

e-biuletyn detoksykacja i immunoaktywacja MUDr. Josefa Jonáše



Odporność na krztusiec

Odporności nigdy dość. Właśnie otrząsnęliśmy się z covidu, pojawił się krztusiec. Każdy wykształcony wie, że krztusiec nie jest niebezpieczny dla dorosłych. To po prostu bardzo nieprzyjemny, długi i uporczywy kaszel. Ponieważ czynnikiem sprawczym jest pałeczka Gram-ujemna, dobrze reaguje na antybiotyki. Choroba w prasie wyskoczyła jak diabeł z pudełka. Strach na wróble znów tu jest, znowu jest szczepionka. Zdesperowani ludzie piszą, że nie mogą zdobyć szczepionki i ich koniec jest bliski.

W okresie covidowego mirażu rządy przekonały się, jak łatwo jest ma-

nipulować ludźmi poprzez strach. Jesteśmy przyzwyczajeni do wojny, nie boimy się policji. Ale choroba jest wieczna. Nigdy nie zawodzi. Dobrze jest mówić ludziom, że nie ma szczepionki całkowicie bezpiecznej. Każda ma skutki uboczne. Odsetek tych skutków ubocznych jest różny, nieistotny statystycznie. Krótko mówiąc, co nas obchodzi los tych, którzy cierpią. Najważniejsze są statystyki.

Cała nasza medycyna opiera się na statystykach. Nazywa się to medycyną opartą na faktach. Wyraża się je statystycznie. Znany komik powiedział, że jeśli położysz połowę tyłka na gorącej kuchence, a drugą poło-

wę na kostce lodu, to jesteś pośrodku. Jeśli masz szczęście we współczesnej medycynie, jesteś pośrodku. Na krąwędzi jest gorąco lub zimno. Tak czy inaczej, nie masz szczęścia, lekarstwa na ciebie nie działają. W środku jest maksimum wszystkiego, łącznie z ludźmi. Można im sprzedawać leki.

W gazecie jest mowa o szczepieniach przeciwko krztuścowi. Ale mamy w rękach spray, który możemy wykorzystać do takiej funkcji odporności, o jakiej do niedawna nawet nam się nie śniło. Naszemu sprayowi nie zależy na tym, czy siedzimy na lodzie, czy na kuchence. Krótko mówiąc, odporność jest niezastąpiona.

MUDr. Josef Jonáš

Wiosenne oczyszczenie ciała i duszy

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Wszyscy znamy post wielkanocny, ale dziś być może przestrzegają go tylko prawosławni chrześcijanie. Kiedyś był to trik na oczyszczenie ciała i duszy. Przecież wiele innych kościołów również ma ograniczenia w menu ze względów religijnych. Podejrzewamy jednak, że w tle kryje się problem zdrowotny.

Ponieważ chrześcijaństwo mamy w genach, my również wierzymy, że oczyszczanie koniecznie wiąże się z dietą. Większość ludzi nie chce ograniczać swojej diety pod hasłem „Żyję tylko raz”. Niestety w dobie gigantycznych nadwyżek żywności musimy się cały czas ograniczać. Menu jest tak kuszące smakowo, że diabeł w nas częściej wygrywa niż przegrywa. Przecież Bóg przepowiedział już w Starym Testamencie, że problemem ludzkości będzie brak umiaru.

Potrzeba spowolnienia

Wszystkie żywe istoty wykazują istnienie w pewnych cyklach. Okresy epok lodowcowych przeplatają się z okresami suszy i upałów. W ciągu dnia nasz układ nerwowy, hormony i aktywność narządów zmieniają się w zależności od rytmu dobowego. Nawet rok ma swój rytm. Nawet dzisiaj zimą powinniśmy spać o godzinę dłużej, chłopcy spali nawet do 20 godzin. Dlatego jedli mniej, głównie kiszoną kapustę, groszek lub soczewicę.

Czas teraźniejszy popycha nas do przodu. Czasami jednak brakuje nam sił w tym szybkim biegu i musimy zwolnić. Dlaczego nie na wiosnę? Statystycznie najwięcej ludzi umiera w kwietniu. Starzy Czesi mawiali: przeżyłeś marzec, dożyjesz starości. Najlepszą detoksykacją jest radość, relaks i dobre samopoczucie. Stres napina nasze tkanki, które nie mogą się wówczas pozbyć toksyn. Mięso pod koniec zimy i prace rolnicze na wiosnę zakwaszają organizm i są źródłem soli biogenych.

