



ŚWIAT TO APTEKA



ZBYSZEK NOWAK

RĘCE

KTÓRE LECZĄ

Nr 55/56 (96/97)

MEDYCYNA • ZDROWIE • URODA

Wrzesień - Październik 2013

NAJWAŻNIEJSZY JEST KONTAKT

TERMINY SPOTKAŃ W POLSCE

WRZESIEŃ 2013

GDYNIA
19.09.2013
godz. 13.00
Hotel Hotton
ul. Św. Piotra 8

BYDGOSZCZ
20.09.2013
godz. 10:00
Hotel Zawisza
ul. Gdańska 163

KATOWICE
26.09.2013
godz. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
ul. Hallera 28

WROCLAW
27.09.2013
godz. 10:00
Hotel „Wrocław”
ul. Powstańców Śl. 5/7

PAŹDZIERNIK 2013

SZCZECIN
04.10.2013
godz. 10:00
Wyższa Szkoła Bankowa
ul. Wojska Polskiego 128

POZNAŃ
05.10.2013
godz. 11:00
Hotel Ikar
ul. Kościuszki 118

KRAKÓW
11.10.2013
godz. 10:30
Klub Garnizonowy
ul. Zyblikiewicza 1

ŁÓDŹ
12.10.2013
godz. 10:00
Sala NOT
Pl. Komuny Paryskiej 5a



Uwaga!

Wszystkie terminy spotkań są w chwili wydania gazety ustalone i potwierdzone. Bardzo bardzo rzadko, ale czasem jednak zdarzają się wypadki losowe i bywa, że spotkanie jest odwołane.

Na stronie www.nowak.pl zawsze znajdziecie Państwo najbardziej aktualne informacje o najbliższych spotkaniach i ewentualnych zmianach.

OD WYDAWCY

Kochani, na początek tekst, który podkradłam z Facebook'a Krystyny Jandy. Po prostu nie mogłam się oprzeć.

„Jedna pani w Świnoujściu, przy stoliku śniadaniowym obok mojego, do koleżanki: - Wie pani, zadzwoniłam do lekarza, że się źle czuję, a on na to, żeby schudła. Że to zastępuje przynajmniej w 50 procentach lekarstwa. Wyobraża sobie pani! Zmienił chyba tego lekarza. Ja tu cukrzyca i kręgosłup, ciśnienie, cholesterol, potrzebuję pomocy, dobrych leków ...a on... żeby schudła! Niestychane!”

No właśnie. Jak miło pomyśleć, że nas ten (jakże jeszcze popularny w naszym społeczeństwie) sposób podejścia do problemu nie dotyczy.

W tym numerze ŚtA, jak zawsze, znów sporo o zdrowym trybie życia. Polecam zwłaszcza oba teksty od świadomej pracy nad niszczącymi nas emocjami.

Co poza tym?

Dużo się dzieje. I to dużo dobrego. Listy i e-maile od podopiecznych, nie tylko Zbyszkowi sprawiają wiele radości. Lubię zbierać materiały do nowej gazety, trafiam wtedy na takie na przykład zapiski:

Wczoraj byłam u lekarza rodzinnego z wynikami mamy, lekarka 3 razy pontoryła to chyba jakiś cud Bóży!

Aleksandra Krajewska-Nowak

UZBROJENIE ŚWIADOMOŚCI

Przyczyny dolegliwości to temat rzeka. Choroba powstaje na skutek fizycznego lub psychicznego zakłócenia prawidłowej pracy organizmu. Ważną rolę odgrywają też czynniki zewnętrzne, jak ubranie, mieszkanie, rodzaj wykonywanej pracy, źródła promieniowania elektromagnetycznego i geopatycznego. Stres, nikotyna, niewłaściwe odżywianie. Ale nie mówmy o oczywistościach, spróbujmy poszerzyć naszą wiedzę.

Główną przyczyną wszelkich dolegliwości jest utrata zdolności oceny. Nasza świadomość zaczyna wówczas kreować negatywną rzeczywistość, potem to tylko negatywne niuansy wynikające z okaleczonej świadomości. Nie sposób wymienić ich wszystkich, ale oto niektóre z nich:

Brak akceptacji swojego ciała.

Niedobrze, kiedy nie lubimy naszego ciała, a jeszcze gorzej, kiedy się ciała wstydzimy. Najgorzej, jeśli próbowaliśmy coś zamienić, jednak jakiegokolwiek próby zmiany tego stanu okazały się nieskuteczne. To katastrofa dla psychiki. Nie zdajemy sobie sprawy, że brakło nam konsekwencji i odpowiedniej, skutecznie działającej metody pozwalającej osiągnąć cel. Rada. Budzisz się rano, dotykasz jedną nogą do drugiej, mówisz do siebie, jakie to przyjemne uczucie dotykać swojej nogi, która jest taka miła.

Brak dbałości o ciało, a w następstwie brak akceptacji ciała.

Długość wszystkich naczyń krwionośnych to około 100 000 km. To głównie cieniutkie naczynia włosowate. Wystarczy np. aby mężczyzna nie dbał dostatecznie o stopy, a kapilary pociągną bakterie i toksyny i osadzą je w prostaty. Zaniedbane zęby to udary, zawały, wylewy. Rada. Boisz się dentysty, odczuwasz lęk przed bólem, weź ze sobą moje zdjęcie, nie tylko do dentysty, ale wszędzie tam, gdzie Twoja obecność wymaga dodatkowej

mobilizacji. Jak to zrobisz i zobaczysz, jak to działa, zawsze będziesz mieć ze sobą moje zdjęcie i kontaktować się mną mentalnie, jeszcze lepiej korzystając z mojej energii.

Nie słuchanie mowy ciała.

Najczęściej nie dostrzegamy reakcji naszego ciała, bo nie zwracamy na to dostatecznej uwagi. Jeden z klasycznych przykładów, to zdarzenie z papierosami. Często na spotkaniach ludzie oddają papierosy i wielu z nich udaje się odrzucić palenie. Wiele lat temu kobieta oddała papierosy męża, nie wiedząc o tym, że przed chwilą mężowi skończyły się papierosy i wziął je od matki. Matka dopiero po miesiącu zorientowała się, że wymioty i biegunka występują u niej tylko wówczas, kiedy zapali sobie papierosa. Rada. Nie krępuj się odmawiać, nie ulegaj namowom, to nie jest trudne, nie jedz tego, po czym się czujesz źle, nie krępuj swojego ciała, obserwuj je i pielęgnuj.

