje się informacja, że jest on genetycznie zmodyfikowany (w praktyce tylko takie produkty można spotkać w polskich sklepach). Obowiązek znakowania wszystkich produktów zawierających GMO funkcjonuje na terenie całej Unii. W przepisach znajduje się jednak luka, która zwalnia z obowiązku znakowania produktów wytworzonych ze zwierząt karmionych paszą GMO. Polacy w kwestii znakowania są bardzo rygorystyczni. Ponad 90% Polaków domaga się znakowania (PBS). W całej Europie zupełnie nie do zaakceptowania byłby model amerykański, gdzie producenci nie mają obowiązku informować nabywców, że do koszyka wkładają żywność modyfikowaną genetycznie.

W Polsce szczególną uwagę należy zwracać, kupując olej roślinny, gdyż do jego produkcji często wykorzystuje się transgeniczną soję i rzepak. W 2006 r. Greenpeace opublikował przewodnik zakupowy „Czy wiesz, co jesz?”. Zawiera on czarną listę, na której znajdują się produkty zawierające składniki GMO bądź produkowane przez firmy, które nie odpowiedziały na ankietę. Jeśli jesteśmy przeciwnikami GMO, warto też zapamiętać listę sklepów, które nie prowadzą sprzedaży produktów mogących zawierać składniki transgeniczne. Są to: Alma Market, Auchan, Billa, Berti, Elea, Piotr i Paweł.

Myśl!

Także o tym, co nieznanne, trudne i niepojęte.

Człowiek odżywia się nową informacją. W chwili, gdy przestaje, umiera. Trening mózgu, tak jak każdego innego organu, jest niezbędny dla utrzymania jego dobrej formy.

Nowa informacja rozbudza moje zainteresowanie. Stale poszukuję nowych informacji, bo przy ich pomocy mam szansę rozwiązania problemów i znalezienia odpowiedzi na stawiane samemu sobie pytania dotyczące ogromnej liczby dziedzin.

Żyjemy dzięki informacji. Zawiadomieni, uprzedzeni w porę o zagrożeniu, możemy się odpowiednio przygotować, uniknąć elementu zaskoczenia, lub znaleźć rozwiązanie problemu, którego do tej pory nie udało się nam rozwiązać.

Wielu ludzi tkwi w słoiku swojej świadomości i komfortu, który sobie zapewnili poprzez odpowiedni status majątkowy. To groźny moment, kiedy odpuszczamy sobie różne działania. Coraz mniej rzeczy nas inspiruje, następuje zubożenie naszego umysłu, który nie chce już przyjmować nowych informacji. Wynikiem tego jest bezmyślna wegretacja, zamiast prawdziwego życia.

Niebawem nadejdzie wiosna. Z całego serca namawiam na ożywienie nie tylko ciała, ale i mózgu. Poszerzanie wiedzy, treningi – choćby za pomocą gier logicznych i rozmaitych famigłówek, otwarcie się na dziedziny dotąd niepoznane.

Zbyszek Nowak

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

@ 1. Po ostatnim spotkaniu indywidualnym, na którym powiedział mi Pan, że kolana moje były chore, a teraz nie są, stwierdziłam, że mogę przykucnąć i podnieść się bez jakiegokolwiek podparcia, co od ponad 7 miesięcy było zupełnie niemożliwe. Wówczas nawet siadanie i podnoszenie się z krzesła sprawiało mi ogromne trudności. Dziękuję za wszystko i serdecznie Pana pozdrawiam.

@ 2. U babci wykryto na badaniach mały nowotwór jelita, było to tydzień przed operacją i tydzień przed oddaniem zdjęcia. Tylko, że podczas operacji nie było go już tam, nic tam nie było. Operowali, ale jakiś mały inny guz trochę wyżej na wysokości brzucha. Według mnie to tylko dzięki pańskiej pomocy, dzięki zdjęciu, jestem pewien, że samo to by nie znikło. Dziękuję bardzo.

@ 3. Chciałabym panu podziękować z całego serca w imieniu swoim i mojej 4 letniej córeczki. Właśnie wróciliśmy dzisiaj z kontrolnego badania USG jamy brzusznej. Pierwsze badanie Amelka miała 01.10.2009 r. wyszło ze węzły chłonne krezkowe są powiększone do 17mm, a norma jest do 10. Po tym badaniu przyjechaliśmy do pana na spotkanie indywidualne do Katowic i okładaliśmy brzusek codziennie. Dziś badanie wykazało że węzły chłonne są w normie i mają średnicę 9mm. Taka poprawa! Pani doktor pytała, czy Amelka piła jakieś leki, czy doktor coś zalecił i była bardzo zdziwiona tą poprawą po tak krótkim czasie. Ja się tylko uśmiechnęłam. Jeszcze raz dziękuję bardzo.

