

Vass Zsolt

ÚTMUTATÓ

A helyes Schüssler-só
megtalálásához

Biokémiai
kérdőív

ÚaE

Útmutató a helyes **Schüssler-só** megtalálásához

Segítség a személyes használathoz

Biokémiai kérdőív

Ez a kis broszúra azoknak nyújt hasznos segítséget, akik nem tudják eldönteni, melyik számukra a legmegfelelőbb Schüssler-só, és akik ezért gyakorlati segítséget igényelnek

EngelPharma Ltd.

Biokémiai kérdőív

© EngelPharma ltd. - 2007

Minden jog fenntartva!

Bárminemű utánnnyomás, továbbá bármiféle optikai, akusztikai és elektromos feljegyzés, tárolás és leadás, valamint felhasználása tananyagként még részeiben is csak a kiadó személy írásos hozzájárulásával lehetséges!

ISBN: 963 460 476 5

Tartalom

	oldal
Bevezetés	4
A biokémiai rendszerezés	6
Az ásványi sók hatásai	7
1. Indikációk	9
2. Hiánytünetek	10
3. Jelzések és arcjelek	12
4. Modalitások	14
5. Alkat és öröklés	20
6. Psziché és kedv	22
Kérdőív a biokémiai szervválasztáshoz	25
A kérdőív felépítése	26
A gyakorlati használata	26
Kiértékelés	27
Adagolás és bevétel	29
A Kérdőív	30
Kiértékelés	38

Bevezetés

Talán Ön is azok közé tartozik, kedves olvasó, akik a biokémiai Nr. 3 és Nr. 4-es szerrel sikerrel vészeltek át egy-két telet anélkül, hogy legalább egyszer eltüsszentették volna magukat.

És éppen ez jelenti sokak számára a továbblépés jelét, hogy a Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler-féle biokémiát, s annak szereit egy mélyebb, behatóbb módon ismerhesse meg. Ahogy ilyenkor lenni szokott, fokozatosabban érdeklődnek iránta, beszereznek még több információt, esetleg elmennek mondjuk a közelben rendezett biokémiai találkozóra, és ott végighallgatnak egy előadást, talán ellátogatnak egy szemináriumra is. Ahogyan egyre többet és többet tudnak meg a „csodáról”, úgy támad fel bennük a felismerés: minél jobban megismerik az egyes szereket, annál inkább rájönnek, hogy mind a 12 szert alkalmazniuk kellene, hiszen majdhogynem mindegyikben valahogyan visszatükrözve látják önmagukat.

De vajon melyik a leginkább szükséges szer? Melyikkel kezdjék el a kúrát?

Ismerős ez a szituáció? Nagyon sokan járnak így, amikor elindulnak Schüssler biokémiájának az útján. Céloom ezzel a kis füzettel az, hogy éppen ezeknek az embereknek adhassak egy fontos segítséget a kezükbe.

Időközben számos publicitás megjelent már Dr. Schüssler biokémiájáról. Az egyes szerek bemutatásának, elemzésének és indikációs listáinak se szeri, se száma. Talán még nálunk Magyarországon nem annyira, mint a német területeken (Svájc, Németország, Ausztria és az USA), de bízom benne, hogy munkánkkal jelentős mértékben hozzá tudunk járulni ahhoz, hogy - ahogyan mondani szokás - az események a biokémia terén itthon is felgyorsulhassanak, s még többen ismerhessék

meg ezen természetes gyógymód fantasztikus lehetőségeit. Éppen ezért itt most csak érintőlegesen térnek ki a szerek leírásaira, de a füzet végén megadok bővebb információkat arra nézve, hol is tud beszerezni minden érdeklődő megfelelő irodalmat, amelyben bő és alapos ismeretekre tehet szert a Schüssler-sókat illetően.

Célom elsősorban, hogy segítsek mindazoknak, akik szeretnék terápiájukat egy biztos alapra helyezni, és mihamarabb elkezdni életük talán legelső Schüssler-kúráját.

Különösen fontossággal bír a füzet végén található személyes kérdőív, melynek egyszerű és gyors kitöltésével lehetőség nyílik a legmegfelelőbb biokémiai szer(ek) megtalálására.

Fontos:

Azok a betegek, akiknek súlyos egészségi problémáik vannak, feltétlenül forduljanak orvosukhoz, természetgyógyászukhoz!

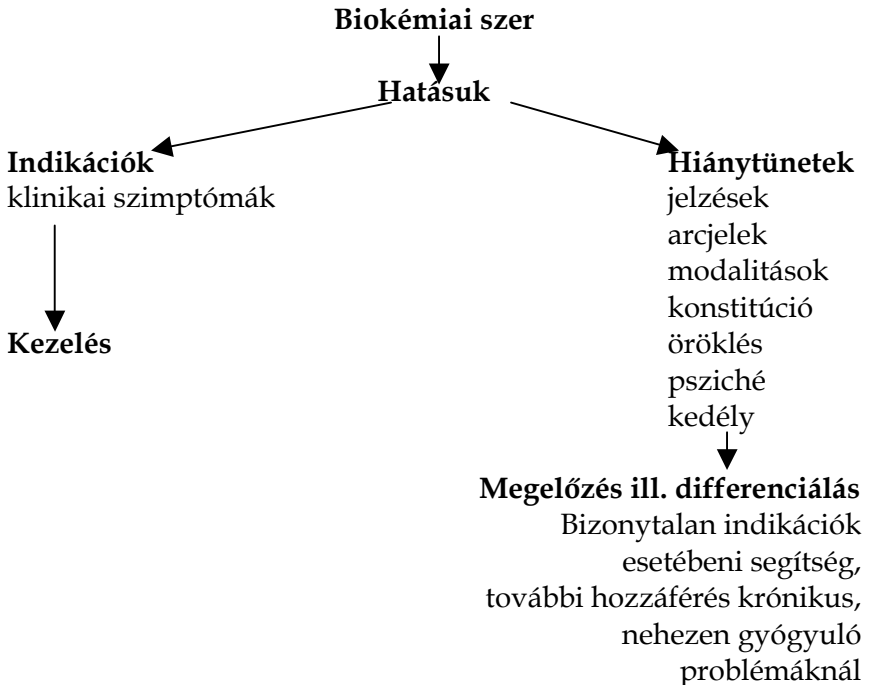
De! Kiegészítés gyanánt bármely terápia esetében kitűnő segítségre lelhetünk a Schüssler-sókban.