Psychiczna chwiejność, czyli brak pewności siebie.

Presja psychiczna i fizyczna tworzy niedowartościowanie. Może to być presja osoby lub zdarzeń, przestajemy wówczas kierować swoim życiem. Często komuś bliskiemu wcale tak bardzo na nas nie zależy. Jest miły, pomocny, obdarzamy go zaufaniem, a on wykorzystuje to do swoich celów czerpiąc z naszej naiwności. Rada. Każdy kontakt ze mną powoduje włączenie funkcji przekazu energii. Naczynia krwionośne ulegają rozkurczeniu, uruchamia się wchłanianie, serce zaczyna pracować wydajniej, poprzez mocny skurcz i rozkurcz, podnosi się sprawność całego organizmu, mózg otrzymuje znacznie więcej tlenu, a my dzięki temu dostrzegamy to, co powinniśmy coraz mniej ulegając ludziom i zdarzeniom, które do tej pory nami kierowały. Wyciągnij ręce, wykonaj trzy proste gesty myśląc o kontakcie ze mną lub przyjdź na spotkanie i twoje problemy ustąpią. Ta chwiejność i brak zdecydowania, to brak energii. Po każdym kontakcie będziesz jej mieć coraz więcej, aż przyjdzie ta chwila i z rządzonego staniesz się rządzącym.

Niedobór emocjonalny i intelektualny w partnerstwie też może być przyczyną frustracji.

Jeśli czegoś nie akceptujemy, to tak jak z gwoździem w bucie, najpierw kłuje, potem robi się rana, następnie przestajemy chodzić, a wystarczyło tylko wyjąć gwoździec, albo zmienić buty. Ale z drugiej strony...Masz wielkie możliwości i możesz wszystko zmienić w swoim życiu, ale pamiętaj, że na bezrybiu i rak ryba, jak mówi przysłowie i raka nie zmienisz w rybę. Rada. Zawsze można dojść do porozumienia, ale trzeba powiedzieć, o co chodzi. Życie jest sztuką kompromisu. Ja się trochę posunę, ty się trochę posuniesz i zmieścimy się na jednym krześle.

Brak czułości i tkliwości ze strony bliskich osób, czy niespełnione oczekiwania.

Trudno rozmawiać o sprawach wywołujących emocje po obu stronach, może warto się naprzeciw siebie i pisać na kartkach wymieniając się nimi w celu poznania się bliżej. Rada. Przytul się, co ci szkodzi, zobacz, jak to miło. Krępujesz się czegoś? Każdy zbudowany jest z miłości, inaczej by go nie było. Okazując uczucia, sympatię, przywiązanie, przedłużasz życie, giną troski, same rozwiązują się problemy, to nie czary, to miłość.

Niedobór seksualny.

Zawsze można coś zmienić, może warto się nad tym zastanowić i pogadać nie oczekując, że partner zacznie rozmowę, ktoś musi zacząć. Można zmienić wszystko, trzeba tylko dowiedzieć się, co.

Zazdrość.

Zazdrość jest oznaką lenistwa. Możesz „to” mieć, ale nie możesz pokonać swojej niechęci do wykonania jakiegokolwiek ruchu, który pozwoli Ci „to” zdobyć. (c.d. na str.4)

SAME DOBRE WIADOMOŚCI !!!

TOLERANCJA - WYROZUMIAŁOŚĆ - AKCEPTACJA

Kiedy przestajemy być tolerancyjni – jesteśmy sfrustrowani i tracimy spokój ducha.

Przykład: ktoś przed nami jedzie zbyt wolno, nie radzi sobie na drodze – my zamiast spokojnie poczekać, zaczynamy się denerwować. Albo dzieci w restauracji dokazują, rodzice nie reagują... My... no właśnie, mamy wybór – zignorować, czy się wkurzyć i zmarnować sobie czas i nastrój. Pomyślmy, jak często zapominamy o tolerancji skazując się na nerwy:

kasjerka jest zbyt powolna, biuro obsługi klienta niekompetentne, prognoza pogody się nie sprawdziła. Jestem pewien, że każdy może codziennie ułożyć długą listę rzeczy i spraw, które doprowadzają do szału.

A tymczasem – jedno słowo – tolerancja - powtórzone sobie samemu w odpowiedniej chwili może zdziałać cuda. Uspokajamy się, dostrzegamy bezcelowość i bezsens takiego zachowania, sami zaczynamy się z siebie śmiać. Przystajemy zlorzeczyć, bo przecież: ten kierowca może właśnie ma jakieś zmartwienie, ta rodzina z dziećmi ma ten hałas na co dzień i przez chwilę też chce mieć spokój od bezustannego strofowania pociech, ta kasjerka pracuje ponad siły, urzędnik takiego, czy innego biura nie jest już pewnie w stanie dać z siebie więcej. A pogoda? No wiadomo... jest zmienna i zależy od tylu czynników, że wszelkie jednoznaczne przepowiednie raczej są niemożliwe.

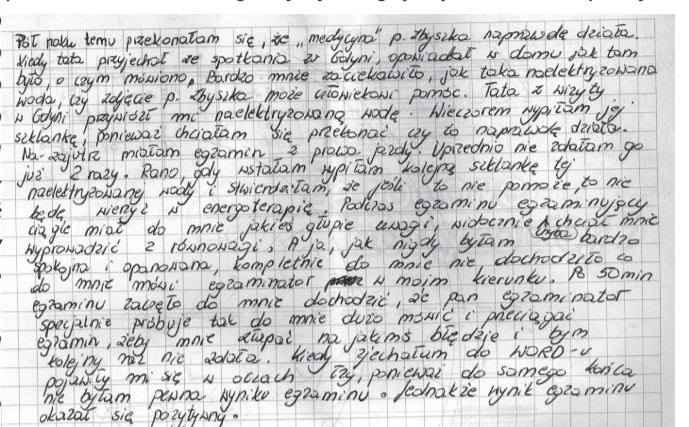
Zanim znajdziemy powód do kłótni, zastanówmy się, czy to naprawdę jest problem.