Natura pomaga

Z radością obserwujemy przyrodę, zauważamy małe rzeczy. Mądrzy mówią, że szczegóły robią różnicę. Naśladujmy naturę i zakładajmy w domu inkubatory. Kiełki fasoli mung, nasiona rzodkiewki, brokułów, kapu-

przykład awokado jest doskonałym źródłem tłuszczów mononienasyconych. Poprawia wrażliwość na insulinę i pomaga zrzucić zimowe kilogramy. Nie bój się imbiru, papryczek chili, cynamonu czy czosnku. Gotuj na parze, która aktywuje uwalnianie składników odżywczych. Pomimo



sty, słonecznika czy rzeżuchy są pełne białka, enzymów, błonnika, mikroelementów i witamin. Dodatkowo uwalniają wątrobę, która według starożytnej medycyny chińskiej na wiosnę przeżywa kryzys.

Jemy ryby, owoce morza, orzechy i nasiona ze względu na zawarte w nich przeciwzapalne kwasy omega-3. Kurkuma jest również korzystna, a na

wszystkich korzystnych dla organizmu zaleceń, nie należy zapominać o toksynach psychicznych – emocjach, stresie i miłości, lub jej przeciwieństwie, czyli deprivacji emocjonalnej. Preparaty **Mun, Tox, Hepcirk, Col, Emotion i Brein** pomogą usunąć te toksyny.

Medycyna holistyczna i wątroba

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Medycyna holistyczna to zastosowanie filozofii holistycznej. Jego główną ideą jest spojrzenie na wszystko z punktu widzenia całości, a nie jego części. Jest to w zasadzie przeciwieństwo współczesnej medycyny, która nie zajmuje się przyczynami, a jedynie objawami chorób.

Nasi współcześni lekarze nie mają żadnej filozofii ani pomysłu. Są przeszkoleni w zakresie medycyny opartej na dowodach, która nie szuka istoty choroby, ale raczej celowo zadaje pytania, aby uzyskać dowody. Złożoność i integralność medycyny nie są omawiane. Jednocześnie zatomizowana jest także kompleksowa opieka. Skupiam się również tylko

Każda epoka preferuje określony narząd ze względu na jego charakter społeczny, w naszych czasach jest to wątroba. Jej psychologiczną toksyną jest agresja. Cała krew, która przenosi wszystko, co dzieje się w jelitach, trafia prosto do wątroby. W dobie antybiotyków i częstej dysmikrobii jelitowej wątroba pracuje niezwykle intensywnie.

chodzą na wiosnę szereg świąt, podczas których pije się alkohol i zajada się ciężkostrawnymi potrawami. Nic dobrego dla wątroby, więc nie możemy się dziwić wiosennemu zmęczeniu.

Wpływ na więzadło

W ramach medycyny holistycznej bardzo istotny jest wpływ wątroby na

tkankę łączną. Występuje praktycznie we wszystkich narządach, w niektórych stanowi nawet główną tkankę naszego życia. Wątroba i jej energia utrzymują więzadło w dobrym stanie. Dlatego bez pracy nad oczyszczaniem wątroby nie będziemy w stanie utrzymać więzadeł w dobrej kondycji ani ich odtruć. Pogorszeniu ulega narząd ruchu, zaatakują się krwionośne naczynia, skóra starzeje się. Tak jak agresja niszczy wątrobę, tak wątroba i pęcherzyk żółciowy niszczą psychikę.



na jednej części, a mianowicie na detoksykacji. Jednak w życiu osobistym staram się patrzeć całościowo.

Duży wpływ

Jako przykład spojrzenia holistycznego wybrałem wątrobę. Jest jednym z pięciu najważniejszych narządów. Razem z pęcherzykiem żółciowym tworzy parę, która ma ogromny całościowy wpływ na detoksykację organizmu, metabolizm i obieg energii.

Jedną z ważnych funkcji komórek wątroby jest produkcja i rozkład cholesterolu, czyli jego kontrola i regulacja. Wszyscy wiemy, że cholesterol jest ściśle powiązany z problemami układu naczyniowego. To tylko ułamek znaczenia wątroby dla organizmu człowieka. Dziś wszyscy wiedzą, że wątroba to organ wiosny. Wzmacniamy ich funkcję włączając do diety kielki nasion. Paradoksem jest to, że od niepamiętnych czasów ludzie ob-

ja niszczy wątrobę, tak wątroba i pęcherzyk żółciowy niszczą psychikę. Wszelkie trudności są lepiej tolerowane, gdy znika złość, nienawiść i samozniszczenie. Nie da się tego zrobić bez dobrej wątroby. Woreczek żółciowy ma duży wpływ na obwodowy układ nerwowy. Nie znam osoby, która nie miałaby problemów w tej dziedzinie. Należą do nich ból dziąseł, astma, problemy żołądkowe, mrowienie palców, rwa kulszowa i wiele innych. Egipcjanin Sinuhet już powiedział: „Rozchmurz swoją wątrobę!” I my też powinniśmy to zrobić.