Biokémiai rendszerezés

Legelőször is az alábbi kérdéssel kell kezdenünk:

- Hogyan is néz ki a biokémiai rendszerezés?
- Hogyan állapíthatom meg személyes szereimet?

Szeretném most Önnek is bemutatni a különböző alappilléreket, melyek alapvető támogatást adnak abban, hogy megtalálhassa személyes szereit. Ezt követően pedig közelebbről bemutatom azt a segítséget, amely a személyes, legmegfelelőbb szer megállapítását megkönnyíti Önnek is: az útmutatót a biokémiai szerekhöz. De lássuk először a biokémiai alapokat:



A biokémiai sók és hatásköreik

Mint ahogyan az a korábbi ábrából szembetűnik, az út elején mindig az egyes szerek hatáskörei állnak. Ez természetesen a praxisban is visszaigazolódik: aki egy szer hatáskörét megértette – és ez a lényege számos könyvnek, brosúrának, szemináriumnak és a mi munkánknak is – az az esetek többségében már tudni fogja, hogy egy adott problémánál melyik szer a helyes, és melyik nem. A biokémiai szerek fiziológiai szerek is egyben. Éppen ezért nem véletlen beszélünk oly’ sokszor fiziológiai gyógyításról. Ez más szóval azt jelenti, hogy az emberi szervezet normális életfolyamatai és -működései állnak az előtérben. És természetesen mindenhol, ahol ezek zavart szenvednek, ott lesznek a Schüssler-sók a mi legfontosabb segítőink.

Biokémiailag két irányt választhatunk:

1. egy konkrét megbetegedés (többnyire akut esetekben) esetében különböző klinikai szimptomák állnak az előtérben. Itt az egyes sók az indikációjuk által kerülnek „bevetésre”
2. ha azonban a fiziológia nem elég világos, vagy bizonyos szimptomákhoz több szer passzolna, illetve a listán szerepelne, akkor vessünk mindig egy pillantást az egyes hiánytünetek listáira. De amennyiben a biokémiai szereket megelőző szándékkal kívánjuk alkalmazni, akkor szintén ezt a listát tanulmányozzuk

A biokémiai szerek legfőbb hatásai

Nr. 1	Keményítő és puhító Konzerváló Kötőszöveti gyengeség Az erek szere
Nr. 2	Felépítő- és erősítőszer Regenerátor
Nr. 3	Gyulladáscsökkentő szer I. Erősítő- ill. izomszer Sérülések szere
Nr. 4	Gyulladáscsökkentő szer II. Nyálkahártyák szere Nyirokszer
Nr. 5	Idegszer Fáradtság elleni szer
Nr. 6	Gyulladáscsökkentő szer III. Katalizátor Májszer!!!
Nr. 7	Fájdalom- és görcsök elleni szer Villámszer
Nr. 8	Vízszabályzó Vérszer
Nr. 9	Anyagcsere szere Neutralizáló- és salaktalanító szer
Nr. 10	Kivezető, elvezető szer Salaktalanító szer
Nr. 11	Bőr szere Genny szere
Nr. 12	Genny szere Nyálkahártya szere

1. Az indikációk

Az indikációkat nem egy adott betegség elnevezéséből származtatjuk, hanem ahogyan azt az imént olvashatta, a megzavart fiziológiai lefolyásokból.

Schüssler így mondta: „Az egyes biokémiai funkciós szerek indikációit a fiziológiai és patológiai kémiából kell származtatnunk”.

Így aztán az is előfordulhat, hogy egy szert az egymásnak egyébként ellentmondó folyamatokban is bevetünk. Kitűnő példája ennek a Nr. 3 (*Ferrum phosphoricum*), amelyet éppúgy alkalmazunk hasmenés esetében, mint mondjuk székrekedéskor.

A fiziológia megmutatja nekünk az összefüggéseket: a bélfal izmaiban bekövetkező vashiány (*Ferrum phosphoricum*) a bélfal-izmok ellazulását eredményezi, ennek okaként a béltevékenység lelanyhul és bekövetkezik a székrekedés. A Nr. 3-as számú izomszer beszabályozza ezt a megzavart fiziológiát és így képes a székrekedésnek ellent hatni.

A hasmenés esetében pedig a bélbolyhok izmaiban következik be a vashiány. Ebből eredendően nagymértékben lecsökken a bolyhok szívó hatása, kevesebb átnedvesített táplálék tud a vérbe kerülni, ott reked a bélben nedvesen, és az eredmény: hasmenés. A *Ferrum phosphoricum* (Nr. 3) itt a bélbolyhok izommozgását aktiválja, és ezúton szünteti meg a hasmenést.

2. A hiánytünetek

A hiánytünetek a leginkább megfelelő szer klinikai jellegének kérdéses besorolásánál segítenek.

Az a szer, amely a „hiánytünetek” rubrikája alatt a legsűrűbben megjelenik, az a helyes szer. Vegyük itt például a fejfájást, mint klinikai szimptomát. A szóba jövő szerek konstitúciójának összehasonlításánál a következőket állapítjuk meg: egy bizonyos szernél 7 jelleg egyezik, a többieknél csak 3 vagy 4. A legideálisabb ilyenkor a 7 jelleggel bíró szer lenne.

Vagy mondjuk a „Hányás” szimptománál:

Itt a test a váladék formájának, tartalmának megfelelően fogja pontosan megmutatni a helyes, beveendő szert. Savas váladék a Nr. 9-et (*Natrium phosphoricum*) követeli, a vízszerű, sugárszerűen jövő és világos-slejmű a Nr. 8-at (*Natrium chloratum*) és a görcsös hányás pedig a Nr. 7-et (*Magnesium phosphoricum*) stb.

