

e-biuletyn detoksykacja i immunoaktywacja wg MUDr. Josefa Jonáše



O wilku i kozie

Alternatywa oznacza „możliwość”, czekający na swoją szansę, widok z drugiej strony. Jednak medycyna alternatywna nigdy nie została przez nikogo uznana, zarejestrowana ani wzięta pod uwagę. Oficjalna medycyna nawet nie chce słyszeć o tym, że może mieć gdzieś rodzeństwo, nawet przyrodnie.

Kiedy królowała medycyna naturalna, potem narodziła się chemia, która wymordowała naturalne rodzeństwo i tyle. Jak w starożytnym Rzymie czy Egipcie. Burzono posągi, palono książki, imię trzeba było wypowiadać po cichu. Medycyna alternatywna stała się brzydkim słowem, synonimem buntu. Tak naprawdę nie zginęła, po prostu zeszła do podziemia.

Jedna z moich pacjentek, lekarka, była przez wiele lat monitorowana pod kątem dość poważnej wady zastawki trójdzielnej. Podczas ostatniej kontroli wada zniknęła. Współczesna medycyna nie zna czegoś takiego. Nikt nie odebrał telefonu i nie zadzwonił. Jeśli nie będzie to możliwe, nie będziemy się tym zajmować. Nadal bylibyśmy śmieszni.

Dzięki pięćdziesięciu latom socjalizmu przeszliśmy ciekawy eksperyment. W XX wieku najpierw była medycyna alternatywna, potem jej nie było, a potem znów jest. Ludzie głośno witali Jej zmartwychwstanie. Państwo się przestraszyło – ostrzegali lekarze. Jak muchy, roilo się od artykułów służalczych dziennikarzy. Uważajcie na ludzi, czai się niebezpieczeństwo w postaci uzdrowicieli, terapeutów i innych niepoważnych osób. Po kilku latach pro-

pagandy ludzie naprawdę zwracają na to uwagę. Lekarze i państwo nie muszą się martwić o swoją dominację. Zniknęły artykuły o uzdrowicielach. Na chodniku jest cicho.

Ludzie wymyślili to w subtelny sposób. Jednego dnia idziesz do lekarza, następnego jedziesz do szpitala na badanie. Lekarze badają, wkładają rurki, prześwietlają, prześwietlają ultradźwiękami, analizują a uzdrowiciele leczą. Mają swoje zioła, homeopatię, diety. Wszyscy są zadowoleni. Tabletki zażywa się z ekstraktami ziołowymi, rany smaruje się tajemniczymi balsamami. Świat reklamy po prostu kwitnie. Wszystko się sprzedaje. W domu mamy 100 rodzajów suplementów diety. Tak właśnie powinno być. Wilk zjadł siebie, a koza pozostała cała.

MUDr. Josef Jonáš

Struktura odporności

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumacz: Antoni Zieniuk

Problematyką odporności zajmują się od kilkudziesięciu lat i nadal jest wiele do odkrycia. Zwłaszcza, gdy doświadczymy bezradności lekarzy w sytuacjach kryzysowych, które można rozwiązać jedynie poprzez odporność. Ludzie stworzyli nowe normy – kilka infekcji rocznie i kilka pudełek antybiotyków.

Celem detoksykacji układu odpornościowego jest osiągnięcie stanu całkowicie wolnego od niepożądanych infekcji. Nie jest to utopia, chociaż na funkcjonowanie odporności wpływa wiele czynników. Droga do tego ideału nie wiedzie przez szczepionki, witaminę D, cynk, probiotyki czy maseczki. Lekarz przepisujący najwięcej antybiotyków powinien otrzymywać najniższą pensję. Odporność sama w sobie jest niezbędna do przetrwania wszystkich organizmów. Im bardziej złożony system, tym bardziej jest on wadliwy.

