

לומדים לחיות בריא!

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

שבת פרשת "שופטים" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

לו רק היינו מכירים
במעלתו של חיוך. אולי
אפילו בהכרת פנים.
שלא לדבר על מילה
טובה ואפילו לחיצת יד
חמה....
אלה דברים שפותחים
לך את כל הצ'אקרות,
מפילות לך את כל
המחיצות, גורמים לך
להיות אתה עצמך,
אמיתי וכנה, עוצמתי
ויכול מאי-פעם!
ומאידך, כשהם לא
מופנים אליך, אלא רק
לזה שליך, שמולך...
איך פתאם הכל נסגר,
כבה. אתה בונה
מסביבך חומות ומרגיש
חלש מאי-פעם...
וכך נקרא מחר בתורה
על האזהרה לשופט-
"ולא תכיר פנים".
כותב רש"י-י אף בשעת
הטענות. אזהרה לדיין
שלא יהא רך לזה וקשה
לזה, אחד עומד ואחד
יושב. לפי שכשרואה
שהדיין מכבד את חברו
מסתתמין טענותיו".

"שופטים ושופטים תתן לך בכל שעריך" (טז,א)

ידועה השאלה: מדוע כתוב "שופטים ושופטים, תתן לך בכל-שעריך"? בלשון יחיד ולא נאמר: "שופטים ושופטים תתנו לכם בכל שעריכם", בלשון רבים? ר' חיים ויטאל זצ"ל אומר שיש כאן רמז גדול לעבודת האדם. פרשת שופטים, פרשה הנקראת תמיד בתחילת חודש אלול, אינה מדברת רק על ייסוד מערכת המשפט בישראל, אלא גם על מערכת המשפט האישית של כל אחד ואחד מישראל, ועל כן נאמר: "תתן-לך", בלשון יחיד, מפני שמדובר על כל אדם. חלק ניכר מעבודת התשובה היא שמירה על החושים שלנו, ואומר ר' חיים ויטאל זצ"ל: "שכל אחד ואחד מישראל יש לו כמה שערים ואלו הם: שער הראות שזה העיניים, שער השמע שזה האוזניים, שער הדיבור שזה הפה, שער הריח שזה האף, שער המישוש שזה הידיים והרגלים. וא"כ צריך האדם שישים לו שופטים ושופטים בכל אלו השערים הנזכרים, ...לזה אמר "שעריך" בלשון יחיד, לרמז על האמור שכל אחד ואחד צריך לשמור עצמו". את עבודת התשובה האישית על ה"שערים" שלכם תעשו לבד, אבל מספר עובדות על החושים שלכם, נביא בשורות אלו:

ראיה: העין האנושית מצליחה לראות גלקסיה במרחק 2.5 מיליון שנות אור מאתנו. אם העין האנושית הייתה מצלמה דיגיטלית, היו לה 576 מגה פיקסלים ויכולת להבדיל בין 10 מיליון צבעים שונים. מטרת המצמוץ היא להרטיב את העין בדמעות ולהסיר פסולת משטח העין. הדמעות גם מסייעות להזנת שטח העין בחמצן ומורכבות מחומרים אנטי בקטריאליים המונעים זיהומים.

שמיעה: האוזן אחראית לא רק על השמיעה שלכם אלא גם על מערכת שיווי המשקל הנמצאת באוזן הפנימית! האוזן מנקה את עצמה לבד בעזרת ייצור שעווה או בשפה הרפואית "צרומן", שתפקידה ללכוד חרקים ואבק ולגרוף אותם החוצה. השעווה גם משמנת את תעלת האוזן ומונעת חדירת נוזלים ומים לתוכה. כמו שאר האיברים בגוף, גם האוזן "מזדקנת". מה שיכול לגרום לירידה בשמיעה וצפצופים כתוצאה משינויים ניווניים באוזן הפנימית.

ריח: חוש הריח הוא בעל תפקיד חשוב לאיכות החיים. הוא מענג, אבל גם מזהיר מפני סכנות. הוא מאפשר להגיב לסובבים אותנו, ומשפיע על מצב הרוח ועל רצוננו לשהות בקרבת אנשים, או לא. הריר באף יחד עם הריסים לוכדים חלקיקים קטנים, חיידקים ונגיפים החודרים עם האוויר פנימה. כאשר התערובת הזו מתייבשת, מתקבל גוש נזלת ירקרק.

טעם: בחוש הטעם, האותות העצביים שנוצרים בתגובה לחומרים כימיים שנמצאים במזון נשלחים לאזור בקליפת המוח האחראי על הטעם. הטעם הוא חוש מוגבל מאוד שיועד להבחין בין חמישה טעמים בלבד: חמוץ, מתוק, מר, מלוח ואוממי (טעם חלבוני).