@ 4. Piszę do pana, bo to dodatkowo dodaje mi sił. Wysłałam zdjęcie do TIOPZ, robię kilka, a nawet kilkanaście razy dziennie seans energetyczny z płyty, piję naenergetyzowaną wodę i biorę leki uspokajające, które według lekarza powinny zacząć działać za ok. 2 tygodnie, a ja biorę je od 4 dni, a czuje się już lepiej. Wcześniej jednak korzystałam z pana opieki i widzę sama i moje otoczenie, że widać znaczną poprawę w mojej psychice. Jestem już obecna wśród otoczenia, nie płaczę co chwilę, coraz dłużej śpię w nocy, mogę już jeść, te czarne scenariusze w myślach odchodzą. Mam nadzieję, że zmobilizuję się na tyle, żeby rozwiązać nasze problemy. Proszę o dalszą opiekę i o dużo energii, bo teraz naprawdę będę jej potrzebowała bardzo dużo.

Po raz kolejny pragnę podzielić się dobrą nowiną i pragnę bardzo gorąco i serdecznie podziękować za list, w którym Pan zapewnia mnie o swojej opiece. Właśnie tak, jak Pan pisze moja depresja w znacznym stopniu znikła. Potwierdzają to moi domownicy i koleżanka, która przechodziła podobne załamanie i nie może uwierzyć w tak szybki postęp w leczeniu. Lekarz potwierdza to samo i w przeciągu 2 tygodni nie wierzył, że jestem w tak dobrej formie i zmniejszył mi dawkę leków o połowę na razie. W firmie także poczyniłam zmiany, wprawdzie pracuję jeszcze na wolniejszych obrotach, ale mam nowe pomysły i dużo więcej siły do pracy. Finanse tak jakby trochę lepsze - poczekam na dalsze efekty zmian. Dziękuję stokrotnie za wszystko i proszę o dalszą opiekę.

@ 5. W 1983 r. byłam na onkologii, miałam wycinany guz z piersi. Od 10 lat zaczęłam się borykać z tym problemem ponownie; co roku miałam robioną mammografię i USG. Guzki i torbiele z roku na rok się

powiększały. Lekarze od lat mnie kierowali na operacje i na biopsje. Nie zgadzałam się. 2 października byłam u pana na indywidualnym spotkaniu w Białymstoku. Dziś, 3 listopada, miałam robione badanie USG. Pani doktor była w szoku. Moje zmiany zmniejszyły się o połowę. Powiedziała - jak to mogło się stać? Przeglądała wszystkie moje badania sprzed lat. Bardzo panu dziękuję.

@ 6. Chciałam się podzielić z Panem informacjami na temat mojego stanu zdrowia. Otóż męczyła mnie jakiś czas temu egzema na dłoniach i zapalenie mieszków włosowych na nogach i z radością zawiadamiam, iż te dolegliwości minęły i nie ma po nich śladu. Mam też za sobą operację usunięcia 3 guzów złośliwych w lewej piersi i 1-wszą chemię. Zniosłam to wszystko dobrze. Przede mną kolejne chemie i operacje... Jestem w stałym kontakcie z Panem i nie zrezygnuję, bo widzę, że energia przynosi efekty. Pozdrawiam serdecznie!

@ 7. Na początek pragnę serdecznie podziękować za opiekę nad moim chorym synem. Zawsze w Pana głęboko wierzyłam i wierzę. Otóż syn mój, jak już poprzednio wspominałam, choruje na szpiczaka mnogiego. Leczony był sterydami, obecnie, co 4 dni ma badaną morfologię i dostaje chemię. Za każdym razem wyniki morfologii zmieniają się na lepsze. W obecnej chwili lekarze są zaskoczeni tak szybką poprawą stanu zdrowia mojego syna. Czerwone krwinki wzrosły do poziomu 5200, a płytki krwi (ich poziom jest bardzo istotny przy tym nowotworze) wzrosły z 50 tysięcy do 300 tysięcy. Co pewien czas ma pobierany szpicz do kontroli, komórki nowotworowe spadły z 45 % do 3% w ciągu miesiąca. Lekarze mówią, że nie mieli jeszcze takiego przypadku. Ale ja wiem, czyja to zasługa, co mnie bardzo cieszy i podnosi na duchu, bo byłam bardzo załamana psychicznie.

