



INTERNACIA NATURKURACA ASOCIO

2006-01

Januaro 2006

ISSN-1612-7927

[ina-asocio@web.de](mailto:ina-asocio@web.de)

[www.esp-ina.com](http://www.esp-ina.com)

€ 3,50

## Bonvenon al la jubilea jaro!



*Per resumo finiĝis la 2-a INA-konferenco en Ŝanhajo*

Post la fino de la 2-a INA-konferenco en Ŝanhajo komenciĝas la jubilea jaro de Internacia Naturkuraca Asocio, fondita en 1986. La unua prezidanto de INA, kies nomo tiutempe ankoraŭ estis ENA (Esperantista Naturkuracista Asocio), D-ro Carmel MALLIA el Malto, nun estas la Honora Prezidanto. La unua Ĝenerala Sekretario, D-ro Puramo CHONG el Koreio (nun Usono) ankoraŭ servas al nuna INA, sed delonge kiel ĝia prezidanto.

# El la historio

La unua modesta revuo de ENA aperis en somero 1987. Poste sekvis ĉiujare unu eldono. Tiu eldonritmo finiĝis en 1993 per la numero 9. En la jaro 2000 aperis la INA-jarlibro. Ekde 2003 la revuo de INA aperas regule kvarfoje jare kaj kolore. La kulmino estis la revuo 2004-3 en granda formato kaj 52 paĝoj okaze de la UK en Pekino.

La kaŭzo por malofte aŭ eĉ ne aperanta revuo ĉiam estas la sama: manko de artikoloj. Kvankam ekzistas sufiĉe da naturkuracistoj en Esperantujo, al ili evidente mankas la tempo por verki por nia revuo. La membroj nefakulaj evidente hezitas sendi al ni siajn spertojn pri la klasika medicino kaj pri naturkuracado. Kaŭzo eble estas, ke ili ne sentas tiujn spertojn sufiĉe gravaj. Tamen: el la interparolo kun tiuj mi povas aserti, ke tiuj spertoj interesus tre multajn homojn ĉie en la mondo. Do kuraĝu!

Ekde 1992 INA estas faka asocio kunlaboranta kun UEA. La regulaj kunsidoj de INA dum UK estas evento, kiun partoprenas ĉiam pli kaj pli da interesuloj. Neniam INA uzas tiujn kunsidojn por prezenti tedajn jarĉefkunvenojn, sed okazas prelegoj pri diversaj, ofte aktualaj, naturkuracaj temoj.

En 2002 okazis la 1-a INA-konferenco en Krefeld, Germanio.

De kelkaj jaroj INA havas retpaĝaron je la adreso [www.esp-ina.com](http://www.esp-ina.com). Tie ankaŭ estas forumo, kie vi povas demandi pri sanaferoj.

# Pri la estonto

La 2-a INA-konferenco, pri kiu vi legos sur la sekvontaj paĝoj, markis la vojon al la estonteco de nia asocio.

Estis la unua evento de INA, kiun ni filmis preskaŭ komplete. Tiu materialo donos al ni la eblecon, eldoni filmojn, raportojn kaj eĉ libro(j)n. Pro la vasta uzado de komputiloj, ni dokumentis ĉiujn prelegojn kaj ĉerpos el riĉa materialo. Tiu valora materialo helpas al homoj en la tuta mondo por trovi sian sanon. La estraro de INA decidis, eldoni ĝin en formo de libro aperonta ĝustatempe por UK 2006 en Florenco.

## *La estraro ŝanĝiĝis*

Demisiis vicprezidanto Harald SCHICKE, kiu estonte dediĉos sin plene al la eldona fako de INA. Kiel dum la pasintaj jaroj li redaktos kaj eldonos la revuon de INA kaj prelegos, sed ne plu okupiĝos pri estraraj aferoj. Per tiu senŝarĝiĝo li povos estonte pli facile okupiĝi pri la praktika flanko de la asocio.

Lin anstataŭas WANG Minhao, vicprofesoro pri socia scienco, bonega organizanto de multaj Esperanto-anranĝoj kaj ankaŭ de la tre sukcesa INA-konferenco en Ŝanhajo. Per sia granda organiza talento li zorgos por kontinua kaj sukcesa agado de INA dum la venontaj jaroj.

La cetera estraro restas senŝanĝa sub la sperta gvido de D-ro Puramo CHONG.

