

# לומדים לחיות בריא!

## עלון שבועי לענייני תורה ורפואה לע"נ ר' ברוך מנחם רגב ז"ל

שבת פרשת "ויצא" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

מכירים את האנשים  
האלה שעושים  
"רושם"?  
אני מתכוון לכך שיש  
להם אנרגיות  
מיוחדות, כאלה שאי  
אפשר לפספס  
אותן...  
כשהם נכנסים בדלת  
מבחינים בכך.  
כשהם מתחילים  
לדבר מבחינים בכך.  
וגם כשהם עוזבים  
את המקום, משהו  
עוזב איתם...  
יש להם צ'י חזק, צ'י  
טהור, אנרגיה  
קדושה.

וכך נקרא מחר  
בפרשת השבוע על  
הפסוק "ויצא יעקב  
מבאר שבע"  
שואל רש"י-לא היה  
צריך לכתוב אלא  
וילך יעקב חרנה,  
ולמה הזכיר יציאתו?  
אלא מגיד שיציאת  
צדיק מן המקום  
עושה רושם, שבזמן  
שהצדיק בעיר הוא  
הודה הוא זיוה הוא  
הדרה, יצא משם  
פנה הודה פנה זיוה  
פנה הדרה..."

### "ויצא יעקב..." (בראשית כח, י)

יעקב יוצא מבאר שבע ומשהו שם קורה. כותב רש"י על אתר- "לא היה צריך לכתוב אלא וילך יעקב חרנה, ולמה הזכיר יציאתו? אלא מגיד שיציאת צדיק מן המקום עושה רושם, שבזמן שהצדיק בעיר הוא הודה הוא זיוה הוא הדרה, יצא משם פנה הודה פנה זיוה פנה הדרה וכן (רות א, ז) ותצא מן המקום, האמור בנעמי ורות" הודה, זיוה והדרה הן במילה אחת- אנרגיה. האנרגיה של יעקב. ההילה המקיפה אותו. כשהוא בעיר הכל "מואר". כשהוא עוזב נעשה "חשוך". ניתן לראות זאת גם בימינו. מין תחושה שכזו כשמישהו מגיע ואיתו "רושם" מיוחד! פתאום הכל מתעורר לחיים! ומנגד, כשמישהו עוזב ופתאום הכל "נעלם". נשאלת השאלה- האם באמת קיימת הילה אנרגטית סביב האדם? האם אפשר לראות אותה בחוש? האם אפשר להרגיש בה ב"אוויר"? מאז ומתמיד ידעו שמסביב לאדם יש הילה אנרגטית אותה הוא מייצר. מהי הילה? הילה היא מעין טבעת אור הנוצרת סביב אדם או עצם. היא מורכבת משדה אלקטרומגנטי שמקיף, מכתר, וגם חודר לגוף. לשדה זה תהודה שונה, בתדרים שונים, כאשר כל תדר תואם לצבע של הצ'אקרה אותה הוא מקיף. כדי להבין כיצד נוצר השדה האלקטרומגנטי סביבנו, נקדים ונאמר שכל היקום, כל הבריאה הינה רטט אחד גדול. כל אטום, כל חלקיק של אטום, כל אלקטרון, כל חלקיק בסיסי ואפילו המחשבות שלנו, כולם מייצרים רטט- תנועה כלשהי ביקום. רצף התנועות האלו יוצר למעשה שדה אלקטרומגנטי מסביבנו, וזו למעשה ההילה. הילה של אובייקט חי (בני אדם, צמחים) יכולה להשתנות עם הזמן, בהתאם לתחושות, רגשות וכו', לעומת הילה של אובייקט דומם (אבנים, קריסטלים, מים) שהיא קבועה בבסיסה, אך יכולה להשתנות בעקבות יחסנו אליה (למשל, אם נברך על כוס מים, נוכל לשנות את ההילה של המים למשהו יותר טהור ורוחני).

