



ELLENINA CESTA

 **KP clinic**
MODERNĚ KE ZDRAVÍ A KRÁSE

KVĚTEN - PREVENTIVNÍ PÉČE O SRDCE

www.kpclinic.cz, www.elleninacesta.cz

ÚVOD

Tento e - book vzniká na základě našich osobních, prožitých zkušeností.

Porucha energetického těla se projevuje viditelně - **zhmotní se na těle fyzickém** (symptomy), které vidíme svýma očima. Toto nás upozorňuje na to, že je potřeba něco změnit. Hledáme příčinu.

Uvědomily jsme si, v rámci práce na sobě, že **lidská bytost je celek**, která se skládá z **fyzického těla, duševního těla a duchovního těla**. Je to evoluce a je potřeba si připustit, že naše fyzické tělo něco přesahuje a má na jeho zdraví obrovský vliv.

Už **čínská medicína** po staletí pracuje s energetikou těla (čakry, meridiány). Vnímá ho jako celek, který se skládá z jednotlivých orgánů, které mezi sebou spolupracují, jsou energeticky v harmonii.



Objevy kvantové fyziky stále více dokazují, že zdraví člověka je přímo závislé na toku energie v jeho buňkách. Jak ale vyladit jeho energii?

Energii do těla dostáváme příjmem potravy, emočním nastavením, pohybem.

Proto naše práce spočívá v péči o tělo a mysl očima psychosomatiky.

Jak pečujeme o fyzické tělo?

V dnešní době naše strava neobsahuje dostatek výživy - vitamínů a minerálů.

Konzumujeme mnohdy prázdné kalorie, které při nedostatku pohybu naše tělo jen obalí tukem. **Proto dbáme na zdravý životní styl, pohyb a cílenou detoxikaci – očistu těla a frekvenční ladění buněk** pomocí lékařsky certifikovaných biorezonančních přístrojů.

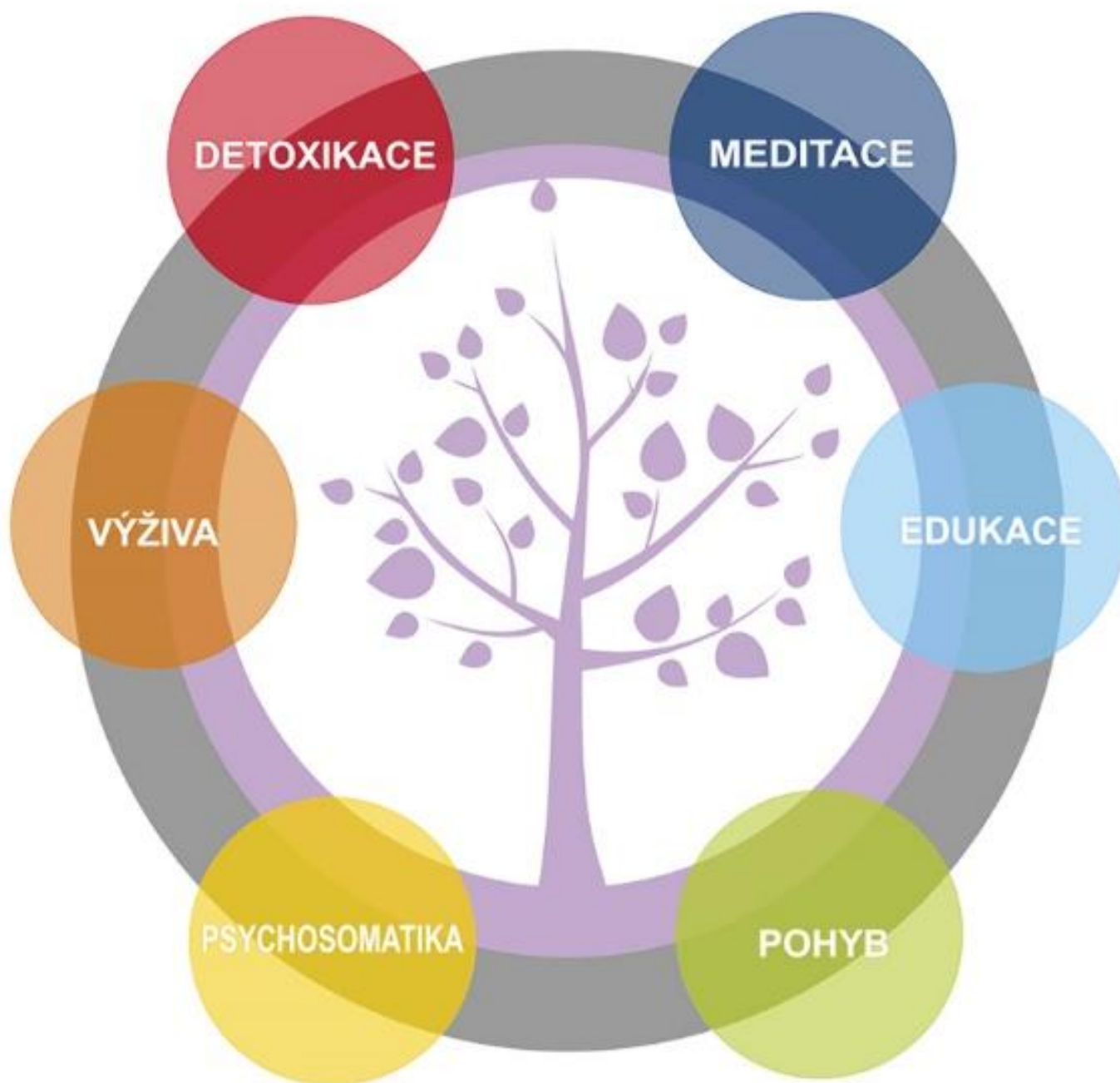
Pokud člověk řeší psychiku – mnohdy je potřeba řešit i jeho výživu. I mozek potřebuje dostatečný přísun živin pro svou správnou funkci.

