

# לומדים לחיות בריא!

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

שבת פרשת "חיי שרה" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

צריך להיזהר משימועות רעות.

אם אתם לא מספיק חזקים, זה יכול לעלות לכם ביוקר!

צריך גם לדעת איך לבשר אותם הלאה, למי ומתי?

לא כל העיתים שווים. גם לא כל האנשים.

חשיפה למשהו רע, בין אם הוא מראה, שמועה מרחוק או בשורה ישירה, עלולה למוטט את הצי שלכם בשניות בודדות. לפעמים עד מוות!

אם אתם יודעים ששמועה כזו צריכה לבוא, דאגו לחזק את עצמכם לפני. אם בלית ברירה אתם צריכים לבשר אותה למישהו אחר, עשו זאת בתבונה ובהדרגה, על מנת לא למוטט אותו לגמרי. וכך נקרא מחר בפרשת השבוע:

"ויבוא אברהם לספוד לשרה ולבכתה" - כותב רש"י - "ונסמכה מיתת שרה לעקידת יצחק, לפי שעל ידי בשורת העקידה שנדמך בנה לשחיטה וכמעט שלא נשחט, פרכה נשמתה ממנה ומתה".

**"ולבני הפילגשים אשר לאברהם נתן אברהם מתנות..."** (בראשית כה,ו)

...וישלחם מעל יצחק בנו בעודנו חי, קדמה אל ארץ קדם". פסוק זה מציין מספר עובדות שכדאי לשים לב אליהן: ראשית, אברהם נותן מתנות לבני הפילגשים. שנית, הוא שולח אותם אל ארץ קדם או יותר נכון מזרח (הודו-סין?) ודבר אחרון הוא, שיצחק נשאר כאן, בארץ (גם עם מתנות?). אם כן, באיזה מתנות מדובר? ומדוע דווקא למזרח? האם זה קשור להתפתחות תורת המזרח- שיטות הרפואה המשלימה לגווניה (דיקור סיני, שיאצו, טווינה, איורוודה, צ'אקרות ועוד)?

במסכת סנהדרין דרשו רבותינו בשם רבי ירמיה בר אבא, שמסר אברהם לבני הפלגשים שם טומאה, ופירש רש"י: "שמסר להם כישוף ומעשה שדים". והשאלה שנשאלת היא, לצורך ולשם מה מסר להם אברהם כישוף ומעשה שדים? הרי"ח זצ"ל, מבעלי התוספות, ביאר שאברהם מסר להם עניין זה, מפני שאמר- הואיל ואני שולחם מעל יצחק בני לארץ קדם, שמא יראו אצל בני קדם אלילים ומגידים להם עתידות ויהיו סבורים שיש ממשות באלילים, לכן לימדם, כדי שידעו שאין ממש באלילים. רבותינו בעלי התוספות תירצו בשם הרב רבי משה זצ"ל, שאברהם אבינו מסר להם שם בטומאה שיוכלו לפעול בשמות הטומאה לפי שהיה רואה אותם עסוקים בתרפים (שדין עבודה זרה להם), והיו צריכים להשתחוות לו קודם שהיה אומר להם שום דבר, והיה מוכיחם על כך, והיו אומרים לאברהם, והיאך נוכל להניחם, והלא הם מגידים לנו עתידות, אמר להם הניחו אותם ואלמד אתכם שמות שאפילו אם תאמרו אותם במקום הטנופת יועיל. לכן, שלחם אברהם מעל יצחק בנו כדי שלא ילמד את מעשיהם, והמתנות שנתן להם בשלחו אותם, היו מעין מתן שכר שיקראו לאליליהם בשמות הטומאה הנאים להם. בספר משכיל לדוד להגאון רבי דוד פרדו זצ"ל מתרץ שכיון שאברהם אבינו שלח את בני הפלגשים אל ארץ קדם, מקום ששם נמצאים המלאכים עז"א ועז"אל שהפילים הקב"ה מן השמים וקשורים בשלשלאות של ברזל ומודיעים כישופים לבני אדם ומשם היה יודע בלעם, כמו שכתב בזוה"ק, לכך לימדם אברהם היאך יעשו כדי לכפות הקליפות שתהינה מסורות בידם ולא יוכלו להרע להם, וזה אומרם- "שם טומאה מסר להם". וכך גם תירץ הגאון חתם סופר זצ"ל. הגאון ר' יהודה מאיר שפירא זצ"ל מחולל לימוד הדף היומי מתרץ בספרו "אמרי דעת" שאברהם אבינו ע"ה חשש שבני הפלגשים יעשו כל דבר רע במסווה שהם בני אברהם, וכישילו את העולם ויגרמו לאנדרלמוסיה רוחנית, לכך מסר להם אפוא שם טומאה, שבזה טבע עליהם את חותם הטומאה, ומעתה ברור יהיה לכל העולם מי ומי הם, שכל פועליהם מכח הטומאה היא, ועל ידי זה עשה אברהם אבינו הפרדה ובהירות בין טומאה לטהרה. **ומה אנו למדים מכך?** אנו למדים שבמזרח יש "כוחות" ויש חכמה! מעצמות המזרח הולכות וגדלות כל הזמן. הפיתוחים, ההמצאות, הרפואה המשלימה לגווניה. אבל יותר מכך אנו למדים שכל מה שיש שם התחיל בעצם כאן. אצל אברהם. אצל התורה. התורה מכילה את כל הרפואות ואת כל החכמות שבעולם. איך אמר הגר"א? "מי שחסר לו יד אחת בחכמות חיצוניות חסר לו כנגד זה מאה ידות בתורה".