# MALJUNIĜO KAJ NATURKURACADO

## LA 2-A KONFERENCO DE INA

5-10-a de decembro 2005, Shanghai Ĉinio

Ĉu oni povas imagi pli taŭgan landon por la 2-a INA-konferenco ol Ĉinion, landon kun multmiljara valorega sperto en la tradicia medicino, kiun oni ankoraŭ aktive aplikadas kun la subteno de la ŝtataj instancoj?

Multaj homoj en la mondo jam ne plu scias pri naturkuracado, sed devas subiĝi al la "okcidenta medicino" (laŭ Plena Ilustrita Vortaro "klasika medicino", laŭ aliaj "alopatio"), kiu ne plu rigardas la individuan homon, sed nur ties malsanon.

Ĉiuj naturkuracistoj ja scias, ke malsanoj kun la sama scienca nomo povas havi multajn diversajn individuajn kaŭzojn.

Tiu grava scio de la naturkuracado estas minacata perdiĝi pro la "scienca"

medicino, kiu konkeris la mondon, ĉar ĝi promesas al medicinistoj kaj medicinaj firmaoj grandegajn profitojn, dum la kompatindaj pacientoj esperas de ĝi komfortan resaniĝon sen propra aktiveco.

Facile maldikiĝi, resaniĝi de gravaj malsanoj tute sen ŝanĝi la personan vivstilon - tion promesas la "scienca" medicino, sed naturkuracistoj ja scias, ke tio estas tute malebla.

La homo estas parto de la naturo. Por la homo kaj por la pacientoj validas la reguloj de la naturo, ne tiuj de la medicino.

Tute same tio validas por la temo de la konferenco, kiu estas: "Maljuniĝo kaj Naturkuracado". Nur la taŭga vivmaniero kaj, se necese en kazo de

malsano, la bona kaj individua konsilo de naturkuracisto, povas helpi al sana maljuniĝo kaj multaj sanaj vivojaroj.

## ***Solena malfermo***



*Prezidanto de INA, D-ro Puramo CHONG, malfermas la konferencon*

Pli ol 40 personoj partoprenis la inaŭguron de la perfekte organizita konferenco, kiu okazis en la moderna konferencejo de la Federacio de Sociaj Sciencoj. Multaj salutvortoj montris la grandan intereson pri la konferenco.

Ni precipe menciuj la ĉeeston de du raportistinoj de Ĉina Radio Internacia kaj de la prezidanto de Ĉinmedicina Esperanto-Asocio (ĈMEA), s-ro CUI Zhiqin, emerita direktoro de la farmacia fako de la Ŝanhaja Hospitalo pri Tradicia Ĉina Medicino.



*S-ro WANG Minhao, Ĉinio, la organizinto de la konferenco kaj nova vicprezidanto kun la sekretariino de INA Rosa EBEL, en la magnetŝveba trajno, monde unika al Ŝanhajo, survoje al la konferencejo. Li ankaŭ persone okupiĝis pri la akcepto de la eksterlandaj gastoj.*

La inaŭguron prezidis WANG Minhao, kiu perfekte organizis la konferencon.



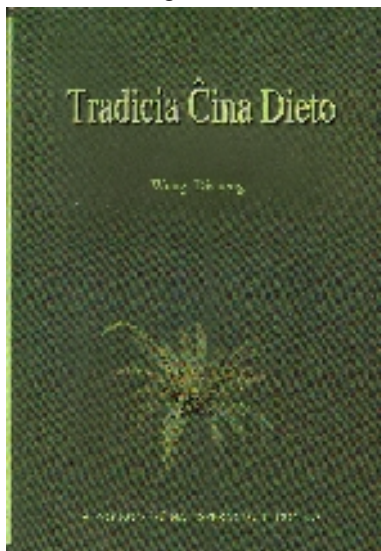
*S-ino WANG Fang de Ĉina Radio Internacia salutas la 2-an INA-konferencon*

# Sanigo sur la vojo al Maljuniĝo

—Scio pri Seniliĝo kaj Ĝia Rezisto el TĈM.