Nowa koncepcja walki

Dawno, dawno temu dobór naturalny zapewniał selekcję silnych osobników. Wszyscy pragniemy, aby nasze dzieci były zdrowe, aby nie chorowały na nowotwory. Chcemy dobrze wyglądać i być aktywni do późnej starości. Wszystko to są główne zadania układu odpornościowego. Dzieli się ją na odporność komórkową i humoralną. Każdy ma inne zadania. Ich systemy kontrolne zlokalizowane są w różnych częściach mózgu. Nie można zatem podać prostej treści i sądzić, że wszystko zostanie rozwiązane. Co najmniej dwa tuziny różnych substancji muszą ze sobą współdziałać. Działalność kręci się wokół leczenia nowotworów. Układ odpornościowy jest bardzo dobrze przygotowany do walki z nimi. Ale tylko do pewnego momentu i pod pewnymi warunkami. To jest sposób. Nie mówię

tu o rosnącej liczbie alergii czy chorób autoimmunologicznych. Mamy wystarczającą wiedzę, aby wnieść do walki nową koncepcję, a może nawet odwrócenie tego niekorzystnego rozwoju.

ka i żołądek. Dlatego nie tak ważne jest analizowanie każdego kęsa, ale zrozumienie, dlaczego te narządy nie spełniają doskonale swojej funkcji. Wrogów jest bardzo dużo, dlatego odporność trzeba stale szkolić. W dzieciństwie trening zapewnia grasi-



Dlaczego narządy nie działają

Jak wszystkie procesy fizyczne i psychiczne, odporność może zostać zakłócona przez stres i negatywne emocje. Decydującymi narządami są szpik kostny, jelito cienkie i grube, śledziona, limfa, płuca, żołądek, trzustka i oczywiście mózg. Człowiek nie jest tym, co je, ale tym, co wykorzystuje ze swojej diety. Decydują o tym jelita, trzust-

ca, później jelitowe kępi Peyera. Można zatem powiedzieć, że stan mikrobiomu jelitowego odpowiada za 60-70% odporności. Ale potrzebujemy 100%. Wymaga to współdziałania całej orkiestry. Może się zdarzyć, że komórki odpornościowe zostaną zaatakowane przez różne wirusy. Spotykamy się z tym częściej niż nam się wydaje. Walka o jakość układu odpornościowego nabiera wtedy innego wymiaru.

Nie tylko mikrobiom jelitowy

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumacz: Antoni Zieniuk

Gdybyśmy mieli komisję ds. detoksykacji, odkryliby, że 90 procent z nas ma do czynienia z mikrobiomem jelitowym. Z nim powiązane są przyczyny przeważającej większości problemów zdrowotnych. Jednak dla detoksykacji ważna jest także znajomość innych narządów i preparatów.

Poważne i śmiertelne toksyny można znaleźć także w sercu i układzie naczyniowym. Szpitale są pełne pacjentów z niewydolnością serca i zatkanyymi tętnicami, od niemowlęctwa po starość. Osoby te nie trafiają do nas, ponieważ pojawiają się nagle, niespodziewane problemy. Mamy tylko jedną opcję zapobiegawczą – **Corcirk, Vak i Emotion**.

Żołądek, trzustka, limfa

Preparaty **Gas** na żołądek i **Pan** na trzustkę nie tylko złagodzą ból, ale także przywrócą siły vitalne. Świat jest pełen nienawiści i złośliwości, która gromadzi się w wątrobie i pęcherzyku żółciowym. Odpowiada za naszą nadwrażliwość nerwową. Agresywne dziecko jest także tchórzem. Wątroba zapewnia przepływ wszystkich płynów w naszym organizmie. Przeciwnieństwem jest stagnacja. **Hepcirk** to podstawowy preparat, którego nie może zabraknąć w naszym arsenale. **Rescirk** jest przygotowaniem do życia, czymś w rodzaju powietrza.

Mówi się, że połowa dzieci w USA zażywa leki przeciwdepresyjne. Jednocześnie kaszle, świszczy i cierpi na astmę. Dlatego też ważna jest detoksykacja płuc. Zwłaszcza gdy połączymy **Rescirk** z preparatem **Lymmex**.

Istnieją dwa systemy, bez których detoksykacja nie może nastąpić – układ limfatyczny i układ gębowy.

Preparat **Lymmex** służy wszystkim tkankom przemywanym przez limfę. Gęb stanowi podstawę preparatów **Brein, Veg i Penev**. Nerki usuwają większość toksyn z organizmu. Te wraz z drogami moczowymi oczysz-

czone są przez preparat **Urcirk**. Polecam jednocześnie pić ziołowe herbatki oczyszczające.

Opłacalna inwestycja

Śledzona jest narządem myślenia, ale nie pozytywnego. Są to natrętne myśli, których nie możemy się pozbyć. Preparat **Liencirk** jest dyskretny, ale korzystny. Wpływa między innymi na powstawanie krwi. Im więcej krwi, tym więcej chi. Przeludniony glob i chęć sukcesu to także źródła dużej ilości toksyn. Ko-

niecznie należy także zwracać uwagę na swoją dietę. Jeśli jest to mięso, to dobrej jakości, nigdy z hurtowni. Pestycydy w warzywach również nie są hitem. Kierowanie swoim życiem nie jest zajęciem dochodowym, ale się opłaca.

