▶ Czobor Lászlóné (Évi) előadása 3

▶ Nagyné Halász Anna előadása 4

▶ Egészségünkre! Tearecept 6

2012. 12. 18. | I. évfolyam 6. szám
www.egeszsegmiskolc.hu

Egészség pohár

A MORINDA KOKTÉL KLUB MISKOLC ONLINE HÍRLEVELE
SZERKESZTŐ: HOLLENDA ZSOLT, A MORINDA KOKTÉL KLUB VEZETŐJE

2012. 12. 18-án újra megtartásra került a Noni Klub, a helyszínt pedig ismét az **Erzsébet Fürdő** biztosította a rendezvény számára. Örömmel láttuk, hogy a nagy karácsonyi sürgés-forgásban is sokan szakítottak időt a részvételre!

A szeretet rezgései

Az ünnepek közeledtével egy olyan téma kapta a központi szerepet, mely igazán aktuális az évnek ebben az időszakában. Ezért választottuk a **szeretet rezgéseit** a rendezvény témájának.

A klub házigazdája **Fekete Mariann** volt, így Ő nyitotta meg a rendezvényt. A bevezető után kislánya *Zoé*, egy karácsonyi dallal kedveskedett nekünk, amit szintetizátoron adott elő.
Az első előadónk **Czobor Lászlóné (Évi)** volt, aki arról tartott előadást, hogy mit is jelentenek a rezgések és ezek milyen hatással vannak szervezetünkre.
Az előadás után egy kis szünet következett, ami alatt Fekete Mariann egy finom, meleg *Noni-jázmin-zöldteára* invitált meg bennünket, ami igen jólesett ebben a hideg időben.
Miután felmelegedtünk, **Nagyné Halász Anna** vette át a szót, aki előadásában a rezgésekről és a szeretetről beszélt nekünk. Természetesen most sem maradtak el a gyakorlatok, amiket nagy örömmel fogadtak a résztvevők.

Ismét egy jó hangulatú és érdekes klubon vehettek részt az érdeklődők, akik között most is köszönthettünk új arcokat. A sok pozitív véleményből kiindulva tudjuk, hogy a jövő évben is számíthatunk mindenki részvételére, és folytatni tudjuk ezt a hagyományteremtő klubot!

Hollenda Zsolt
Life coach
Morinda Koktél Klub vezetője

Kellemes Karácsonyi Ünnepeket és Boldog Újévet kívánunk!

További információk: www.egeszsegmiskolc.hu

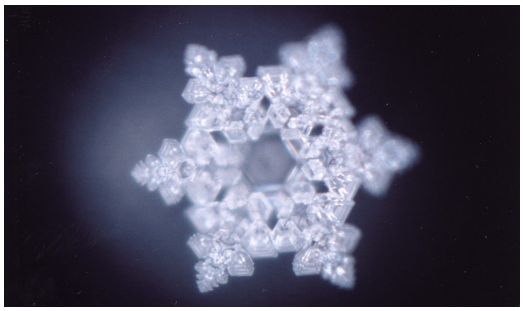
„A szeretet a gondolattal kezdődik. Azzá válunk, amiről gondolkodunk. A szeretettel teli gondolatok szeretettel teli életet és szeretettel teli kapcsolatokat hoznak létre.”

Adam J. Jackson

Czobor Lászlóné:
A szeretet rezgéseinek fizikája és hatása az emberi szervezetre

Matematikus, fizikus egyetemi tanár - kineziológus

A Tanárnő az előadást azzal nyitotta, hogy elmondta, miért is szeret Miskolcra látogatni - véleménye szerint, az itt élő emberek nyitottak, jólelkűek és szeretetteljesek.