@ 8. Przekazuję kolejne radosne dla nas informacje na temat mojego syna. Jesteśmy po kolejnych badaniach w Akademii - nie stwierdzono przerzutu czerniaka. Dodatkowo ważne jest, iż po usunięciu gałki ocznej, widoczne były ślady komórek rakowych we krwi - obecnie ich nie ma. Wyniki krwi są DOBRE.

@ 9. Dziękuję Panu za tak licznie przekazywaną energię. Dzięki niej stan zdrowia taty i mój ulega poprawie. Zauważyłam, że u taty jest mniejsza częstotliwość kaszlu. Lepiej jak dotychczas chodzi, lecz jednak nadal za pomocą drugiej osoby. Jest już mniej ospały. Jeśli chodzi o mnie, to zauważyłam zagładzoną cerę, psychicznie czuję się dobrze.

@ 10. Po pana dodatkowym działaniu energetycznym czuję się świetnie. Jest naprawdę bardzo dobrze, zatem wiem, że energia, jaka od pana płynie, to coś niesamowitego. Wielkie, wielkie dzięki. Pozdrawiam.

@ 11. Bardzo dziękujemy w imieniu ojca za dotychczasową pomoc: krwawienie z odbytu ustąpiły, ból w śródstopiu znacznie się zmniejszył. Ojciec bardzo się ucieszył, bo te dolegliwości utrudniały mu życie.

Ważne dla zdrowia

IM MNIEJ PARACETAMOLU, TYM ZDROWIEJ.

Paracetamol to jeden z najpopularniejszych leków przeciwbólowych i przeciwzapalnych. W Polsce zarejestrowanych jest ponad 50 preparatów zawierających ten związek. Część z nich dostępna jest bez recepty, jak m.in. codipar, panadol, apap, gripex, coldrex.

Niestety, zdarza się, że pacjenci zażywają kilka preparatów o różnej nazwie handlowej jednocześnie, nie zwracając uwagi na to, że zawierają one tę samą substancję czynną. Takie działanie bardzo często nasila toksyczność leków - przestrzega dr Jarosław Woron z Uniwersyteckiego Ośrodka Monitorowania i Badania Niepożądanych Działań Leków w Krakowie.

Pomimo że paracetamol jest jednym z najbezpieczniejszych leków, to jego nadużywanie może skończyć się uszkodzeniami wątroby i nerek, a nawet śmiercią. Z powodu zatrucia tym związkiem w USA notuje się rocznie aż 56 tys. wizyt w szpitalach. Około 200 pacjentów umiera.

Jeden z rekordzistów zażył 18 gramów tej substancji w ciągu kilkunastu godzin, ponieważ bolał go ząb, a bał się iść do dentysty. Dawka dopuszczalna to około 4 gramy paracetamolu na dobę. Udało się go uratować dzięki szybkiej interwencji - mówi dr Piotr Burda, krajowy konsultant w dziedzinie toksykologii. Według Urzędu Rejestracji Produktów Leczniczych, **co dziesiąty przypadek zgłoszonego działania niepożądanego leku dotyczy stosowania specyfików przeciwbólowych.**

Uważam, że koniecznie należy zmniejszyć wielkość dostępnych opakowań leków bez recepty. Liczba tabletek powinna wystarczyć na dwa, trzy dni samoleczenia. Gdy w tym okresie ból nie ustąpi, powinien to być wystarczający argument do szukania pomocy u lekarza - mówi dr Jarosław Woron. - Jestem jednak przeciwny obniżaniu dawki leku w tablecie, ponieważ takie działanie zmniejszy skuteczność preparatu.

Dzień z życia taksówkarza. Opowiadanie czterolatka.

