

לומדים לחיות בריא!

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

שבת פרשת "כי תצא" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

"... ולא תשים דמים בביתך כי יפול הנופל ממנו" (כב,ח)

בית חדש. מה יותר כיף מזה? לגור, לחיות ולהשתמש בבית החדש! או יותר מכך, פשוט לא להרוס. או יותר מדויק - להיות זהיר. להשתמש נכון. לא לעשות נזקים. גם אם בוא יבוא בהמשך כי זה טבע העולם והמבנה, שהוא מתיישן וניזוק פה ושם, אבל לפחות שלא נהיה אנחנו הגורמים לכך, אלא נשאיר זאת לחשבוננו של עולם.

רש"י מפרש על הפסוק בכותרת - "ראוי זה ליפול ואף על פי כן לא תתגלגל מיתתו על ידך, שמגלגלין זכות על ידי זכאי וחוב על ידי חייב". גם הספורנו כותב - "כאשר יקרה שיפול איזה נופל משם, לא תהיה אתה הגורם באופן שיהיה עונש הדם בביתך".

כלומר, יש חשבונות שמים שאין לנו בהם מושג, אבל בהחלט אנו יכולים להיות "לא שותפים" אליהם, בכך שניזהר ו"נשים מעקה", אלא אם כן אנו "חייבים" ואז הקב"ה כבר מגלגל זאת עלינו...

גם הגוף שלנו בראשית חיינו הוא סוג של בית חדש. בית לנשמה. אנו יכולים לומר לעצמנו - "הרי גם ככה יבואו עליו נזקים ומחלות. הרי אי אפשר להישמר מהכל. הרי גם ככה אנשים חוטפים שבץ וסרטן והתקפים ועוד מרעין בישין, הרי גם ככה כולם מתים בסוף..."

אולי. אלה חשבונות שמים. אם מישהו חוטף בסוף מחלה כזו או אחרת והוא אחד כזה שבהחלט שמר על אורח חיים בריא כל ימי חייו, הרי שאלה בהחלט חשבונות שמים, אבל מכאן ועד "לעזור" לגוף להגיע למחלות הללו, הדרך היא ארוכה. אמנם טבע הגוף לחלות, בעיקר בעולם "דורסני" שכזה, אך מדוע שהחולי שלו יתגלגל על ידנו?! מדוע שאנחנו לא נשמור עליו? על אורח חיים בריא? נעשה כל שביכולתנו לבלתי נחלה, לבלתי ניפול. "נשים מעקה" לגופנו! כדי שלא נהיה אנחנו אחראים בפועל על מחלותינו, כדי שלא נהיה אנחנו הגורמים שיהיה "עונש הדם בביתנו". הקב"ה כבר יעשה הטוב בעיניו.

כמה מעשנים יש בקרבנו? כמה לחצים ומתחים יש בקרבנו? כמה אוכל קלוקל, מלא בשומן טרנס, סוכרים וצבעי מאכל אנו אוכלים בכל יום? כמה שעות אנו יושבים בכל יום בלי להיזז את עצמנו? כמה שעות אנו בוהים במסך?

כל כך הרבה "דמים" אנו שמים בביתנו! ה"גג" שלנו הפקר ללא שום מעקה. הגוף שלנו הפקר ללא כל דורש ומשים לב, עד כמה צריך לשמור עליו, להגן עליו!

אז בואו נהיה זכאים. בואו לא נהיה חייבים. בואו לא נגרם לעצמנו, להרוס בעצמנו, את גופנו שלנו. אם זה צריך לבוא מלמעלה, אז שהקב"ה ימצא לו שליחים אחרים, אבל לא אותנו. שלא נהיה אנחנו אלה, שהורסים לעצמנו את גופנו...

ש.ב. אז איזה "מעקה" הייתם שמים לעצמכם לקראת השנה החדשה?

שבת שלום!

אם ואם ואם...

ישנם כאלה שהחיים

אצלם מתנהלים בצורה

שכזו. הכל אם.

ואם לא אצליח? ואם

לא יאהבו אותי? ואם

כולם יצחקו עלי?

כל הזמן אנרגיות

שליליות. דומה שיצר

הרע עובד אצלם שעות

נוספות, ואולי דווקא

בגלל שהם נכנעים

בפניו בפעם הראשונה

(ב-אם הראשון...) אז

הם גם מפסידיים לו

בפעמים שאחרי. דבר

גורר דבר. אנרגיה

גוררת אנרגיה. עבירה

גוררת עבירה.