## בדיקת גסטרוסקופיה

סובלים מבעיות בדרכי העיכול העליונות כדוגמת: כאבי בטן, הקאות, צרבות, דימומים, קושי בבליעה? אולי אתם צריכים לעשות בדיקת גסטרוסקופיה...

זו בדיקה שמאפשרת לנו להתבונן בוושט, בקיבה ובתריסריון באמצעות מצלמה קטנה הממוקמת בקצה צינור גמיש המוחדר דרך הפה. בעזרת צינור זעיר זה אפשר גם לבצע דגימה של רקמה מאזור חולה (ביופסיה), להוציא גוף זר שנתקע בוושט או בקיבה ואפילו לבצע מניפולציות ניתוחיות!

על מנת לחסוך מהמטופל תחושה של אי נעימות או כאב, הבדיקה מבוצעת בסדציה (טשטוש), הניתן בזריקה אל הווריד. הסדציה פועלת במהירות, ומקנה למטופל תחושה של רדימות וישנוניות.



## נוני

תזונה ותוספי מזון

הנוני, עץ ענק המתנשא לגובה 7 מטר!

בן למשפחת האנונה. נקרא בשמו הרפואי Morinda Citrifolia ונחשב לאחד הפירות בעלי יכולות הריפוי העוצמתיים ביותר שישנם.

עוצמת ריפוי מדהימה זו נובעת מכ- 150 אלמנטים שונים בעץ, הכוללים ויטמינים, מינרלים, אנזימים, והורמונים. הפעולה המרכזית של הנוני הינה העלאת רמת הקסרונין (xeronin) בגוף. הקסרונין הינו אלקולואיד קטן למדי הקיים בכל התאים הבריאים של צמחים, בעלי חיים ומיקרואורגניזם. הוא זה שמאזן את המבנה המולקולארי בכל תא בגוף ומעודד יצירת תאים חדשים. הוא מסייע לרפא תאים פגומים ומשמר את תפקודם התקין. אין חיים בגוף ללא קסרונין. גופנו יכול ליצר כמות מוגבלת של קסרונין אשר פוחתת עם הזדקנות הגוף, ולכן הקסרונין כל כך יקר לגופנו.

