

לומדים לחיות בריא!

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

שבת פרשת "קרח" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

זה לא כל כך נעים להימצא
בחברת אנשים רעים. הם
משפיעים עלינו אנרגטית
והופכים אותנו בהכרח
לכאלה.

לא רק ההימצאות הפיזית
בחברת אנשים אלה, אלא
אפילו ההימצאות השמית
שלנו ליד שמם (עיתון,
מודעה, פרסומת וכד')
ביכולתה לסדוק את ההילה
האנרגטית שלנו, לחלחל
פנימה אל גופנו ולפגוע
בנו.

וכך נקרא מחר בתורה על
הפסוק "ויקח קרח בן יצהר
בן קהת בן לוי" -
כותב רש"י - "ולא הזכיר בן
יעקב, שבקש רחמים על
עצמו שלא ייזכר שמו על
מחלוקתם, שנאמר
(בראשית מט, ו) ובקהלם
אל תחד כבודי.

והיכן נזכר שמו על קרח?
בהתייחסם על הדוכן
בדברי הימים, שנאמר
(ד"ה א' ו, כב - כג) בן
אביאסף בן קרח בן יצהר
בן קהת בן לוי בן ישראל."

"... אשר עשה ה-אלוקים את האדם ישר והמה בקשו

חשבונות רבים" (קהלת)

בריאות, פירושה- זרימה חלקה ומאוזנת של צ'י בגוף. מחלה, פירושה- תקיעות בזרימה
האנרגטית של הצ'י בגוף. כל אדם בא לעולם על פי רוב, בצורה מאוזנת. ה-אלהים עשה אותו
ישר- מאוזן. הצ'י זורם בו בצורה חלקה ומאוזנת. מתי הבעיה מתחילה? כשלאט לאט
מתחילים לחיות ולהנות ולהתגאות...

אדם קם בבוקרו של יום, ומתחיל את מרוץ חייו. הוא צריך להספיק, ולכן הוא מדלג על
ארוחות. הוא עדיין לא מספיק, אז הוא מתעצבן וצועק על כל העולם. הוא מקנא באלה שלא
צריכים להספיק. הוא דואג- מה יהיה? הוא יושב כל היום על הכסא ועובד. ועדיין לא מספיק.
שלא נדבר חלילה על זמן לפעילות גופנית קטנה....

החיים חזקים יותר מהכל. מתח, חרדה, כעסים, דאגות, פחדים. לכל אלו ישנה השפעה
עצומה על הצ'י בגוף. הם בעיקר מפירים את הזרימה החלקה של הצ'י בגוף. אתה קם בבוקר
רגוע, ו-5 דקות לאחר מכן, המרוץ מתחיל. הצ'י מתחיל להיתקע. הוא לא זורם נכון. מכאן ועד
לכאב, הדרך מאד קצרה.

אז מה עושים כשכואב? ישנן שתי דרכים. הדרך המצויה והדרך הרצויה:

הדרך המצויה: כואב? תיקח כדור זה יעבור!

זוהי שיטת הרפואה הקונבנציונלית. הטיפול הוא סימפטומטי. אדם נכנס לרופא, אומר היכן
כואב לו, ויוצא עם כדור. את הרופא לא מעניין מה עבר על אדם זה באותו יום? מה הוא אכל?
איפה הוא היה? מה המצב הרגשי שלו? הוא יודע שכואב, וכאב צריך "להעלים". הכדור ישכך
את הכאב, וימנע מהמטופל סבל מיותר, עד יעבור זעם. ברור לכולכם שהצ'י עדיין תקוע,
והכאב עדיין קיים. פשוט לא מרגישים אותו. במצב כזה, שוב, ישנן שתי אפשרויות: או שהכאב
ילך ויגדל, והכדור כבר לא יעזור. הרופא, במקרה זה, יעלה את המינון של הכדור הנוכחי או
שייתן כדור אחר, חזק יותר. אפשרות שנייה היא, שהכאב יעלם, אבל יתחיל במקום אחר
בגוף. הרופא במקרה זה ייתן כדור לכאב במקום האחר.

הדרך הרצויה: כואב? תניע את הצ'י!

