# BETEGSÉGEK JELEI AZ ARCON

Arcdiagnosztika, arctérkép, betegségek jelei az arcon

Az arcunk nem hazudik, minden rá van írva, és beszédes testrészünk szakértői olvasni tudják üzeneteit. Az arcdiagnosztika-fiziognómia – ősrégi tudomány. A klasszikus arcdiagnosztika tudorai az arcot három részre osztják, és a száj, az orr, a homlok formájából, állásából, az arcbőr elváltozásiból az egyén különféle jellemvonásait képesek megrajzolni.



“A ma arcdiagnosztái inkább bizonyos betegségeknek, vagyok azok előjeleinek “arcról történő leolvasását” helyezik előtérbe. Nem véletlen, hogy egyre inkább nő az érdeklődés e sokáig mellőzött módszer iránt, hiszen a gyorsan fejlődő műszeres és labordiagnosztikai eszközök sok éven át kiszorították az arcdiagnosztikát, amihez nem szükséges semmiféle technikai segédeszköz, gyors, fájdalommentes, és kockázat nélküli.

## ÜZEN A SZERVEZET – OLVASHATÓ JELEK AZ ARCON

Ma az arcdiagnosztikának az a területe a legkeresettebb, a legnagyobb érdeklődést kiváltó, amelyet 130 évvel ezelőtt egy német orvos, Wilhelm Heinrich Schüssler dolgozott ki. Arra az egyszerű tényre alapozta módszerét, hogy különféle ásványi anyagok hiánya súlyos betegségeket okozhat az emberi szervezetben. Tizenkét szöveti só terápiás rendszerét dolgozta ki homeopátiás formában. Ezek nem egyszerű ásványi sók, amellett, hogy a szervezet kiegyensúlyozott működéséhez járulnak hozzá, harmonizálják a sejtek működését, plusz információt is adnak, hogy hova, milyen ásványi anyagot kell beépíteni a szervezetbe az egészség helyreállításához.

**Népbetegséggé vált az ásványi anyag hiánya**

A Schüssler-féle terápia rendkívül egyszerű, holott az “élet sóját” kínálja. Ezek a sók ásványok, nyomelemek egyes bioboltokban megtalálhatók, és a gyógyszerészek közül sokan szakértőkként ajánlják valamennyit az érdeklődőknek.

A felnőtt ember testtömegének mintegy négy százaléka ásványi anyagokból áll, ezek igen fontos szerepet töltenek be, és ha nincs belőlük meg a megfelelő mennyiség, akkor hiánybetegségek lépnek fel. Az ásványi anyag hiánya ma már népbetegség.