השימוש במיץ נוני נמצא יעיל בין השאר לסיוע במערכת העצבים ולחיזוקה, לבעיות עיכול ועצירות, כאבי ראש, דלקות פרקים, סוכרת, אלרגיות ועוד.



## עיסוי איורודה

גם היא שייכת לשיטות הטיפול של הרפואה המשלימה ועליה תוכלו ללמוד בספרות ההודית העתיקה שנצברה במשך אלפי שנים על ידי חכמי הודו לדורותיהם. פירוש שמה של ה"איור-ודה" הוא- "ידע החיים" ומטרתה היא להביא את הגוף והנפש למצב של "הארה" - הרמוניה ושלמות נפשית גופנית. עיסוי זה מורכב משני שלבים:

הראשון נקרא "אביאנגה" ובו נמשך הגוף בשמן רב המחמם ומרגיע את השרירים. החלק השני נקרא "שירודרה" ובו מתמקדים במצח ובראש על ידי הגרת שמן שומשום חם המעלה את טמפרטורת הגוף ולחץ הדם, עיסוי קל ועדין בקרקפת המשרה רגיעה עמוקה ומנוחה מוחלטת למוח, ולסיום- הגרת שמן על העין השלישית (באמצע המצח) הגורמת ל"פתיחת" העין השלישית ולהתעוררות רוחנית! העיסוי יעיל במיוחד לטיפול במצבי לחץ ועומס, כאבי ראש, עייפות ותשישות, ומערכת חיסון מוחלשת. האיורודה מטפלת במגוון רחב של בעיות, מחלות וחוסרי איזון הנמצאים בגוף, על ידי שמירה על אורח חיים בריא ותזונה איורודית המותאמת אישית לכל מטופל לאחר אבחון מעמיק שמתבצע על ידי המטפל. אז אתם באים איתי להודו?

זכרו כלל זה...

## העור שלנו רגיש לקור, הרבה יותר מאשר לחום!



לכן בחורף אנו סובלים הרבה יותר מתופעות עוריות לא נעימות כמו אדמומיות ויובש, עור מתקלף ומגורה, בעיקר באזורים החשופים כמו בכפות הידיים, בקרקפת ובעור הפנים. אז איך נמנעים?

אל תוותרו על קרם לחות. פעמיים ושלוש ביום. בעיקר בערב. זהו הזמן הטוב ביותר לתת לעור להשתקם. וגם אם החלטתם למרוח אותו בבוקר כי אין ברירה, עדיף לפחות שעה לפני שיוצאים מהבית. אחרת המים שבתוך התכשירים האלה מצננים עוד יותר את העור. שפתיים זקוקות להגנה בימים קרים. זה הזמן להשתמש בשפתון לחות, במיוחד לפני היציאה מהבית. אזור נוסף פגיע מאד הוא העור הדק שמסביב לעיניים. באזור הזה אין כמעט בלוטות שיכולות להגן על העור, לכן הוא מתייבש מהר ומאבד מגמישותו. כדי למנוע הופעת קמטים השתמשו בקרם עיניים ובמקרה הצורך גם בסרום לעיניים.

# "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, אבנים חמות, אקסה,  
תוספי מזון, מזרחי אלורה, דיקור אלון, סו-ג'וק...

