



2004-04

Oktobro 2004

ISSN 1612-7927

ina-asocio@web.de

www.esp-ina.com

INA dum Pekina UK



La nova vicprezidanto de INA, s-ro WANG Xigen (Ĉinio), kaj membrino SONG Jeong-ok (Koreio) disdonas al la partoprenantoj de la INA-kunsido la grandan INA-revuon kaj la broŝuron de la firmao Meckel-Spenglersan.

Brila UK kun vigla INA

Pli ol 2000 esperantistoj partoprenis la Universalan Kongreson de Esperanto en Pekino, Ĉinio, de la 24a ĝis la 31a de julio 2004. Pli ol la duono de la partoprenantoj venis el Ĉinio mem. Tio estis granda ŝanco por naturkuracistoj, ĉar inter la ĉinaj partoprenantoj estis multaj kuracistoj pri la tradicia ĉina medicino.

52-paĝa INA-revuo

INA unuafoje eldonis grandformatan, koloran, 52-paĝan revuon, kiu estis senescepte laŭdata de la partoprenantoj.



Fakte nia INA-revuo estas precedenca. Pli luksa gazeto en Esperanto ne plu ek-

zistas ekde la malapero de la papera eldono de El Popola Ĉinio.

Multe helpis nia nova ĉina vicprezidanto WANG Xigen, kiu trovis bonan kaj prezindan presejon en Ĉinio.



INA-prezidanto d-ro Puramo CHONG dum sia prelego

La aktuala fokuso de nia revuo estis la kelkmiljara ĉina tradicia medicino.

Venontjare, okaze de la UK en Vilno, Litovio, la fokuso estos la tradicia kuracado en la baltaj ŝtatoj. **Jam nun ni petas viajn kontribuojn!**

La INA-kunsido okazis la 27an de julio, bedaŭrinde en malfavora tempo inter la

13a kaj 14.30 horoj, do dum la tagmanĝa tempo.

Tamen venis pli ol 80 esperantistoj al nia tradicie tre interesa kunsido. Ĉiujare INA ofertas veran programon kaj ne tedas la paroprenantojn per bilancoj ktp.



La firmao Spenglersan eldonis 52-paĝan koloran broŝuron pri siaj naturkuracaj medikamentoj

La kunsidon malfermis s-ro WANG Xi-gen. Poste prelegis vicprezidanto Harald SCHICKE, Germanio, pri la kuracado per Spenglersan koloidoj. Li tion ekzemplis per fotoj, kiuj montris la kuracadon de la haŭta malsano neŭrodermito.

Estus bone, se vi subtenus la firmaon Spenglersan en ĝia decido informi en Esperanto (www.spenglersan.de) per viaj leteroj, ekzemple demandante pri la ebleco aĉeti la naturkuracilojn en via lando (info@spenglersan.de)

Sekvis la prelego de nia prezidanto, d-ro Puramo CHONG, Koreio, pri duonkorpa banado, pri kio vi jam povis legi en nia INA-revuo.

Post la oficiala fermo de nia kunsido kiel kutime venis multaj partoprenintoj kun demandoj kaj la deziro aliĝi al INA.

Viaj kontribuoj dezirataj

Por nia INA-revuo ni petas viajn kontribuojn. Nia deziro estas, ke la revuo kresku! Tio ne eblas sen via helpo.

Se vi estas paciento, skribu pri viaj spertoj, se vi estas kuracisto, skribu, kiel vi aplikas naturkuracadon.

INA estas la oficiala organo de Internacia Naturkuraca Asocio

Eldonejo: MZ-Verlag Ltd.
Schoolbrink 12, D-27383 Scheeßel,
Germanio. Rete: info@mz-verlag.de
www.mz-verlag.de

Ĉefredaktoro: Harald Schicke

Adreso de INA:
D-ro Puramo Chong
Kwangmyong-2dong 50-5
Kwangmyong-shi
Kyonggi-do - 423-012, Koreio

Adreso por korespondado:
Rosa Ebel, Schmiedestr. 99,
47809 Krefeld, Germanio

INA-prezidanto prelegas en IKU

Prof. D-ro Puramo CHONG, la prezidanto de INA, prelegis dum Internacia Kongresa Universitato pri “Kompleksia medicino, la tipologia teorio de korea tradicia medicino”.

