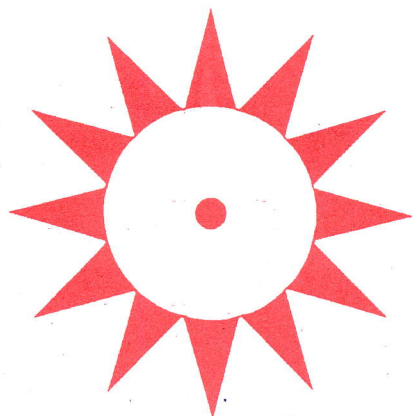


R Solbladet



DIT HELBRED DIN FREMTID

Nr. 4 2001
december
12. Årgang

Læs om:

Lægeløftet

Bognyt

Hvad er
"Blodtype-
diæten"

Ny årskalender

Gort Nytår



Danmarks Natur-og Lægevidenskabelige Bibliotek



0905

200011906876

5673

Landsforeningen til
Forebyggelse af Kræft

Landsforeningens kontingent er følgende:

Årskontingent kr. 80,00

Livsvarrigt kontingent kr. 800,00

Indmeldelse af nye medlemmer kan
ske ved indbetaling af kontingent på
GIRO 110 0440

ISBN 0905-5673
Bladets oplag 1759 stk.

Fordeling:	
Medlemmer	550
Landsforeninger og organisationer	58
Kursteder, centre	*19
Biblioteker	*249
Højskoler	*100
Medborgerhuse, socialcentre	*40
Media, incl. tidsskrifter	158
Behandlere, andre	213
Møder, foredrag etc.	372

* findes på tidsskrifthylden

**Landsforeningen siger hjertelig tak for
indsendte gaver på giro 110 0440**

Redaktion

AnnetteTyoko

Peblinge dossering 22, 2.th.
2200 København N
tlf. 3536 2860

*Bladets indhold udtrykker
forfatternes mening - ikke
nødvendigvis redaktionens.*

Tryk:
RØDDIK MODUL TRYK
Skovmøllevej 26
7100 Vejle

Annoncepriser

1/1	side	kr. 800
1/2	side	kr. 500
1/4	side	kr. 275
1/8	side	kr. 150
1/16	side	kr. 80

Annoncepriserne er excl.
moms og gælder for
reproklart materiale.

Lægeløftet

Med ansigtet vendt mod det andet år i det nye årtusinde har jeg gjort mig nogle tanker om, hvem og hvad sygdomsbehandling egentlig drejer sig om i den ortodokse verden.

Ja, hvordan lyder lægeløftet egentlig? Personlig har jeg altid troet, at det var Hipokrates, der lå til grund for det løfte, alle kandidater med deres nys overståede medicinske embedseksamen skulle aflægge ed på. Men for Hipokrates' vedkommende lød det:

Altid trøste

Ofte lindre

Nogen gange helbrede

ALDRIG gøre skade!

Det var helt og holdent rettet mod patienternes vé og vel. Efter vore dages lægeløfte må man spørge sig selv om, hvem der egentlig kommer i første række hos de fagforeningsorienterede læger. Ordlyden er som følger:

"Efter at have aflagt offentlig prøve på mine i de medicinsk-kirurgiske fag erhvervede kundskaber, aflægger jeg herved det løfte, til hvis opfyldelse jeg end ydermere ved håndsrekning har forpligtet mig, at jeg ved mine forretninger som praktiserende læge stedse skal lade det være mig magtpåliggende, efter bedste skønnende at anvende mine kundskaber med flid og omhu til samfundets og mine medmenneskers gavn, at jeg stedse vil bære samvittighedsfuld omsorg for den fattige som for den rige uden persons anseelse, at jeg ikke ubeføjet vil åbenbare, hvad jeg i min af læge har erfaret, at jeg vil søge mine kundska-

ber fremdeles udvidede og i øvrigt gøre mig bekendt med og nøje efterleve de mig og mit fag vedkommende anordninger og bestemmelser". (Fremhævelserne er redaktionens).

Selvfølgelig støder udtrykket "forretninger" mig i første omgang. Det lugter simpelthen for meget af pengemageri – men på den anden side, mon ikke det betyder "virke" i denne her forbindelse?

Efter "bedste skønnende" – tja, ingen kan vel gøre mere end sit bedste ud fra de erfaringer, man har gjort op til det pågældende tidspunkt i ens liv. Det er lidt underligt, at det skal stå i en ed, for det gælder vel da forhåbentligt os alle sammen! Tænk, hvis en blikkenslager eller en ingeniør ikke arbejdede efter "bedste skønnende" – og hvad man end kan sige, så tror jeg da også, at vore politikere gør det. Der kan man bare se, hvor mange slags "bedste skønnende" der findes!