### האם אפשר לראות הילה?

לפני שנים רבות אנשים יכלו לראות הילות של בני אדם. גם היום ישנם כאלה. ככל שהאדם יותר קדוש ורוחני, יש לו היכולת לראות את ההילות מסביבנו ולדעת מה מצבנו הרוחני והגשמי. כמו כן, ככל שהאדם יותר קדוש ורוחני, כך גם ההילה שלו תהיה הרבה יותר גדולה מסביבו, עם צבעים "בריאיים" ו"נקיים". לפני כ-70 שנה, בוצע הצילום הקיריליאני (צילום הילה) הראשון. היה זה בשנת 1939 בה גילה ברוסיה, סמיון קיריליאן את התופעה במקרה, בעת שעשה ניסויים במעבדתו. קיריליאן גילה שאם מניחים על לוח צילום גוף החשוף לשדה חשמלי חזק, נוצרת על לוח הצילום תמונה של הגוף עם הילה סביבו. השיטה נוסתה על עלים, צמחים, מטבעות ואיברי גוף, וכל אלו הותירו תמונה עם הילה על לוח הצילום. אגב, הצילומים הראו שגם לאחר שחתכו חתיכה מהעלה או הצמח, ההילה שלהם עדיין נשמרה בשלמותה. מה שמסביר את תופעת כאבי הפנטום- כאבים שחשים אנשים באיבר מסוים למרות שכרתו להם אותו (יד, רגל). מאז השיטה התפתחה וכיום ניתן לראות בעזרת מצלמה זו את ההילות סביב האנשים. ניתן גם לראות כיצד ההילה משתנה לטובה כאשר מניחים תפילין, מדברים בדברי תורה, מכוונים כוונות טובות ועוד.

שבת שלום!



## שעורה בעין

"עיניים שלי", את לא שמה לב שיש לך שעורה בעין?

מה זה שעורה?

שעורה היא אבצס קטן באזור העפעפיים שנוצר כתוצאה מדלקת חיידיקית בבלוטה של העפעפיים. הבלוטה נסתמת, מצטברים בה חיידקים הגורמים למוגלה, וכך נוצר לו האבצס - אזור עשיר במוגלה.

איך נזהה?

השעורה גורמת להופעת נפיחות ואודם בעפעפיים, מה שמתפתח לבליטה קטנה, חמה וכואבת. העלולה להפעיל לחץ על העין ולגרום להפרעות ראייה.

איך נטפל?

אם אתם סולדים מהמשחות האנטיביוטיות מדוע שלא תנסו לשים על העיניים תמציות תה כמו תה ירוק או קמומיל? החומרים הפעילים שבתמצית בשילוב המים החמים יפתחו את הסתימה ויגרמו למוגלה לצאת החוצה.

זכרו כלל זה...

**בימים שכאלה, בהם הקור מתחיל לשלוט ולחדור לנו לגוף, מומלץ להימנע מתזונה קרה ומאכילה ישירה מהמקרר!**



התזונה הקרה מכבה לנו את האש הפנימית!

מה שגורם להחלשת מערכת החיסון ולעיכול בעייתי. האוכל לא מותמר במלואו לאנרגיה ואז יש לנו חולשת צ'י.

רוצים לאכול מהמקרר?

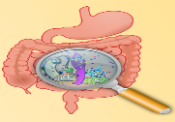
תוציאו את המאכל מהמקרר חצי שעה לפני, על מנת שיפשיר.

רוצים להגדיל ראש?

חממו כל מאכל שנכנס לכם לגוף בתקופה זו. זה יכול להיות על ידי בישול, אידוי, טיגון ואפילו לאכול מתחת למזגן החם!

## בדיקות רפואיות

### בדיקת קולונסקופיה



היא מאפשרת לנו להתבונן בחלחולת (רקטום) ובכל המעי הגס (קולון) באמצעות קולונוסקופ (צינור דק הנושא מצלמה בקצהו) המוחדר דרך פי הטבעת. בעזרת בדיקה זו ניתן לאבחן ואף לטפל במחלות של דרכי העיכול התחתונות.

מתי כדאי לבדוק?

בכל מקרה קיצוני של כאב בטן, דימום מפי הטבעת, עצירות כרונית, שלשול ממושך, ירידה במשקל או אנמיה.

מדוע היא חשובה?