- Iuj Konceptoj pri Aĝo, Maljuniĝo kaj Seniliĝo
- La Teorioj ( de TĈM kaj la aliaj ) pri Seniliĝa kaŭzo
- La Renoj kaj Seniliĝo en TĈM ( ĉefa )
- La Lieno kaj Seniliĝo en TĈM ( ĉefa )
- La Renoj kaj Maljunula Malsano (ĉefa )
- La Lieno kaj Maljunula Malsano (ĉefa )
- Cio kaj Seniliĝo
- Jino kaj Seniliĝo
- Tonikumi La Renoj—Ignamo, Juglando kaj kaŝtano ktp.
- Tonikumi La Lienon—Ignamo, Jujubo kaj kaŝtano ktp.
- Sufiĉigi cion—Ignamo Mielo, Juglanda, Ginsengo ktp.
- Replenigi Jinon—Ignamo ktp.

La unuan prelegon faris naturkuracisto  
WANG Disheng, Ĉinio.



Li naskiĝis la 8-a de septembro 1956, diplomĝis el la Anhui Instituto de Tradicia Ĉina Medicino (TĈM), kaj akiris la magistran titolon. Nun li profesias kiel alt-ranga medicinisto, okupiĝante pri TĈM-a kaj TĈDR-a enkllinikaj esploradoj. Ekde 1985, li partoprenis en la kompiladoj de la libroj:

- Ĉina-Esperanta Vortaro;
- Esperanta-Angla-Franca-Ĉinmedicina Terminaro;
- Tradicia ĉina Dieto.

Invitite de la Norvegia Medicin-interŝanĝa Instituto, li donis lecionojn pri la fundamentaj teorioj de TĈM kaj akupunkturo ktp. en Esperanto kaj angla lingvo en la kurso okazigata de la instituto en Oslo.





*Ĉiutaga lernado kaj ekzercado de Tajĉiĉuan kun majstro Zhang Ziping*

## **Tajĉiĉuan**

S-ro ZHANG estas profesoro pri belarto kaj havas la sesan rangon en Tajĉiĉuan. Li reprezentas UTGE, kiu prezentas sin je [www.01248.cn](http://www.01248.cn).

La Universala Tajĉiĉuan-Grupo de Esperanto (UTGE) estas organizo por disvastigi Tajĉiĉuan per Esperanto, disvastigi Tajĉiĉuan inter esperantistoj kaj Esperanton inter Tajĉiĉuan-ekzercantoj.

UTGE estas praktiko uzi Esperanton kiel neŭtralan kaj helpan lingvon por helpe realigi la egalecon de nacilingvoj en Tajĉiĉuan-disvastigo tra la mondo.

Dum la ekzercado precipe Eŭropanoj lernis, ke por sana vivo ne necesas rapidaj movoj. Ĝuste la malrapidaj

movoj de Tajĉiĉuan helpas al gejunuloj kaj precipe gemaljunuloj koncentriĝi kaj ekzercadi korpon, menson kaj animon. La malrapidajn movojn eblas fari en ĉiu aĝo. Ili konservas la korpon juna kaj sana.

Malrapidaj movoj ebligas al maljunuloj, kies korpo estas nekutimita al sporto, ekzerciĝi kaj resti sanaj, dum sporto kun rapidaj movoj povas facile difekti la korpon de neekzercitita homo.

Tiel la ĉiutaga lernado kaj ekzercado simbolis la temon de la konferenco, kiu fariĝas daŭre pli grava, ĉar ĉie ajn la averaĝa aĝo altiĝas.

Maljunuloj kun siaj spertoj estas tre valora parto de la socio. Bedaŭrinde tiu scio ankoraŭ ne alvenis al ĉiuj maljuniĝantaj socioj.



*Demonstro de aplikata kineziologio*

En la anktiva tempo oni diris por "Jangsengo":

- Nedrinki alkoholaĵon kiel akvon
- Ne faru seksumadon tro ofte, ĉar tio malsekigas renan energion
- Ne avidu multe
- Ne tro serĉu korpan ĝuadon

Se oni tion ne sekvas, jam en 50-a jaraĝo oni maljuniĝas.

## **養生: - Jangsengo**

### **Prelego de la prezidanto de la prezidanto de INA, Puramo CHONG, Koreio, nun Usono.**

**Signifo:** "La klopodo por ne malsaniĝi, por longe vivi, por trankviligi koron, animon, kaj korpon."

**Difino:** Sano estas harmonia stato de jino kaj jango de korpo.

Malsano estas malharmonia stato de korpa ekvilibro, pro la ekstera aŭ interna kialoj. Kuraco estas harmonigi la malekvilbran staton.