De ugyanakkor ezek a jelek rámutathatnak olyan sónak a hiányára is a testben, amely még klinikailag (pl. vérvételes laborvizsgálat) nem kimutatható. Schüssler az ilyen eseteknél „mankó-ról” (Manko = fogyatékoság, hiány) beszélt. Mankó alatt nem egy általános, összefoglaló hiányt értünk, hanem csak egy elosztási zavarról van szó. (Schüssler ezt molekuláris elosztódási zavarnak nevezte). Az adott ásványi sóból a testben nem összességében áll túl kevés a rendelkezésre, hanem rosszul van elosztva. Egyszerűen fogalmazva a hiányzó biokémiai szer nincs a megfelelő időben a megfelelő helyen. Vegyük ismét példának a vasat (*Nr. 3 Ferrum phosphoricum*), mint kiváló infekciós szert.

Az emberi szervezetünkben kb. 3g vas található. Sűrűn megesisik, hogy bár összességében ez a 3g vas a szervezet rendelkezésére áll (laboreredmény rendben!), mégis bekövetkezik egy fiziológiai mankó: egy adott influenzahullámban rosszul osztódik el a vas és

túl kevés található belőle a lépben, ahol egyébiránt fontos szerepe lenne a védősejtek képzésében. Ennek következtében az illető megfázik és máris egy vírusos influenza „részesé lehet”.

De! Ha a *Ferrum phosphoricum*-ot időben beveszi (ezt már átélhette számos biokémia-barát), akkor még időben meg tudja erősíteni immunrendszerét, s így megfékezi a betegség kitörését.

A testünk ezen időbeni előrejelzéseinek megértése segít tehát bennünket abban, hogy egyes komolyabb, ill. fenyegető betegségeket még időben megelőzhessünk. A test úgymond megmutatja, hogy mire van szüksége annak érdekében, hogy elkerülje a betegséget. Ezek rendszerint igen finom kis jelzések testi, vagy pszichikai szinten, melyek azonban nagyon értékesek és hasznosak. Mindenekelőtt azoknak, akik veszik a fáradságot, hogy „hallgassanak” saját testük jeleire és meg is értik azt.

2.1 Jelzések és arcjelek

Schüssler és követői bizonyos idő elteltével felfedezték, hogy létezik bizonyos fokú összefüggés egy adott ásványi só specifikus hiánya és bizonyos bőrelváltozások között. Ezek azok az egyes színelváltozások, ráncképződések és különböző fénytípusok, melyek mindenképp előtérbe lépnek az arcon. Egy bizonyos ásványi só aktuális hiányára mutatnak, amelyek mindenféle klinikai megbetegedés nélkül jelentkezhetnek. Ilyenkor ennek a bizonyos sónak a tartalékai úgy mondhatóan kifogyóban vannak. Egy ilyen jelet egy adott funkcionális zavar utalásának is tekinthetünk, vagy pedig egy korai figyelmeztetésnek: ha minden változatlan marad, akkor később mindenképp kialakul a betegség. Továbbá a tapasztalatok azt mutatják, hogy egy biokémiai kezelést követően számos arcjel eltűnik. Más szóval: a raktár ismét megtelik.

Ide tartoznak a legtágabb értelemben vett területek, mint: váladék (levedző, száraz), gennyesedések, hányás, nyelv. Itt is megmutatja a test, – külsőleg láthatóan – hogy mi hiányzik neki. A váladék, a genny, a hányás állaga, összetétele, színe vagy a nyelv rámutatnak a megfelelő szerre.

Jelzések és arcjelek

Nr. 1	Kockaszerű ráncok, pirosas-feketés elszíneződéssel (a szemek belső sarkában)
Nr. 2	Viasszerű elszíneződés (a fülektől kiindulva)
Nr. 3	Ferrum-piros Ferrum-árnyékok
Nr. 4	Tejszínű (mindenekelőtt az alsó szemhéjon) Sajtszínű
Nr. 5	Hamuszürke elszíneződés Beesett halánték
Nr. 6	Barnássárga tónus (a belső szemsarkokban), Okkersárga szín („A-forma”)
Nr. 7	Magnézium-piros (foltokban) Lámpalázás piros
Nr. 8	Zselatinos fény Kissé felpuffadt, vízszerű arc
Nr. 9	Zsíros fényű Mitesszerek Zsír- és lógóorca
Nr. 10	Zöldes-sárgás elszíneződés Gyulladásos, barnás piros „Borvirágos” orr
Nr. 11	Üvegszerű fényes Túlnyomóan ráncos arc Homlokráncok
Nr. 12	Alabástrom-fehér szín az arcon

2.2 Modalitások

A „modalitás” elnevezés a homeopátiából származik. Ezzel azt állapítjuk meg, hogy egy adott szerre nézve az a tipikus, ha az érintett személy állapota, annak fájdalmai bizonyos viszonyokra javulnak, vagy rosszabbodnak (pl. éjszaka, étkezés után, száraz levegőn, mozgásra stb.). Modalitások a biokémiában is léteznek, és egy további segítséget jelentenek a differenciálás terén.

Modalitások

	Roszbabb	jobb
Nr. 1	- hidegre, nedvességre, nyugalomra	- melegre, mozgásra
Nr. 2	éjjel, nyugalomra, ágyban fekvésre	mozgásra
Nr. 3	mozgásra, éjjel (4 - 6 óra) meleg helységekből	hidegre
Nr. 4	mozgásra,	melegre
Nr. 5	testi megerőltetésre, lelki sérülésre	könnyebb mozgásokra

Nr. 6	Fog-, fej- és végtagfájdalmak rosszabbodnak zárt helységekből, melegre, estére és megerőltetésre	szabadlevegőn, hűvösebb levegőn
Nr. 7	Fájdalmak (fogak is) rosszabb enyhe érintésre Hidegre, éjjel (3 óra körül)	nyomás és meleg hatására, Hasfájdalom az ujjal való nyomásra a fájdalmas hasi területen összegörnyedés, böfögéssel
Nr. 8	- reggelente, délelőtt, izzadás szellemi megerőltetés nedves-hűvös időben, napforróság	- száraz, meleg levegőn
Nr. 9	- mozgás, nedves-hideg idő	- -
Nr. 10	fájdalmak és általános állapotok rosszabb nedves időben mozgás, zsíros ételek, nedves-hideg időjárás	fájdalmak és általános álla- potok, javulás száraz időben és száraz helyiségben
Nr. 11	- hidegre, estére, mozgásra új/teliholdkor	- melegre, a páciens betakarására
Nr. 12	-	-