Men hvordan skal lægerne så bruge deres "bedste skønnende"? Til gavn for "samfundet og deres medmennesker". Her undrer jeg mig over rækkefølgen! Patienterne komme altså allerede i lægeløftet IKKE først! Det er en markant forskel fra Hipokrates. Og hvad værre er: Hvem afgør samfundets gavn? Er det fx at holde de arbejdsdygtige arbejdsduelige, og nedprioritere de gamle, svagelige og alligevel finansielt "tunge" medborgere – uden evt. at tænke på de menneskelige værdier, der ikke på nogen måde kan måles i penge? Det er ikke nemt at vide, men det er den slags tanker der dukker op.

Så skal lægerne "gøre sig bekendt med og nøje efterleve de anordninger og bestemmelser, der vedrører faget". Dette krav kommer ganske vist til sidst – men tænk hvor mange gange en læge kan komme til at stå i den situation, at hans/hendes "bedste skønnende" ikke stemmer overens med de anordninger, som lægernes fagforeninger har bestemt? Hvilken del i lægeløftet vil så være udslagsgivende? Det kommer vel nok an på det enkelte individ og på, hvilke bøger ud over de ortodoks medicinske, vedkommende ellers har åbnet i sit liv, og hvilke livserfaringer, der er gjort. Jeg tror, at de stakkels læger ville have det nemmere i deres gerning, hvis de bare holdt sig til Hipokrates' 4 læresætninger. Ingen samvittighedskvaler over for "samfundet" eller fagforeningen – og frem for alt ingen medicinforgiftninger hos patienterne. Men det forudsætter naturligvis, at den enkelte ser sin "forretning" som et virke eller evt. oven i købet som et kald.

Sådan gik det for apotekeren Samuel Hahnemann, da han udviklede homøopati,

sådan gik for kirurgen Dr. Edward Bach, da han udviklede sine Bachblomster,

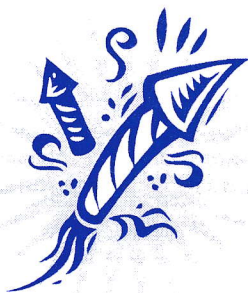
sådan gik det for dr. Reckeweg, der samvittighedsfuldt fulgte og udvidede Hahnemanns virke.

sådan gik det for den tyske læge dr. Ischl, da han i sin tid efterlevede sin samvittighed og lavede sin specielle cancerklinikk, hvor 80 – 85% blev raske (han blev udelukket af den tysk lægeforening og fik frataget sin ret til at praktisere!),

sådan er det gået for utallige læger rundt omkring i verden, når de har tænkt og virket ud over, hvad deres fagforeninger har fundet politisk tjenligt.

Tendensen er så småt ved at vende ude hos enkelte læger, men det går uendeligt langsomt og er næsten ved at drukne i papirusseri. Man siger, at der går ca. 3 generationer eller omkring 150 år, før en ny ide er blevet folkeeje og noget selvfølgeligt. Sådan gik det i hvert tilfælde med C-vitaminer og forebyggelsen af skørbug hos sømænd på langfart. Og nu er det noget ganske naturligt, at man ikke kan undvære frisk frugt og grøntsager over en længere periode uden at få mangelsymptomer. Så, kære medlemmer, det er faktisk ikke os selv, vi kæmper for i denne forebyggelsesforening – det er vores børnebørn – og de er da værd at slå et slag for, ikke sandt?

*Rigtig godt nytår
Annette Tyoko*



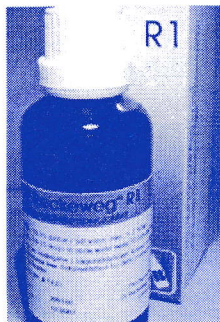
Supplerende oplysninger i Solbladet.

En hjælp fra MaxiPharma til alle, der har lidt svært ved at finde rundt i helsebutikernes store udvalg.

Sådan afhjælper du betændelsestilstande med Dr. Reckeweg

Vinteren står for døren, og vi går alle sammen en tid i møde med blæst og kulde. Det giver hoste, hals- og ørebetændelse, forkølelse og alle de daglige skavanker dukker frem igen. Uanset hvilken form for betændelsestilstand, man døjer med kan man med fordel anbefale dr. Reckeweg R1, da præparatet fjerner betændelsen, øger den generelle modstandskraft og forhindrer, at man får tilbagefald. Man kan ligeledes hjælpe evt. tilstande af akut gigt ved at give dem R1.

R1 er et basispræparat til behandling af betændelsestilstande generelt, og med sin effektive virkning er det derfor blandt ét af de mest benyttede præparater. I dr. Reckewegserien er der også præparater, der går direkte ind på den konkrete betændelsestilstand, og det anbefales derfor, at man ved behandling med R1 supplerer med det præparat, der går mere direkte ind på betændelsestilstanden. Nedenfor gives eksempler på betændelsestilstande, hvor man anbefales at



Dr. Reckeweg R1

benytte R1 sammen med andre Reckewegpræparater.