"Jangsengo" estas la konservado de la sanstato.

## **Aplikata kineziologio – saniga armilo kontraŭ malsaneco kaj maljuneco**

Tiu prelego de D-ro MARUŠKA, Litovio, estis tre instrua, ĉar li praktike prezentis la aplikatan kineziologion.

Per aplikata kineziologio eblas konstati, pro kio iu paciento malsanas kaj per kio oni povas kuraci lin. Tiel partoprenantoj povis ĉiam ekscii, ĉu la manĝaĵoj taŭgas por ili aŭ ne.

Dum la solena fermo de la konferenco D-ro MARUŠKA donacis al D-ro Puramo CHONG libron pri Vilno, la ĉefurbo de Litovio.

La estraro de INA decidis, laŭeble okazigi la venontan INA-konferencon post tri jaro en Litovio.

S-ro CUI ankaŭ organizis la viziton al la Ŝanhaja Hospitalo pri Tradicia Ĉina Medicino, kie li estis la direktoro de la farmacia fako.

## **TEOTRINKO — SANO KAJ PLEZURO DE MALJUNULOJ**

**-TEOTERAPIO KAJ ANTISENILECO-**

**CUI Zhiqin  
(Ĉinio)**



S-ro CUI Zhiqin, la prezidanto de Ĉinmedicina Esperanto-Asocio (ĈMEA), prezentis al ni arton de teotrinkado.

Tio ja estis bona enkonduko al la tuttaga ekskurso al Hangzhou, kiu sekvis la konferencon. Dum ĝi la partoprenantoj vizitis teokultivejon, kie ni lernis multe pri ĉina verda teo (*Camellia sinensis*), kiu estas nefermentita (verda teo), duonfermentita (ŭlonga teo) aŭ nature parfumita.





Kun  
Harald

*Libro de Sui Zhiqin, donacita al  
ĉiuj partoprenantoj*

## **Kunbiera prelego**

Dum la „kunbiera prelego“ la partoprenantoj eksciis, kial bone produktita biero povas esti saniga, ne nur, sed precipe por maljunuloj.

Kaŭzoj estas multaj kaj jam priskribitaj en INA-publikaĵoj.

Tiu prelego, en kiu ĉiu povis gustumi bieron, estis instrua kaj amuza. Bona biero enhavas:

- puran akvon
- maltitan grenon
- multe da lupolo
- puran giston

## **Naturkuracado en Germanio**

Tiu prelego de Harald SCHICKE montris, ke la naturkuracado en Germanio kaj Eŭropo estas grave minacata. Germanio estas la sola lando en Eŭropo, kie ekzistas la profesio de naturkuracisto, sed oni ne povas studi ĝin en ŝtata universitato.

Ĉar la popolo ja ŝatas ricevi naturkuracan terapion, multaj medicinistoj ofertas tion sen scii pri naturkuracado. Per mallonga, ofte semajnfina „studado“ ili ricevas la rajton nomi sin „medicinisto por naturkuracado“. Ili ne scias ion ajn pri naturkuracado, ĉar tio en ilia studado neniam aperis. La pacientoj tion ne rimarkas, ĉar ili jam ne plu scias, kio estas naturkuracado.

Tio estas grava minaco al la naturkuracado mondvaste, ĉar Germanio estis la lulilo de la alopatio.



*La foto montras, ke akupunkturo ne estis la sola terapio*

## **Vizito al la Ŝanhaja Hospitalo pri Tradicia Ĉina Medicino**

Dum tiu intereseĝa vizito ni rigardis diversajn fakojn pri Tradicia Ĉina Medicino. Unue ni estis en la fakoj pri akupunkturo. Sur la korpo de la virino en la foto oni vidas, ke antaŭe ŝi jam estis kuracita per aliaj rimedoj, ekzemple kupado.

Ni ankaŭ vidis ĉinan masaĝon sekvantan jinon kaj jangon. La kuracisto (ne masaĝisto) masaĝis per nur unu mano, kiu stimulas aŭ jinon aŭ jangon.

Tre impresaj estis la prelegoj pri la drogoj, kiujn uzas la ĉina tradicia medicino. Estas pli ol 2000, el kiuj estas pli ol 500 kutimaj, sed oni preparas ilin tiel, ke ili plej bone efikas.