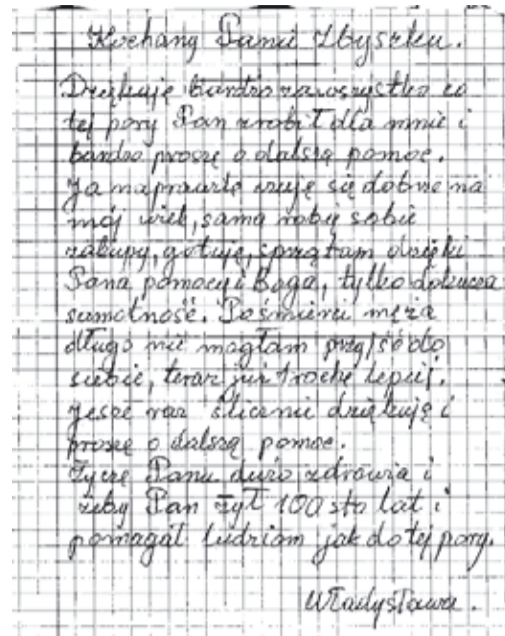


Zdolne i mądre dzieci są moją ogromną radością. Pomaganie im jest od wielu lat moją pasją. Niekiedy zadziwiają świat już w bardzo młodym wieku. Tak jak Dawid, który swoje pierwsze opowiadanie - Dzień z życia taksówkarza (tytuł pochodzi ode mnie) napisał w wieku niespełna czterech lat. Energia rozwija każdy umysł, nie tylko ten ponad przeciętny. Jestem w stanie pomóc każdemu dziecku w nauce i spowodować, że nawet mało zdolne znacznie rozwinię swoje możliwości. Z.N.

RANO ZAJECHAĆ DO SRONOMORU , DO SZKLARZA I NA STACJĘ DIAGNOSTYCZNĄ . SPRAWDZĘ CZY AUTO NIE ZACHOROWAŁO I WRACAM DO DOMU W DRONOMORZE . ZJEM ŚNIADANIE I POJADĘ DO PRACY . O 11:10 ŚNIADANIE 2 I DO PRACY . DZWONI KTOŚ DO MNIE TELEFON :DRYŃ... DRYŃ..." JADĘ PO TĄ OSOBĘ NA UL. SAMOCHODOWĄ . ZABIERAM TEGO PANA I JAZDA DO LAWONU , NA ULICĘ LATO . WRACAM NA POSTÓJ W DRONOMORZE . ZNOWU TELEFON DZWONI I PISZE : ANNA LANOWSKA , WIĘC JA JADĘ PO TĄ PANIĄ, MÓWIĘ : DZIEŃ DOBRY, A PANI ANNA MÓWI "DZIEŃ DOBRY" DO MNIE. JA SIĘ SPYTAŁEM GDZIE POJEDZIEMY? A ONA MÓWI ŻE DO SRONOMORU. JA MÓWIĘ JAZDA, JADĘ TAM. ZAWIOZŁEM TĄ PANIĄ I WRACAM NA POSTÓJ TAKSÓWEK. GADAM SOBIE Z CHŁOPAKAMI, A TELEFON "DRYŃ... DRYŃ...DRYŃ..." JADĘ ZAMIAST W LEWO SKRĘCIĆ TO WŁĄCZYŁEM KIERUNKOWSKAZ W PRAWO. JADĘ I WRZĘCIE ZAWRACAM. POJECHAŁEM NA KIERUNEK LAWON I ZABRAŁEM TEGO PANA. POJECHAŁEM DO MIASTA NA UL. JESIENNĄ PO MARKA I DO MIASTA. ROZMAWIAM I ROZMAWIAM Z MARKIEM, A TY SŁYCHAŁEŚ ŻE WE LWOWIE WYKOLEIŁSIĘ POCIĄG? LWÓW JEST NA UKRAINIE.....

Powstaje Klub Samotnych Przyjaciół

List Pani Władysławy ze Słupska:



Kochany Panie Zbyszku. Dziękuję bardzo za wszystko, co do tej pory Pan zrobił dla mnie i bardzo proszę o dalszą pomoc. Ja naprawdę czuję się dobrze na mój wiek, sama robię sobie zakupy, gotuję, sprzątam, tylko dokuca mi samotność. Po śmierci męża długo nie mogłam przyjść do siebie, teraz już trochę lepiej...

Czy pamiętacie Państwo z naszego programu w TV4 Panią Zosię z Krakowa? Jest osobą samotną, przeżyła wiele tragedii, ale nie poddaje się. I nie dokuca jej samotność, ponieważ Ona pomaga innym. Cały czas jest zaangażowana w pomoc osobom potrzebującym. Dobrym słowem, opowieścią o swoich doświadczeniach z energią, niejednemu już wsparła. To daje satysfakcję i chęć do życia.

Pani Władysławo, załóżmy klub!