A rövid bevezető után, arra volt kíváncsi, hogy vajon hányan tudják azt, hogy mit is tartanak a XXI. századról. Elmondta, hogy ez a század a **víz évszázada**!
Ezt követően két kisfilmet nézhettünk meg, melyben *Dr. Masaru Emoto* beszélt az általa vizsgált vízkristályokról és a rájuk ható tényezőkről, mind a természetes, mind a vezetékes vizekben. Azt vizsgálta, hogyan is hat a vízre például a komolyzene, az ima vagy éppen a különböző érzelmek. A vízmolekulák csak akkor vették fel a 6 szögletű kristályformát, ha pozitív vagy szép dolgokat írták rá. Vagyis a víz megőrzi a környezetünk által közvetített információkat, érzelmeket, illetve képes az öngyógyításra is. Mivel az emberi test 70%-a víz, ezért egészségünkre is hatással van, éppen ezért az sem mindegy, hogy milyen vizet iszunk.

A kristályok tulajdonképpen a rezgés képei, melyet meghatároz a rezonancia, a tisztaság és az azonosság.

A rezgés maga az élet!

A víz a gondolkodásunkhoz is elengedhetetlen, nélküle nem tudnánk gondolkodni, hiszen agyunk több mint 90%-a is víz.

Nagyon fontos, hogy mit gondolunk, mert *mindenki az, amire gondol, amit gondol*! Vagyis mindenki maga alakítja az életét!

Képesek vagyunk kommunikálni az Univerzummal, éppen ezért mi befolyásoljuk saját életünket!

A gondolataink egyfajta elektromágneses rezgésekként funkcionálnak.

Az előadás végén a Tanárnő a **szeretetről** beszélt, amelyet a létezés forrásaként nevezett meg.

Szeretet - 8 betűből áll → ∞ a fektetett nyolcas a végtelent jelöli, vagyis a szeretet mindig jelen van és jelen lesz! A szeretet hoz mozgásba mindent!

A Tanárnő tanácsai:

- *meditáció*
- *jóga*
- *gyógyító szavak*
- *pozitív gondolatok, stb.*

Czobor Lászlóné
Egyetemi tanár - kineziológus

Nagyné Halász Anna:
A szeretet rezgései

Életmód tanácsadó terapeuta, Minisztériumi Szakértő

Hiszem, hogy a jelenlegi létünk egyetlen célja a tanulás és ennek legfontosabb területe a szeretni tudás szintjeinek megismerése. A fejlődés állomásait meghatározza az a tapasztalat, amit a szüleinktől, a környezetünkben szorosan hozzánk tarozó emberektől, valamint az életünk során felbukkanó, velünk kapcsolatban álló egyénektől kapunk.

Nézzük! Hova kell eljutnunk?

*A szeretet **FELTÉTEL NÉLKÜL** elfogadva úgy, ahogy, akkor, amikor, önzetlenül, viszonzásvárás nélkül.*
A szeretet olyan totális bizalmi állapot, optimális bioenergetikai szint, amikor nem mérlegelünk, cselekszünk.
A szeretni tudás különböző szintjein, az adott tapasztalatnak megfelelő rezgésminőséget képviseljük.

A világban jelen lévő minden elem közös jellemzője a rezgés és minden létező saját, egyedi frekvenciájú rezgéssel rendelkezik.

Az ember is rezeg és mindenkire egyedi rezgésszám jellemző, aszerint, hogy milyen érzelmek jellemzik túlnyomó részben. Akit mély bánat gyötör, a bánat rezgését érzékeljük nála. Aki vidám és teljes életet él, akkor Ő megfelelő pozitív rezgést bocsát ki. Aki szeretetteljes, a szeretet frekvenciáján érzékelhető a kisugárzása. Aki rosszindulatú érzéseket táplál - düh, gyűlölet, gúny, bizalmatlanság, annak a rezgése visszataszító érzést kelt bennünk.

Az egészséges szervezet 7,8 Hz-en rezeg.
Ez az érték nagymértékben eltolódik, a bennünk rejlő félelmek során.

„Minél nagyobb benned a szeretet, annál kisebb a félelem.”