זוהי שיטת הרפואה המשלימה. הטיפול הוא שורשי. אדם נכנס למטפל ואומר היכן כואב לו.
המטפל מזהה את האזור הבעייתי. הוא כבר יודע באיזה מרידיאן- מסלול אנרגטי, הצ'י נתקע.
וכל מה שנותר לו הוא להניע שוב את הצ'י, על ידי שיטות הטיפול הקיימות (דיקור סיני, כוסות
רוח, שיאצו, מסאז' וכד'). ברור לכולכם שברגע שהצ'י ישוב לזרום בצורה חלקה בגוף, הכאב
יעלם. הוא לא יפרוץ שוב במקום אחר. אותו אדם לא יצטרך לקחת כדור (ובהמשך להעלות
מינון), כדור שבסופו של דבר יכול לפגוע גם באיברים אחרים בהמשך.

כאב יכול לנבוע מרגשות מודחקים, משיבה ממושכת, תנחות עבודה לא מאוזנות, מתח יומי
בלתי פוסק, ועוד הרבה "חשבונות אחרים" שאנו מחפשים לעצמנו. כל אלו מפירים את
הזרימה החלקה של הצ'י בגוף, ויוצרים כאב. השאלה היא מה עושים הלאה? האם ממשיכים
בצורת החיים הזו, ולוקחים כדור ש"יעלים את הכאב", או שפשוט משנים את צורת החיים
הקלוקלת, ומאפשרים לצ'י לזרום שוב, בצורה חלקה וישרה בגוף.

שבת שלום!

מספר דברים שלא ידעתם על השיער שלכם:

1. בממוצע יש על ראשנו 100,000 שערות. השיער הוא השני ברשימת רקמות הגוף שצומחות הכי מהר. לפניו- רק מח העצם. כששיער ראשנו מחובר בטור, הוא מגיע לאורך של 16 קילומטרים ויכול לתמוך, כשהוא מאוחד, במשקל של שני פילים, או 12 טון.



מסקנה- אני אסתפק בפיל אחד...

2. השיער הוא לא רק ליופי. הוא גם מכיל מידע על מה שנמצא בזרם הדם שלנו, לרבות מינרלים ותרופות. מסקנה- בדיקת שיער בהחלט יכולה לעזור באבחון חוסרים בגוף.

3. לפי הרפואה הסינית, הכליות מתבטאות בשיער, והרגש המשויך אליהן הוא פחד, שוק, טראומה. שיערות לבנות או אפורות הנובעות ממתח או טראומה יגיעו 13 ימים בממוצע לאחר שהמקרה ארע. ברם, בהחלט תיתכן תופעה בה השיער מלבין בין לילה לאחר טראומה קשה. מסקנה- העדיפו להימנע מעיסוקים, עבודות או סתם סיטואציות "מפחידות ומסוכנות".

סמבוק שחור

תזונה ותוספי מזון

הוא נמצא בשימוש הרפואה המסורתית כבר אלפי שנים. יש לו גוון שחור-אדום עז ומכאן שמו- סמבוק שחור.



הסמבוק משמש לטיפול בנזלת, סינוסיטיס, דלקות בדרכי השתן, קדחת השחת, הצטננות, שפעת, ברוניטיס, אלרגיה ואסתמה ועוד. משתמשים בו גם כמיזע המסייע להפרשת זיעה ובכך להורדת חום. כמו כן, הוא צמח משתן המשמש גם כמשלשל עדין שיכול לעזור לסובלים מעצירות.

הצעה לשימוש:

מניחים כף פרחים מיובשים בכוס, מוסיפים מים רותחים, ממתינים כמה דקות ושותים. מומלץ לשתות את המשקה שלוש פעמים ביום.



מח אחד הגוף כבר יגלה את האמת. אולי אתם תמשיכו לשקר, אבל הגוף, כידוע, אף פעם לא לפחות לא בשיטת מוח אחד. זוהי שיטה הקיימת זמן קצר יחסית, מאז 1985. פיתחו אותה שני מדענים אמריקאים, גורדון סטוקס ודניאל וייטסייד, שלדבריהם עלו עליה באמצעות חקר המוח. המוטו הוא "להתחבר ישירות לאני האמיתי שלך", והדרך לעשות את זה עוברת דרך הגוף. וליתר דיוק, דרך דיבור עם השרירים. בדיקת השריר, שהיא גולת הכותרת כאן, אינה בוחנת את מצבו של השריר דווקא, אלא את המטען הרגשי של הנבדק ביחס לנושא כלשהו. כלומר, המטופל מרים את ידו למצב אנכי. עליה מניח המטפל את כף ידו או אצבעו, ואז מגיעה השאלה. אם התשובה עליה נכונה כלומר, אני מרגיש בנוח איתה, אז ידי תשמור על טונוס חזק ולא תיפול. ואם התשובה מסבה לי אי נוחות, אז ידי תיפול בגלל טונוס חלש. המטפל יבין זאת וידע לאן לנתב את הטיפול. כן, ככה זה כשהתת-מודע מחליט לענות במקומכם...