Wszyscy jesteśmy pod presją

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Niektóre badania są obecnie bardzo powszechne. Prawie każdy z nas miał USG jamy brzusznej i wie, że kamieni żółciowych jest więcej, niż nam się wydawało. Badanie krwi z kolei daje nam możliwość monitorowania ilości cholesterolu.



Osoba z nadciśnieniem doświadczy go, nawet jeśli ciśnienie krwi zostanie "niby" wyrównane.

Nieznośne napięcie

Niskie ciśnienie powoduje również problemy, a mianowicie zmęczenie, zapaść ortostatyczną, zawroty głowy lub zimno. W przypadku osób starszych nawet śmierć w wyniku upadku. Nie ma leków na ten problem. Jeszcze większym problemem są

To, co nas dzisiaj będzie interesować, to badanie, które przechodzi każdy. Zaraz po wejściu do placówki służby zdrowia zostanie Państwu natychmiast zmierzone ciśnienie krwi. Dzięki dokładnym badaniom przesiewowym wiemy, że odsetek dorosłej populacji dotkniętych tą chorobą jest bardzo duży. Wysokie ciśnienie krwi jest przyczyną udarów, choroby wieńcowej, niewydolności nerek, przeciążenia prawej komory, rozszerzenia serca, chorób oczu i innych problemów. Sprawia to, że choroby serca i naczyń prowadzą w statystykach przyczyn niepełnosprawności i zgonów.

Niedopuszczalna metoda

Leczenie nadciśnienia tętniczego odbywa się za pomocą wielu rodzajów

leków, których działanie opiera się na znajomości mechanizmów patofizjologicznych. Można powiedzieć, że znajomość przyczyn jest bardzo dobra. Jak więc to możliwe, że pomimo masowej kampanii problemy nie zmniejszają się znacząco? Odpowiedź jest dość prosta. Leki (hipotensyjne) usuwają jedynie objawy, a nie przyczyny.

Współpracujemy z urządzeniem EAV, które wykrywa informacje z ludzkiego ciała. Jej autor, dr Voll, opierał się na tradycyjnej medycynie chińskiej. Powszechnie wiadomo, że chińscy lekarze diagnozowali zmiany w organizmie na podstawie tętna i tzw. meridianów, czyli dróg energetycznych. Jest to metoda całkowicie nieakceptowalna dla współczesnej medycyny. Niemniej jednak to działa, a praca z urządzeniem Volla to potwierdza.

wahania ciśnienia. W końcu mózg potrzebuje regularnego dopływu tlenu. Dostarczy go jedynie krew.

Choroba nadciśnieniowa jest uważana za chorobę psychosomatyczną. Stres odgrywa główną rolę we wpływie nadnerczy na ciśnienie krwi. Fizjologiczny mechanizm, który zapewniał naszym przodkom odporność na stres i zwiększoną wydajność, stał się naszym przekleństwem. Organizm nie toleruje przewlekłego napięcia stresowego, nadwagi i dysmikrobii jelitowej.

Wypróbuj i zmierz swoje ciśnienie krwi. Jeżeli było wyższe od normy, rozpyl preparat Hyperten w jamie ustnej lub na przedramieniu. Powtórz pomiar po jednej do dwóch minut. **Hyperten** to preparat dla tych, którzy zauważą zmianę.

My detoksykujemy, odporność leczy

MARION®

skuteczne preparaty do detoksykacji i immunoaktywacji
według metody MUDr. Josefa Jonáše

NIEPRZYJEMNIE JEST ŻYĆ POD PRESJĄ

Nadciśnienie tętnicze, cicha choroba

Nie boli, zwykle tego nie czujemy, ale jest wyjątkowo niebezpieczne. W samych Czechach na nadciśnienie cierpi ponad milion osób. Spożycie leków na nadciśnienie w połączeniu z lekami przeciwdepresyjnymi stale rośnie. Wydaje się, że bardzo łatwo jest zaobserwować ich działanie. Ciśnienie krwi mierzy się za pomocą tonometru. Ciśnienie krwi spada, ale liczba powikłań nie maleje. Osoby po udarze mózgu i serca mogą to potwierdzić. Wpadliśmy na rewolucyjny pomysł. Pracujemy z baroreceptorami i przedłużonym rdzeniem kręgowym. Struktury te tworzą pomysłowy system regulacyjny. 2 razy dziennie spryskaj usta po pięć sprayów. Co pół roku stosowania preparatu **Hyperten** powtarzamy kurację. Nie zapomnij sprawdzić ciśnienia krwi w domu.

