

# ÖSSZEGYŰJTÖTT MORZSÁK

*Lajos Atya és Szabó György (a füvesember) tanácsaiból  
és egyéb hasznosságok*

**„HADD TERJEDJEN A JÓ, - VETNI KELL, BÁRKI IS ARAT.”**

*„Minden rét és mező, valamennyi hegyoldal és lankás mind megannyi patika” (Paracelsus)  
= ISTEN PATIKÁJA*

*A nevetés a lélek pihenése.*

*A vidám kacagás a lélek tüsszentése. Csak a szívünkkel látunk jól ...*

*Ahol szeretetet vetünk, ott öröm sarjad.*

*A tövis, amely az életben szúr, rózsát terem az örökkévalóságban. A természet gyógyít, ha lassan is, de gyógyít.*

*Aki téged mindenestől megteremtett, mindenestől visszakövetel magának. Isten útjai vezethetnek sötétségbe, de mindig világosba torkollnak.*

*Ti Isten temploma vagytok, és az Isten lelke lakozik Bennetek.*

*Életed legfontosabb pillanata a jelen pillanat, legfontosabb embere, akivel most kell leülnöd beszélgetni. Legfontosabb tettered a szeretet.*

*Ne tartályok legyünk, hanem források. Minden szép, amire szeretettel nézünk.*

*Az orvos nem ura, hanem csak szolgálja a természetnek. Ezért úgy illik, hogy az orvoslás tudománya a természet akaratát kövesse.*

*Ha Istennek nem lenne rád szüksége ott, ahová helyezett, nem rendelt volna oda. A Teremtő három orvost rendelt a számunkra: Dr. Csend, Dr. Diéta, Dr. Humor Amikor azt hiszed, hogy minden elveszett, a nap a hegyek mögé csak nyugodni tér. Örüljünk mindig annak, amink megvan! A világ mindig olyan, amilyennek látjuk! S ha mindezt megvalósítottuk, úgy” hóttig” megélünk.*

## NAGYON FONTOS TANÁCSOK:

Minden nap séta a friss levegőn !!! + Légzőgyakorlat: orron be, szájon lassan ki.

Nyers gyümölcsök: CSAK AZ ÉTKEZÉSEK KÖZÖTTI IDŐBEN FOGYASZTHATÓK !!!

Gyógyteákat IS EKKOR FOGYASSZUNK, ÉS LEGALÁBB FÉL ÓRÁVAL ÉTKEZÉS ELŐTT !!!

Zöldség- és gyümölcsleveket (sárgarépa, cékla, stb.) UGYANÍGY !!!

BETEGSÉGEK OKAI:

Kriticizmus: ízületi gyulladást, Düh: keléseket

Sértődés: tumort okoz,

Bűntudat pedig behozza a fizikai fájdalmat a szervezetbe.

A GYÜMÖLCSÖK, ZÖLDSÉGEK, GYÓGYNÖVÉNYEK JÓTÉKONY HATÁSAINAK ISMERETE ÉS ALKALMAZÁSA  
NEM HELYETTESÍTI AZ ORVOSI DIAGNÓZIST ÉS KEZELÉST !!!

!!! AZ ALÁBBI GYÓGYMÓDOK KIEGÉSZÍTÉSEKÉNT OLVASD EL AZ ANYAG VÉGÉN LÉVŐ  
BÜKKSZENTKERESZTESI FÜVESEMBER (SZABÓ GYÖRGY) TANÁCSAIT IS !!!







