Jak vyladíme duševní tělo?

Tady se zaměřujeme na **edukaci a meditace**. Zaměříme se na práci s emocemi daného člověka. Je potřeba změnit zažité vzorce jeho chování. Formou nákrešů a následných meditací, **harmonizujeme tok energie v jeho duševním těle a následně dojde k vyladění energie v těle fyzickém.**

**Vyladěním fyzického a duševního těla dojde k vyladění duchovního těla,
napojení na intuici – PROCITNUTÍ...**

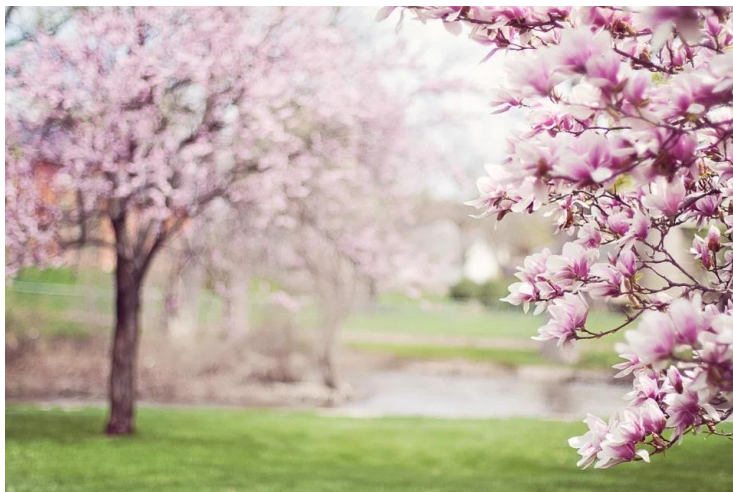
Procitnutí...