חישה-מישוש: מערכת המגע מקשרת בין העור לבין הסביבה על ידי קבלת מידע מקולטני חישה הממוקמים על פני כל הגוף, דרכם מגיעה כמות רבה ותמידית של מידע אל המוח. התפתחות תקינה של מערכת המגע תורמת לביסוס כישורי למידה ולאיוון גופני ואיוון נפשי.

הרניה

היא תופעה די נפוצה הגורמת לכאבים וזיהומים קשים, לפעמים גם עד כדי סכנת חיים. זוהי ההרניה (hernia) או בשמה הנפוץ - "בקע". בקע הינו מעבר של איבר או חלק מאיבר (בדרך כלל המעי הדק) דרך פגם בדופן הבטן אל מחוץ לחלל הבטן, עד מתחת לעור. תופעת הבקע שכיחה ביותר ויכולה להופיע אצל כל אחד ובכל גיל.

איך מזהים?

הבקע יכול להיות מפשעתי וילווה בתחושת כאב, מלאות או נפיחות באזור המפשעה, הבולטת יותר בזמן מאמץ גופני, עיטוש או שיעול. והוא יכול להיות גם טבורי וילווה בנפיחות וכאב באזור הטבור בשל מתיחת קרום הבטן (צפק) או כאשר תנועות מעי מופרעת בגלל הבקע.

החשש:

ברגע שחלק מהמעי עובר דרך הפגם בדופן הבטן או המפשעה, קיים חשש להפרעה בתנועותיו ובפעולה התקינה של מערכת העיכול. גם אספקת הדם לאותו חלק של המעי עלולה להיפסק ולגרום לנמק בדופן המעי ולנקבים (חורים) בדופן. אלו הם מצבי חירום רפואיים הכרוכים בזיהומים קשים ביותר וסכנת חיים.

טיפול:

אם זה אכן בקע, אל תחכו! התיקון היחיד האפשרי בימינו הוא תיקון ניתוחי כירורגי בו שמים רשת באזור הפגם בדופן הבטן. אם אתם רוצים למנוע עצמכם מהרניה, השתדלו לא ליצור לחץ פנימינעל הבטן התחתונה והמפשעה (הרמת דברים כבדים, התאמצות מרובה בשירותים...)

תזונה ותוספי מזון**ולריאן**

הוא נחשב לתחליף נפוץ לגלולות שינה

עוד מאז המאה השנייה לספירה. הוא גם מטפל בבעיות כמו חרדה, חוסר מנוחה, כאבי בטן, עצבנות ועוד. מה הסוד שלו?

ובכן, מדענים סבורים כי ולריאן מגביר את כמות חומצת הגמא הכימית במוח ובכך מסייע לוויסות תאי העצב ויצירת השפעה מרגיעה בגוף. מחקרים מוכיחים כי ולריאן מפחית את הזמן הדרוש להירדם ומשפר את איכות השינה. בניגוד לכדורי שינה רבים אחרים, הוא נושא פחות תופעות לוואי, כגון נמנום בוקר.

כיצד משתמשים בו?

ניתן לרכוש אותו בבית המרקחת כתרופה ללא מרשם אם אתם סובלים מלחץ ומתח. תוכלו להוסיף אותו למי האמבט על מנת לסייע להרגעת חוסר מנוחה ובבעיות שינה.

ואם מתחשק לכם תה, אז תוכלו להתפנק על תמצית שלו.

לרכישת ולריאן שלחו לי הודעה- 0503711378

מספר עובדות שלא ידעתם על הטבור שלכם:

1. הוא נוצר מרקמה מצולקת שנשארת מחבל הטבור שנחתך לאחר הלידה. אחרי שהוא נחתך, הגלד נשאר מחובר לגוף לכמה ימים ולבסוף מתייבש ונושר. הצורה בה הוא נושר קובעת את המראה של הטבור שלכם. מסקנה- מסתבר שאמא (ולפעמים גם סבתא) אחראיות באופן ישיר על הטבור שלכם...

2. אם מצאתם בתוכו משהו שעיר ומוזר כנראה שזה מוך. מדובר בתאי עור מתים, סיבי בד מהחולצה שלכם וגם כמה חיידקים שהצטרפו לחגיגה (לאדם ממוצע יש בערך 60 סוגי חיידקים בטבור).

מסקנה- מומלץ לנקות את הטבור מדי פעם כדי להימנע מהתפתחות של כל מיני חיידקים וריחות חזקים משם.