Bo może wcale go nie ma, tylko jest po prostu inaczej niż byśmy chcieli, a my nie umiemy i nie chcemy się z tym pogodzić i wykazać choćby odrobinę tolerancji.

List, który widzicie obok, drukuję w tym miejscu, bo on właśnie jest na ten temat. Ta młoda dziewczyna wzniosła się ponad prymitywne gierki egzaminatora, znalazła w sobie spokój i siłę, żeby je zignorować. I wygrała!

"Pół roku temu przekonałam się, że „medycyna” pana Zbyszka naprawdę działa. Kiedy tata przyjechał ze spotkania w Gdyni, opowiadał w domu jak tam było, o czym mówiono. Bardzo mnie zaintrygowało, jak taka naelektryzowana woda, czy zdjęcie p. Zbyszka może człowiekowi pomóc. Tata z wizyty w Gdyni przywiózł mi naelektryzowaną wodę. Wieczorem wypilałam jej szklankę, ponieważ chciałam się przekonać, czy to naprawdę działa. Nazajutrz miałam egzamin z prawa jazdy. Uprzednio nie zdałam go już 2 razy. Rano, gdy wstałam wypilałam kolejną szklankę tej naelektryzowanej wody i stwierdziłam, że jeśli to nie pomoże, to nie będę wierzyć w energoterapię. Podczas egzaminu egzaminujący ciągle miał do mnie jakieś głupie uwagi, widocznie chyba chciał mnie wyprowadzić z równowagi. A ja, jak nigdy, byłam bardzo spokojna i opanowana, kompletnie do

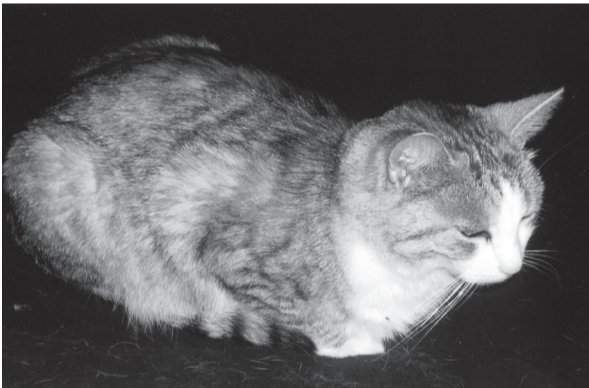
mnie nie dochodziło co do mnie mówi egzaminator. Po 50 minutach egzaminu zaczęło do mnie dochodzić, że pan egzaminator specjalnie próbuje tak do mnie dużo mówić i przeciągać egzamin, żeby mnie złapać na jakimś błędzie i bym kolejny raz nie zdała. Do samego końca nie byłam pewna wyniku egzaminu. Jednakże wynik okazał się pozytywny."



ENERGIA DLA KOTA

Czasem ze strony sceptyków spotykam się z twierdzeniem, że moje działanie może przynieść skutek, jeśli ktoś mocno wierzy, albo po prostu podda się sugestii. Odpowiadam wtedy, że w tej teorii jest pewien problem. Czy pies może uwierzyć, że dzięki kontaktom ze mną minie mu padaczka? Jak można zasugerować kotu w stanie krytycznym, od kilku miesięcy chorującemu na białaczkę, żeby wyzdrowiał?

Oto historia kota Króla, zdokumentowana nadwzajem dokładnie dzięki sumienności i docieklowości Właścicielki, której dziękuję za udostępnienie zdjęć i dokumentacji oraz pozwolenie opublikowania na łamach naszej gazety.



Marzec 2013 - badania potwierdziły straszną diagnozę. Białaczka! Podstawowe parametry poniżej lub powyżej normy. Jest źle. Kot jest błydy, apatyczny i bez sił, nos ma niemal biały.

Nr mat. 102
Nr kontr. 64
Data: 2013-03-27

Jedn.kier:

Rasa zw.
Gatunek: KOT
Wiek zw.
Imię zw. KRÓL

Badanie	Wynik	Jedn.	min	max	norm
Morfologia					
Leukocyty	25,80	G/l	6,0	20,0	H
Erytrocyty	5,08	T/l	6,5	10,0	L
Hemoglobina	5,03	mmol/l	6,21	9,31	L
Kreatynina	3,3	mg/dl	1,0	1,8	H
Mocznik	144,0	mg/dl	25	70	H
Białko całkowite	81,0	g/l	60	80	H
Płytki krwi	279	G/l	300	800	L
Test białaczkowy FeLV	Dodatni (+)				



Czerwiec 2013 - kilka wizyt i dwa miesiące w TIOPZ. O białaczkę nie ma już mowy, wyniki w normie. W lipcowy pogodny dzień Król demonstruje dobry humor i formę. Wdzięczy się do aparatu, jakby wiedział, że teraz jest gwiazdą. Prowokuje do zabawy. Okazuje się, że szczegółowe badania wykazały, że wirus wycofał się całkowicie, Nie skopiował się też do DNA. Lekarz poproszony o komentarz powiedział: nie ma białaczki i tyle - irzucił słuchawkę.

Nr mat. 9
Nr kontr. 64
Data: 2013-06-23

Jedn.kier:

Rasa zw.
Gatunek: KOT
Wiek zw.
Imię zw. KRÓL

Badanie	Wynik	Jedn.	min	max	norma
Morfologia					
Leukocyty	9,20	G/l	6,0	20,0	~
Erytrocyty	6,66	T/l	6,5	10,0	~
Hemoglobina	6,40	mmol/l	6,21	9,31	~
Kreatynina	1,7	mg/dl	1,0	1,8	~
Mocznik	103,1	mg/dl	25	70	H
Białko całkowite	76,0	g/l	60	80	~
Płytki krwi	657	G/l	300	800	~
Test białaczkowy FeLV	Ujemny (-)				

WNUK RATUJE DZIADKA

pomoc@nowak.pl

30 maja.

Mam problem z dziadkiem. Wykryto guza w jelicie. Lekarze bali się operować, ponieważ dziadek ma rozrusznik serca...i 92 lata. Jednak zoperowano, ponieważ guz był złośliwy. Wycięto nie jeden lecz dwa guzy. Po operacji wysiadły nerki i jeszcze wykryto cukrzycę. Dziadek prawdopodobnie nie można dializować.

1 czerwca – rano.