Kvankam la titolo estis iom tro scienca, la prelego estis tre praktika, allogis multajn partoprenantojn kaj tial provokis multajn demandojn.



D-ro Puramo CHONG dum sia prelego, kiun li subtenis per la plej modernaj projekciiloj.

Fakte temis pri la korea akupunkturo, kies fondinto estis Saam, korea monaĥo, kiu rezonis antaŭ pli ol 400 jaroj pri la ĉina akupunkturo. Post tri jaroj li donis la fundamenton al la nuna korea akupunkturo, kiu reiras al la radikoj de la klasika akupunkturo. Ĝi uzas nur la 60 transportajn punktojn, kiujn la ĉinaj klasikaj kuracistoj opiniis la plej gravajn. Tial tiu korea akupunkturo estas multe pli facile lernebla ol la ĉina.

La kuracendaj akupunkturaj punktoj ne dependas de iu ajn malsano, sed de la kompleksio, kun kiu ĉiu homo naskiĝas.



Unu el multaj demandintoj

Pri tio d-ro CHONG jam publikigis libron en Esperanto kaj en la germana, kiun vi povas rekte mendi ĉe INA (aŭ de la libroservo de UEA) aŭ en iu ajn libroservo.

En Esperanto:

Kompleksia Medicino kaj Saama Akupunkturo, ISBN 80-85853-55-8

En la germana lingvo:

Konstitutionelle Medizin und Sa-am Akupunktur, ISBN 3-89240-083-0

Vizito al ĉina naturkuraca kliniko

Vicprezidanto de INA, Harald SCHICKE, vizitis kun grupo da esperantistoj ĉinan naturkuracejon.



La mapo montras la refleksajn zonojn de la piedoj. Por kuraci oni masaĝas tiujn zonojn. Krome oni povas konstati dolorajn zonojn aŭ punktojn kaj tiel diagnozi problemojn en la organismo.

Jam en la enirhalo ni povis sperti tradician ĉinan kuracadon: ĉie troviĝis plantoj kun klarigoj. Afiŝoj ktp. kompletigis tiujn informojn.

Post enkondukaj klarigoj ni iris al seminariejo, kie oni ne nur informis pri ĉina naturkurado, sed ankaŭ praktike montris ĝin.

Ni spertis kupadon, kiun oni ankaŭ uzas en Germanio, kaj akupunkturaron. La principo de la kupado estas krei vakuon. Tiel sango el pli profundaj tavoloj, ekz. internaj organoj venas al la haŭto kaj senŝarĝigas la organojn. Tion ni nomas



Dum la kupado

forfluigo. En Germanio oni uzas ankaŭ sangan kupadon. Tion ni nomas elfluigo, ĉar tiel la organismo povas eligi malbonajn substancojn.

Post la prelegoj eblis moderpreze ricevi masaĝon de la refleksaj piedaj zonoj.

Tiu metodo ankaŭ ekzistas en Germanio, al kiu ĝi venis el Usono, sed nun mi trovis la veran fonton: ĉina naturkurado.



Post la kupado



Dum la akupunkturo

Ankaŭ por la akupunkturo troviĝis partoprenanto, kiu volis sperti ĝin pro siaj genudoloroj.

Tiu germana metodo perfekte helpas je doloroj, kiujn kaŭzas kronika artrozo, sed ne en aliaj kazoj.



Esplorado de la genuo antaŭ la akupunkturo

La stato de la genuo ne multe ŝanĝiĝis pro la akupunkturo. Oni devas akcepti, ke unufoja kuracado kutime ne sufiĉas je malsanoj, kiuj jam daŭras tre longe. Sed por pli ofta kuracado nia vizito al la kliniko estis kompreneble tro mallonga.