Mówi się, że sztuczna inteligencja napisała, że w ciągu najbliższych dziesięciu lat 80 % ludzi umrze. Przeżyją tylko najmądrzejsi. Wiara w siebie i samokontrola to zatem inwestycja, która się opłaca.



Detoksykacja układu limfatycznego

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com, tłumacz: Antoni Zieniuk

Nie znam osoby, która nie słyszałaby czegoś o limfie. Ale znam bardzo niewiele osób, które dokładnie wiedzą, czym jest limfa. Istnieją książki o niej, które mają setki stron. Układ limfatyczny jest tak naprawdę połączony ze wszystkim.

W naszym organizmie znajduje się dużo płynów, które stanowią 80 % naszej masy ciała. Krew i krążenie znają wszyscy. Nie wiele osób podejrzewa, że w organizmie istnieje inny układ naczyniowy, ale nie ma on serca.

Ale jest różnica w krwi i limfie. W układzie nerwowym nie ma limfy, krew natomiast jest dla niego niezbędna, ponieważ przenosi tlen. Z kolei w limfie unoszą się limfocyty, komórki niezbędne dla odporności komórkowej. Krew zawiera erytrocyty służące do transportu tlenu, płytki krwi odpowiedzialne za gojenie się ran oraz leukocyty i białe krwinki.

Likwidacja i utworzenie

Limfa obmywa każdą komórkę naszego ciała z wyjątkiem układu nerwowego.

Żaden detoks nie działa, gdy układ limfatyczny nie działa dobrze. A to się niestety zdarza.

Unoszą się w nim wszystkie toksyny zewnętrzne i wewnętrzne. Wiemy, że krew może być dotknięta różnymi chorobami, ale limfa również. Komórki krwi i limfocyty produkowane są w szpiku kostnym. Czy zastanawiałeś się kiedyś, jak to możliwe, że liczba tych elementów powinna być stała? Śledziona usuwa stare i zużyte komórki krwi i limfy. Liczy wyrzucenie i podaje instrukcje dotyczące tworzenia nowych.

Pień limfatyczny rozpada się na naczynia limfatyczne, naczynia krwionośne, naczynia włosowate, sieci naczyń włosowatych, które są tak cienkie, że ledwo poje-

dyncza komórka limfatyczna może przez nie przejść. Limfocyty przepychają się przez komórki, aby ponownie do stać się do naczyń włosowatych. Stopniowo łączą się w silniejsze naczynia limfatyczne.

Przykład piersi

Ludzie lubią masaż limfatyczny, ponieważ w skórze, tkance podskórnej i tkance tłuszczowej znajdują się naczynia limfatyczne, naczynia krwionośne i naczynia włosowate. Ale kto dociera do trzustki, jelit czy serca? W kończynach występuje również układ powierzchniowy i głęboki. Jeśli toksyn jest dużo, zalegają one w odpowiednich tkankach. Niewydzielone toksyny powodują stany zapalne w swoim otoczeniu, tragicznym przykładem jest kobieca piersć. Limfa jest materiałem do produkcji mleka matki, dlatego gruczoł sutkowy musi być bogato utkany kanałami i węzłami limfatycznymi. A ponieważ wśród toksyn jest dziś wiele czynników rakotwórczych, nie jest zaskakujące, że rak piersi u kobiet się rozwija. Zamiast mammografii naukowcy powinni skupić się na przywróceniu doskonałej

funkcji układu limfatycznego piersi. Bóle, deformacje i zmiany w obrębie kończyn dolnych spowodowane są także pogarszającą się pracą układu limfatycznego. O limfie warto wspomnieć znacznie więcej. Być może to, co do tej pory napisano, wystarczy, aby zrozumieć preparat **Lymmex**.



Toksyny i rozwój prenatalny

Text: MUDr. Josef Jonáš, Wioletta Strzałkowska, Foto: Pexels.com, tłumacz: Antoni Zieniuk

Głównym źródłem rtęci są nasze zęby, zawierają je plomby amalgamatowe. Unia Europejska ustaliła już datę, od której wprowadzi zakaz stosowania tych plomb. Ale przez wiele lat po całym świecie będą ludzie biegać z amalgamatem w ustach.