Dziękuję za szybką reakcję. Dziadek czuł się dzisiaj rano dobrze, o wiele lepiej niż poprzedniej nocy. Po Twoim mailu przyszła nagle znaczna poprawa-dziadek był silniejszy, zmniejszyła się opuchlizna na lewej ręce.

1 czerwca – wieczorem

Dziadek leży na OIOM-ie po operacji. Lekarze twierdzą, że raczej nie się obudzi.

3 czerwca

Dziadek leży w śpiączce pooperacyjnej. Stan jest krytyczny. Organizm nie przyjmuje leków, nie ma w nim woli życia. Tak mówią lekarze. W kończynach nie ma krążenia, sinieją nogi i ręce. Serce bije, bo jest rozrusznik. W środku nic nie chce się goić.

4 czerwca

Miałeś rację - poprzednia noc była przełomowa. Zaczęły pracować nerki, zaczął też reagować na leki anestetyczne. Zeszła nieco opuchlizna z rąk.

7 czerwca

Lekarze twierdzą, że zapas sił które dziadek posiadał, już się wyczerpał. Dziadkowi zeszła opuchlizna z twarzy, wrócił jakby do swojego normalnego wyglądu.

8 czerwca

U dziadka dzieje się coś podejrzanego z raną pooperacyjną wewnątrz

9 czerwca

Dziadek wygląda dzisiaj lepiej, mniej opuchnięty, stopy i nogi nie są fioletowe - jakby lepsze było krążenie.

12 czerwca

Jest również zakażenie. Dziadek nie będzie już operowany, ponieważ lekarze złożyli broń. Ciśnienie jest niestabilne, krążenie złe.

14 czerwca

Lekarze jakby zmienili front ,myślałem, że spisali dziadka na straty, ale dzisiaj niespodziewanie wyczyścili z ropy wnętrza dziadka i orzekli, że jest szansa na zagojenie.

17 czerwca

Lekarze twierdzą, że rana jest w fazie gojenia i może niedługo usuną z rany sączki.

18 czerwca

Rana pooperacyjna goi się. Lekarze chcą zredukować leki stymulujące krążenie krwi, Dziękuję za te energetyczne cuda.

żeby pobudzić organizm do samodzielnej pracy.

19 czerwca

Dziadkowi usunęli drenaż z rany...czyli goi się!

23 czerwca

Dziadka wybudzają powoli ze śpiączki farmakologicznej ,jest z nim już pewna komunikacja.

25 czerwca

U dziadka tak samo: w miarę stabilnie i coraz lepiej z samopoczuciem (choć w rodzinie nikt w to nie wierzył).

28 czerwca

Dziadka odłączono od respiratora, był posadzony dzisiaj na łóżku.

29 czerwca

Ręce i nogi nie są opuchnięte, odłączono część aparatury, odstawiono część leków.

Rany pooperacyjne goją się.

1 lipca

Niech mi będzie wolno zacytować lekarzy: "jesteśmy zaskoczeni, dziadek zrobił nam wielką niespodziankę".

2 lipca

Dziadkowi usunęli rurkę z tracheotomii. Oddycha teraz bez wspomagania.

3 lipca

Dziadek został przeniesiony z Intensywnej Terapii na chirurgię. Ma tylko sondę w nosie, przez którą podają mu płynne odżywki.

5 lipca

Dziadek jest w niezłej formie fizycznej. Wyjęli mu sondę z nosa i nie jest już karmiony pozaustrojowo. Współpracuje z fizjoterapeutą.

7 lipca

Z dziadkiem dzieje się tak jak mówiłeś, fizycznie rośnie w siłę. Natomiast zagrożeniem może być ewentualna szpitalna infekcja...albo personel. I tak właśnie jest!

9 lipca

Dziadek był dzisiaj na wózku na dworze. Fizycznie jest coraz lepiej. Jest z nim również kontakt, można logicznie porozmawiać. Przypuszczam, że w przyszłym tygodniu dziadek zostanie wypisany ze szpitala. Chirurgicznie jest wszystko w porządku.

13 lipca

Dziadek już nie nosi opatrunku po tracheotomii. wszystko ładnie się zagoiło.

25 lipca

Dziadek spał do 13.00. Przebudził się, usiadł na łóżku o własnych siłach i obwieścił wszystkim, że "wszystko mu się popierniczyło w głowie i nic nie pamięta". Potem dużo zjadł i wypił, żartował i śmiał się serdecznie. Konstruował logiczne zdania, pytał, odpowiadał, dowcipkował, oglądał, telewizję. Dziękuję za te energetyczne cuda.

ZE ŚWIATA NAUKI

Wypiłeś puszkę coli.

Właśnie dostarczyłeś do organizmu równowartość 7 dużych (5g) kostek cukru! W normalnych warunkach powinno to wywołać u Ciebie odruch wymiotny, ale zawarty w coli kwas fosforowy zakwasza ją i stąd wrażenie orzeźwienia.

Po 20 minutach stężenie cukru we krwi gwałtownie wzrasta, wystawiając organizm na pierwszą próbę. Trzustka zaczyna produkować ogromne ilości insuliny. Tylko w ten sposób Twoje ciało będzie mogło przetworzyć nadwyżkę cukru w tłuszcz, który jest łatwiej przyswajany przez organizm. Nadmiar glukozy we krwi jest jak śmiertelna trucizna. Jedynie wątroba jest w stanie magazynować glukozę, ale tylko w ograniczonym stopniu.

Po 40 minutach większość kofeiny zawartej w coli zostaje wchłonięta przez organizm. Kofeina powoduje rozszerzenie źrenic oraz podnosi ciśnienie krwi. W tym samym momencie podnosi się stężenie cukru w wątrobie, co powoduje uwolnienie cukru do krwi.

Po trzech kwadransach organizm zaczyna produkować zwiększoną ilość dopaminy. Dopamina to hormon stymulujący „ośrodek przyjemności” w mózgu. Taka sama reakcja występuje po zażyciu heroiny.

Po 60 minutach stężenie cukru we krwi znacznie się obniża (stan ten nazywamy hipoglikemią), a wraz z nim obniża się również poziom energii oraz koncentracji.

Aby tego wszystkiego uniknąć, najlepiej pić wodę. Kto nie ma ochoty na wodę, pewnie wcale nie jest spragniony.