וכך נקרא מחר בתורה:

"כי (אם) תצא

למלחמה על אויבך

וראית בשביה אשת

יפת תואר... ולקחת לך

לאישה...

כי (אם) תהינה לאיש

שתי נשים, אחת

אהובה ואחת שנאה...

כי (אם) יהיה לאיש בן

סורר ומורה..."

פריקה

פרקתם פעם משהו בגוף חוץ מאשר את העצבים שלכם על משהו או על משהו? אם לא, אז מוטב שכן. תמשיכו לפרוק עצבים ואם כן, גם אז אתם לא לבד... פריקות של מפרקים בגוף מתרחשות לא מעט (תאונה, מעידה, תנועה קיצונית, ספורט). פריקה מוגדרת כפגיעה במיקום היחסי הנורמלי או פגיעה במנח הנורמלי של עצמות המפרק. ברוב המוחלט של המקרים רצועות המפרק שתפקידן בין היתר לשמר את העצמות של המפרק במנח התקין שלהן, נפגעות במהלך הפריקה.

בקיצור, מה עושים?

ובכן, אם זה לא דורש ניתוח מיידי, סביר להניח שיפנו אתכם לפיזיותרפיה, שמטרתה לחזק את השרירים המייצבים של המפרק הפגוע ולהשיב למפרק את כושר התנועה וטווח התנועה באופן הדרגתי אך עקבי. גם טיפולים משלימים בהחלט יכולים לתת מענה הולם ולזרז את זמן ההחלמה.

זכרו כלל זה...

"לא בחיל ולא בכח כי אם ברוחי אמר ה'

צבאות" (זכריה ד,ו)

ישנם הלומדים מפסוק זה שיסוד הרוח הוא הכי חזק מבין 4 היסודות, שהרי הרוח מכבה אש, דוחפת גלי ענק ומעיפה את העפר.

ישנם הלומדים מפסוק זה שלא משנה כמה אתה חלש בגוף. אם הרוח שלך חזקה הרי שבסופו של דבר - תנצח! ואילו אני לומד ש:

קודם כל - לא בכח, וגם אחרי הכל - לא בכח, וגם בין לבין - לא בכח! בקיצור, אף פעם לא בכח. כי זה לא נכון וזה גם לא בריא. זה מתיש לנו את הצ'י ובסופו של דבר תוקע אותו עד לכדי מחלות קשות. אל תתנגדו למישהו או למשהו אלא תתמזגו איתו. עם "הרוח" שלו. דרך הרוח שלו תוכלו "להזיז" מה שתמצאו.

ומה עושים אם לא הצלחתם להתמזג עם הרוח שלו? פשוט, קחו ת'רוח שלכם ותעופו הלאה... אל רוחות שדומות לכם ומתמזגות אתכם וזורמות אתכם! רק לא בכח.

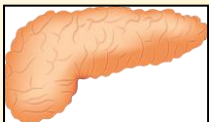
מספר עובדות שלא ידעתם על הבלבל שלכם:

1. הבלבל הינו חלק ממערכת העיכול. הוא ממוקם בחלקה העליון של הבטן, לפני עמוד השדרה, מעל הטבור ואורכו כ-15 ס"מ. הבלבל מפריש לתוך צינור העיכול כליטר אחד של מיץ ביממה, מיץ זה מכיל בתוכו כמות גדולה של אנזימים לפירוק כל אבות המזון.

2. האינסולין האחראי על מאזן הסוכר בגוף מיוצר בבלבל וכשהבלבל פוסק מלתפקד, כל שינוי ברמת הסוכר עלול לסכן את החיים! הפתרון הוא כמובן הזרקת אינסולין.

3. דלקת בבלבל (פנקריאטיטיס) היא אחת המחלות הקשות והקטלניות ביותר, אשר גורמת לתהליך דלקתי קשה מאוד שמוביל להרס הבלבל. הגורמים הבולטים לדלקת בבלבל הם אבני מרה ואלכוהוליזם, וזוהי מחלה שסיכויי ההישרדות שלה נמוכים מאוד. בסופו של דבר, התהליך הדלקתי גורם לקרע של צינור הבלבל ולשפיכת מיצי הבלבל החוצה.

4. הסיכון לחלות בסרטן הבלבל עולה עם הגיל: ברוב המקרים, סרטן הבלבל מאובחן באנשים מבוגרים, 75% מהם בגילאי 65 ומעלה. ישנם מקרים נדירים בהם מאובחן סרטן הבלבל בקרב אנשים צעירים. עישון ולעיסת טבק נחשבים כגורמי סיכון משמעותיים לחלות במחלה.