## GYÜMÖLCSÖK

### Legfontosabb vitaminjai és ásványi anyagai. gyógyító ereje

|                    |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Alma</b>        | A-, B- és C-vitaminok,<br>Kalcium, foszfor, vas | Magas rost- és víztartalma miatt székrekedés és hasmenés ellen is ajánlott.<br>Általános méregtelenítő hatás, koszorúér betegségek megelőzése<br>Segít a tüdő- és prosztatarák elleni harcban<br>Csökkenti az Alzheimer-kór veszélyét<br>Felgyorsítja a műtétek utáni gyógyulást<br>Csökkenti az asztmás gyulladást |
| <b>Ananász</b>     |                                                 | Segít az antioxidánsok szintjének visszaállításában<br>Visszafordítja az agyműködés öregkori hanyatlását<br>Megelőzi a húgyúti fertőzések kialakulását                                                                                                                                                              |
| <b>Áfonya</b>      |                                                 | Enyhíti a prosztatafájdalmakat<br>Lassítja a leukémia, a tüdő- és vastagbélrák sejteinek növekedését<br>Megelőzi a húgyúti fertőzések kialakulását                                                                                                                                                                  |
| <b>Banán</b>       |                                                 | Segít a zsírégetésben<br>Csökkenti a leukémia, vastagbél- és veserák kockázatát<br>Gyermekeknél csökkenti az asztmás tüneteket                                                                                                                                                                                      |
| <b>Eper</b>        |                                                 | Véd az Alzheimer-kórral szemben<br>Csökkenti a „rossz” koleszterin szintjét<br>Lassítja a vastagbél-, száj- és prosztatarák fejlődését                                                                                                                                                                              |
| <b>Cseresznye</b>  |                                                 | Enyhíti az ízületi fájdalmakat és a köszvényt<br>Csökkenti a „rossz” koleszterin szintjét<br>Csökkenti a gyulladásokat                                                                                                                                                                                              |
| <b>Gránátalma</b>  |                                                 | Csökkenti a „rossz” koleszterin szintjét<br>Segít a prosztatarák elleni harcban                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Görögdinnye</b> | A-vitamin, kálium, vas                          | . Vese tisztításában, hörghurut és köszvény gyógyításában segít.<br>Csökkenti a petefészek-, száj-, garat-, prosztatarák kockázatát                                                                                                                                                                                 |
| <b>Kivi</b>        |                                                 | Csökkenti a ráncok kialakulását<br>Csökkenti a vérrögök kialakulásának kockázatát, és a vérsírtartalmát<br>Csökkenti a székrekedést                                                                                                                                                                                 |
| <b>Körte</b>       | A-, B- és C-vitaminok                           | Gyomor- és bélhurutsillapító, emésztőrendszer nyálkahártyájának nyugtatója, csökkenti a gomorsavtermelést. B-vitaminja a központi idegrendszert erősíti.                                                                                                                                                            |
| <b>Mangó</b>       |                                                 | Immunrendszer támogatója<br>Csökkenti a „rossz” koleszterin szintjét<br>Szabályozza a vér homocisztein-szintjét, így védi az artériákat                                                                                                                                                                             |
| <b>Málna</b>       |                                                 | Akadályozza a száj-, mell-, vastagbél- és prosztatarák fejlődését<br>A benne lévő antioxidánsok védik a DNS épségét<br>Csökkenti a „rossz” koleszterinszintet                                                                                                                                                       |
| <b>Narancs</b>     |                                                 | Csökkenti a „rossz” koleszterin szintjét<br>Csökkenti a száj-, torok-, mell- és gyomorrák, ill. a gyermekkori leukémia kockázatát<br>A benne található pektin csökkenti az étvágyat                                                                                                                                 |
| <b>Papaya</b>      |                                                 | Az <u>enzimek</u> segítik az emésztést                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                    |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Őszibarack</b>  | A- és C-vitamin, szelén, magnézium, kalcium, cink                               | Csökkenti a tüdőrák kockázatát<br>Elősegíti a zsírégetést<br>Intenzív méregtelenítő.<br>Segít aknés bőr, hajhullás, töredező körmök esetén, az érlemeszesedés megelőzésében, valamint a változókor panaszainak enyhítésében.         |
| <b>Sárgabarack</b> | A-vitamin + elővitaminja (Karotin), kálium, kalcium, foszfor                    | .<br>A karotin nélkülözhetetlen a tökéletes látáshoz.<br>Dohányos légzőrendszerénél és repedező körmöknél segít.                                                                                                                     |
| <b>Sárgadinnye</b> | Folsav, A- és C-vitamin, A-vitamin elővitaminja (karotin) kalcium, foszfor, vas | Immunrendszer támogatója.<br>Rendszeres fogyasztása megakadályozza az aranyér kialakulását.<br>Puffadás és gyulladásos bőrbetegség ellen.                                                                                            |
| <b>Szeder</b>      |                                                                                 | Növeli a csontsűrűséget<br>Csökkenti az étvágyat<br>Elősegíti a zsírégetést                                                                                                                                                          |
| <b>Szilva</b>      | Kálium                                                                          | Szívrítmus-működés segítője.<br>Zsírbonterő és vízhajtó hatás.<br>Az <u>antioxidánsok</u> védenek a DNS károsodásától<br>Védenek a klimax utáni csonttrikulástól<br>Aszalt szilva: krónikus székrekedés ellen, vastagbél-problémákra |
| <b>Szőlő</b>       | Kálium, szelén                                                                  | Vírusölő, akadályozza a rákos sejtek szaporodását,<br>Stressz okozta panaszok és krónikus fáradtság ellen<br><b>MÉRTÉKLETES VÖRÖSBORFOGYASZTÁS TÁVOL TARTJA A SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI BAJOKAT.</b>                                      |