Ponadto kwaśny odczyn coli jest zabójczy dla zębów. Czy zauważyłeś, jak po wypiciu coli zgrzytają Ci zęby? Cola ma więcej kwasu niż sok z cytryny, można jej więc używać do odrdzewiania metalu (spróbuj zostawić zardzewiałą monetę w coli na pół godziny i zobacz, co się stanie). Jeżeli często pijesz colę, szkliwo Twoich zębów może stać się porowate, może też żółknąć lub zszarzeć.

O wpływie coli na otyłość można mówić bez końca: u dzieci pijących colę ryzyko otyłości wzrasta o 60%. Oczywiście możesz dawać dzieciom słodkie napoje gazowane, jeśli tylko chcesz: zwiększyć ryzyko ich zachorowania na cukrzycę, zwiększyć ryzyko ich zachorowania na nowotwory oraz uzależnić je od cukru.

(wg www.pocztazdrowia.pl)

Pasożyty – przyczyną większości chorób

Może to wydać się dziwne, że tak często powracam do tego tematu, ale zajmuję się tym problemem już kilka lat i z dnia na dzień jestem coraz bardziej pewien, że to właśnie pasożyty są przyczyną większości problemów zdrowotnych.

Zawsze zadawałem sobie pytanie jak to się dzieje, że jestem w stanie ewidentnie pomóc w tak wielu przypadkach nawet nieuleczalnych chorób. Powoli, krok po kroku, odkrywałem coraz to nowe horyzonty. Poprzez rozpoznawalne przypadki te nierozpoznawalne udawało się eliminować. Rozpoznanie (w języku medycznym nazywane diagnostyką), jest niezbędnym elementem skutecznego działania. Przypadki rozpoznawalne to te, które są zdiagnozowane. Natomiast to, co nazywam moim abecadłem, jest wiedzą zgromadzoną w oparciu o przypadki zdiagnozowane i próbą porównywania ich do przypadków chorób niezdiagnozowanych u pacjenta. Wówczas, aby moje działanie było skoncentrowane na istotnych punktach, wyszukuję je w organizmie podopiecznego, nie sugerując się innym rozpoznaniem. Kiedy to uczynię, podejmuję działanie energetyczne, a następnie sprawdzam, czy osiągnąłem już oczekiwany rezultat. Odczuwalnym natychmiast efektem mojego działania może być odczucie temperaturowe: ciepła, gorąca lub chłodu, czasami wręcz mrozu.

Na przestrzeni dziesiątków lat obserwuję reakcje ludzi i zwierząt na moje działanie energetyczne i stale się uczę. Zadaję sobie pytania i szukam odpowiedzi, które znajdują w relacjach z licznymi pacjentami rozsiętymi po całej kuli ziemskiej.

W wyemitowanym przez Polsat w 1994 roku programie przedstawiłem 10 podopiecznych, u których całkowicie ustąpiły bardzo poważne problemy zdrowotne, m.in. pokonałem wirusowe zapalenia rogówki i siatkówki, czy wirusa cytomegalii. Uczestnicy tych działań żyją do dziś i cieszą się dobrym zdrowiem.

W wydanej w 2010 roku książce „Nowak - takie są fakty”, w alfabetycznym indeksie chorób, dolegliwości i problemów znajduje się ponad dwieście różnorodnych problemów zdrowotnych, które zostały przeze mnie całkowicie pokonane.

Początkowo, nie rozmyślałem o związkach tych przypadków z pasożytami, myślałem i odczuwałem tylko w kategoriach energetycznych, odbierałem podczas rozpoznania tzw. punkt biologicznie czynny, eliminowałem ten punkt całkowicie moim działaniem, uzyskując efekt poprawy zdrowia nawet w przypadku, kiedy dysponowałem tylko zdjęciem chorego.

Od wielu lat nazywam miejsca chore punktami biologicznie czynnymi. Taki punkt nie jest niczym innym, jak tylko sygnałem odbieranym przeze mnie jako zakłócenie energetyczne. W pewnym momencie zgromadzona wiedza i doświadczenie pozwoliły mi na wniosek, że te punkty to miejsca nagromadzenia dużej liczby pasożytów i reakcji obronnej organizmu, którą to reakcję ja odczytuję jako zakłócenie energetyczne.

Światowa Organizacja do spraw ochrony zdrowia ocenia, że ok. 80% wszystkich chorób ludzkości jest spowodowane pasożytami. Tymczasem diagnostyka pasożytów za pomocą metod medycyny konwencjonalnej przedstawia się żenująco nisko. Wykrywalność pasożytów za pomocą badania kału to tylko 12-20%; metoda serologiczna - skuteczna jedynie w późnym stadium zarażenia - 55-60%

Problemem tym zajęto się w Stanach Zjednoczonych, w stanie Virginia, gdzie od stycznia tego roku obowiązuje przepis nakazujący lekarzom informowanie pacjenta o niskiej wiarygodności badań serologicznych, czyli testów wykonywanych w ramach systemu opieki zdrowotnej.

Pozostaje zatem diagnostyka za pomocą VEGATESTU skuteczna w 95%. Jednakże ta metoda jest nadal słabo rozpowszechniona, mimo że na świecie wykorzystuje ją już ok. 30 000 lekarzy.

W Podkowie Leśnej jest pracownia VEGATESTU i każdy może poddać się badaniu. Co więcej, może porównać wynik badania przed kontaktem ze mną i po i zobaczyć, co jestem w stanie zrobić, nawet po jednym spotkaniu!

Osiągnięcie takich wydawałoby się niezwykłych rezultatów jest możliwe poprzez likwidację pasożytów moim działaniem, co uwalnia organizm od choroby.

Pragnę przy okazji zwrócić Państwu szczególną uwagę na fakt ogromnego zagrożenia boreliozą, czyli chorobą będącą następstwem ukąszenia kleszcza. Przy czym szczególnie

groźna jest chroniczna forma boreliozy. Stan, w którym znaleźliśmy się w tej chwili zaczyna przybierać obecnie rozmiary epidemii w całej Europie Środkowej, w tym w Polsce. W Niemczech w samym tylko 2010 roku chroniczną boreliozę rozpoznano u 900 000 osób. W tym samym roku w Polsce rozpoznano zaledwie 9003 przypadki, (w latach następnych podobnie), mimo że objawy chronicznej postaci boreliozy występują u setek tysięcy osób. W marcu 2012 roku, profesor Luc Montager, który za odkrycie wirusa HIV otrzymał Nagrodę Nobla, nazwał sytuację z boreliozą mianem pandemii. Setki tysięcy osób są odsyłane od lekarza do lekarza, z jednego szpitala do kolejnego, nigdy nie otrzymując właściwej kuracji tylko dlatego, że lekarze nie potrafią stwierdzić tej choroby (gdyż albo o niej niewystarczająco dużo wiedzą, albo nie mają możliwości potwierdzenia jej wiarygodnymi badaniami, które nie są finansowane przez NFZ).