További hiánytünetek

A klasszikus modalitásokat kiegészítendő, további hiánytünetek lehetnek:

Nr. 1 -

Nr. 2 a pikáns, füstölt ételek iránti vágy,
pl. ketchup és mustár

Nr. 3 tendencia arra nézve, hogy kávéval/teával a keringést
„felturbózzuk”, és a fáradtsági állapotokat elkerüljük

Nr. 4 a hiány kialakulásának felerősítése alkoholfogyasztás,
az elektro-szmog és a tehéntej révén

Nr. 5 -

Nr. 6 a hiány kialakulásának felerősítése dohányzás,
kávé, bizonyos gyógyszerek (májmegterhelés!) révén

Nr. 7 fokozott éhség a csokoládéra, kakaóra
erős körömrágás

Nr. 8 konyhasó utáni vágy, erős szomjúság,
korpás fejbőr (samponok nem segítenek!), kattogás az
ízületekben

Nr. 9 fokozott éhség az édességek, fehérlisztes sütemények után,
Energetikai blokádok, fáradtságérzés, pl. a késő délutáni
órákban

Nr. 10 bűzös szelek!

Nr. 11 idő előtti rohamos öregedés

Nr. 12 alabástromszerű arcszín

Jellemző jelek a megkülönböztetéshez

Jelek a megkülönböztetésre

- Nr. 1 berepedezett, erős
-
- Nr. 2 fehér (sárgás-fehér)
kérges
-
- Nr. 3 vörös,
tisztá
-
- Nr. 4 fehér (szürkés-fehér)
slejmes, lisztszerű
-
- Nr. 5 okkerszínű
búzló, ragacsos
-
- Nr. 6 sárga
slejmes, pikkelyes
-
- Nr. 7 piros (foltos)
tisztá
-
- Nr. 8 vízszerű (világos), hólyagképződés
-
- Nr. 9 mézes-sárga
gennyes, savanyú
-
- Nr. 10 sárga (sárgás-zöld)
keserű
-

Nr. 11 sárga, barnás
gennyes, kérges

Nr. 12 gennyes (sárgás-zöld)

2.3 Alkat és öröklés

Az egyik alkati (konstitúciós) orvoslás szakkönyvében így áll:

„A konstitúció, az alkat fogalma alatt az egyes ember egyéni egységét értjük, amely örökletes alapokon nyugszik...

Az alkat a valamennyi veleszületett tulajdonságok összessége (és) számos faktor révén alakítható...”

Az alkat tehát az egyes ember személyes hajlamát határozza meg a maga testi/lelki/szellemi pozitívumával és negatívumával együtt. Ezek megismerése révén sikerülhet a pozitívumainkat még tovább erősíteni, a negatívumainkon dolgozva pedig, azokat fejleszteni. Éppen ezért az alkati orvoslás mindig egy olyan orvoslás, amely a páciens személyes alkatát veszi figyelembe a kezelés érdekében – és nem csak a klinikai diagnózisra figyel.

Az alkati leírások remekül megtalálhatóak a homeopátiás szerek-nél. Itt jelen vannak az egyes alkati szerek, melyek hosszútávon sikeresen alkalmazhatóak egy adott személy erősítésére, ill. változtatására.

A biokémiái irodalomban még mindig nem teljes az egyetértés annak tekintetében, hogy a Schüssler sókra ezek éppoly érvényesek lennének. Némelyek átveszik kezeléseik során ezen típusokat, még megint mások – például én is – csupán az adott hiánytünetek kiegészítését helyezik az előtérbe – mint ahogyan azt maga Schüssler is tette egykoron (mankó), hiszen a hiánynak önmagában semmi köze a személyiségjegyekhez!

Nyomatékosan tartom véleményem, miszerint a Schüssler-sók funkciós szerek, tehát a szervezetünk egyes sejtműködéseire vannak hatással, és nem pedig alkati szerek, még akkor is, ha alkalmazásuk közben sokszor *„alkati alapokon nyugvó funkciós zavarokra is”* hathatunk.

Schüssler így mondta:

„Az adott egyént kísérő szimptomáknak és konstitúciós, alkati viszonyoknak kell a szerválasztásnál érvényesülniük.”

A gyakorlatban véleményem szerint ezek mellékeseek. Hiszen ha pusztán a biokémiai hiánytünetekből indulunk ki, akkor azt mondhatjuk: a tipikus személyiségjegyek, az öröklések – tehát egy ember alkati viszonyai vezetnek oda, hogy az egyes rá jellemző ásványi sókat szervezete fokozottabban használja fel és így a testi működési zavarok kialakulhatnak.

2.4 Psziché és kedély

A kedélyállapotok szorosan hozzátartoznak a klasszikus alkati tényezőkhöz. Itt extra szeretnék kitérni rájuk, mert a diagnózis és a kezelés egy másik szintjén fontosak. A szokásos testi szinten kívül fokozottabb mértékben a pszichés szintek is érintettek.

Ha ismerjük egy adott biokémia szer hatását (melynek fontosságáról már említést tettem), és ha ezeket a test szintjéről a pszichés szintre is átvisszük, nos akkor ezek jobban érthetőek számunkra. Ez azt jelenti, hogy egy bizonyos jellemző alkat ahhoz vezet, hogy az adott Schüssler-só fokozottabb mértékű elhasználása következik be. Kialakul egy hiánytünet, amelynek valószínűleg pszichés okai vannak, és ezek testi problémákhoz vezethetnek; kvázi egy biokémiai pszicho-szomatikához.