KVĚTEN – PREVENTIVNÍ PÉČE O SRDCE A KREVNÍ OBĚH

Květen je měsíc lásky, příroda je krásně rozkvetlá a plná života. Dny se pomalu, ale jistě prodlužují, jsou čím dál tím víc teplejší. Máme větší potřebu trávit čas venku. **Příroda láká svoji krásou** a svěžestí jak zvířata, lidi, tak i všeobjímající energií.

V květnu je nejvíce oslabeno srdce, kterému právě element ohně náleží. Vlášdnoucí barva je začátkem měsíce růžová, světle červená až, následně postupem dnů, sytě červená a rudá. Radost, snění, bezstarostnost jsou emoce, které podle čínské medicíny přísluší elementu ohně.



Srdce řídí krev, cévy, tepny a žíly. Pokud srdce funguje správně, krev v těle plynule proudí. **Pokud je však naše srdce oslabené (a nejen fyzicky), proud krve je zpomalen a nastávají blokády, takové přehrady, které zadržují energii v našem těle.** Blokády v těle velmi často měříme na biorezonanci BICOM OPTIMA a následně je speciálními frekvenčními kompenzacemi „rozpouštíme“!

Symptomy, jimiž dává tělo najevo poškození srdečních a cévních tkání (1):

- **špatný krevní oběh** způsobuje odumírání buněk (což má za následek celou řadu problémů)
- ztráta paměti, zapomnětlivost
- **bolest na prsou** nebo časté angíny
- pocit tíhy na horní části hrudníku
- **výskyt modřin** při sebemenším zhmoždění
- vysoký nebo nízký systolický tlak (souvisejlost s nadledvinami)
- vysoký diastolický tlak
- **pocit únavy** (zejména při cvičení)
- **dušnost** – způsobená hromaděním vody (má původ v zánětu způsobeném acidózou)
- křeče po cvičení
- všechny druhy srdeční arytmie (avšak většinou je na vině štítná žláza a nadledviny)

SRDCE A CÉVNÍ SYSTÉM

„Vaše **srdce je čtyřkomorový udržovací a přijímací orgán** se soustavou chlopní, které krvi umožňují proudit dovnitř a ven. Čerstvá okysličená krev proudí plicními tepnami do levé před síně a mitrální chlopní do levé komory a odtud do celého těla, aby mu dala živiny a okysličila je.“ (1)

„**Nadledviny významně ovlivňují nervy, které vyživují srdce.** A jsou-li **nadledviny oslabené** a acidóze nestojí nic v cestě, **dochází k usazování cholesterolu.** To všechno způsobuje mrtvici, infarkt myokardu a obstrukce v cévním systému. **Vaše nadledviny mají hlavní slovo v tom, jak silně vaše srdce pumpuje krev a v jakém rytmu.**“ (1)

Cévní systém a krev:

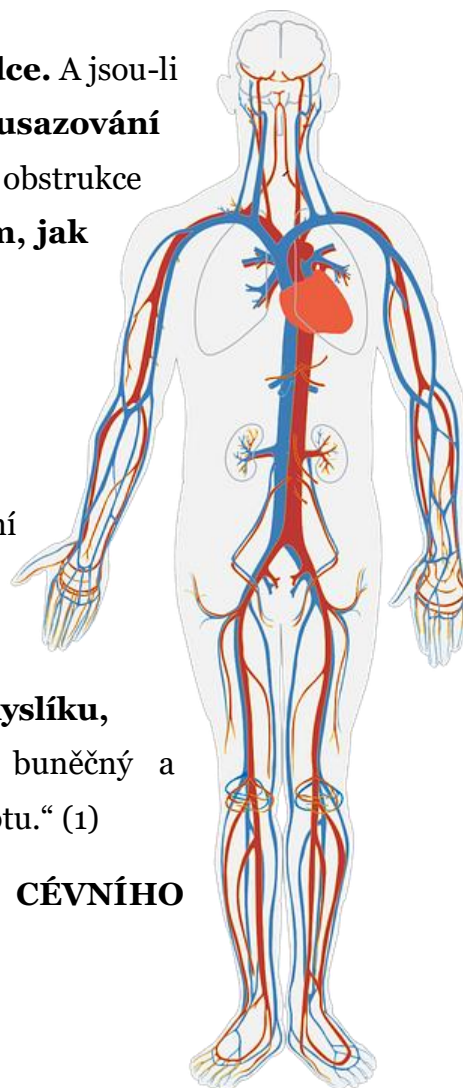
Tepny, žíly a vlasečnice mají úkol dopravovat živiny a stavební materiál do vašich buněk. **Transportují vaši fyzickou sílu – KREV ☺**