Pacjenci, poddawani są wielu nieskutecznym, ale kosztownym i często również szkodliwym kuracjom, aby w końcu usłyszeć, że „problem tkwi w głowie” i powinni zacząć przyjmować leki antydepresyjne lub poddać się psychoterapii.

BORELIOZA MOŻE DOTYCZYĆ KAŻDEGO

Choć borelioza to groźna choroba, która potrafi zniszczyć życie, większość dotkniętych nią osób nawet nie wie o jej istnieniu. Cierpią, ponieważ występują u nich różnego rodzaju objawy choroby (różnorakie bóle, depresja, zmęczenie), których ze względu na brak właściwej diagnozy nie udaje się wyleczyć.

OBJAWY, KTÓRE POWINNY NIEPOKOIĆ

Być może problem dotyczy Państwa albo kogoś z bliskich. Może o tym świadczyć występowanie przynajmniej jednego spośród następujących objawów, których medycyna nie potrafi wyleczyć:

- ciągle uczucie zmęczenia,
- problemy ze snem,
- fibromialgia: przewlekłe zmęczenie, bóle mięśni, ścięgien,
- ciągle bóle głowy i uczucie otępienia,
- zaburzenia wzroku, uczucie pieczenia oczu,
- szумы uszne,
- skurcze i pocenie się w nocy,
- zaburzenia pracy serca (arytmia)
- zaburzenia oddychania (bezdech w czasie snu),
- porażenie nerwu twarowego,
- bóle korzeniowe splotu barkowego lub lędźwiowo-krzyżowego,
- bóle stawów, zwłaszcza kolan, pleców i szyi,
- problemy z wysławianiem się,
- problemy z koncentracją lub pamięcią,
- ciągle huśtawki nastrojów,
- chroniczna depresja,
- bóle żołądka i jelit, zaburzenia trawienia,
- naprzemienne biegunki i zaparcia,
- problemy skórne,
- zaburzenia neurologiczne i/lub psychiatryczne: autyzm, choroba Parkinsona, Alzheimera itd., a także, jak twierdzi wielu lekarzy, różne inne choroby autoimmunologiczne: reumatoidalne zapalenie stawów, stwardnienie rozsiane, zapalenie tarczycy itd.

Jak do tej pory udało mi się uwolnić od tego problemu wszystkich, którzy się do mnie w tej sprawie zgłosili. Borelioza, podobnie jak inne schorzenia pasożytnicze, (na przykład gruźlica), stosunkowo łatwo poddaje się energoterapii.

Moja podopieczna, która korzysta z mojej pomocy od 17 lat, była uczestnikiem wypadku drogowego. Złamała sobie mostek, odniosła również inne obrażenia, co spowodowało konieczność wykonania tomografii komputerowej. W wynikach tego badania wspomniano o pogrzuźliczych zmianach płuca prawego. Pani w wieku około 75 lat nie zdawała sobie z tego sprawy. Kobieta dobrze sytuowana, synowie na stanowiskach, warunki życia powyżej przeciętnej. Korzystała jedynie z mojej pomocy i to okazało się w zupełności wystarczające do pokonania gruźlicy. I gdyby nie przypadek nigdy by się o tym nie dowiedziała.

Młody Polak pracujący w Norwegii. Zastanawiał mnie fakt że ten młody mężczyzna, kilkakrotnie w ciągu jednego dnia, przez szereg kolejnych dni, korzystał ze spotkań indywidualnych.

Sprawa wydała się przypadkiem, kiedy przyjechał do mnie po kilku miesiącach i na moje pytanie, co się stało, że tak długo go nie było, wypalił natychmiast z rozbijającą szczerością: zamknęli mnie! Potem się zacerwienił, ponieważ zapewne zdał sobie sprawę z tego, że padnie następne pytanie i padło: a gdzie pana zamknęli? Nie pozostało mu nic innego, jak brnąć dalej, więc odpowiedział: w szpitalu, bo miałem gruźlicę. To dlaczego pana wypuścili? Bo mnie ostatnio przebadali i stwierdzili tylko zmiany pogrzuźlicze, a gruźlicy już nie było.

Nie mogę nie przypomnieć Państwu w tym miejscu o tym, że po każdym moim działaniu, czy to podczas spotkania bezpośredniego, czy to po kontakcie przez zdjęcie w ramach TIOPZ, mogą wystąpić rozmaite reakcje. Mogą, ale nie muszą. Bywa też tak, że występują dopiero po kilku spotkaniach, lub kilku miesiącach opieki przez zdjęcie. Reakcje mogą być bardzo różne: krótkotrwały wzrost temperatury, biegunka, wymioty, zmieniony kolor i zapach wydzielin, nadmierna potliwość, senność lub nadpobudliwość, czasem wysypka. Wszystkie spowodowane są faktem oczyszczania się organizmu z nagromadzonych toksyn i wytępionych pasożytów. Zazwyczaj ustępują po kilku godzinach, najdalej dwóch, trzech dniach, a bezpośrednim dowodem na to, że organizm się oczyścił jest wyraźnie wyczuwalna poprawa samopoczucia. Proszę pamiętać o tej ewentualności korzystając z mojej pomocy i nie wpadać w panikę, jeśli którykolwiek z objawów się pojawi. Uważna obserwacja organizmu da jednoznaczny odpowiedź.