En la hospitalo oni uzas 5,2 tunojn (!) tage. Estis aparta plezuro sperti la farmacian fakon, en kiu oni plenumas la preskribojn de la kuracistoj.

La prelego de profesoro WANG Qiaochu pri la arikida folio, kiu montris al ĉiuj, kiel trovi novan, senflankefikan medikamenton laŭ la ĉina tradicia vojo, estis unu el la plej brilaj partoj de la konferenco.

## abelaj produktoj (3 + 3)



mielo  
polenoj — — —  
propolisido

produktoj,  
kolektitaj de  
abeloj en la naturo

vakso  
abela veneno  
gelée royale  
(nutraĵo por abelregino)

ekskluzive  
abelglandaj  
produktaĵoj

19

*Rosa EBEL, la fakulino de INA pri abeloj, prelegis pri apiterapio*

La finan prelegon faris la sekretariino de INA. Ĝi montris al ni, ke ne nur en Ĉinio oni uzas krom plantoj kaj mineraloj ankaŭ bestajn produktojn aŭ bestojn mem.

### **Bankedumi, bankedumi**

La partoprenantoj de la konferenco ne nur spertis tre interesan renkontiĝon kun teoriaj prelegoj, sed ni spertis la gastamon de ĉinoj, per kiuj ni povis konvinkiĝis sen persvado, ke bongusta kaj varia manĝo estas unu el la plej bonaj kuraciloj - eĉ la plej grava!

Vere ĉiuvespere okazis bankedo, en kiu ni sentis, ke freŝe preparita manĝo kun

freŝe rikoltitaj ingrediencoj estas bongusta, saniga kaj bona por la animo.

### **Elkora danko!**

Ni dankas al niaj ĉinaj geamikoj, kiuj eblegis al ni tiun unikan sperton!

Krom la varian ĉinan kuirarton ni spertis la japanan kaj la korean.

La elstara el ĉiuj estas la uzado de freŝaj materialoj. La ĉinoj uzas malavare arakidan oleon dum koreoj uzas tre ŝpareme sezaman oleon. Koreoj ŝatas uzi akrajn spicojn kaj ajlon, kiuj subtenas la defendopovon de la korpo. Japanoj pli ĝentile prezentas la manĝaĵojn.

## **Turisma programo**

Ĉiu konferenco havas sian turisman programon, kiu montras la elstarajojn de la lando, en kiu oni gastas. Tiel ankaŭ la 2-a INA-konferenco.

Tiel ni vizitis la faman ĉinan akrobataĵon, la malnovan kvartalon kun la Yu-ĝardeno de la fascina kaj eble plej moderna urbo de la mondo.

La ekskurso al Pudong, la plej nova kvartalo de Ŝanhajo gvidis nin al la alta televida turo, kiu estas unika ne nur pro sia arkitekturo, sed ankaŭ pro la hotelo, kiu troviĝas en ĝi.

En Hangzhou ni vidis la belegan naturon de Ĉinio.



## **Membrigu al INA kaj instigu viajn geamikojn membriĝi**

INA estas la asocio, kiu servas al ĉiuj homoj, precipe al tiuj, kiuj sentas problemojn pri sia sano.

Membrigo ne estas altkosta, sed utila.



*Ĉina teo subtenas la sanon. Tion ni eksciis dum vizito al teokultivejo.*

**INA** estas la oficiala organo de Internacia Naturkuraca Asocio

Eldonejo: MZ-Verlag Ltd.  
Schoolbrink 12, 27383 Scheeßel,  
Germanio. Rete: [info@mz-verlag.de](mailto:info@mz-verlag.de)  
[www.mz-verlag.de](http://www.mz-verlag.de)

Ĉefredaktoro: Harald SCHICKE

### **Adreso de INA:**

D-ro Puramo CHONG  
1359 W.Dundee Rd, Buffalo Grove,  
IL 60089 Chikago

Tel: 1-(847)342-1541,2  
Fakso: 1-(847)342-1448

### **Adreso por korespondado:**

Rosa EBEL, Schmiedestr. 99  
47809 Krefeld, Germanio

### **Retadreso:**

[ina-asocio@web.de](mailto:ina-asocio@web.de)  
[www.esp-ina.com](http://www.esp-ina.com)