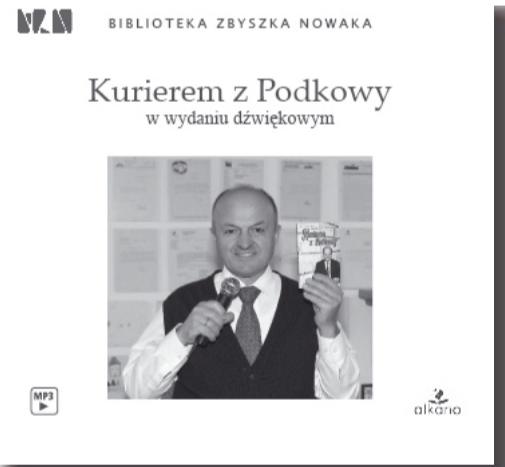
Może i w Pani miejscowości są ludzie samotni, którzy chcieliby POZNAĆ NOWE OSOBY i poświęcić trochę swojego czasu, żeby pomóc innym. Razem będzie Wam łatwiej. Od dziś zaczynamy zbierać adresy osób, które chcą się poznać, żeby wspólnie pomagać innym. Bardzo prosimy nadsyłać je do wydawnictwa z dopiskiem: Klub Samotnych Przyjaciół.

„Kurierem z Podkowy” po trzynastu latach w wersji dźwiękowej

Na przełomie lat 1996 i 1997, dwa razy w tygodniu ukazywał się w popularnym podówczas dzienniku Kurier Polski obszerny materiał o Zbyszku Nowaku. Zajmował całą kolumnę. Zawsze drukowane było duże zdjęcie energetycznie czynne, informacje jak korzystać z przekazu energii o 20 lub o 22, specjalne zgłoszenie dolegliwości, które można było wyciąć, wypełnić i przesłać do Podkowy Leśnej oraz artykuł. Przeważnie pisała go Marzena, przyszła teściowa Zbyszka. Część z nich napisał on sam.

Marzena spotykała się z ludźmi w Podkowie, odwiedzała ich w domach, czytała listy, które przysyłali i zapiski na odwrotnej stronie biletów, które pozostawiali po każdym ogólnym spotkaniu. Z tych materiałów powstało kilkadziesiąt emocjonujących i wzruszających historii. Po zakończeniu współpracy z Kurierem postanowiliśmy zebrać je wszystkie i wydać w formie książki. „Lektura tej książki, to nieprzerwany seans” napisał Zbyszek na okładce. Tak było i tak jest do dziś. Zarówno forma (na każdej stronie ukryte jest działające zdjęcie Zbyszka Nowaka), jak i treść (same pozytywne i radosne wiadomości), powodują, że czytając, a nawet przeglądając jedynie tę książkę, można poczuć się lepiej.

Od czasu, kiedy powstawał materiał do Kuriera minęło trzynaście lat. Dużo zmieniło się w Podkowie Leśnej. Nie ma już spotkań w niebieskim namiocie, Zbyszek podróżuje po całej Polsce i tam spotyka się ze swoimi podopiecznymi, a na spotkanie w Podkowie nie trzeba zapisywać się z wielomiesięcznym wyprzedzeniem. Jednak ta książka nadal niesie ze sobą aktualne treści. Historie takie jak te, nadal się wydarzają, ludzie mówią i piszą o poprawach, sukcesach w walce z chorobą, powrocie do zdrowia i pełni sił. Nowa książka - „Nowak, takie są fakty” zbiera 180 takich opowieści. Można je nie tylko przeczytać, ale też wysłuchać oryginalnych relacji zebranych i zapisanych na płycie CD.



Audiobook, książka czytana, jest coraz popularniejsza. Zwłaszcza starsi ludzie doceniają tę formę, dzięki której mogą oszczędzać wzrok. Stąd pomysł, by „Kurierem z Podkowy” przeczytać dla Państwa i wydać w formie płyty CD w formacie MP3.

Artykuły napisane przez Zbyszka Nowaka przeczytał on sam, zaś materiały, których autorką była Marzena oraz wszelkie cytowane w książce listy i karteczki przeczytała Aleksandra, żona Zbyszka i córka Marzeny.

Ponadto w wydaniu dźwiękowym ukazały się:



Nowak - takie są fakty.



Jesteśmy energia.

TERMINARZ SPOTKAŃ W PODKOWIE LEŚNEJ

Luty '10

Marzec '10

poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa
1	2	3	1	2	3
15	16	17	22	23	24
22	23	24	29	30	31

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

