

Moxa zelišče, ki odpravi 100 bolezni!



Erika Brajnik, naturopatinja



- Moxa (mokša) je zelišče, ki je v Evropi poznano iz tradicionalne kitajske medicine.
- Kitajci moxo terapijo uporabljajo že tisočletja, tako v bolnišnicah in ambulantah kot doma, kjer si ljudje si sami pomagajo z njo tako, da si "hladne" dele telesa grejejo.
- Kaj počne moxa? Moxa ali moxa terapija greje telo oziroma oboleli del telesa in ga tako tudi razsluzi.
- Kdaj potrebujemo moxo terapijo? Uporabljamo jo vedno, ko imamo preveč sluzi v določenem delu telesa, npr. v sinusnem delu, ko nas boli uho, ob kašlju, ko imamo veliko sluzi v pljučnem delu, ob diagnozi, da imamo v telesu ciste, miome ali "vozličke" – ti so tudi narejeni iz sluzi. V takšnih primerih torej potrebujemo moxa terapijo. Del telesa grejemo tudi, ko imamo vodo v kolenu, ko čutimo, da je določen del telesa hladen, na primer križ.
- Moxa terapijo lahko izvajamo pri terapevtih, lahko se pa sami naučimo in jo samostojno izvajamo doma. Pri otrocih pa jo lahko same doma izvajajo tudi mamice.

Z moxo krepimo ledvice in pljuča

- Moxo sestavlja zmes kitajskih zdravilnih zelišč, ki prodrejo zelo globoko v telo, tako da segrejejo in topijo sluzaste tvorbe, celo tiste zelo globoko v telesu. Terapija je neboleča, ne predvideva neposrednega dotika s kožo, zato se lahko izvaja tudi na otrocih ali celo dojenčkih, kadar kašljajo, imajo bronhitis ali celo pljučnico ... Tudi terapija uradne medicine bo bolje delovala, ker bo moxa terapija pospešila razgradnjo sluzi.
- Moxa terapija je zelo pomembna za krepitev urogenitalnega trakta, torej ob neplodnosti, prostatitisih, nerednih menstruacijah, cistitisih, vnetjih mehurja, ledvičnem popuščanju, pesku v ledvicah, endometriozi, cistah, miomih itd. Skratka, moxa terapija krepi ledvice, ki so v kitajski medicini primaren organ. V njih je namreč sedež primarne energije, tiste, ki smo jo prejeli ob rojstvu od staršev. Ko nam te energije zmanjka, je našega življenja konec.
- Moxa krepi tudi drug pomemben organ za pridobivanje vsakodnevne energije – pljuča. Skoznje energetsko vsakodnevno hranimo svoje telo. Pljuča morajo dobro delovati, saj mora po njih vsakodnevno steči energija in tu nikakor ne sme domovati sluz.
- Moxa je ravno zato odlična za krepitev pljuč pri bronhitisu, pljučnici, astmi, kronično obstruktivnem bronhitisu, rinitisu, sinusitisu, otitisu itd.
- Sluz v našem telesu le tega hladi, saj ob kopičenju obda organ in mu tako prepreči, da bi bil dovolj prekravljen in nahranjen. Posledično prejme organ premalo kisika in postaja šibkejši. Sluz se kopiči na že obstoječi sluzi in plast sluzi se tako debeli, da organ ali del organa postaja vedno šibkejši in hladnejši. Naj navedem primer: če se ta sluz nabira v maternici, s časom preraste v endometriozo, ki hladi organ in v takem hladu nič ne raste, zato se tudi novo življenje v takem okolju ne bo spočelo.

Erika Brajnik

PROBIOTIKI, IMUNSKI SISTEM IN RAK



SAEKA

Probiotiki, imunski sistem in rak je knjiga, ki govori o tem kako krepimo svoje telo na enostaven način ter razloži kako črevesje deluje.

Poda vam nasvete, kako hraniti dobre bakterije.

Kako se opazovati.

Kaj pomeni zakisanost telesa.

Kaj zasluženost telesa.

Kako to odpravljamo.

Je kratka in jedrnata.

Knjiga je na prodaj v vseh knjigarnah Felix po Sloveniji ter na www.saeaka.si

Zakaj je naše telo zaslužno

Kaj pa povzroča sluz?

Sluz v telesu je posledica nepravilne prehrane, torej nepravo živilo ob nepravi uri, zdravlju, skrbi in stresu.

Naturopatska obravnava je celostna tako, da samo monoterapija (samo moxa terapija) ne bo delovala, če ne delujemo celostno. Če pa delujemo celostno in si prizadevamo, da se pravilno prehranjujemo, potem smo našli pot do uspeha.

Moxa terapija nas, če jo izvajamo sami doma, vsekakor pomirja in ob izvajanju terapije veliko lažje prisluhnemo sami sebi in svojemu notranjemu glasu.

Emocionalno vemo, da tam, kjer domuje hlad v telesu, domujeta tudi slaba samozavest in slaba samopodoba, zato je moxa terapija odlična tudi, če se želimo dokončno znebiti sramežljivosti, zardevanja, neodločnosti, negotovosti, strahu, panike, nesamozavestnosti idr.

Kdor v sebi nima prave samozvesti in prave odločnosti, ne bo sposoben prisluhniti svojemu notranjemu glasu, tako ne bo izpolnil misije, zaradi katere je bil poslan na ta svet, ampak bo počel stvari, ki ga ne bodo osrečevale, in posledično bo privlačil bolezni in nezadovoljstvo.