3. מסתבר שהוא פתח לכל דבר המשמש כנקודת תצפית טובה על איברים בבטן, וכמקום דרכו מתבצעים ניתוחים (כמעט ללא צלקות) שזמן ההחלמה מהם קצר משמעותית. מסקנה- זה אומר שהוא גם פתח אנרגטי לא קטן בשיטות הרפואה המשלימה.

4. דם טבורי הוא דם המופק מחבל הטבור של היילוד שניות לאחר הלידה ומיד מוקפא במינוס 196 מעלות. הוא מוזה מקור חיוני של תאי גזע ראשוניים ("תאי אב") המתאימים ב- 100% לילוד עצמו, ועשוי לשמש במרוצת החיים לריפוי מחלות ממאירות או תורשתיות שלו או של קרובי משפחתו.

מסקנה- למה להיות תלויים בגורם זר, אם בכלל ימצא כזה? שמרו את הדם הטבורי כבר מהלידה הבאה!



"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 אולן, סו-ד'אק...**

אלפי טיפים, מאמרים וידע מקצועי באתר fe-

Natiregev.com

יעוץ אישי
חינם!

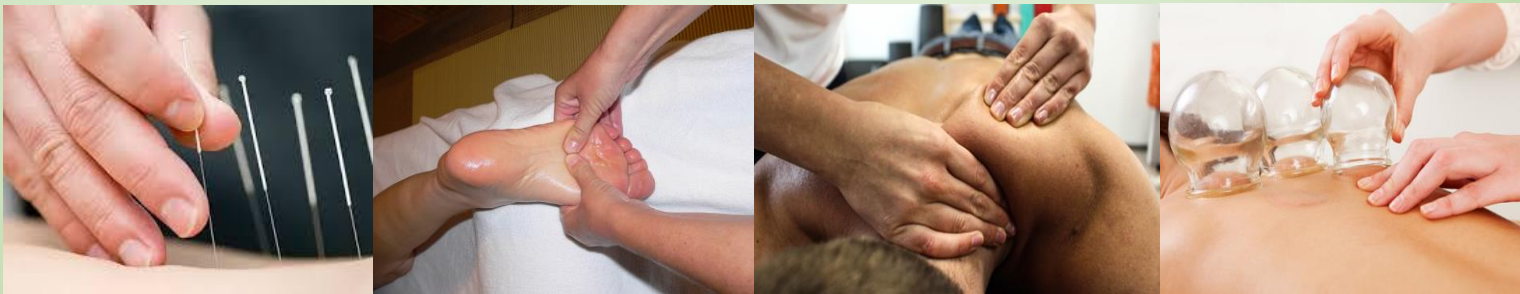
מקבל ב:

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"

ליבי פאור

פורמולת האון הגברי Libi Power הינה תוסף תזונה טבעי, המיוצר על בסיס מידע רפואי המופיע בכתבים הרפואיים של הרמב"ם. הפורמולה מגבירה את המיניות והאון הגברי ומורכבת מכ-40 צמחי מרפא ושורשים הידועים כמעוררי חשק ומגבירי תאוה מינית, כמו: מליסה, אנאמורנה, אניס, אסטרגלוס, אספרגוס, אקורוס קלמוס, אקליפטוס, ארטישוק, בוספליה, ג'ינסנג אמריקאי, דבש טבעי, דיאסקוריה אפוזיטה, ויטמין B-6, זיזיפוס ז'וז'ובה, טרמינליה בלריקה, טרמינליה חבולה, כורכום, ליליה, ליקוריץ, מגנזיום, מור, מרווה אדומה, סחלב, סקוטלאריה, פלונדנדרון, פלפל ארוך, פלפל לבן, פלפל שחור, פסיפלורה, פרולה אספואטידה, קוסקוטה, קופטיס, קוקוס, קינמון, קרדמון, רהמניה, שום, שיזנדרה, תמרים .

תוסף ליבי פאור נותן מענה לשלל בעיות בתפקוד המיני – מבעיות זיקפה ועד לשפיכה מוקדמת ובעיות של חשק מיני נמוך, וגם משפר באופן טבעי את זמן התגובה ויכולת הביצוע אצל גברים.

תוסף ליבי פאור נלקח ללא תלות במועד המפגש המיני.



רק 110 ש"ח

**להזמנות-
050-3711378**

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

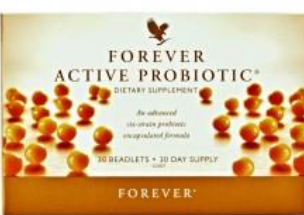
בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

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-  [f](#)

מחפשים עוד מוצרים?

כנסו לאתר שלי- natiregev.com