## ZÖLDSÉGEK

### gyógyító erejük

|                  |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Avokado</b>   | Idegesség, magas vérnyomás, sejtkárosodás    | B-vitamin nyugtatóan hat az idegrendszerre.<br>Magas <u>kálium</u> -tartalom csökkenti a vérnyomást.<br>E-vitamin befogja a szervezetben a szabad gyököket.<br><u>100 g fedezi a napi káliumszükséglet negyedét.</u><br>C-vitamint <u>rácsepegtetve az E-vitamin ideális kiegészítője.</u><br>Csökkenti a máj károsodását, a szájrak veszélyét, valamint a kolleszterinszintet                          |
| <b>Articsóka</b> |                                              | Segíti a véralvadást<br><u>Magas antioxidáns-tartalmú</u><br>Csökkenti a „rossz” koleszterin szintjét.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Brokkoli</b>  | Rák, Húgyúti fertőzés Csontritkulás Megfázás | A C-vitamin és a flavonoidok erősítik az immunrendszert.<br>A mustárolajok védelme a kórokozók ellen.<br>A <u>kalcium</u> stabilizálja a csontokat, és enyhíti az allergiát.<br><u>Rákellenes zöltség.</u><br>Csökkenti a prosztatata-, húgyhólyag-, hasnyálmirigy-, gyomor- és mellrák esélyét<br><u>200 g fedezi a napi C-vitaminszükségletet.</u><br><u>Nyersen vagy enyhén párolva fogyasztani.</u> |
| <b>Borsó</b>     | Magas koleszterinszint,                      | Növényi anyagok ( <u>szaponinok</u> ) koleszterincsökkentők és védenek a rák ellen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |







## „EXTRAGYÓGYÍTÓK”:

### Búzafű:

Regenerál, tisztít, gyógyít.

Tápanyagokban a leggazdagabb: a legtöbb ásványi anyag, vitamin, nyomelem van benne.

Elősegíti a szervezetbe jutott mérgező anyagok lebontását.

Tisztítja és képzi a vért.

Megújítja a sejttanyagcserét. Gyulladáscsökkentő.

Csökkenti a radioaktív-, röntgen- és föld sugárzás által szerzett ártalmakat.

(Otthon, tálkában csiréztatva, ehetjük mint snidlinget, vagy akár az ételbe szórni, vagy rághatjuk.)

### Cékla:

Bőrbetegség, fáradtság, máj- és hólyagpanaszokra, keringési rendellenességekre, szem-, szív-, vérnyomás-panaszokra, nyirokrendszer zavaraira, vesebetegségekre.

Segít a vérképzésben. KIVÁLÓ ANTIOXIDÁNS!

Belőle készült NYERS ital segít leküzdeni a náthát és influenzát.

**Gyógyhatását** – mely **nyersen a legnagyobb** – a benne található vitaminoknak, ásványi anyagoknak, valamint fitovegyületeknek köszönheti.

Erős méregtelenítő hatása van.

Rendkívül gazdag folsavban, C- és B-vitaminokban.