Zbyszek Nowak

Hibiskusem w czerniaku

Naukowcy z Texas Biomedical Research Institute opublikowali wyniki swoich badań w Molecular Cancer Therapeutics. Naturalnie występująca w warzywach i owocach substancja o angielskiej nazwie gossypin stanowi poważne zagrożenie dla czerniaka. Jak się okazało, związek ten jest aktywny, w przypadku gdy doszło do dwóch różnych mutacji w genomie komórek skóry (kinazy BRAFV600E i kinazy CDK4). Na razie na rynku farmaceutycznym nie ma syntetycznego leku, który miałby tak szeroki zakres działania jak gossypin. Hamuje on namnażanie się komórek nowotworowych skóry oraz obniża aktywność zmutowanych genów. W przypadku podawania leku myszom, którym przeszczepiono komórki ludzkiego czerniaka, zaobserwowano, że ilość komórek nowotworowych zmniejszyła się, a współczynnik przeżywalności istotnie wzrósł. Gossypin występuje w największych ilościach w kwiatach hibiskusa - deklarowanego składnika wielu herbat i nadającego im piękny czerwony kolor.

(wg pocztazdrowia.pl)

ZE ŚWIATA NAUKI

Nieprzyjemny zapach z ust

Czy wiesz, że produkty odświeżające oddech sprzedawane w supermarketach jedynie maskują brzydki oddech, ale nie walczą z jego przyczyną? Tymczasem, aby raz na zawsze pozbyć się nieprzyjemnego zapachu z ust, trzeba wyleczyć jego przyczynę.

Nieprzyjemny zapach z ust zasadniczo nie jest problemem miejscowym dotyczącym jamy ustnej. Wynika on z nieprawidłowego trawienia w żołądku i fermentacji pokarmów w jelitach. Infekcje grzybicze (candida albicans), gromadzenie się metali ciężkich, niestrawność, zaburzenia funkcjonowania nerek lub wątroby, a nawet płuc, mogą być możliwą przyczyną takich problemów. Związki siarki gromadzą się wewnątrz w Twojego organizmu i Twoje ciało pozbywa się ich, „ewakuując” je poprzez płuca, a więc przez oddech. Na szczęście problem ten często można wyleczyć przy pomocy produktów naturalnych pozbawionych jakichkolwiek niebezpiecznych skutków ubocznych dla organizmu.

Najważniejsza zasada na drodze do zdrowego oddechu, to oczyszczenie swojego układu pokarmowego. W tym celu spożywaj więcej błonnika; pamiętaj, że istnieje błonnik rozpuszczalny, taki jak psyllium (babka płesznik) – jedna łyżka stołowa rozpuszczona w wodzie, rano i wieczorem, wystarczy, aby oczyścić Twoją okrężnicę. Poza tym, pij regularnie wodę. Uwaga, nie każę Ci „opijać się” wodą, tak jak to zalecają autorytety medyczne, które najwyraźniej chcą nas zmienić w rośliny tropikalne. Nadmiar wody jest bowiem szkodliwy dla zdrowia, gdyż wypłukuje ona z organizmu cenne minerały. Natomiast picie szklanki wody na 10 minut przed śniadaniem jest doskonałym sposobem na pobudzenie perystaltyki przewodu pokarmowego i pracy nerek. Przez resztę dnia szklanka wody do każdego posiłku i filiżanka zielonej herbaty dwa razy dziennie wystarczą w zupełności, pod warunkiem oczywiście, że nie wykonujesz intensywnych ćwiczeń fizycznych lub nie mieszkasz w gorącym klimacie.

Przestrzegaj tych dwóch reguł, wybierając pokarmy, które zawierają błonnik... i wodę: sztandarowym przykładem jest zielona sałata, ale do wyboru masz także owoce, surowe warzywa, kiełki i fasolę.

Twój przewód pokarmowy, aby dobrze funkcjonować, potrzebuje dobrej jakości flory jelitowej. Hoduj więc pożyteczne bakterie, zjadając regularnie „probiotyki” – bakterie, które nazywają się tak, ponieważ są „prozdrowotne”. Zażywaj regularnie suplement lactobacillus acidophilus, dostępny w sklepach ze zdrową żywnością, lub spożywaj produkty, które go zawierają, np. kefir. Te dobre bakterie ułatwią Ci trawienie i wyeliminują bakterie produkujące cuchnące gazy.

Czosnek i cebula, które zawierają dużo związków siarki, wywołują nieprzyjemny oddech.

Wiele osób, które źle tolerują laktozę (cukier mleczny), również może mieć przykry zapach z ust wtedy, kiedy spożywa produkty mleczne. Pietruszka natomiast zawiera wyjątkowo dużą ilość chlorofilu, czyli barwnika, nadającego jej kolor. Sztuczka polega na tym, że chlorofil jest dla organizmu potężnym dezodorantem. W 1950 roku dr Howard Westcott, stażysta szpitalny, opublikował wnioski z badania, które przeprowadził na chorych na niedokrwistość. W jego trakcie stwierdził, że odór moczu tych, którzy jedli chlorofil, był znacznie słabszy. Wysnuł więc przypuszczenie, że chlorofil łagodzi brzydki zapach z ust i inne zapachy wydzielane przez organizm, co potwierdził potem testem na swoich oddanych studentach medycyny. Ostatecznie stwierdził, że płukanie jamy ustnej chlorofilem zmniejsza znacząco brzydki zapach. Poza tym, chlorofil jest silnie alkaliczny, co oznacza, że ma zbawienny wpływ na układ pokarmowy, regulując produkcję bakterii i dezynfekując ciało. Chlorofil krążący wraz z krwią po całym ciele, z uwagi na swoje detoksykujące działanie, oczyszcza cały organizm i odświeża oddech.

Ale uwaga: wiele osób myli miętę z chlorofilem. Mięta, jak również przygotowane z niej płyny do płukania jamy ustnej, nie robią nic w celu zwalczania przykrego oddechu. Zadawała ich maskowanie brzydkiego zapachu. Natomiast jego wewnętrzne przyczyny nie są likwidowane. Ponadto, według badań przeprowadzonych w Uniwersytecie Sao Paulo, w Brazylii, codzienne używanie płynu do płukania ust wpływa na: zagrożenie rakiem jamy ustnej, erozję szkliwa, wzrost wrażliwości dziąseł.

Jednak bardziej niepokojącym aspektem płynów do płukania jamy ustnej jest fakt, że mogą one jeszcze pogorszyć Twoje problemy z nieprzyjemnym zapachem z ust. Dzieje się tak, ponieważ zawierają alkohol, który masowo zabija bakterie obecne w Twojej jamie ustnej. Co prawda, chwilowo poprawia to świeżość oddechu, ale rezultat długofalowy jest taki, że „wyjąłowiona” jama ustna szybko jest zasiedlana złymi bakteriami. Stosowanie płynów do płukania jamy ustnej jest niczym więcej jak tylko nakręcaniem błędnego koła.