Összefoglalva tehát azt mondhatjuk, hogy a különböző hiánytünetek kétféleképpen értékelendők:

1. több adandó, helyesnek vélt szer megkülönböztetésére
2. hosszú távú megelőző kezelésre ill. a szermélyes alkat erősítésére vagy átformálására

Psziché és kedély

	Kedélyszimptómák	Psziché: karakterstruktúrák, tartások, életminta
Nr. 1	megalapozatlan félelmek, depresszív, koncentrációs gyengeség	az élet flexibilitása, védelme „Mit mondanak mások rólam?”
Nr. 2	ideges, félős, ijedős	az élet egzisztenciája „Figyelnek rám egyáltalán?”
Nr. 3	ideges, túlérzékeny, félős	külső és belső világ közötti surlódás
Nr. 4	lusta, céltalan, kényelmes	érzéki szint, védekező minták („tele az orra...”)
Nr. 5	matt, levert, könnyen idegesíthető	a világban túlzott szerepvállalás a saját életenergia rablása
Nr. 6	szomorú, lehangolt, pesszimista	múlt régi problémák dédelgetése
Nr. 7	könnyen begurul, nyugtalan, túlzottan ideges	erős belső mozgások (szemérem + düh!)
Nr. 8	hipochonder, rosszkedvű, „nem felejtő!”	víz: ödéma (torlódás) az élet forrása utáni kérdés
Nr. 9	mérges, „könnyen robbanó”	az élet savas és bázisos erői

Nr. 10 egykedvű, életunt	az elengedés kérdése
Nr. 11 legyengült életerő, kudarc	összekötő funkció (kapocs) Elszigetelési problémák
Nr. 12 -	elszigeteltség híd a belső és külső világ között

Megjegyzés:

A tabellát példának készítettem. Ez azt jelenti, hogy nincs minden feltüntetve, hanem csak a gyors áttekintésre szolgálna.

Kérdőív

a helyes Schüssler-só (biokémiai szer) megtalálásához

A biokémiai kérdőív egy további könnyítést jelent a helyes szer megtalálásához. Talán egy félóra van szüksége, hogy alaposan kitöltse és értékelje, majd az eredmény alapján meghatározhassa az Önnek (vagy akinek készíti) leginkább szóba jövő Schüssler-sót. A kiértékelés, melyet szintén saját maga végezhet el, egy körül-belüli „vezérfonalat” ad arra nézve, melyik a leginkább szükséges ásványi só. Eközben a psziché, a testi és a hiányjelek különböző szintjeit is figyelembe veheti.

A kérdőívvel való foglalatossága közben nem csak intenzívebben ismerkedik meg az egyes biokémiai Schüssler szerekkel, hanem még saját egészségével és betegségével is jobban konfrontálódik. Jobban megismerheti önmagát és egyéb háttér információkra is lelhet, melyek szintén aktív módon közrejátszhatnak egészsége és betegsége szempontjából, így segít abban is, hogy „belülről” is változtasson! Mindezekkel egy aktív segítséget nyújt egészsége elérésében. Nem csak „valami tablettákat” fog beszélni, hanem mélyebben foglalkozik saját személyiségével, erősségével, gyengeségével, megváltoztatja nézőpontját, életét átértékelheti és így további öngyógyító erőket aktiválhat.

A kérdőív felépítése

A kérdőív minden szerhez 6 kérdést tartalmaz, tehát így összesen 72 kérdéssel foglalkozik.

Az egyes kérdések a különböző szintek ugyanazon részeiből származnak; ez azt jelenti, hogy minden szerhez 2 kérdés tartozik a psziché/kedély témakörhöz, 2 kérdés a testi szimptómákéhoz és 2 kérdés pedig a modalitásokhoz. Megpróbáltam lehetőleg tipikus kérdéseket keresni, melyekkel a kérdőív valóban hasznos információkat adhat.

Fontos azonban megemlíteni, hogy a kérdőív egy adott betegség esetében a szakavatott orvos vagy terapeuta anamnéziséét, kivizsgálását nem helyettesítheti. A lényege, hogy mindazoknak a privát egészség megelőzésben, akik a biokémiai szerekekkel foglalatostkodnak és az egyes szereket már behatóbban ismerik, segítséget nyújtson.

Hogyan használjuk a kérdőívet?

A használat első lépése a kitöltés. Nem kell mást tennie, csak az egyes kérdéseket végigolvasnia és azután értelemszerűen az „igen” vagy a „nem” válaszokat bejelölni. Ehhez azt tanácsolom, hogy lehetőleg őszintén és spontán módon próbáljon válaszolni. Azzal nem tesz jót saját magának sem, ha a legjobban csengő válaszokat igyekszik kiválogatni – az rossz eredményhez vezetne. (Ne felejtse el, célja a helyes biokémiai szer megtalálása!) Itt fokozottabban érvényes a saját magunk iránti őszinteségünk.

A spontán módon történő válaszadás különösen ott fontos, ahol nem egészen biztos a válaszában. Bízson intuíciójában, „belső hangjában”, figyeljen ilyen esetekben a legelső beugró érzésre, vagy képre, és ezután adja meg a választ.

Azoknál a kérdéseknél, amelyeknél több példa ill. szimptóma szerepel, az „igen” válasszal válaszolhatja meg, még akkor is, ha csak egy pontban érzi találónak.

A kiértékelés

A kérdőív kiértékeléséhez egy külön kiértékelési táblázat áll a rendelkezésére (38 oldal).

1) Az első lépés a **találatok beírása**. Ez azt jelenti, hogy valamennyi „igen” választ (azon kérdéseket, amelyeket „nem”-mel válaszolt meg, figyelmen kívül hagyhatja most már) beírja a kérdőívbe. Ehhez azokra a kulcsbetűkre van szüksége, amelyek minden kérdés után a zárójelben találhatóak. Ha például az 1. kérdést „igen”-nel válaszolta meg, akkor a kulcsbetű ehhez a (B2). A „B” betű a Calcium phosphoricum-ot (Nr. 2) jelöli és a „2” szám pedig a Calcium phosphoricum-hoz tartozó 6 kérdés egyikét. Vagyis ebben az esetben a 2-es számot kell a „B” betű mellett bejelölnie. (A „3”-as szám mindenkor kétszer fordul elő, mert a testi szimptómákhoz mindig két kérdés tartozik).

2) A második lépésben számolja össze minden sorban (tehát minden szernél) a megfelelő találatokat és ezeket az **Össztalálatok** -hoz a sor végére írja be. Azután nézze végig a sorokat és jelölje meg azt a szert, amelyiknél **minden csoportból legalább egy** találat született.