„Krev se využívá k **přepravě živin, hormonů, enzymů, kyslíku, antioxidantů...** Pomáhá lymfatickému systému odstraňovat buněčný a metabolický odpad a může dramaticky ovlivnit vaši tělesnou teplotu.“ (1)

ZDRAVÍ VAŠICH BUNĚK ZÁVISÍ NA ZDRAVÍ A SÍLE CÉVNÍHO SYSTÉMU A NA KRVI, KTERÁ JÍM PROTÉKÁ!

Složení krve:

- **Erythrocyty** (červené krvinky – obsahují hemoglobin) – přepravují kyslík, živiny a odvádí odpadní látky
- **Leukocyty** (bílé krvinky) – představují imunitní buňky, mají za úkol chránit vnitřní prostředí před viry, bakteriemi, parazity a dalšími škodlivinami...
- **Trombocyty** (krevní destičky) – hlídají srážlivost krve
- **Plazma** – obsahuje 92% vody a 8% různých látek



ACIDOBAZICKÁ ROVNOVÁHA

Tělo se neustále snaží udržet vnitřní rovnováhu zásad a kyselin.

„Pokud je vaše **strava převážně kyselinotvorná**, naruší se hormonální rovnováha a jídlo – namísto správného trávení – kvasí a hnije, tvoří se nadměrné množství hlenu a **vznikají záněty**. Vaše **krev se stává jedovatou** a váš **lymfatický systém se ucpává**. Mnozí tomu říkají **NEMOC...**“

KLÍČ K VITALITE A ZDRAVÍ = udržovat vnitřní prostředí alkalické, netoxické a čisté!

KYSLININOTVORNÉ A ZÁSADOTVORNÉ POTRAVINY

Víte, že délka života velmi úzce souvisí s výběrem stravy? **Strava totiž nejvíc ovlivňuje acidobazický stav organismu a jednotlivých orgánů.**

K dlouhému životu však potřebujeme optimální podmínky pro všechny tělesné funkce. A tím úzce souvisí **udržení acidobazické rovnováhy těla** – tedy rovnováhy mezi kyselými a zásaditými látkami v organismu.

Příznaky překyselení:

- zápach potu
- vleklá únava a vyčerpání
- bolesti kloubů
- pálení žáhy
- trávicí potíže
- opakující se záněty a infekce
- alergie
- ekzémy
- hypertenze
- ateroskleróza a mnoho jiných...



Co překyselení způsobuje?

Hlavní **příčinou je především nevhodná strava** – mnoho cukru, bílkovin, alkoholu, pečiva a bílé mouky, denaturovaných potravin, které jsou téměř nestravitelné. **Dále pravidelné nadužívání chemických léčiv.** Velký vliv na překyselení má i **životní prostředí** – smog, používání herbicidů, pesticidů a jiných postřiků, chemické látky a těžké kovy... A v neposlední řadě i **psychická zátěž v podobě stresu, zlosti, úzkosti...**

Nedostatek pohybu a špatný pitný režim je třesničkou na dortu...

Dlouhodobé **překyselení organismu je nebezpečné**, protože **červené krvinky** pod vlivem působení kyselin **ztrácí pružnost, tuhnou, obtížně protékají tenkými kapilárami...** může hrozit infarkt, mrtvice a jiná onemocnění...Dochází také k **snížení hladiny minerálů** a po delší době organismus ztrácí přirozenou obranyschopnost vůči infekčním chorobám.