Osvobodimo svoje telo, osvobodimo svojo dušo, razsluzimo se: moxajmo!

Zima je letni čas, ko je moxa terapija najbolj učinkovita!

Moxa, nam poznano zelišče iz tradicionalne kitajske medicine, učinkovito odpravlja zasluženost iz telesa, in sicer v sinusnem delu, v predelu ušes, v pljučih in v uro-genitalnem delu. Tako blažimo in odpravljamo obolenja, kot so: sinuzitis, otitis, bronhitis, pljučnica, astma, bolečine v grlu, endometrioza, ciste, miomi, vnetje mehurja, ledvic, maternice, jajčnikov, prostatitis, neplodnost, impotenca, pomanjkanje libida, bolečine v želodcu, razdraženo črevesje, diarejo, mrzle in vlažne noge in roke.

Čar moxe je v tem, da jo lahko izvajamo sami doma tako na sebi kot na članih družine, otrocih, starejših idr.

Odpravljanje sluzi iz glave oziroma iz predela sinusov in ušes

Moxajmo mesec dni, po 20 minut na dan, na predelu čela ali bolje tretjega očesa. To lahko naredimo kadarkoli v dnevu. Pomembno je, da to izvajamo vsak dan en mesec. Tako prečistimo, okrepimo in zaščitimo šibki del telesa pred zimo, kajti sluz je vlaga in vlaga je bolezen.

Paličico moxe prižgemo na sveči, da je žareča, postavimo jo 1 cm od kože in grejemo tako, da vrtimo v krogu paličico moxe. Od nje terjamo, da je vedno žgoča in žareča, zato jo pogosto postavljamo na ogenj in jo pogosto otresamo pepel. Več vlage je v telesu, več je bo moxa povlekla nase, pogosteje se bo ugašala.

Moxo varno ugasnemo tako, da jo zapremo v prazno steklenico. Tako ostane brez kisika in se ugasne. Naslednji dan jo lahko mirno spet prižgemo. Ena paličica zadostuje približno za 3 uporabe po 20 minut.

Razsluzenje pljuč in uro-genitalnega predela

Če želimo razsluziti predel pljuč bomo moxali spredaj na pljučnem delu v sredini prsnega koša med prsnimi bradavicami.

Otroke moxamo zadaj med lopaticami, takoj ko zaspijo in kar skozi majico. Takoj po tem, ko otroci zaspijo, so namreč najbolj mirni.

Moxa na predelu popka se izvaja za razsluzevanje uro-genitalnega dela. Tega navadno na otrocih ne izvajamo. V popek se postavi žličko soli, sol grejemo z moxo 20 minut vsak dan.

Moxa terapija je neboleča, neinvazivna in nima stranskih učinkov, lahko jo izvajamo sami doma pri vseh starostih. Glede na to, da z moxo razsluzimo telo, predvsem tisto staro sluz, ki je v telesu, moramo popaziti, da nove sluzi v telesu ne bomo proizvajali, zato se za zimo odpovejmo vsem mlečnim izdelkom in nove sluzi v telesu ne bo več!

Pa še nekaj primerov iz moje prakse:

Gospa Zdenka, 58 let (sinusi)

Aprila 2012 je prišla k meni gospa Zdenka iz Renč, stara 58 let. Povedala mi je, da ima čez 2 meseca operacijo sinusov, zato so jo zanimale druge možnosti, ker ona na operacijo ne bi šla.

Najprej sva uredili prehrano, potem pa sem ji naročila, naj vsak večer izvaja moxa terapijo 20 minut na sinusnem predelu.

Gospa Zdenka je to počela 2 tedna in po tem obdobju me je poklicala in rekla: »Gospa Erika, ne boli me več nič, ta moxa je super, veste, kako se mi je čelo prečistilo. Iz mene je šla črna, rumenorjava in zelena sluz, sploh ne vem, od kod se je vse to v meni nabralo!«

Čez 2 tedna je tudi specialist v Ljubljani povedal gospe Zdenki, da operacija sinusnega dela ni več potrebna!

Jure, 4 leta (astma)

Junija 2012 je prišla do mene mama Karja s sinom Juretom, starim 4 leta, iz Kozine. Diagnoza astma od 2. leta starosti.

Fant je jemal huda zdravila, imel je tudi »pumpico« (ventulin) za pljuča. Pregledala sem ga, uredili smo prehrano, mami pa sem naročila, naj »moxa« Jureta vsak večer 20 minut, takoj ko zaspi, na predelu pljuč kar čez majico.

Jure se je v poletnih mesecih okrepil tako, da je oktobra z zdravniškim privoljenjem opustil vsa zdravila!

Mateja, 28 let (nosečnost)

Maja 2013 je prišla k meni Mateja s Krasa, stara 28 let, zaradi težav z zanositvijo. Že lep čas si je prizadevala zanositi, vendar ni šlo. Postavili so ji diagnozo atipična neplodnost.

Uredili sva prehrano, Mateji sem svetovala, naj se vsak dan »moxa« na predelu trebuha, maternice, jajčnikov in izvaja kopeli.

Čez 3 tedne mi je poslala na elektronsko pošto s fotografijami treh različnih testov za nosečnost. Zanosila je.

