

КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР ЗА
ХАРМОНИЧНО ЗДРАВЕ

ХЕЛА



ЯНУАРИ 1 / 2017 / бр.13

МЕСЕЧЕН БЮЛЕТИН

ИГРИТЕ, КОИТО ИГРАЕМ

Животът е една игра с лесни правила, когато се спазват.

*С раждането и съзряването си човек започва да играе играта на живота.
Напредвайки по житейския път / във възрастта човек забравя и изпуска основни,
важни правила от житейската игра.*

Възниква въпросът:

- **Какво да направя, за да играя по правилата на живота?**

Отговорът е:

- **Да бъдем себе си.**
- **Да позволим на детето в нас да се прояви и да бъде щастливо.**
- **Да позволим на децата ни да бъдат възрастни и отговорни.**

Оттук произтича и следният въпрос:

А как да стане това?

Това може да се получи с размяна на ролите в семейството. Една прекрасна игра за есенно-зимните вечери, семейството събрано в топлия уютен дом.

Като възрастни да позволим на децата си да се проявят, да бъдат критични към нас, изискващи, отговорни и любящи като възрастни. Преминавайки през различните роли на майка, баща, баба, дядо, брат или сестра. А възрастните да се обърнат навътре към себе си, да обърнат внимание и да попитат детето в себе си щастливо ли е, иска ли да полудева, да направи някоя пакост, да бъде освободено от правилата и нормите, най-важното да бъде дете.

Нека освободим детето в нас, нека то да бъде щастливо и да се вслушаме в мъдростта на възрастния в децата ни!

Всяка игра, в която участва цялото семейство, позволява да се наблюдават различни роли.

Няколко идеи, как може да изиграме ролята си на дете:

• Когато детето си играе с кукли, то използва думите на родителите си, това, което чува вкъщи. Когато вие изпълнявате ролята на детето, можете да използвате неговите думи, това, което чувате от него.

• При игра на „Не се сърди човече” – обикновено децата хитруват, сърдят се и т.н. Родителите могат да влязат в ролята на детето и да проявяват детското поведение (сърдитко, саботиране, съдействие, сътрудничество)

• Родителят да акцентира върху различните роли и поведение.



И едно предложение:

Ако не можете дори за кратко да се почувствате като дете, опитайте с прием на австралийска цветна есенция:

LITTLE FLANNEL FLOWER



Есенции, който ни спасяват от страховете ни

1 Crowea - Тревожност

За тревожни хора, изпитващи непрекъснато беспокойство. Често не могат да определят какво точно не им е наред, помага им да намерят центъра си. При натрупани и задържани страхове. Подобрява храносмилането. При колики, гризене на ноктите от тревожност. Подпомага функцията на лимфната система + Paw Paw + Peach-flowered Tea-tree + Wedding Bush.

2 Dog Rose - Страх

Помага при изпитване на дребни, но натрапчиви житейски страхове, които ни пречат да живеем пълноценно. За хора, преживели загуба или мъка, която ги оставя изпълнени със страхове. Успокоява при хипохондрия и страх от смъртоносни болести като рак и спин.

Дава вяра в себе си, смелост и способност да възприемаме живота по-цялостно.

Подпомага функцията на бъбреците и далака. При напикаване през нощта + Red Helmet Orchid.

При сутрешно гадене по време на бременност + Crowea + Paw Paw.



3 Dog Rose of the Wild Forces – Паника

При страх от загуба на контрол. Премахва паниката и ужаса. Подпомага излизането от истерична криза, помага за установяване на емоционален баланс и дава спокойствие.

4 Green Spider Orchid – Телепатия

Помага при работата с телепатия между хора (също и при комуникация с глухи хора, хора с говорни проблеми, хора, говорещи на различни езици). За подобряване на телепатичния контакт между бебето и майката. Може да се даде на братчето/сестричкето за да се свържат с нероденото бебе. Помага за освобождаването на кошмари и фобии, свързани с преживявания от минали животи.



5 Grey Spider Flower – Кошмари

Лекарство при изпитване на абсолютно интензивен ужас и паника, страх от смъртта, „парализиран от страх“. При шок от видяно нещо страшно, при психически атаки, ако чувстваш живота си застрашен, при преживяни природни бедствия. В този случай помага много бързо хората да се успокоят и възстановят. Може да се използва при много тежък астматичен пристъп, когато хората се страхуват за живота си. Носи ни спокойствие, кураж и вяра. Много важно лекарство за хора, които работят при много стресиращи обстоятелства (полицаи, спешни отделения, пожарниари).