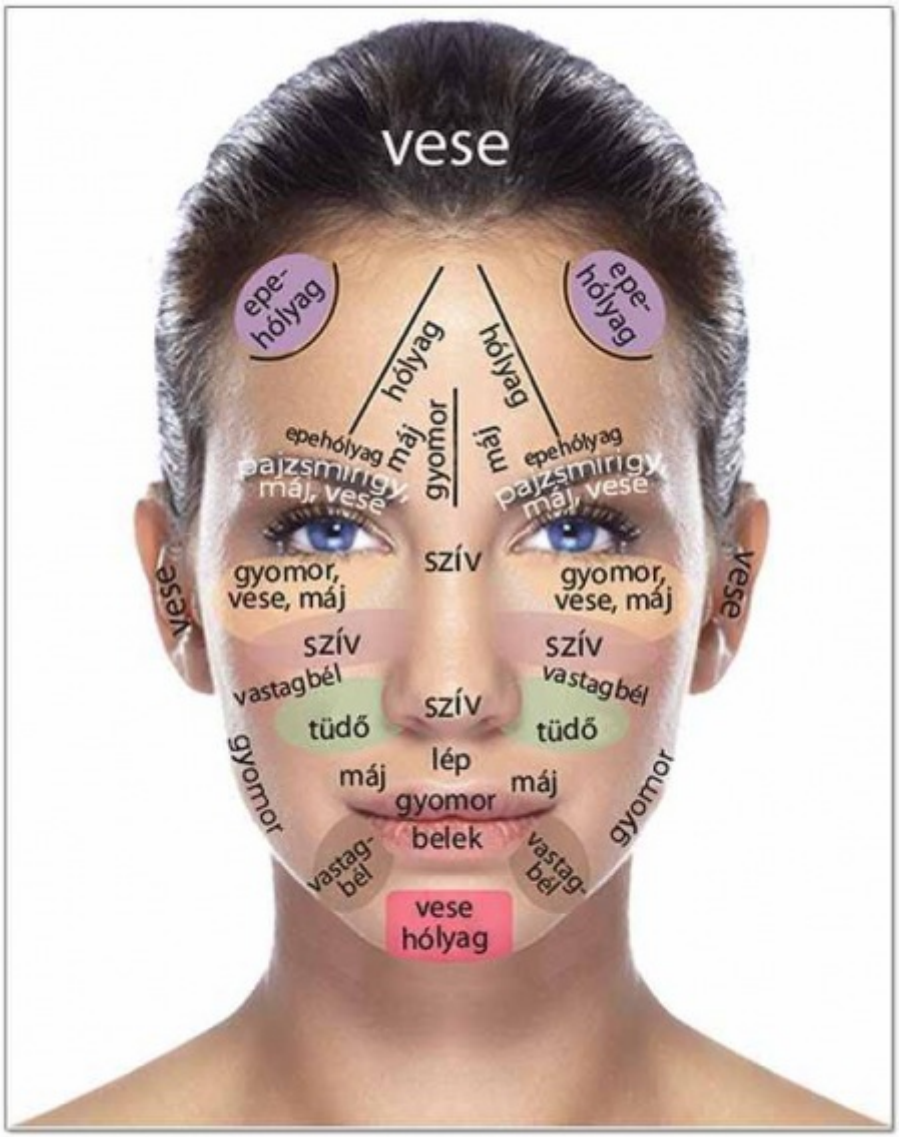
Ha nem pótoljuk a hiányzó ásványi anyagokat, sokféle tünettel kell számolnunk, többek közt emésztőrendszeri zavarokkal, aranyérrel, visszérrel, izomfájdalmakkal, idegi kimerültséggel, depresszióval, a folyadékháztartás zavaraival, és egyéb kórokkal.

**Ha algát fogyaszt, minden nyomelem és vitamin pótlásra kerül a szervezetben.**

A hiánybetegség tükröződik az arcunkon, a bőr elszíneződése, ráncai, duzzanatai, foltjai nem csupán esztétikai jelentőséggel bírnak, fontos jeleket közvetítenek, amelyeket leolvasva a terapeuta következtetni tud,- még a fizikai tünetek megjelenése előtt – azokra a “gyenge pontokra”, amelyek megfelelő terápiával korrigálhatók, tehát betegségmegelőzésre is alkalmasak.

“Ami a szervezetünkben lezajlik, megjelenik az arcunkon” – mondja az arcdiagnoszta. Testi és lelki bajaink is leolvashatók, és az értő terapeuta valóban sokat tehet a megelőzés érdekében is, a klinikai szempontból még egészséges, de itt-ott meggyengült szervezet hibáira is következtetni tud, így elejét veheti a nagyobb, súlyosabb bajoknak.”

Bár gyakran nézünk a tükörbe, arcunk jelzéseit nem ismerjük. Főként kozmetikai, esztétikai szempontból figyelünk fel egy-egy mélyebb ráncra, szem alatti sötét elszíneződésre, pirosodó gyulladásra. Észleljük, ha öröm, vagy szomorúság látszik vonásainkon, de ez csak a felszín. A képzett arcdiagnoszta nem csak leolvassa a jeleket, érti azok mélyebb értelmét, üzenetét is, és időben közbelép. Mert az arcunk nem hazudik, de az igazi üzenet nem mindig kedvező, viszont, ha időben “vesszük a jeleket”, még megváltoztatható.