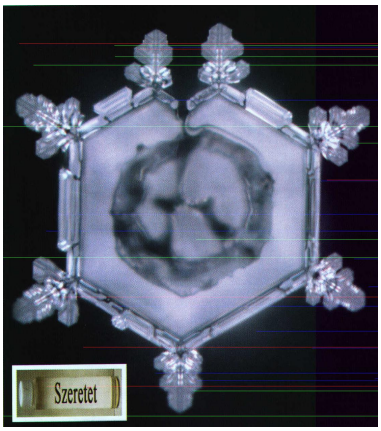
E. Molly

Az optimális bioenergetikai szint eléréséhez, a rezgésszám megemelkedéséhez, az önmagunk és mások iránti tiszta szeretetrezgés képes eljuttatni!!!

A szeretet magas rezgésszintje megoldás a problémákra, a betegségre!

Nagyon érdekes, elgondolkodtató tanulmányra bukkantam. *Dr. Rollin McCraty és társai* arra a következtetésre jutottak, hogy...
„Mindig úgy gondolunk a bejövő információ rendszerre, mintha az teljesen az agyban történne. Azonban kezdjük felfedezni, hogy először a szív kapja az információt és csak azután közvetíti az agyba."

Általánosan elfogadott tézis, hogy **a szív** a szeretet központja és ennek kellene irányítania az életünket, a gondolatainkat, a tetteinket.



Gyönyörű alakzatokat mutatnak a vízkristályok, ha a szeretet információját szóban, vagy a képen is láthatóan írásban közöljük.
Így veszi fel testünk - mert 70-75 %-ban víz építi fel - azokat az információkat, amit tudatunk vele. Rajtunk múlik, hogy milyen utasítást adunk a sejteknek.

Leépüljenek vagy regenerálódjanak?

Az Adventi és Karácsonyi időszakban zajló őszinte segítségnyújtás, szívből jövő szavak és tettek, imádság és fizikai, lelki és szellemi síkon való megtisztulás a böjtök segítségével is összegzi és fokozott mértékben megemeli a szeretet rezgéseket.

Ezért olyan csodálatos ez az időszak!

Kun Zsuzsa: Párbeszéd a szeretetről

- *Tulajdonképpen hol terem a szeretet? - kérdeztem egyszer egy anyát.*
- *Magról vetik - nevetett rám.*
- *És honnan szerzik hozzá a magot?*
- *Nem kell azt szerezni. Belőlünk magunkból pereg. S megfogan a tenyér simogatásában, a szem pillantásában és minden ölelésben.*
- *Öntözni nem kell?*
- *Dehogynem. Jó szóval.*
- *Nem könnyel?*
- *Ments ég! A könny sós és kimarja a kis szeretet palánta hajtásait.*
- *Hát palántázni kell a szeretetet?*
- *Palántázni bizony. Elültetni még a szikes talajba is. Mert ha a szeretet nem terem, kihűl a föld.*
- *Úgy érted, hasztalan a nap heve, ha belülről nem fűt, semmit sem ér?*
- *Igen, így értem, mert emberközpontú világban élek, és emberként gondolkozom.*
- *Elsősorban mi hát a szeretet?*
- *Biztonság. Ha szeretsz és szeretnek, mindig van szövetségesed.*
- *És mi a szeretet másodsorban?*
- *Erő. Ha feltöltődsz vele, könnyebbnek érzed a batyut, mit az élet a válladra rakott.*
- *Szeretni mégsem mindig boldogság. Néha gyötrelem. Mégis érdemes szeretni?*
- *Csak azt érdemes!*

Nagyné Halász Anna
Életmód tanácsadó terapeuta
Minisztériumi Szakértő

Egészségünkre!

Ez alkalommal nem koktéllal, hanem egy finom *„Adventi Rezgések Teával”* kedveskedett nekünk **Fekete Mariann**, hiszen egy hideg decemberi napon nincs is jobb, mint egy csésze forró teát kortyolgatni.