Tiu parto por mi estis tre interesa, ĉar mi uzas tute alian kuracadon por genudoloroj. Tamen la esplorado estas tre simila. Ankaŭ mi esploras la genuon palpante la dolorajn punktojn. Anstataŭ pinglumi ilin, mi injektas kvanteton de homeopatia medikamento en la haŭton, kie troviĝas la dolorpunktoj.



Iloj por la akupunkturo: unufojaj pingloj, skatolo kun vato, haŭta desinfektilo

INA-estranaroj distingitaj de UMEA

Dum la jarĉefkunveno de UMEA, la prezidanto de la Universala Medicina Esperanto-Asocio, D-ro Imre FERENCZY, distingis per diplomoj la estraranojn de INA D-ro Puramo CHONG, Harald SCHICKE, Rosa EBEL kaj la revizianton de nia revuo, Waldemar EBEL.

Samtempe ni deziras al Vi la pluajn sukcesojn en Via krea laboro.”

Subskribis la prezidanto de UMEA kaj la ĝenerala sekretario, D-ro Włodzimierz OPOKA.

Pli intensa kunlaboro

Jam antaŭe la estraroj de UMEA kaj INA decidis daŭrigi sian kunlaboron kaj precipe intensigi ĝin.

Tiel INA planas sendi reprezentanton al la UMEA-konferenco en 2005 (15-a Internacia Medicinista Esperanto-Konferenco en Plovdiv, Bulgario, 11-a ĝis 16-a de julio 2005). La prezidanto de UMEA jam verkis artikolon por la INA-revuo (numero 2004-03) kaj INA faros simile por la revuo de UMEA. Krome ni interŝanĝas niajn revuojn.

La kunlaboro estas interesa por ambaŭ asocioj. UMEA estas asocio kun multjara tradicio, kiu en 2008 festos sian 100-jaran jubileon. UMEA ne nur okupiĝas pri la tiel nomata moderna medicino, sed ankaŭ pri naturkuracado.



En la diplomo estas jena teksto:

“Pro Viaj meritoj en la Esperantomovado, sukcesa agado kaj kunlaboro la Estraro de UMEA honorigas Vin per tiu ĉi Diplomo okaze de la 89-a Universala Kongreso de Esperanto.

INA estas juna kaj vigla asocio, kiu nur okupiĝas pri naturkuracado. Per nia kunlaboro ni povas fortigi la naturkuracan flankon de UMEA.

Cinamo helpas je diabeto

Cinamo estas la bongusta ŝelo de branĉoj (Cortex Cinnamoni) de la cinamujo (Cinnamomum verum J. Presl), kies hejmlando estas Srilanko. Similaj plantoj ekzistas en Ĉinio kaj Vjetnamio.

Cinamo helpas je la kuracado de diabeto 2, la tiel nomata diabeto de maljunuloj. Ĝin karakterizas aŭ manko de la kontraŭdiabeto hormono insulino aŭ la korpaj ĉeloj ne sukcesas utiligi ĝin. Tiel ĝi ne povas efiki.



Unu el tiuj sekigitaj ŝeloj pezas proksimume 2 gramojn. En Eŭropo oni aĉetu cinamon prefere en vendejoj por aziaj nutraĵoj, ĉar tie ĝi estas kompare tre malaltkosta, sed tamen de bona kvalito. Ne uzu jam muelitan, sed muelu mem, kiam vi bezonas ĝin.

En Eŭropo oni uzas ĝin kiel spicon precipe por dolĉaj manĝaĵoj, en Azio ankaŭ por salaj.

Sciencistoj nun eltrovis, kion naturkuracistoj jam delonge sciis:

Diabeto estas unu el la novaj “epidemioj” en industriaj ŝtatoj, parte kaŭzita de rafinitaj (senvaloraj) manĝoj, tro malmulte da movado kaj trodikeco.

Simptomojn de la “maljunula diabeto” oni trovas en Germanio kaj similaj ŝtatoj jam ĉe dikaj infanoj.