צלוליטיס

אני יודע שמדובר בנקודה רגישה. לפחות אצלכן... קוראים לזה צלוליטי, ולא צלוליטיס שזה משהו אחר לגמרי (דלקת של רקמת השומן). צלוליט הוא הצטברות שומן תת-עורי עקב זרימת דם בעייתית לרקמה שבה הוא נמצא. ההצטברות והמראה הגבשושי שהוא יוצר נגרמים לרוב בשל נטייה גנטית ולא קשורים רק להשמנה ניכרת. ברם, ככל שכמות השומן בגוף עולה, ובמיוחד באיזור הירכיים והישבן, כך עולים הסיכויים להיווצרות צלוליט ואף להגדלת השטחים הקיימים.

איך מטפלים?

עושים פעילות אירובית (הליכה, ריצה, רכיבה על אופניים, ספינינג וריקוד. הפעילות מעודדת את הגוף ליצור סיבי שריר ארוכים וצרים (התורמים למראה מחוטב) ומשפרת את זרימת הדם לרקמת השומן שעוטפת אותו ותורמת למיצוק העור.

זכרו כלל זה...

לפעמים זה טוב שדברים נכנסים לכם באוזן אחת ויוצאים מהאוזן השנייה...



מדוע? כי זה מה ששומר עליכם שלא

תשתגעו או שלא ישגעו אתכם...

הגוף כבר יודע לסנן. הוא יודע מה טוב לו ויש לו

את הסיבות שלו. הוא יודע איזה מידע להשאיר

בפנים ואיזה מידע לשחרר הלאה דרך האוזן

השנייה. הוא יודע איזה אנשים לסנן ולא לתת להם

להיכנס לתוך הראש ואיזה אנשים להכניס ולארח

בצורה יפה.

הגוף עובד יפה ונכון, אפילו בלי שנרצה. הוא דואג

לנו שלא נקרוס. הוא משאיר בפנים רק את המידע

ההכרחי והנכון לנו, לבריאות הנפש והגוף.

אפשר גם הפוך...

אם יוצאים לכם דברים מהאוזן השנייה, פשוט

תשאלו את עצמכם- למה ובגלל מי?

קיבלתם ממני 1000 טיפים! לא תתנו לי אחד?

בשעה טובה ומוצלחת, מתחיל לו פרויקט גיוס ההמונים, לטובת הוצאתם לאור של שלושת ספרי הראשונים מסדרת הטיפים המצליחה- "לומדים לחיות בריא".

מיזם "לומדים לחיות בריא בוואצאפ" התחיל בשנת 2016 ונמשך למעשה, עד היום. זהו טיפ בריא, שנשלח כל יום בוואצאפ ונקרא על ידי אלפי קוראים. לכבוד הטיפ ה-1000 ולאחר פניות מרובות מצידכם, החלטתי להוציא

את הטיפים לאור בסדרת ספרים. יותר לא תצטרכו לחפש אותם אחורה בוואצאפ או לבקש שאשלח לכם שוב.

מעכשיו, תוכלו למצוא אותם בשלושת הספרים הראשונים בסידרה:

1. לומדים לחיות בריא- 150 טיפים לחיים בריאים!

הטיפים מחולקים ל-5 נושאים: תזונה, תוספי מזון, בדיקות רפואיות, מחלות ושיטות טיפול ברפואה משלימה. המידע קצר וקולע ומספק את כל מה שצריך לדעת על נושאים אלו.



2. לומדים לחיות בריא- 150 טיפים מפרשיות השבוע!

150 טיפים לחיים רגועים ושלוים על בסיס פרשיות השבוע, כתובים בטוב טעם ובשפה קולחת, עם "תיבולים ונגיעות" מפרשני המקרא.