Kipréselt levét répa- és almalével is gazdagíthatjuk.

### Citrom:

#### **A CITROM 10 000 szer erősebb mint a KEMÓTERÁPIA**

Vágj fel citromot és add oda a gyerekeknek hogy szopogassák, vagy tegyél a pohár vízbe egy pár szeletet, ezzel is megelőzheted a rákot.

A Citrom "Citrus" egy csodálatos termék ami MEGŐLI A RÁK

SEJTEKET, 10.000-szer ERŐSEBB MINT A KEMÓTERÁPIA

Ez a növény egy bizonyított orvoslás az ÖSSZES RÁK TIPUSOK ELLEN !!!

Tele vannak gyulladáscsökkentő antioxidánsokkal is.!

Anti-mikróbus spektrum (színpomp) a BAKTÉRIUM, INFEKCIÓ és GOMBÁS MEGBETEGEDÉSEKRE, az ÉLŐSKÖDŐ PARAZITÁK ÉS FÉRGEK ELLEN, A VÉRNYOMÁST SZABÁLYOZZA AMI TÚL MAGAS, és egy ANTIDEPRESSZÁNS, KÜZD A STRESSZ ELLEN, és az IDEGRENDETLENSÉG ELLEN !!!

MEGSEMMISÍTI A ROSSZ INDULATÚ CELLÁKAT 12 típus rákban beleértve a: COLON (bél), MELL, PROSZTATA, TÜDŐ, és a HASNYÁLMIRÍGY-ben. .

Az összetett ebben a fában (citromfű) valóban azt mutatja, hogy 10 000 szer jobb mint az ADRIAMYCIN, ez az a gyógyszer amit használnak világszerte a kemóterápiában, ami lassítja a növekedést a rák cellákban Nem csak hogy megöli a rosszindulatú rák cellákat, de NEM BEFOJÁSOLJA AZ EGÉSZSÉGES CELLÁKAT.

**Figyelem!:** A grépfruiban található egyes vegyületek megváltoztatják a gyógyszerek hatását, ezért gyógyszeres kezelés vagy krónikus betegség esetén FELTÉTLENÜL KÉRJE KI ORVOSA TANÁCSÁT!





Víz- és epehajtó.  
Élénkíti a gyomorsav-elválasztást.  
Nyálkaoldó., Szíverősítő.  
Magas a C-vitamin tartalma.

Gyömbér: *Enyhíti a köhögést, csökkenti a torokfájást, és egyben a vírusokkal szemben is képes fevenni a harcot.*

Uborka: *Koleszterinszintet csökkenti.  
Zsírokat égeti (fogyaszt!)*

Erős paprika *A csípős fűszer leginkább a hörgőkben és az arcüregekben lévő dugulást enyhíti. A paprika csípősségét "okozó" kapszaicin stimulálja a váladéktermelő sejteket a tüdőben és az orrüregben, illetve segíti a váladék eltávolítását.*

Forralt bor *A népi gyógyászat egyik legjobb módszere a melegen gőzölgő, illatos forralt bor elkortyolgatása. A bort - legyen az vörös vagy fehér - forralás előtt érdemes vízzel felhígítani. Ezután már kedvünk szerint fűszerezhetjük fahéjjal, szegfűszeggel, mézzel.*

Húsleves: *A húsleves, akárcsak a többi forró, gőzölgő ital, melyet meghűlésre ajánlanak, segít felszakítani a váladékot, pótolja az elvesztett folyadékot, és a kaparó toroknak is enyhülést hoz. A kutatók a tyúkhúsleves vizsgálatakor a legfontosabb hatóanyagoknak a vitaminokat, ásványi anyagokat, fitokemikáliákat találták, és egy aminosavat, melyet ciszteinnek hívnak. A házi húsleves még jobban enyhíti a tüneteket, ha fokhagymával, Cayenne-borssal vagy curryvel ízesítjük. Bár az is igaz, hogy a húsleves akkor hat a betegre a legjobban, ha azt egy szerető családtag viszi az ágyába.*

## ANTIBIOTIKUM HELYETT:

### Mézes fokhagyma

Két gerezd fokhagymát nyomjunk át fokhagymanyomón, majd keverjük el 1 teáskanál mézzel.