משום שהיא יכולה למנוע סרטן מעי גס!!! אם במהלך הבדיקה נמצא פוליפ (בליטה בשרנית טרום סרטנית), ניתן להסיר אותו עוד לפני שיהפוך לסרטני. אל תזלזלו בכך! פוליפים עלולים להשתנות מגודל של גרגר אפונה לכמה סנטימטרים, בלי שתרגישו בהם בכלל.

לכן, אל תוותרו על הבדיקה הזו, בעיקר אם אתם בני 50 וצפונה...

### תזונה ותוספי מזון

#### שקד ברזיל



הם המקור התזונתי העשיר ביותר לסלניום - נוגד חמצון רב עוצמה הנלחם בחומרים מזיקים בדם. הם יעילים גם בעיכוב הזדקנות ובהפחתת הסיכון לסוגי סרטן שונים. הם מקור טוב לאשלגן, ברזל, מגנזיום וויטמין B1.

אלו הם האגוזים שמיובאים מברזיל ובוליביה, וידועים בשמם-אגוזי/שקדי ברזיל.

היות ועודף סלניום עלול לגרום להרעלה ולנזקים, עדיף לאכול 2-5 שקדים ביום ולא יותר.

אגב, אגוזי ברזיל בעלי קליפה מכילים יותר סלניום מאשר אגוזים קלופים.

## אפוסטרפיה

היא פותחה על ידי שני רופאים ישראלים, שביקשו לתת מזור לסובלים מכאבי גב תחתון ומבעיות מפרקים בגפיים התחתונות.

השיטה מתבצעת באמצעות נעליים יחודיות להן מוצמדות בתחתית, שתי יחידות ביו-מכאניות קמורות שתפקידן להסיט את העומס מהמפרקים ולתרגל את הגוף לסגל לעצמו תבנית הליכה נכונה יותר ופחות כאובה.

השינוי בחלוקת העומס יוצר הקלה משמעותית בכאב, וכך, תוך כדי תרגול יומי של שעה עם נעליים אלו, המטופל מחזיר לעצמו את דפוסי התנועה הנכונים וכל זאת ללא כאב וללא הקדשת זמן מיוחד לטיפול.

אז אם אתם סובלים מ:

שחיקת סחוסים בברך, דורבן, פגיעות בקרסול, שיקום מפציעות או ניתוחים ברגליים, כדאי שתנסו את האפוסטרפיה!!!



# "שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

ניסיון עם  
אלפי  
מטופלים!!

בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS  
מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

כבר למעלה  
מ-15 שנה!

דיקור סיני, רפלקסולוגיה, ציסוי רפואי, כוסות רוח, אגנים חמות, אקסה,  
תוספי מזון, מזרי אלוורה, דיקור אולן, סו-ג'וק...

אלפי טיפים, מאמרים וידע מקצועי באתר -

[Natiregev.com](http://Natiregev.com)

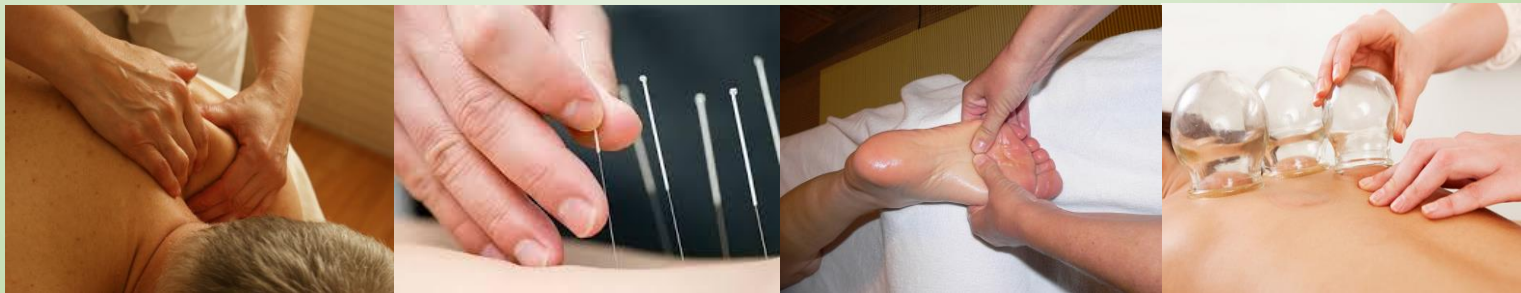
יעוץ אישי  
חינם!