3) A harmadik lépés pedig a csoport-specifikus kiértékeléshez szolgál. Ide a különböző csoportok közül azokat a szereket kell beírnia (psziché/kedély, test és modalitások), amelyek **a kérdéseknél mindkét specifikus csoportnál találatként** voltak feljegyezve.

Például az „A” szernél (Calcium fluoratum) 2 találat volt a psziché/kedély területén (1-2-es számok), egy sem a testi szimptomák területén (3-as szám) és egy találat a modalitások területén (4-5-ös számok). Ebben az esetben egy „A” betűt írna (Nr. 1. Calcium fluoratum) a psziché/kedély csoportjába.

Hogy mi mindent mond mindez Önnek? Hogyan juthat most már személyes biokémiai szeréhez?

Az alábbi kritériumok segíthetnek ebben Önnek:

- A legtöbb találattal rendelkező szert (mindenek előtt, ha 4 -nél több alkalommal talált) kezdheti el bevenni.
- Egy szer jelentősége megnő, amennyiben minden csoportból legalább egy-egy találattal rendelkezik.
- Attól függően, hogy egy adott betegséget, problémát hogyan közelít meg, a csoport-specifikus kiértékelés segít Önnek. Ez azt jelenti, hogy inkább a „testi szimptomák” állnak az előtérben, vagy inkább a psziché oldaláról szeretné egyszer megközelíteni problémáját. Ez például egy hosszabb ideje fennálló krónikus problémánál jelenthet nagy segítséget, különösen akkor, ha már több terápiát is kipróbált (pl. különböző biokémiai receptúrákkal is) és a betegség stagnálni kezdett.

Adagolás, bevétel

Ami az adagolást illeti, szívesen utalok itt a különböző irodalmakban (pl. *Vass Zsolt/Dr. Schüssler-féle biokémiai ételsó terápia – Gyógyulás a 12 ásványi sóval*) találhatóakra, melyek a következők:

Az akut esetek az egyes szerek sűrűbb bevétele javasolt, a szabály alapján: minél akutabb egy probléma, annál sűrűbben adjuk a szert (adagolás annyit jelent, hogy 1 vagy 2 tablettát helyezünk a nyelv alá). A bevételi sűrűséget a probléma javulásával csökkenthetjük. Például elkezdhetjük 1 tablettával 10 percenként majd negyed-, fél- ill. óránkénti intervallumra áttérni.

Krónikus esetek kevesebb tablettát kívánnak (pl. napi 3x2 tablettá), viszont egy huzamosabb időn át (akár több héten, esetleg hónapon keresztül is). Ugyanezek érvényesek a kúraszerűen vagy megelőző szándékkal alkalmazni kívánt szerekre is. Itt épp-úgy elegendő a kevesebb szer bevétele.

Több biokémiai Schüssler-só egyidejű szedése nem elég világos még az irodalmakban. Éppen ezért erre most, itt nem kívánok bővebben kitérni. Megjegyzendő mindazonáltal, hogy amennyiben több szert is szeretne alkalmazni, úgy ezeket lehetőleg óránkénti vagy esetleg napi váltakoztatással tegye!

Felhasznált irodalmak

Vass Zsolt / *Gyógyulás a 12 ásványi sóval*

Vass Zsolt / *A vidám molekula*

Vass Zsolt / *Immunrendszerünk és a Schüssler-sók*

Kérdőív a biokémiai szermeghatározáshoz

- | | | |
|---|----------------------------------|---------------------------------|
| 1. Testileg igen hamar elfáradok, és hajlamos vagyok az idegeskedésre. (B2) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 2. Idegeskedésem révén hajlamos vagyok a gyomor-, bél- és szívpanaszokra (E3) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 3. Végtagjaim sűrűn érzem nehéznek, mattnak (F6) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 4. Számomra csak „vagy/vagy” létezik, illetve „minden vagy semmi”, felületes dolgokat nem szeretem (M1) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 5. Sűrűn kell böfögnöm, ill. sűrűn szokott gyomorégésem lenni (I3) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 6. Szemeim alól árnyékosnak, és igen beesettnek tűnik (C5) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 7. Félek a mások előtti szerepléstől – mások jelenléte feszélyez (A1) | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |
| 8. Környezetemmel könnyen konfliktusba kerülök. Eközben vagy környezetem kihívásainak áldozataként érzem magam kiszolgáltatva, vagy pedig saját túlzott önbizalmam késztet arra, hogy | igen
<input type="checkbox"/> | nem
<input type="checkbox"/> |

túllőjek a célon (C1)

9. Fáradtnak és kimerültnek érzem magam. igen nem
(E2)

10. Hajlamos vagyok a hurutokra vizes váladékkal, igen nem
(orrfolyás, hasmenés, nyál- vagy könnyfolyás).(H3)

11. Nyelvem (főleg) hátul lepedékes. A lepedék igen nem
olyan, mint ha száraz enyv lenne. (M5)

12. Hajlamos vagyok a görcsös folyamatokra igen nem
(görcsök, kólikák, migrén, görcsös köhögés). (G3)

13. Nyelvem berepedezett, és nagyobb pórusú igen nem
(mindenekelőtt középen) (A5)

14. Sűrűn érzem a „belső ösztönzés” hiányát, túl igen nem
kényelmes vagyok, és sűrűn nem is tudom, hogy
mit is akarok valójában (D2)