Jam la malgranda dozo de ses gramoj da cinamo ĉiutage reduktas multajn simptomojn de diabeto aŭ eĉ kuracas ĝin.

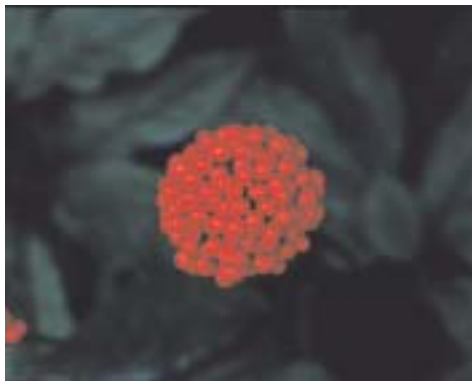
Unu kulereto da muelita cinamo estas proksimume du gramoj. Oni povas meti ĝin ekzemple al jogurto. Kiu ne ŝatas manĝi tiom da cinamo, povas aĉeti kapsulojn kun cinama ekstrakto en la apoteko.



Freŝaj manĝaĵoj kun freŝaj spicherboj - kiel tiu freŝe preparita kukurbo - estas la plej bona asekuro kontraŭ malsanoj. Ĉinio montras tre bone, ke al la tradicia ĉina medicino apartenas plej grave la sana nutrado.

Se oni krome pli multe moviĝas kaj sekvas naturan nutraron kun multe da legomoj, la diabeto povas esti sukcese kuracata. Granda problemo de multaj diabetuloj estas ilia tropezo pro netaŭgaj manĝaĵoj (rafinitaj sukero kaj faruno) en tro grandaj kvantoj.

Bedaŭrinde multaj pacientoj ne sekvas la proponojn pri pli sana vivado. Tial ili devas kelkfoje tage injekti insulinon. Tio ŝajnas al ili pli komforta ol moviĝi kaj uzi iom da tempo por prepari freŝajn manĝaĵojn.



Fruktoj de ginsengo

Insulino ja helpas al ili, sed ili estas ĉiutage dependaj de tiuj injektoj. Vera resaniĝo per tiu “terapio” neniam okazas kaj la pacientoj restas dumvive dependaj de la insulininjektoj. Tial diabeto estas “bona negoco” en la medicinaj sistemoj de la industriaj ŝtatoj.

Ankaŭ aliaj plantoj helpas je diabeto, ekz. la ginsenga radiko (Panax ginseng C. A. Meyer), kiu precipe en Koreio estas kultivata, sed ankaŭ en Ĉinio.

La plej granda efiko tamen ne estas en la radiko, sed en la fruktoj, kiujn oni ĝis nun tamen ne povas aĉeti.

Famaj pro sia efiko je diabeto en Germanio estas la folioj de mirtelo (Vaccinium myrtillus) kaj aveno (Avena sativa).



Mirtelaj folioj subtenas la kuracadon de diabeto. La fruktoj estas tre bongustaj.

Aveno ne nur estas tre valora manĝaĵo, sed ankaŭ multe helpas por deteni homojn de alkoholo, fumado kaj aliaj narkotaĵoj.

Aliaj plantoj helpas ne rekte kuraci la diabeton, sed ĝiajn multajn malbonajn sekvojn.



Ajlo estas bonega spico kaj multflanka kuracilo ne nur por diabetuloj, kiu helpas al bona trasangado kaj evitigas pulminflamojn

Al tiuj apartenas ajlo kaj cepo, kiuj helpas preventi malsaniĝon de la malgrandaj sangotubetoj kaj de la koro en la sekvo de diabeto.



Diversaj specoj de cepoj. Ili estas universale uzeblaj en multaj manĝoj.

Multaj spicherboj utilas ne nur al nia apetito, sed ankaŭ al nia sano - kiel cinamo. Tial estas prudente, uzi ilin ofte. Kvankam oni uzas spicherbojn nur en malgranda kvanto, ilia utilo povas esti grandega.