Hozzávalók:

Alapanyagok:

Tahitea (ami NONI-t, jázmint és zöldteát tartalmaz)

Ízlés szerint:

barna cukor
méz
citrom

Elkészítés:

Fontos tudni, hogy 1 teás filter ***2x is leforrázható***!

1. *leforrázás: 10 percig 1,5 liter vízben*
2. *leforrázás: 20 percig 1,5 liter vízben*

(A víz 70 fokra visszahűtött forralt víz legyen!)

A filtert ezután se dobjuk ki, hiszen felhasználhatjuk a fájdalmas testrészek éjszakai borogatására!

A NONI tea bűvkörében...

A teázás ceremóniája mindig a meleg szobát, a kandallóban pattogó tüzet, az ablakon át látható nagy hópelyheket juttatja eszünkbe. Mikor leülünk egy finom, forró tea mellé beszélgetni az maga a megnyugvás, kikapcsolódás, felüdülés! A hideg téli napokon lehet ennél többet kívánni magunknak?

„Számomra a Morinda Klub melengető tea délutánja jelentette mindezt, fűszerezve a karácsonyi ünnepre való készülődés melegségével. Az még csak tovább fokozta az élvezetet, hogy az ott elfogyasztott tea még szuper egészséges is volt."

A tea leginkább említésre méltó pozitív hatása az összetevőiben rejlik.

Nézzük is sorra mi minden került bele a teáscsészébe!

Az egyes számú összetevő: **a noni levél**.
A noni növényről már sokan hallottak, de azt kevesen tudják, hogy e növény leveléből kiváló tea készíthető. Nagyon régen a Polinéz szigetvilágban a törzsi szokások előírták, hogy a férfiúvá válás szer-

tartásaként, tetoválásokkal díszítsék testüket. Ez a rituálé nem csak fájdalmas, hanem sok esetben, ha nem kezelték a sebet megfelelően, életveszélyes is volt. A tetovált „férfiakat" a fájdalom és vérzések csillapítására, noni levelekbe burkolták, ami a fertőzéseket és a gyulladásokat is megakadályozta.

A kettes számú összetevő: **a zöld tea**.
Pozitív egészségügyi hatását számos kutatás és vizsgálat igazolta. A teában lévő hatóanyagoknak a rák megelőzésében, a koleszterin szint csökkentésében, a fogyásban van szerepük. Érvédő hatása is ismert tény az orvoslásban.
A zöld teát nem erjesztik. Kevéssel a teaszüret után gőzöléssel, melegítés útján bontják le a tealevelekben megtalálható polifenoloxidáz enzimet az eljárási folyamat miatt, így az erjedés leáll. A későbbiekben a leveleket formázzák és minőségüknek

megfelelően válogatják és szárítják.
Antioxidás vegyületei közül legfontosabbak a polifenol szerkezetű flavonoid vegyületek, melyek nagy koncentrációban fordulnak elő a teában.
A zöldtea fogyasztása erősítőleg hat a csontokra - írták a honkongi kutatók. A benne található hatóanyagok pozitívan hatnak a tanulási- és memória zavarokra is.
A hármas számú összetevő: **a jázmin**.
A jázmin virág egyfajta kultuszt képvisel Kínában. Jótékonyan hat a szíverekre, ezek működését erősíti, támogatja, megakadályozza a vérrögök képződését. A flavonol vegyületek erősítik a gyomor és a belek működését. Karcsúsító, zsírégető hatása is ismert. Elűzi a fáradtság érzetét, nyugtató hatású, segíti az emésztést.

Uzonyi Imréné írása
a debreceni Morinda Klub teaestjéről és
a tea jótékony hatásairól

A klub képekben...

Legyen vendégünk legközelebb (is)!

Addig is...

Kellemes Karácsonyt és
Boldog Új Évet kívánunk
minden kedves olvasónak!

„A szeretetben van a megváltás. Csak ki kell tárnod a lelkedet, s a szeretet betölti azt, miképp a jázminillat. Minden a szeretet által létezik, minden a szeretetért van.”

Jaroslaw Iwaszkiewicz