Chlorofil nie powoduje natomiast takiego efektu i ma dodatkowo pozytywny wpływ na zdrowie, ponieważ posiada właściwości antyrakotwórcze, antyoksydacyjne i przeciwzapalne.

Zielone warzywa i algi zawierają również dużo podstawowych składników odżywczych: witaminy A, C, E i K, kwas foliowy (B9), żelazo, wapń i magnez. Chlorofil posiada też potężne właściwości chelatujące, to znaczy, że potrafi łączyć się z metalami ciężkimi takimi jak np. rtęć i „ewakuuje” je z Twojego ciała. Nie zaskoczy Cię pewnie to, że dużo chlorofilu znajdziesz w zielonych warzywach i algach. Jednym z najbogatszych znanych źródeł chlorofilu jest maté (herbata z Ameryki Południowej).

Kolejnym sposobem na złagodzenie brzydkiego zapachu jest żucie ziaren kopru. Jest to skądinąd sposób zbliżony do starożytnej hinduskiej tradycji jedzenia pod koniec posiłku ziaren anyżu, którego smak zbliżony jest do smaku kopru. Możesz też zdecydować się na zażywanie suplementów diety na bazie chlorofilu: standardowa dawka to 1 łyżeczka proszku lub tabletki 100 mg dziennie, po posiłku. Jeśli wybierzesz suplement zawierający chlorofil w formie płynnej, taki jak wyciąg z lucerny, zażywaj go do 1 łyżki stołowej lub 500 do 1000 mg dziennie. Płyn musi być rozrobiony w soku lub w wodzie.

Ja jednak jestem koniec końców zwolennikiem maminego sposobu: pietruszki. Gdy bowiem jesz liście pietruszki wraz z posiłkiem, to towarzyszą one spożytemu pokarmowi przez całe trawienie i w ten sposób działają odświeżająco tam, gdzie jest to potrzebne i wtedy, kiedy jest to potrzebne.

(wg www.pocztazdrowia.pl)

UZBROJENIE ŚWIADOMOŚCI

(c.d. ze str. 1)

Zazdrość oznacza także wścieklą bezsilność. Wiele przypadków zazdrości o partnera jest moim zdaniem spowodowane niską samooceną. Trudno opanować negatywne uczucia, które nas krępują, ale pomyśl jak one krępują partnera, on może nie wytrzymać i co wtedy. Łańcuch nie jest zabezpieczeniem, bo ogranicza wolność, Bez łańcucha, obie strony dbają o trwałość związku, i w ten sposób staje się on niezwykle silny.

Chamstwo.

Przyjrzyj się sobie. Tak naprawdę nic nie masz sobie do zarzucenia? Uderz w stół, a nożyce się odezwą, jak mówi przysłowie. Chamstwo to niegodne postępowanie wobec wszystkiego, co cię otacza. Jeśli nie masz szacunku dla innych, nikt nie będzie miał szacunku dla ciebie.

Chciwość.

Chytry traci wszystko. Nieustanne napięcie, prowadzi do szybkiego zużycia organizmu. A trumna nie ma kieszeni. Nieraz warto się zastanowić i sobie odpowiedzieć, czy naprawdę jesteśmy jak kryształ? A może coś warto zmieć,

bo do tej pory jakoś nie zwracaliśmy na to uwagi. Skąpstwo powoduje skurcz naczyń, zakłócenia jelitowe, obniżenie wydolności pracy całego organizmu, a w następstwie chorobę.

Lekarstwem na wszelkie dolegliwości jest miłość. Trzeba pokochać siebie, pokochać innych, pokochać wszystko!

Doskonałym lekarstwem jest również świadomość, przy pomocy której możemy kształtować rzeczywistość, czyli stać się kreatorami, twórcami własnego życia. Każdy z nas tworzy rzeczywistość, patrzmy uważnie, czy ktoś nie robi tego za nas.

Obniżenie potencjału energetycznego jednostki obniża poziom energetyczny rodziny, społeczeństwa, państwa, ludzkości, całej planety, ponieważ wszyscy jesteśmy ze sobą połączeni. I tak wszystko ma wpływ na wszystko, albo niszcząc wszystko, albo budując wszystko. To bezustanna walka dobrego ze złem. Pocieszające jest jedynie to, co przeczytałem w książce „Dowód” Ebena Alexandra, że zło we Wszechświecie, to jest ziarenko piasku na całej plaży dobra. Jeszcze raz polecam tę książkę.

Zbyszek Nowak.

Noclegi w Podkowie Leśnej

Willa Alkano

Wolnostojący, całoroczny, nowoczesnie wykończony, przestronny dom jednorodzinny. Pięć pokoi, każdy z łazienką, telewizorem i dostępem do internetu. UWAGA! Posiłki we własnym zakresie. Do dyspozycji w pełni wyposażona, obszerna kuchnia. Duży taras i ogród. Cena 120 złotych za dobę od osoby. Dzieci do lat 4 – bezpłatnie.



Pensjonat Alicja

Wolnostojący, całoroczny, dwukondygnacyjny, wykończony w drewnie sosnowym, przestronny dom jednorodzinny. 4 pokoje z telewizorem, łazienka na każdym poziomie. UWAGA! Posiłki we własnym zakresie. Do dyspozycji w pełni wyposażona kuchnia oraz jadalnia. Cena 70 złotych od osoby za dobę. Dzieci do lat 4 – bezpłatnie.



Rezerwacje: E-mail: biuro@nowak.pl tel./fax 00 48 22 758 92 92.

TERMINARZ SPOTKAŃ W PODKOWIE LEŚNEJ

Wrzesień '13

poniedziałek	wtorek	środa
02	03	04
09	10	11
16	17	18
23	24	25
30		

Październik '13

poniedziałek	wtorek	środa
	01	02
07	08	09
14	15	16
21	22	23

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: Firma SUN Marian Zbigniew Nowak

05-807 Podkowa Leśna, ul. Jaśminowa 7

Redaguje: zespół

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

e-mail:kontakt@nowak.pl

kwantowi.pl

www.nowak.pl

W cytowanych listach zachowano oryginalny styl, interpunkcję i ortografię.