אלפי טיפים, מאמרים וידע מקצועי באתר -

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

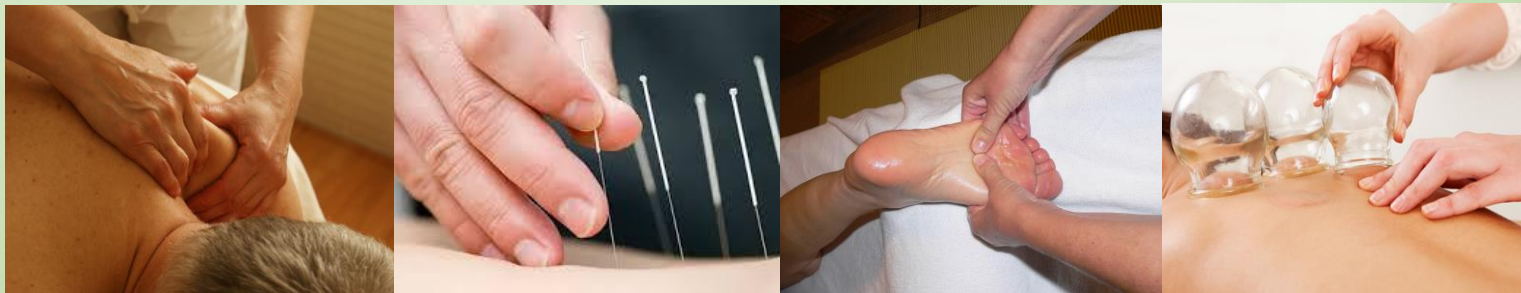
יעוץ אישי  
חינם!

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.



המזרח השקועי 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!

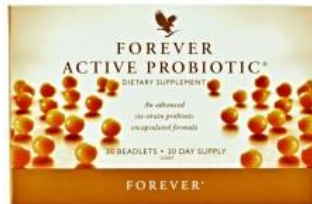
בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

להזמנות- 050-3711378



FOREVER

|                                                                                                                                   |                                                                                                                               |                                                                                                                             |                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>מלח הימלאיה<br/>מבצע- 30 ש"ח</p>             |  <p>פרוביוטיקה<br/>מבצע- 161 ש"ח</p>         |  <p>בי פולן<br/>מבצע- 84 ש"ח</p>          |  <p>משקה אלו ורה וחמוציות<br/>מבצע- 139 ש"ח</p> |
|  <p>ויטמין B12<br/>מבצע- 85 ש"ח</p>             |  <p>חומץ תפוחים אורגני<br/>מבצע- 30 ש"ח</p> |  <p>סידן<br/>מבצע- 130 ש"ח</p>           |  <p>ויטמין C<br/>מבצע- 97 ש"ח</p>              |
|  <p>משחת טייגר- נגד כאבים<br/>מבצע- 35 ש"ח</p> |  <p>סבון אבוקדו<br/>מבצע- 33 ש"ח</p>       |  <p>חיזוקית לילדים<br/>מבצע- 77 ש"ח</p> |  <p>אומגה 3<br/>מבצע- 167 ש"ח</p>             |

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

|                                                                                                                                     |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p><b>מורינגה</b><br/>מבצע- 65 ש"ח</p>            |  <p><b>אצת בר כחולה ירוקה</b><br/>מבצע- 130 ש"ח</p> |  <p><b>זרעי צ'יה</b><br/>מבצע- 35 ש"ח</p>                         |  <p><b>ג'ל אלוורה לשתייה</b><br/>מבצע- 139 ש"ח</p>  |
|  <p><b>ג'ל אלוורה למריחה</b><br/>מבצע- 81 ש"ח</p> |  <p><b>כורכום עם ג'ינג'ר</b><br/>מבצע- 130 ש"ח</p> |  <p><b>שמן ציפורניים</b><br/>מבצע- 69 ש"ח</p>                     |  <p><b>משחת שיניים אלוורה</b><br/>מבצע- 41 ש"ח</p> |
|  <p><b>שפתון אלוורה</b><br/>מבצע- 19 ש"ח</p>     |  <p><b>כמוסות מאקה</b><br/>מבצע- 60 ש"ח</p>       |  <p><b>חמקית</b><br/>מיגרנית- 49 ש"ח<br/>כרית גדולה- 65 ש"ח</p> |  <p><b>שמן קוקוס</b><br/>מבצע- 39 ש"ח</p>         |

רוצים ללמוד לחיות בריא?

מחפשים עוד מוצרים?



חפשו אותי ב-

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