MUDr. Josef Jonáš



Hyperten

Ukierunkowana detoksykacja
ośrodków odpowiedzialnych
za regulację ciśnienia krwi

Informacje o całej kolekcji preparatów detoksykacyjnych znajdziesz na www.eabiolife.com

Skontaktuj się ze swoim doradcą Marion



Toksyny środowiskowe a rozwój prenatalny

Text: Wioletta Strzałkowska, Foto: Pexels.com

Nie mamy wątpliwości, że toksyny środowiskowe oddziałują na człowieka, są one szczególnie szkodliwe dla rozwijającego się zarodka. Rozwija się w środowisku, jakie zapewnia łono matki. Krążąca krew rozprowadza toksyny po całym organizmie matki, łącznie z macicą.

We krwi krążą nie tylko toksyny, ale także informacja, która jest nie mniej istotna.

Stan psychiczny rodziców i środowisko emocjonalne rodziny wpływają zatem na zarodek. Toksyny materialne są łatwo odfiltrowywane przez łożysko, toksyny psychiczne nie. Przygotowując się do zdrowej ciąży, nale-

obciążać matek, ale możemy skupić się na tych, które powtarzają się najczęściej.

Chemia w mleku matki

Według stanu na wrzesień 2009 r. w bazie danych Chemical Abstracts Service zarejestrowano 50 milionów substancji chemicznych. Oczywiście na ogół nie spotykamy tak wielu substa-

stuczne, pestycydy, perfumy, chemia gospodarcza czy kosmetyki.

Spośród metali toksycznych u niemowląt i małych dzieci znajdujemy kadm i rtęć. Kadm jest uważany za metal rakotwórczy i powoduje uszkodzenie nerek, szpiku kostnego, jąder i jajników. Może również uszkodzić łożysko i płód.

Uważaj na rtęć

Rtęć może być także przyczyną wielu problemów zdrowotnych, w tym uszkodzeń genetycznych płodu, upośledzenia umysłowego, zaburzeń rozwojowych, nieprawidłowości psychicznych, epilepsji czy padaczki. Do organizmu dostaje się poprzez wdychanie, spożycie, przez skórę lub przez łożysko. Jest to najbardziej toksyczny pierwiastek nieradioaktywny. Nawet niewielkie ilości rtęci uszkadzają neurony. Tworzy różne związki, ma właściwości mutagenne i uszkadza program genetyczny.

W żywności, głównie rybach morskich, rtęć przekształca się w metylortęć, która jest nietoksyczna dla dużych ryb. Ale u ludzi grupa metylowa rozkłada się i rtęć jest trująca. W niektórych krajach kobietom w ciąży nie wolno jeść ryb morskich, które również zawierają dioksyny, steroidy i inne hormony płciowe. Mogą one następnie prowadzić do problemów z utrzymaniem ciąży.

Na szczęście istnieje rozwiązanie. Substancje chemiczne usuwa się preparatem **Dechem**, metale preparatem **Met**, jelita - preparatami: **Mun**, **Tox** i **Col**, a układ ginekologiczny preparatem **Gyn**.



ży wyeliminować ogniska zakaźne z krwi w macicy, układu limfatycznego, nerek, pęcherza moczowego, jelit i mikrobiomu jelitowego. Do tego dochodzi psychika kobiety i czynniki środowiska zewnętrznego. Nie sposób wymienić wszystkich

ncji. Rzeczywista liczba chemikaliów co dziennego użytku wynosi ca. 80 000. Niepokojące jest jednak ich występowanie w mleku matki, na które dziecko narażone jest od pierwszych chwil życia. Wykryto tu około 300 substancji chemicznych pochodzenia środowiskowego. Należą do nich tworzywa

Bułeczki migdałowe - świetny zamiennik chleba zbożowego

Text: Mgr Eva Jonášová, Foto: archiv

Mąka migdałowa powstaje z obranych, blanszowanych migdałów. Jest idealna dla każdego, kto przestrzega diety bezglutenowej lub stosuje dietę niskowęglowodanową, tzw. dietę Low Carb. Dlatego dzisiaj z tej mąki przygotujemy wspaniałe bułeczki migdałowe.