15. Aktivitásom alkalmával sűrűn hajszolom túl igen nem
magam, és kényszerítem testem a legvégsőkre. (E1)

16. Nagyon szeretem a pikáns és a füstölt ételeket igen nem
(B4)

17. Ha izzadok, akkor az nagyon kellemetlen igen nem
szagú (fej-, láb-, hónalj- vagy éjjeli izzadás) (L3)

18. Nyirokcsomóim (pl. a nyaki, hónalji vagy igen nem
lágycsomók) sűrűn szoktak megdagadni (inkább
puhák). (D3)

19. Problémáim (fájdalmak) inkább éjjel erősebbek, mint nappal	igen (B5)	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. A hidegre és nedvességre súlyosbodnak problémáim.	igen (A4)	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Sokrétű emésztési problémákra vagyok hajlamos (székrekedés, szelesedés, epés hasmenés, teltségérzet). (K3)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Bőröm úgy néz ki, mintha egy vékony tejréteggel lenne áthúzva: tejszerű-kékes, vagy tejszerű-pirosas, ami mindenekelőtt az alsó szemhéj alatt látható (D5)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Életem bizonyos megtapasztalásain nehezen jutok keresztül, túl sokat foglalkozom a múltammal. (F1)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Fontos számomra az, hogy a környezetem kihívásaira „helyesen” reagáljak; közben félek, nehogy blamáljam magam. (G1)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Rendkívül nehezemre esik minden, néha olyan életuntnak érzem magam. (K2)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Bőröm sok helyen ráncos, idő előtti öregedési jeleket mutat (L5)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Nem vagyok képes erőmet rendszeren beosztani és hajlamos vagyok ágyúval lőni a szunyogra (I1)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- | | | | |
|--|--------------|---------------------------------|--------------------------|
| 28. Sűrűn duzzadnak meg ajkaim és szenvedek ajakhólyagosodásban | igen
(H3) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. Nyugtalan vagyok, és rosszul alszom | igen
(G3) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. Hajlamos vagyok a keringési zavarokra (sűrűn érzem emiatt magam mattnak, erőtlennek). | igen
(C3) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. Sűrűn törnek rám olyan indulatok, mint a gyűlölet neheztelés, utálat, megbékélhetetlenség. | igen
(K1) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. Lehetőleg hűvösben szeretek aludni | igen
(M4) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. Könnyen lesz bőröm berepedezett, durva: mindenekelőtt a kezeimen és a lábaimon | igen
(A3) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. Nyugalom és a hideg javítják problémámat | igen
(C4) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. Sűrűn van rossz kedvem és inkább pesszista vagyok. | igen
(H2) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36. Sűrűn vagyok nagyon feszült, és vannak hátfájdalmaim. | igen
(B3) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37. A mozgás és a nedves, hideg idő fokozzák fájdalmaim. | igen
(I4) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. Úgy érzem, hogy mindenért felelős vagyok, és harmónia után vágyódom(sűrűn minden áron!) | igen
(L1) | nem
<input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 39. Hajlamos vagyok az orr- és fogínyvérzésre | igen | nem |
| (M3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 40. Hajlamos vagyok a krónikus esetekre, a betegségek sűrűn nem tudnak teljesen kitörni. | igen | nem |
| (F3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 41. Fájdalmaim reggel erősebbek | igen | nem |
| (H4) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 42. Nyálkahártyáim nagyon érzékenyek (ami minden nyálkahártyámat érintheti) | igen | nem |
| (D3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 43. Bőröm barnás-sárga, ill. tisztátalan | igen | nem |
| (F5) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 44. Félek attól, hogy nem vesznek figyelembe | igen | nem |
| (B1) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 45. Inkább testes vagyok, szöveteim szivacszerűek | igen | nem |
| (K3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 46. Sűrűn kínoznak gennyes, krónikus problémák | igen | nem |
| (M3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 47. Nehezen tudom a sűrű változásokat megszokni. | igen | nem |
| (A2) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 48. Sűrűn vagyok megfázva | igen | nem |
| (C3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 49. Problémáim a szellemi terhelésre, ill. lelki izgalomra rosszabbak | igen | nem |
| (E4) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

50. A zsíros ételeket nem bírom	(I3)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
51. Túleröltetés nálam könnyen előidéző (izom) görcsöket (pl. írógörcsöt)	(E3)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
52. Meleg, ellennyomás javítják problémám	(G4)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
53. Nem bírom a hideg italokat	(D4)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
54. Hiányzik az életerő, túl kevés az önbizalmam	(L2)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
55. Könnyen meg lehet bántani, „nem felejték” és sűrűn szoktam duzzogni	(H1)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
56. Rendkívül érzékeny vagyok a hidegre, és kerülök minden légáramlatot	(L4)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
57. Könnyen reagálok „mérgesen”, sűrűn vagyok kedvetlen vagy könnyen „robbanok”.	(I2)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
58. Kedvem gyorsan megváltozhat, egyik végletből a másikba	(C2)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
59. A külső ingerekre túlérzékenyen reagálok (pl. fényre szagra, hangra).	(F2)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
60. Sűrűn fádom, még az ágyban sem lesz melegem	(K4)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
61. Könnyen fel lehet bosszantani, és a fájdalmaim dühítenek.	(G2)	igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 62. Az orcám sűrűn szokott pirosas lenni | igen | nem |
| (G5) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 63. Hajlamos vagyok a visszerekre | igen | nem |
| (A3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 64. Arcom majdhogynem szürkés, és mosdatlannak tűnik, bár mindig alaposan megmosom | igen | nem |
| (E5) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 65. Sokszor vagyok szomjas, és sűrűn kívánom a füstöltet | igen | nem |
| (H5) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 66. Hajlamos vagyok a reszketésre és az érzéki-
sésre (mindenekelőtt a végtagokban) | igen | nem |
| (B3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 67. Problémáimnak a friss, hideg levegő állandóan
javulást eredményez | igen | nem |
| (F4) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 68. Sűrűn vannak pattanásaim, mitesszereim | igen | nem |
| (I5) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 69. Egy kifejezett érzéki ember vagyok | igen | nem |
| (D1) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 70. Halalmas vagyok a gyengeségre, mattságra;
nem segít a meleg, ellenkezőleg, fokozza fájdalmam | igen | nem |
| (M2) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 71. Hajlamos vagyok a gennyes állapotokra | igen | nem |
| (L3) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <hr/> | | |
| 72. Orrom feltűnően vöröses | igen | nem |
| (K5) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Kiértékelés

1. Írja be a találatok számát (a megfelelő számot jelölje be)
2. Minden csoportból legalább egy találatot (írja be az összes találatok számát és a szereket a találatokkal, minden csoportból)
3. Csoport-specifikus: csoportonként mindkét találatot

számok	1	2	3	3	4	5	Nr. biok.szer találatok
A							Nr.1 Calc.fluor.
B							Nr.2 Calc.phos.
C							Nr.3 Ferr.ph.
D							Nr.4 Kal.chlor.
E							Nr.5 Kal.phos.
F							Nr.6 Kal.sulf.
G							Nr.7Magn.phos.
H							Nr.8 Natr.chlo.
I							Nr.9 Natr.phos.
K							Nr.10 Natr.sulf.
L							Nr.11 Silicea
M							Nr.12 Calc.sulf.