Uwolniona rtęć może zaszkodzić płodowi, szczególnie w pierwszych trzech miesiącach, poprzez zmiany w DNA. Kobiety w ciąży lub zamierzającym zająć w ciążę nie wolno wymieniać wypełnień amalgamatowych na wypełnienia kompozytowe. Podczas wymiany plomb do organizmu przedostaje się większa ilość rtęci. Może to być przyczyną uszkodzenia płodu w sensie upośledzenia umysłowego i zaburzeń ze spektrum autyzmu. Wnika przez łożysko.

Rozwój płodu jest bardzo szybki i wrażliwy. Dlatego nigdy tak naprawdę nie wiemy, czy objawy u dziecka lub nastolatka byłyby inne, gdyby niektóre z tysięcy toksyn nie brały udziału w rozwoju

ju mózgu i tkanek podczas ciąży.

Kosmetyki i leki

Nawet coś tak banalnego jak kosmetyki dla kobiet potrafi zrobić nieład porządku. Produkty kosmetyczne są rygorystycznie testowane, jednak długotrwałe gromadzenie się nawet pozornie nieszkodliwych substancji może być niebezpieczne dla wrażliwego płodu. Skóra to narząd, przez który mogą przedostać się do organizmu leki i toksyny. Na przykład organizm znacznie lepiej wykorzystuje magnez z kąpieli niż z tabletek. Wiele preparatów zawiera substancje zaburzające funkcjonowanie układu hormonalnego, dlatego mogą być przyczyną zaburzeń hormonalnych. Jeśli

w Twoich kosmetykach jest coś, czego nie zjadłbyś, nawet nie nakładaj tego na skórę.

Kolejną toksyną dla noworodków są leki. Obecnie szacuje się, że 40 % dzieci przyjmuje leki przeciwdepresyjne. W przypadku dorosłych jest to znacznie szerszy zakres, obejmujący antykoncepcję i antybiotyki. Warto dodać, że nawet ci, którzy nic nie biorą, leki piją w wodzie do picia, gdyż nie da się ich z niej odfiltrować. W populacji ryb tarła znikają z powodu żeńskich hormonów w wodzie. Nie jest zatem wykluczone, że hormony mają również wpływ na rozwój seksualny populacji ludzkiej.

Piasek w silniku

Kolejnym problemem może być promieniowanie elektromagnetyczne. To promieniowanie o krótkiej długości fali i wysokiej częstotliwości z łatwością przenika przez beton, nie mówiąc już o ciele matki. W efekcie prowadzi to do przegrzania tkanek i uszkodzenia mitochondriów czy DNA. Efektem może być trwały spadek liczby plemników, spadek poziomu hormonów płciowych czy spadek libido. Ponieważ nie mamy grupy kontrolnej, nie możemy tego stwierdzić na pewno.

Jednak emocje i stres to poważne toksyny. Prawa fizyki kwantowej dowodzą, że energie oddziałują ze sobą. Człowiek jest energią, podobnie jak emocje i stres. Obecność toksyn jest jak garść piasku wrzucona do precyzyjnie dostrojonego silnika życia. Dlatego zawsze myśl o toksynach, które dzięki **Marion** możemy wyeliminować.



**International
Detoxification Medicine Summit
with MUDr. Josef Jonáš**

Exclusive Event.

15th June 2024 - 10 AM - 4 PM

POSK | Hammersmith London

**Discover How Toxins
Impact Your Well-being**



£35 ONLY

Join us for a transformative journey with the esteemed Dr. Josef Jonas from the Czech Republic, making his UK debut. — where science meets the spirit, blending anatomy, physiology, and biophysics in a dance of healing and enlightenment.

Explore how to removes harmful toxins—metabolic, emotional, and organic—to boost energy, prevent illness, enhance immunity, restore balance, and aid weight loss.



**Translated to
English & Polish**



SCAN ME



Roladka z cukinii i łososia

Text: Mgr. Eva Jonášová, Foto: archiv Evy Jonášové, tłumacz: Antoni Zieniuk

Roladki z cukinii to świetny wybór na imprezy. Ta wyjątkowo świeża żywność, która zapewni wystarczającą ilość białka, to doskonała opcja, aby zaoferować gościom coś, czego jeszcze nie jedli. Jeśli grasz także serwowaniem, sukces jest gwarantowany.