3. לומדים לחיות בריא- 150 כללים לחיים מאוזנים!

אלו למעשה הטיפים שהתחילו במשפט המיתולוגי-

"זכרו כלל זה ותודו לי כל חייכם!"

150 כללים ותובנות לחיים, שישמרו את כולנו במצב מאוזן, בתוך עולם תובעני ומתיש כמו שלנו.



אז כנסו לכאן או לאתר שלי

והחזירו לי טיפ!

"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, אכניס חמות, אוקסה,
תוספי מזון, מזרחי אלורה, דיקור אלון, סו-ג'וק...

אפסי טיפוס, מאמרים וידע מקצועי באתר -

Natiregev.com

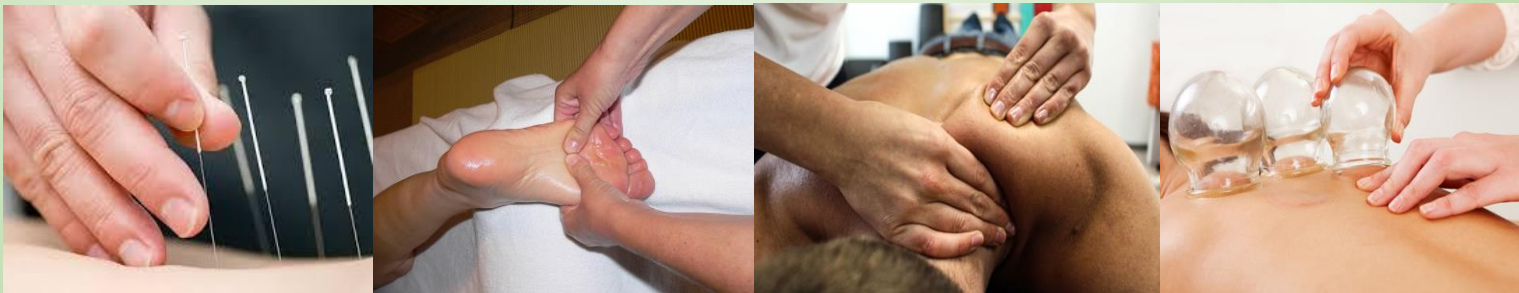
יעוץ אישי
חינם!

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 בקליניקת "שמחה ובריאות"

אצת בר כחולה ירוקה

היא מכילה 48 מתוך 49 אבני הבניין החיוניות לגוף!
בנוסף, היא גם מכילה ויטמינים, מינרלים, חומצות אמינו, אנזימי עיכול, חלבון, כלורופיל, אומגה 3, ויטמין B12.

היא מנקה רעלים ומגינה על הכבד!

היא מספקת תמיכה במצבים של הפרעה לקשב ולריכוז, היפראקטיביות וקושי להתמקד!
היא משמשת כאנטי וירוס טבעי לחיזוק והמרצת מערכת החיסון, הודות לתכולה גבוהה של כלורופיל ובטא קרוטן.

היא מהווה כלי נשק יחודי לטיפול בסרטן!

בקיצור, היא מולטי ויטמין טבעי אורגני עם כל מה שהגוף והמוח זקוקים לו!



רק 130 ש"ח

תכירו את אצת הבר הכחולה ירוקה!

היא גדלה במספר מצומצם של אגמים (במיוחד אגם קלמאת בארה"ב) ומהווה מקור טבעי המועשר בשפע נוגדי חמצון, בשל יכולתה לנצל מולקולות חנקן ישירות מהאוויר, לשם ייצור חלבון ותרכובות המכילות אותו.

אפשר לומר שאצת זו היא מעין צבא שלם הפועל בגוף ביעילות, ובנחישות מול כל אויב אפשרי!

להזמנות-
050-3711378

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

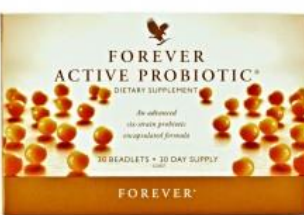
בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

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	 חמקריט מיגרונית- 49 ש"ח כרית גדולה- 65 ש"ח	 שמן קוקוס מבצע- 39 ש"ח

רוצים ללמוד לחיות בריא?

מחפשים עוד מוצרים?



חפשו אותי ב-

כנסו לאתר שלי- natiregev.com