Csoport-specifikus értékelés

Psziche/Kedély	(1, 2)	
Test	(3, 3)	
Modalitások	(4, 5)	

Könyvajánló

*Ismerje meg most Ön is a
Dr. Schüssler-féle biokémiai élet sókat*

Vass Zsolt

Dr. Schüssler Biokémiája

Immunrendszerünk és a Schüssler-sók...



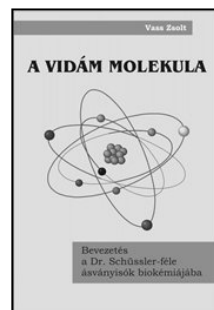
Vass Zsolt

Dr. Schüssler Biokémiája

A Vidám molekula

Bevezetés Dr. Schüssler ásványanyagainak biokémiájába

... egy kissé másként, mint megszokott.....

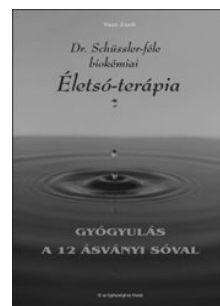


Vass Zsolt

Dr. Schüssler-féle biokémiai életsó terápia

Gyógyulás a 12 ásványi sóval

Az ásványi anyag terápia vagy biokémia (Dr. Schüssler biokémiája) egy rizikómentes, egyszerű és bárki számára könnyedén alkalmazható gyógyterápia. Felfedezője szerint - Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüssler - testünk számos fizikai és lelki problémáit a sejtek szintjén kialakult szeretlen ásványi sók hiánya



eredményezi. A terápia központjában az a 12 ásványi kötés áll, amelyek testünkben egy egészséges működés esetén egymással harmóniában és elegendő mennyiségben van jelen. Joggal nevezhetőek testünk, lelkünk fiatalságforrásának; pótolják a hiányokat, mellyel megteremtik sejtszinten az egészséges fejlődést, növekedést, méregtelenítést és életerővel töltenek fel bennünket. Ezen kívül erősítik immunrendszerünket, aktiválják anyagcserénket, s testünk öngyógyító erőit, mellyel lehetőség nyílik egy fit és egészséges élet kialakítására a kiegyenlített ásványanyag háztartásnak köszönhetően. Ebben a könyvben, mint szerző, a sokéves tapasztalatom, a szemináriumokon elsajátított tudásom és a praxisban is sikerrel alkalmazott tanácsaim adom tovább...

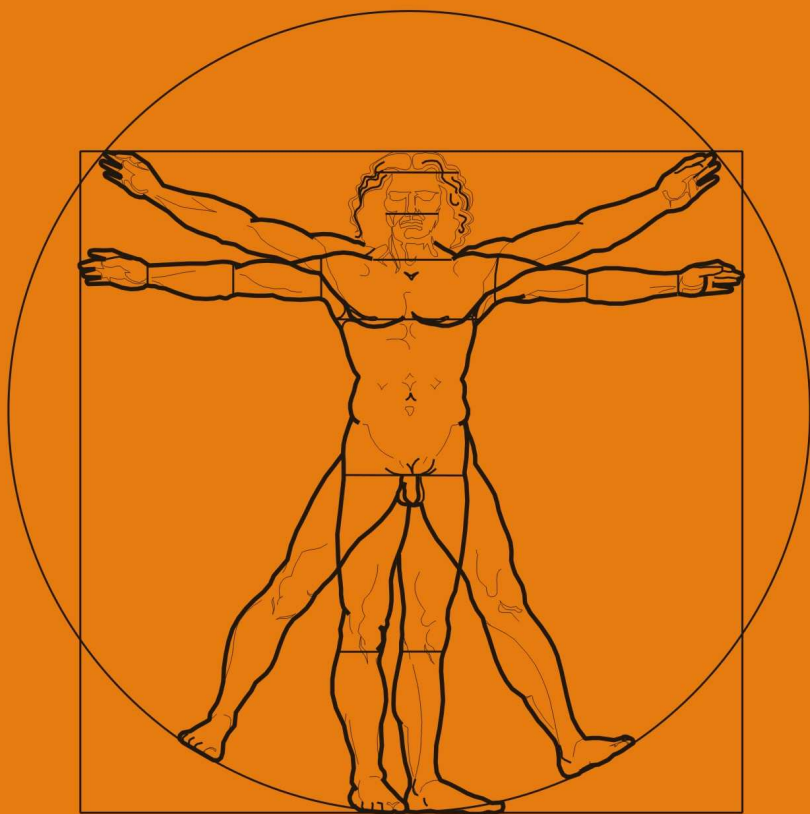
A Tartalomból:

- Schüssler-sók? Mik azok?
- Hogyan hatnak szervezetünkre
- A hiánytünetek kialakulásának okai
- A 12 funkciós szer alapos bemutatása
- A 12 Kiegészítőszer bemutatása
- A 11 biokémiai kenőcs bemutatása. ...stb...

Címek, elérhetőségek

A biokémiával kapcsolatos tanfolyamokkal, szemináriumokkal és összejövetelekkel, továbbá bárminemű kérdésekkel, valamint a könyvek és brosrák megrendelésével kapcsolatosan az alábbi címeken érdeklődhet:

Internet: www.reiki-vass.com/sok
e-mail: schuessler@reiki-vass.com



Az életünk 12 sója ...

Ismerje meg most Ön is a 12 Schüssler-féle ásványi sót és azok természetes alkalmazását egy egészségesebb életért!

Hiszen számos betegség fő oka a sejtek ásványanyag háztartásának zavaraiiban keresendő.

Információkat arra nézve, hogy hogyan maradhat Ön is egészséges vagy hogyan válhat ismét egészségessé, az alábbi elérhetőségeken szerezhet:

e-mail: info@reiki-vass.com

Internet: www.reiki-vass.com/sok