Najpierw zetrzyj na grubej tarce 500 g cukinii, dodaj sól i pozostaw do „przepocenia” na około 15 minut. Za pomocą ściereczki odciśnij nadmiar wody, dodaj cztery jajka, sól, garść startego parmezanu i łyżkę babki płesznik. Wszystko dobrze wy-

mieszaj. Jeśli lubisz, możesz dodać gałkę muszkatołową lub inne ulubione przyprawy.

Rozłóż masę na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia i piecz około 30 minut w temperaturze 180 stopni. Po wystygnięciu upieczone cias-

to smarujemy kwaśną śmietaną lub Łučiną (ser śmietanowy termizowany, można je kupić także w wersji bez laktozy). Na wierzchu ułóż sałatę i plastry wędzonego łososia. Ciasto zwijamy w rulon, odstawiamy na około godzinę i kroimy.

MARION

Przeczytałem to dla ciebie

Branża opieki zdrowotnej w Republice Czeskiej stoi przed poważnymi zagrożeniami i trudnymi perspektywami. Tak powiedział minister zdrowia Vlastimil Válek. Przez najbliższe dwie dekady resort stanie przed bezprecedensowymi wyzwaniami. Wielu od dawna podejrzewało tę przepowiednię. ● 70% Czechów zgłasza problemy ze snem. Jedna piąta populacji rozwiązuje ten problem za pomocą ekspertów. Detoksykacja czasami pomaga, czasami nie. Nie znamy gwarantowanego przepisu na sen. Już. ● Każdy Czech zużywa średnio 87 L wody dziennie. Było tego jeszcze więcej, bo aż 100 L, co odpowiada 200 piwom. W najgorszym wypadku będziemy kąpać się w piwie lub oślim mleku. Jest mnóstwo osłów. ● Najszczęśliwszym krajem na świecie jest znowu Finlandia. Ranking

przygotowała ONZ. Czechy znajdują się na 18. miejscu, Słowacja spadła na 45. miejsce. Oceniono 143 kraje. ● Klebszcze z parku są bardziej zaraźliwe niż te z lasu. Nawet trzy razy. Co 2 kleszcz jest zakażony co najmniej jedną z pięciu bakterii. Oprócz boreliozy powodują nawracającą gorączkę, anaplazmozę, erlichiozę, ricketzjozę czy leptospirozę. Borelioza występuje u 26 % kleszczy miejskich. Jednocześnie Państwowy Instytut Weterynaryjny w Pradze oferuje ulgowe badania metodą PRC. Do 30 czerwca można wysyłać kleszcze na badania pod kątem boreliozy i

kleszczowego zapalenia mózgu. Cena wynosi 1500 CZK. ● Jeśli lubisz kwiaty w swoim mieszkaniu, ale brakuje Ci światła, nie rozpaczaj. Jest filodendron numer jeden. Nie potrzebuje światła ani gleby, wystarczy woda. Ma też ładny zielony kolor. Można też spróbować anthurium czy szeroko rozpowszechnionych zamiokulkas. ● Alarm na czeskim zalewie wywołał zakażenie 10 tys. dzieci. Infekcja nazywa się krztusiec. Biorąc pod uwagę, że w Czechach mieszka około dwóch milionów dzieci poniżej 15 roku życia, stanowi to 0,5 % zażożonych. Śmierć zdarza się nawet 20 tysięcy razy rzadziej. Niemniej jednak uważam, że obecne instytucje naukowe są w stanie opracować szczepionkę na te zagrożenia w interesie zysku. Zwłaszcza, gdy się sprzedaje.

MUDr. Josef Jonáš

TY RÓWNIEŻ MOŻESZ ZOSTAĆ TERAPEUTĄ

MARION DISTRIBUTOR LTD

134 Albert Road,
PL2 1AQ Plymouth
tel. 07944 777727

e-mail. contact@e-marion.co.uk

www.e-marion.co.uk

Zapraszam do współpracy **terapeutów, lekarzy, dietetyków, farmaceutów, fizjoterapeutów i wszystkich zainteresowanych swoim zdrowiem**, oraz zdrowiem swoich najbliższych. Zapraszam również wszystkie osoby chcące zmienić coś w swoim życiu i robić to co niesie zadowolenie. Jeśli natura i medycyna naturalna jest Ci bliska, to Marion jest również dla Ciebie

Dla osób zainteresowanych mamy przygotowane szkolenia praktyczne i teoretyczne o metodzie, preparatach i sposobie pracy z klientami/pacjentami.

www.eabiolife.com