Behandling af influenza og forkølelse med ledsmerter

Ved sygdoms-aspekterne influenza, forkølelse og halsbetændelse er der tale om betændelsesagtige tilstande i de fibrøse og serøse væv. Der er helt sikkert nogen, der har ovennævnte problemer. Man opnår den mest effektive behandling ved at anvende R1 sammen med R6, der går direkte ind på denne type betændelsestilstande.

Behandling af betændelsestilstande i underlivet hos kvinder i henholdsvis højre og venstre side

Mange kvinder døjer med underlivsproblemer på grund af betændelsestilstande i enten æggestokken, æggestokkens ophæng eller æggeleder, i bindevævet, der omgiver livmoderen eller i æggelederen alene.

Her kan man afhjælpe ovenstående underlivsproblemer, ved at supplere R1 med R38 eller R39. R38 er bereg-



net til behandling af underlivsproblemer i kvindens højre side og R39 til behandling af underlivsproblemer i kvindens venstre side. Udover ovenstående sygdomsaspekter kan man også med fordel benytte R38 og R39 ved cyster på æggestokken.

Behandling af reumatiske lidelser (lumbago, gigttilfælde og myoser)

Der findes sikkert mange, der har reumatiske lidelser, som ofte forværres ved overgang til fugtigt vejr. Her i vinterhalvåret mærker man mest til den slags lidelser. Og her kan man med fordel supplere R1 med R11, når det drejer sig om reumatiske lidelser som følge af for eksempel betændelse i knoglevævet, betændelse i bruskskiverne, degeneration i rygsøjlen, forkalkning af de små led i rygsøjlen, lumbago eller ischias. R11 går direkte ind og afhjælper årsagen til den reumatiske lidelse. Ved behandling af kronisk reumatisme i leddene er den gunstige indvirkning af præparatet umiskendelig, for så vidt de subjektive symptomer og enkeltbestanddeles symptomatologi stemmer overens.

Tredje generation

Det er vigtigt at fremhæve sikkerheden ved dr. Reckeweg's præparater. Dr. Reckeweg er en virksomhed, hvor det er tredje generation af Reckeweg'er, der sørger for en stadig forbedring af produktionsmetoden samtidig med, at man bibeholder de gamle traditioner. Det betyder, at præparaterne, der er baseret på dr. Hahne-

mann's principper, er gennemtestet og udviklet på baggrund af mangeårige erfaringer. Herudover er dr. Reckeweg virksomheden GMP-godkendt (Good Manufacturing Process) og den opfylder de internationale standarder. Med dr. Reckeweg er man således garanteret et homøopatisk præparat af højeste kvalitet, og med den rigtige håndpotensering af samtlige præparater.

Selvsyn er godt

For et par år siden var Annette Tyoko sammen med en del andre heilpraktikere på besøg hos Reckewegfabrikken i Tyskland. Det er virkeligt ikke overdrevet, når man her plæderer at have renligheden og den på mange forskellige stadier i produktionen intense kontrol i orden. Farmaceuten Hahnemann, homøopatiens fader ville have frydet sig.

Endelig skal nævnes, at det altid er godt at supplere behandlingerne med en Kyolic-kur, da præparatet er effektivt til styrkelse af immunforsvaret. Med Kyolic får du et hvidløgspræparat, der har det rå hvidløgs positive egenskaber og som samtidig er 100% lugtfrit.

BogNyt



Titel	Forfatter	Forlag	sider	pris
Er Du Forgiftet af Dine Tandfyldninger?	Foreningen mod skadeligt dental-materiale		117	170 kr.

Kasserer Bent Poulsen i Foreningen mod skadeligt dental materiale, Nålevænget 7, Gøl, 9440 Åbybro, tlf. 96965033 sørger for udsendelse af denne bog, der første gang udkom i 1993 med 96 sider. Nu er den blevet genoptrykt med 31 sider mere.

Bogen er fyldt med klinisk og videnskabeligt materiale om emnet. Værket er af-fattet i et sprog, som forstås af alle, og den er bl.a. tænkt som en opfordring til politikere og andre beslutningstagere om at gøre noget ved forgiftningen med kviksølv. (Udover plomberne, er I så klar over, at et barn, der følger det alm. vaccinationsprogram, på sit 1 års fødselsdag allerede har fået indsprøjtet 187 mikrogram kviksølv? red.)

Anmeldt af Lous Montana

Titel	Forfatter	Forlag	sider	pris
KRÆFT videnskab, helbre-delse og bevidsthed.	Ole og Suzet-te van Hauen Drucker	Borgen	622	449 kr.