# MIT ÁRUL EL AZ ARCUNK?

Már ősidők óta tanulmányozzák az arc és a betegségek közötti összefüggést. Az arc részei egyenként egy-egy testrésznek felelnek meg. Ha tükörbe nézünk, egyből szembe tűnhet néhány olyan apró jel, ami a betegségek kialakulására vagy a kezdetleges betegségekre utal.

Az önvizsgálat során egyesével megvizsgáljuk az arcunkon található szerveinket, amelyek akár betegségeinkről is árulkodhatnak. Nagyon fontos azonban megjegyeznünk, hogy minden esetben – legye szó bármilyen tünetről – először a a háziorvosunkhoz forduljunk.

**Ajak**

Ha színe az átlagosnál fakóbb, akkor ez utalhat arra, hogy a vérkeringésünkkel lehet probléma. A vérkeringés helyes működését elősegítik az olyan gyümölcsök, mint az alma, a fekete áfonya továbbá a fahéj, a csípős ételek, a meleg tea. Ha ajkunk repedezett vagy

kipirosodott, emésztési probléma állhat fent. Ilyenkor figyeljünk oda a megfelelő mennyiségű víz- és zöldségfogyasztásra. Ha lehet, kerüljük a fehér kenyeret és helyette fogyasszunk teljes kiőrlésű kenyeret.

**Nyelv**

Gyakori jel, ha a nyelvünk felülete piros, hogy vérszegénységünk van. Étrendünkbe ebben az esetben vigyünk be több olyan ételt, ami B-vitaminban és vasban gazdag. Ilyen ételek például a máj, a hal, a spenót, a mákos sütemények, valamint tejtermékek és a legtöbb zöldféle. Ha fehér középen a nyelvünk, akkor valószínűleg nyombélfekélyünk van. Ilyenkor fogyasszunk palástfűből vagy kamillából készült teát, borágófű olaj és az aloe vera is megoldást nyújthat.

**Szem**

Ha szemünk körül barna karikák vannak, a máj működésének zavara lehet a háttérben. A máj működését elősegíti a parlagfű tea, az articsóka, a dió, a gyömbér, a kurkuma. A sötét szemzug a nőket érintheti, ha menstruációs probléma lép fel.

**Fül**

Ha az arcbőrtől eltérően fakóbb színű, akkor különböző keringési problémáról lehet szó. Ebben az esetben megfelelő mennyiségben jutassunk be a szervezetbe olyan ételeket, zöldségeket és gyümölcsöket, amelyek tartalmaznak vasat és C- vitamint. Ha fülünkön a bőr csillogó, akkor az ásványi anyagok hiánya lépett fel a szervezetünkben. Fogyasszunk tehát olajos magvakat, zöldségeket, gyümölcsöket, fehér húsokat.

**Orr**

Az orrunkon lévő piros erezés a magas vérnyomásra utalhat. Ebben az esetben olyan ételeket fogyasszunk, amelyeknek magas a kalcium és magnézium tartalma, mint például a különféle tejtermékek, olajos magvak, a zöldségek közül a brokkoli, zöldbab, szárazbab és a fodroskel. Abban az esetben, amikor az orrcsúcsunk nem csak akkor piros, amikor éppen bejövünk a hidegről, hanem alaphelyzetben is ez tapasztalható, akkor lehetséges, hogy ezt a tünetet gyomorhurut okozza. A lestyánból készült tea erősíti a gyomrot, és a köménymag a gyomorproblémák megelőzésére is kiváló fűszer, ha minden étkezés előtt fogyasztunk belőle néhányat.

Forrás: mkh.valosag.net, biobolt.lapunk.hu