תזונה ותוספי מזון



לענה

היא מרה ביותר ונמצאת בשימוש עממי כבר מאות שנים. בתנ"ך היא מוזכרת 8 פעמים ותמיד בהקשר שלילי (אולי בגלל המרירות הקיצונית שבה). יש בה שמנים ארומטיים וחומרים פעילים הגורמים לכבד לייצר יותר מיצי מרה ובכך לשפר תהליכי עיכול ולחזק את מערכת העיכול כולה. זוהי הלענה הידועה גם בשמה שיבא (לא הבית חולים...) מתי נשתמש בה?

בעיקר במצבים של חוסר תאבון, גזים במעי, נפיחויות במערכת העיכול, לטיפול בתולעי מעיים ועוד. ללענה פעילות רפואית חזקה ולכן נדרשת כמות קטנה של הצמח כדי להשפיע ביעילות על הגוף. ניתן לשתות את הצמח כחליטת תה או לקחת מיצוי בטיפות. שימוש בלענה אסור לנשים הרות ומינקות, או בשימוש יותר מ-4 שבועות.

"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, אפנים חמות, מוקסה,
תוספי מזון, מוצרי אלוארה, דיקור אלון, סו-ד'אק...**

אלפי טיפים, מאמרים וידע מקצועי באתר fe-

Natiregev.com

יעוץ אישי
חינם!

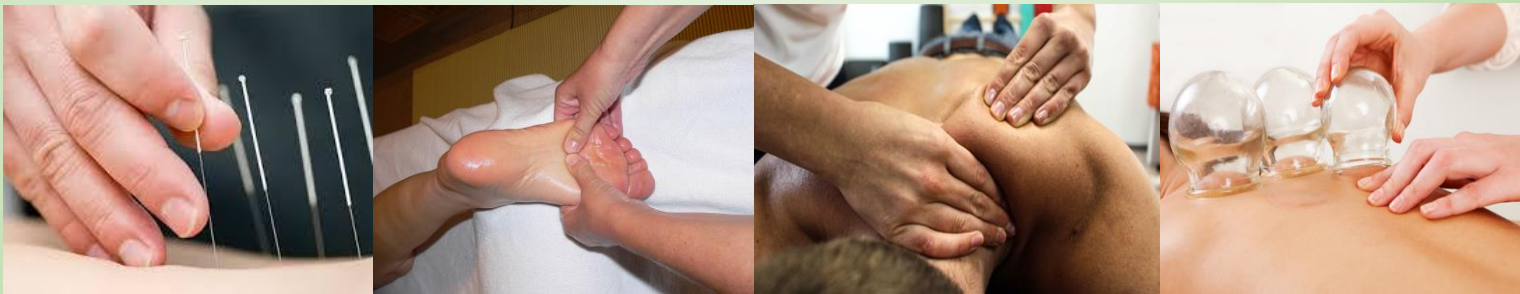
מקבל ב:

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

קליניקה פרטית- רחוב אבוחצירא 13 יבנה

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

"מכבי טבעי" רוטשילד 15, ראשל"צ .



המוצר השבועי בקליניקת "שמחה ובריאות"

אלופירסט

הוא נחשב לתכשיר לאחר לידה, המומלץ והמבוקש ביותר על ידי יולדות בארץ ובעולם!

זהו תרסיס האלופירסט המקל ומרגיע את האזור הכואב לאחר הלידה. מרססים ממנו על הפצע, החתך או התפרים, על חבל הטבור עד נשירתו, לאחר ברית מילה, על תפרחת חיתולים של תינוק ובעצם על כל פגע בעור, שפשוף, גירוי, אדמומית, עקיצה וכו'.

האלופירסט הינו תרסיס טבעי המבוסס על אלוארה מיוצבת ופעילה, פרופוליס ו-11 תמציות של צמחי מרפא. בקבוק האלופירסט כולל מרסס / ספריי ועל כן מאפשר ריסוס והתזה על מקומות פצועים וכואבים בגוף. בכך נחסך הצורך לגעת במקומות

הכואבים, או למרוח עליהם חומר כלשהו באופן פיזי. תרסיס האלופירסט מקל ומרגיע, מסייע בעצירת דימום ובחיטוי של פצעים וחתכים ומאפשר טיפול ללא מגע, גם באיזורים נרחבים של הגוף.



רק 110 ש"ח

**להזמנות-
050-3711378**

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

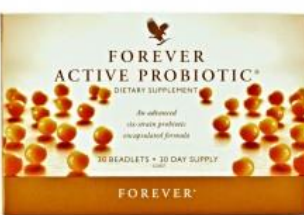
בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

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