Wiele osób zaczęło ostatnio piec chleb, ale domowe bułki stanowią jeszcze szersze pole do popisu dla ich własnych wypieków. Jest ona nawet na tyle szeroka, że w wielu przypadkach można obejść się bez tradycyjnego składnika klasycznego chleba, czyli mąki zbożowej.

Do przygotowania będziemy potrzebować:

70 g mąki migdałowej
30 g nasion lnu
10 g babki płesznik
150 g letniej wody
1 łyżeczka proszku do pieczenia
(bez fosforanów – DM)
Sól himalajska

Na początek zalej babkę płesznik letnią wodą i najlepiej odstaw na noc. Utworzy się gęsty żel, który posłuży jako spoiwo. Wymieszaj pozostałe składniki i odpowiednio połącz je z żelem babki płesznik. Zwilżonymi dłońmi formujemy z ciasta bułki, które układamy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Piec około 50 minut w temperaturze 180°C. Następnie pozostawiamy do ostygnięcia w wyłączonym, półotwartym piekarniku, aby powstałe bułeczki nie straciły kształtu. Ciesz się posiłkiem!



MARION



Przeczytałem to dla ciebie

Po długich poszukiwaniach tego, co plastik robi z ludzkim organizmem, pojawiają się pierwsze prace naukowe. Koncentrujemy się głównie na mikropłastiku. Naukowcy pobrali blaszki tłuszczowe z tętnic osób cierpiących na choroby serca i odkryli, że u połowy z nich były one zanieczyszczone cząsteczkami polietylenu i polichloroku winylu. U tych osób ryzyko zawału serca lub udaru było pięciokrotnie wyższe. ● Liczba przypadków niewydolności serca niepokojąco rośnie. Przyczyna jest znana i nazywa się to covid. Teraz wystarczy tylko rozróżnić, czy jest to szczepionka, czy sam wirus. Nie mamy co do tego wątpliwości. ● Kto nie jest zmęczony, jakby nie był. Miliony ludzi w USA cierpią na chroniczne zmęczenie. CFS oznacza co najmniej sześć miesięcy ciągłego wyczerpania, które nie ustępuje po odpoczynku. Mówią, że to przesadna reakcja na infekcję, prawdopodobnie po covid. ● Amerykański neurochirurg i myśliciel Karl H. Pribram urodził się 105 lat temu. Opisał holo-

graficzne połączenie mózg-umysł. Całość jest osadzona w każdej ze swoich części. Teoria detoksykacji czerpie z jego nauk. ● Nostalgia i wspomnienia wzmacniają relacje. Często rozmawiaj ze swoim partnerem o tym, jak pięknie wszystko się dla Ciebie zaczęło. Polubisz siebie bardziej i będziesz szczęśliwszy. ● Grypa zwiększa ryzyko zawału serca sześciokrotnie. Mówi się, że wirus sprawia, że krew staje się bardziej lepka. ● Australijska firma wyhodowała w laboratorium mięso mamuta, które ma być sposobem na sztuczne mięso. Mówi się, że pierwsza w kolejce jest przepiórka japońska. ● W Czechach i na Słowacji podczas covidu liczba osób opornych na antybiotyki wzrosła od 20 do 50 %. Jednocześnie 500 osób rocznie umiera z powodu infekcji odpornej na ATB. ● Nowy lek kratom otrzymywany jest z roś-

liny Mitragny speciosa, co jest bliskie naszej sytuacji. Psychiatrzy eksperymentują z nim w walce z depresją i zmęczeniem. Rdzenni mieszkańcy Azji Południowo-Wschodniej regularnie żują liście. Tłumi to ból i wywołuje euforię. Efekty są podobne do kokainy lub metamfetaminy. ● Picie 2 litrów wody dziennie to strata czasu. Nowe badania pokazują, że wystarczy 1,5 litra wszystkich płynów razem wziętych. Nikt nie wie, skąd wzięły się obecne zalecenia dotyczące płynów. Połowę potrzebnych płynów otrzymujesz wyłącznie ze zwykłego pożywienia. ● W ściekach znajdują się resztkowe ilości leków, lekarstw i hormonów. Monitorowane są także wirusy i nanoplastyki. Nic z tego nie da się usunąć przez filtrację. Dodam, że woda zawiera także witaminy, minerały i substancje pochodzące z ziół leczniczych. Więc wybierz. ● Niedobór cynku zwiększa agresywność. Ze względu na stan czeskiego jelita wszyscy mamy mało cynku i dlatego tak się denerwujemy.

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. w w w . e a b i o l i f e .