Naponta 4-5-ször ismételjük, hiszen ez a legjobb természetes antibiotikum, 2-3 nap alatt kitakaríthatja a kórokozókat a szervezetből.

**Részletes gyógy mód –  
éremleszedés ellen és az immunrendszer erősítésére  
Dr. Domján László (belgyógyász, agykontroll oktató) tette közzé.**

**"dr. Hermann István elmesélte, hogy édesapja tüdejét néhány éve azért nem merték megoperálni, mert az ultrahang- és a röntgenvizsgálat tanúsága szerint olyan mértékű érelmeszesedés volt, hogy az aortája gyakorlatilag törékeny "porceláncsővé" vált.**

**A sebészek attól féltek, hogy a főverőér érintésekor az menthetetlenül sérül, és a beteg elvérzik.**

**István hallott egy ősi receptről, amit egy UNESCO- EXPEDÍCIÓ talált néhány éve Kínában.**

**Kipróbálta, és édesapja aortája - orvosa ugyancsak nagy meglepetésére - teljesen mészmentessé vált, amint azt az ultrahangvizsgálat egyértelműen jelezte! Orvosi szempontból ez egyszerűen döbbenetes! Mivel manapság a legtöbb halálesetet és számtalan, súlyos tünettől járó betegséget végső soron az érlelmeszesedés okozza, örömmel adom közre az egyszerű receptet**

### **Elkészítés**

35 dkg megtisztított fokhagymát fokhagymaprésben szét nyomunk, majd 10 napig áztatjuk 3 dl, 96%-os, gyógyszertárban kapható alkoholban, lezárt üvegben. Naponta egyszer felfőtyköljük, hogy a fokhagyma hatóanyagainak kioldódását ezzel is serkentsük.

Ezt követően a pépet tiszta ruhán átszűrjük üvegbe.  
A nyert folyadék tömény fokhagymakivonat.

### **Adagolása:**

Mindig evés előtt kell meginni, kevés tejben, gyümölcslében vagy vízben elkeverve:  
reggel, délben és este.

|          |           |           |          |
|----------|-----------|-----------|----------|
| 1. nap:  | 1 csepp,  | 2 csepp,  | 3 csepp  |
| 2. nap:  | 4 csepp,  | 5 csepp,  | 6 csepp  |
| 3. nap:  | 7 csepp,  | 8 csepp,  | 9 csepp  |
| 4. nap:  | 10 csepp, | 11 csepp, | 12 csepp |
| 5. nap:  | 13 csepp, | 14 csepp, | 15 csepp |
| 6. nap:  | 15 csepp, | 14 csepp, | 13 csepp |
| 7. nap:  | 12 csepp, | 11 csepp, | 10 csepp |
| 8. nap:  | 9 csepp,  | 8 csepp,  | 7 csepp  |
| 9. nap:  | 6 csepp,  | 5 csepp,  | 4 csepp  |
| 10. nap: | 3 csepp,  | 2 csepp,  | 1 csepp  |

11. naptól: napi 3 x 25 csepp, amíg a folyadék el nem fogy.  
A kúra idején a szokásosnál több folyadékot kell fogyasztani.

**Állítólag 7 évig nem kell megismételni a kúrát.**

Ha valaki kedvet érez hozzá, javasolom, próbálja ki, hiszen veszélytelen, és olcsó szerről van szó.

### **Néhány „KEDVENCÜNK” hatása a szervezetünkre:**

Cukor: Felborítja az endokrin-rendet.

Koffein: Felborítja a szimpatikus idegrendszert

Alkohol: Vitamin hiányt okoz

Nikotin: Érszűkületet okoz

Só: Nem étel.

Kritika: Megtámadja az ízületeket

Düh: Keléseket, sebeket, égéseket okoz

Neheztelés: rákot vezet be a szervezetbe

(Írjuk le többször a bennünket ért sérelmeket, így rövidesen elköpi az indulat, és vele a betegség!)

