Aveno estas multflanke utila kaj valora manĝaĵo

Por komen-
cantoj en la
spicado estas
bona konsilo,
komenci per
malmultaj spi-
cherboj kaj
eksperimenti.
Je via sano!

*Harald
SCHICKE,
naturkuracisto*

Verbena - la magia planto

Niaj prauloj kredis pri verbena (Verbena officinalis), ke ĝi posedas magiajn fortojn. Laŭdire ĝi povis kuraci batalvundojn kaj fari kuraĝajn batalantojn senmortaj. Al infanoj oni donis verbenon, por ke ili fariĝu kapablaj pli rapide lerni.



Verbena estas tiel nomata trudherbo, kiu kreskas multloke sovaĝe. Oni uzas la florantan herbon.

Certe, verbena ne kapablas fari tiom multe, tamen ankaŭ ĝiaj efektivaj ecoj jam estas konsiderindaj.

En verbena cetere troviĝas ankaŭ iridojdoj, alkaloidoj, mucilagoj, taninoj kaj eteraj oleoj. Ĉe ekstera uzo ĝi helpas kontraŭ ekzemoj kaj stimulas resanigon de haŭtvundoj. Se oni trinkas verbenan tizanon, la humoro estos pozitive influata de ĝi. Depresioj retiriĝas tutsame kiel nervozeco, sendormeco kaj timatakoj. Krom tio verbena instigas digestadon,

efikas urinige kaj forigas spasmajn ekzemplo dum menstruado.



La floroj de verbena estas malgrandaj sed belaj

Akuŝistinoj de longa tempo ĉiam kunportis verbenon en siaj saketoj, ĉar ĝi stimulas utermuskolojn kaj instigas naskokonvulsiojn. Ĝi povas eĉ iniciati naskoprocezon. Ĝuste pro tio dum gravedeco oni neniuokaze prenu al si verbenon.

Oni uzu tiun kuraĉan herbon ŝpareme, ĉar troa dozo povas kaŭzi naŭzon kaj vomadon.

Tradukis el la germana Rosa EBEL

Dua INA-konferenco preparata

Post la sukceso de la 1-a INA-konferenco en Krefeld, Germanio, de la 19-a ĝis 24-a de aŭgusto 2002, la estraro decidis okazigi 2an INA-konferencon.



Urbo de la 2-a INA-Konferenco: Ŝanhajo. Jen la vido al la plej moderna kvartalo Pudong.

Ĝi okazos en unu el la plej viglaj kaj modernaj urboj de la mondo: en Ŝanhajo.

La antaŭvidita tempo estas la komenco de decembro 2005. En tiu tempo la flugprezoj estas moderaj.

Oni elektis Ŝanhajon, ĉar la urbo estas facile atingebla kaj la hotelprezoj pli moderaj ol ekzemple en Pekino. Krome INA havas sian plej fortan bazon en Azio.

En Krefeld ni gastis en instituto, kiu klerigas laktistojn. Ili lernas tie kiel produkti selakton, buteron, fromaĝon kaj similajn produktojn, kiuj estas tre gravaj en Eŭropo.

En Ŝanhajo ni kunlaboros kun universitato pri tradicia ĉina medicino kaj vizitos klinikojn, kie oni aplikas tiujn en la tuta mondo fame konatajn kuracadojn.

Tio signifas, ke la programo estos tre praktika kaj ege interesa!

Ŝanhajo estas vere fascina urbo! Krom la programo de la INA-konferenco vi certe ĝuos viziti la urbon kaj gustumi bongustajn kaj sanigajn manĝojn. Niaj surlokaj kunlaborantoj estas tre spertaj kaj helpos vin ĉiurilate.

Venu al Ŝanhajo por partopreni la duan INA-Konferencon!



Ŝanhajo estas la sola urbo en la mondo, kie vi povas sperti la plej modernan fervojon de la mondo: la magnetŝveban trajnon kun rapideco de 431 km/h.

Detalojn vi legos en la venontaj INA-revuoj aŭ en la reto je www.esp-ina.com.

Bonvenon al la 2-a INA-konferenco en Ŝanhajo!