Отговор на въпроса
от предишния брой:

Знаете ли,
как нутриционистите
наричат витамин D ?

Универсалната
противогрипна ваксина.
Дори в сънчева страна като
България, дефицитът на
витамин D е много често
срещан.
Препоръчително е нивата на
витамин D да бъдат в
горната граница на
допустимите норми!

За повече информация, четете
в блога на център Хела:
blog.hela.bg

Знаете ли, че древната
индийска техника на
ЖАЛА НЕТИ
може да ви спаси от
сложненията на
синузита?



Въпрос за
следващия брой:

Знаете ли,
кое студено
пресовано масло
съдържа
витамин B 17 ?



Отговорът ще
намерите в
следващия ни
бюлетин.

Нашата нова
блог страница!

blog.hela.bg

ПОСЕЩАВАТЕ ЛИ Я :)

Чесън

форма на отпускане 90 капсули

Приложение

Биологично активната добавка «Чесън» отлично укрепва имунитета и има редица положителни качества:

- служи като добра профилактика на простудните заболявания;
- нормализира нивата на холестерина;
- помага при проблеми със стомашно-чревния тракт;
- представлява мощен антиоксидант;
- проявява противопаразитна активност

Чесънът е ценно растение, употребявано от хората като хранителен продукт. То е ярка илюстрация на факта, че растенията могат да бъдат едновременно и храна, и лекарство. Лечебните му свойства били описани още от Диоскорид през първи век от нашата ера.

Чесънът отдавна се прилага за профилактика на атеросклерозата, хипертонията, грипа, белодробните инфекции и стомашно-чревните заболявания – атония на червата, диспепсия и метеоризъм, както и за потискане на гнилостните процеси в червата.

Действие на активните съставки

В подземната част на растението, както и в листата се съдържа аминокиселината алиин. При нарушаване на целостта на чесъна (рязане, счукване, мачкане) алиинът реагира с ензима алииназа, който естествено присъства в растението и катализира превръщането на алиина в алицин – основното действащо вещество в чесъна. Растението съдържа и други биологично активни вещества – въглехидрати, фитонциди, етерични и тълсти масла, инулин, витамини (С, В, D, PP), органични киселини, минерали: селен, калий, калций, магнезий, мед, желязо, мangan, цинк, кобалт, хром, молибден, бром и литий. Чесънът е едно от най-популярните средства за профилактика на простудните заболявания. Той укрепва имунната система, стимулира фагоцитозата и образуването на антитела. Фитонцидите са естествени бактерицидни вещества, които директно унищожават бактериите и вирусите и засилват ефекта на алицина.

Алицинът е особено вещество, на което се дължи специфичната миризма на чесъна. Той има антибактериално, противовирусно, противогъбично, противопаразитно и отхрачващо действие. Алицинът блокира изработването на специфични ензими, които допринасят за разпространението на вирусите в организма и директно разрушава редица вируси, които предизвикват простудните заболявания, включително и парагрипните вируси (тип 3). Установено е, че активно действащите съставки на чесъна – алиин и алицин, потискат растежа и развитието или директно унищожават различни видове бактерии (включително и *Helicobacter pylori*), вируси, низши гъби и паразити, предпазвайки червата от възникване на ферментативни и гнилостни процеси, като при това не нарушават естествената чревна микрофлора. Осен това, те засилват и отделянето на жълчни сокове. Това прави чесъна особено полезен при различни заболявания или нарушения на функциите на стомашно – чревния тракт – язви, колити, гастрити, глистни инвазии, атония на червата, метеоризъм.

Чесънът понижава общото количество на холестерина с 9 % и повишава концентрацията на липопротеините с висока плътност, възпрепятства агрегацията на тромбоцитите, регулира съдовия тонус, понижава артериалното кръвно налягане. Това го прави отлично средство за профилактика на атеросклерозата, хипертонията и стенокардията. Чесънът защитава организма и от свободните радикали. Освен антиоксиданта алицин, чесънът съдържа и големи количества селен, който е известен със своето антиоксидантно действие. Селенът влиза в състава на ензими, които предпазват клетките от окисление, не допускат тяхното разрушаване, защитават генетичната информация на ДНК, регулират стабилността и пропускливостта на клетъчните мембрани, помагат на сърцето да не страда от кислороден глад.



Състав:

- Масло от чесън – 3 мг
- соево масло – 202 мг
- допълнителни вещества

По материали на Coral Club

„ХЕЛА“
КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР

+ 359 898/ 344 916
www.hela.bg