לקבלת טיפ יומי בריא  
בוואצאפ שלחו לי הודעה  
למספר- 050-3711378

מקבל ב:

המרכז ההוליסטי "בידיים טובות", האשל 21, יד בנימין.

"מכבי טבעי" רוטשילד 15, ראשל"צ.



המזרי השבועי של קליניקת "שמחה ובריאות"

## בי-פולן

פולן היא אבקת הפרחים אותה אוספות הדבורים, המשתמשות בה כמזון.

בלעדי הפולן לא היו קיימים צמחים עצים ופרחים.

אבקת הפרחים נאספת על ידי הדבורים המוסיפות לה מרכיבים תזונתיים

נוספים ויוצרות תוסף תזונה בעל תכונות הזנה ומרפא ייחודיות.

פוראור בי פולן הוא מקור לחומרי תזונה חיוניים, תוסף מזון המכיל יותר

מרכיבי תזונה לכל קלוריה מכל תוסף מזון אחר.

למעשה התוסף עשיר ברכיבים מזינים במידה כזו, שגוף האדם יכול להתקיים

ממים, סיבים ובי פולן בלבד!

סגולותיו הרפואיות של הפולן מוכרות זה אלפי שנים.

היפוקרטס, אבי הרפואה, הזכיר אותו בכתביו, והוא נזכר בכתבים

רפואיים מכל רחבי העולם.



רק 84 ש"ח

להזמנות-

050-3711378



# "שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

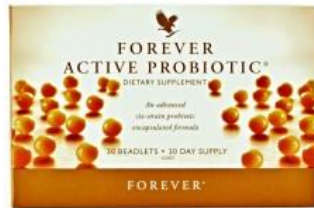
להזמנות- 050-3711378



FOREVER



מלח הימלאיה  
מבצע- 30 ש"ח



פרוביוטיקה  
מבצע- 161 ש"ח



בי פולן  
מבצע- 84 ש"ח



משקה אלו ורה וחמוציות  
מבצע- 139 ש"ח



ויטמין B12  
מבצע- 85 ש"ח



חומץ תפוחים אורגני  
מבצע- 30 ש"ח



סידן  
מבצע- 130 ש"ח



ויטמין C  
מבצע- 97 ש"ח



משחת טייגר- נגד כאבים  
מבצע- 35 ש"ח



סבון אבוקדו  
מבצע- 33 ש"ח



חיזוקית לילדים  
מבצע- 77 ש"ח



אומגה 3  
מבצע- 167 ש"ח

רוצים ללמוד לחיות בריא?

מחפשים עוד מוצרים?

חפשו אותי ב-f

natiregev.com

כנסו לאתר שלי

# "שמחה ובריאות"

**בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!**

בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

**להזמנות- 050-3711378**



FOREVER



**מורינגה**  
מבצע- 65 ש"ח



**אצת בר כחולה ירוקה**  
מבצע- 130 ש"ח



**זרעי צ'יה**  
מבצע- 35 ש"ח



**ג'ל אלוורה לשתייה**  
מבצע- 139 ש"ח



**ג'ל אלוורה למריחה**  
מבצע- 81 ש"ח



**כורכום עם ג'ינג'ר**  
מבצע- 130 ש"ח



**שמן ציפורניים**  
מבצע- 69 ש"ח



**משחת שיניים אלוורה**  
מבצע- 41 ש"ח



**שפתון אלוורה**  
מבצע- 19 ש"ח



**כמוסות מאקה**  
מבצע- 60 ש"ח



**חמקרת**  
מיגרנית- 49 ש"ח  
כרית גדולה- 65 ש"ח



**שמן קוקוס**  
מבצע- 39 ש"ח

רוצים ללמוד לחיות בריא?

חפשו אותי ב-

מחפשים עוד מוצרים?

כנסו לאתר שלי- [natiregev.com](http://natiregev.com)