Forfatterne arbejder som hhv. læge og klinisk økolog med alternativ behand-ling af kræft og andre kroniske sygdomme.

Bogens første del introducerer de holistiske tanker og metoder, anskueliggjort ved talri-ge casestories, og anden del uddyber og dokumenterer det teoretiske grundlag for be-handlingsmetoden og for alternativ medicin i almindelighed.

Et fint værk med et væld af fakta hvilende på mere end 25 års alsidige erfa-ringer.

Anmeldt af Louis Montana

Titel	Forfatter	Forlag	sideantal	pris
DØRE DER ÅBNER SIG om grænseoverskridende læger og farmaceuter i det danske sundhedsvæsen.	Laila Launso	Hovedland	196	259 kr.

20 læger og farmaceuter rejser i bogen spørgsmålet om en stor del af den sygdomsbehandling, der i dag dominerer sygdomsbehandlingsarbejdet inden for det danske sundhedsvæsen, er "forældet" i forhold til det samfund, moderne mennesker lever og lider i.

De 20 udvalgte har erfaringer med både det etablerede og det alternative behandlingssystem. Gennemtænkt og velskrevet.

Anmeldt af Louis Montana

Titel	Forfatter	Forlag	si- der	pris
BEFRI TANKEN	Eskild Tjalve	Bogans Forlag	301	300 kr.

Det er nok de færreste forskere, der ved, at der findes et holistisk, åndeligt verdensbillede, som er omfattende, detaljeret og sammenhængende, som for en dels vedkommende faktisk er bevist videnskabeligt, og som supplerer det videnskabelige verdensbillede på den smukkeste måde.

Bogen beskriver den fundamentale sammenhæng mellem den fysiske og ikke-fysiske verden. Tanken må befris og vanetænkningen ophører. Dialog er den eneste udvej frem. Et spændende værk.

Anmeldt af Louis Montana

Hvad er BLODTYPEDIÆTEN ?

KOSTENS BETYDNING FOR SUNDHED og sygdom er ikke nogen ny opfindelse. Den bekræftes i historiske beretninger fra de gamle kulturer. Udtalelser som "du er hvad du spiser" stammer fra antikkens filosofi. De gamle ægyptere hævdede, at alle sygdomme kom fra kosten (Herodots skrifter) og anbefalede den syge at undgå medicin de første fire sygedage, for ikke at forstyrre kroppens egen

helbredende kraft. I en håndbog fra verdens ældste civilisation Kina, kunne man læse: "For at helbrede en sygdom må man kende dens oprindelse. Før man ordinerer medicin, må man vide hvad mennesket har spist". "Lad din medicin være din mad og din mad være din medicin" skrev lægekunstens fader, Hippokrates allerede for 2400 år siden.

Først nu begynder videnskaben at forstå betydningen af hans opfordring.

Ovenstående afsnit er hentet fra min bog "Vitaminrevolutionen" L&R Fakta 1998 og passer meget fint som indledning til denne spændende bog om blodtypediæten. Det er interessant at bogens forfattere, Peter J. D'Adamo og Catherine Whitney, ikke alene giver Hippokrates ret, men også er i stand til at forklare hvorfor. Deres teori hviler på andres og egen forskning.

For de skolemedicinere der mangler den biologiske basisviden på dette område, vil disse sammenhænge nok ikke forekomme særligt sandsynlige og formentlig opfattes som udokumenterede påstande, men det er ikke tilfældet.

Efter at have afprøvet teorien i praksis med overraskende effekt har jeg informeret mange af mine patienter om Blodtypediæten. Tilbagemeldingerne har været så positive at dette emne burde prioriteres højt i den fremtidige forskning. Ved simpel kostændring, som anbefalet i denne bog, og uden brug af medicin, har jeg været vidne til at årelange og invaliderende gener helt forsvandt eller blev væsentlig reduceret i løbet af få uger.

Invaliderende, kroniske mavesmerter hos en midaldrende kvinde med blodtype 0 forsvandt da hun opgav sin vegetarkost og begyndte at spise kød og en proteinrig diæt. Hun blev meget overrasket da de fire-fem kg overvægt hun havde slidt med i årevis, forsvandt i løbet af tre uger - vel at mærke uden at hun sultede. Hun havde kun spist sin blodtypediæt.

En ung mand med kronisk eksem, som siden barndommen havde haft en meget sart hud, fik normal hud efter han byttede sine mange sodavand ud med almindelig vand og ændrede sin kost til næsten vegetarisk. Han var blodtype A.

Gigt, psoriasis, hovedpine, mavekatarr, træthed og fibromyalgi er eksempler på gener der blev væsentligt reduceret hos de patienter der prøvede blodtypediæten.

"Spis groft og grønt" siger den officielle anbefaling, men nogle mennesker kan ikke tåle denne kost. De bliver ganske enkelt dårlige. I "Isopatient" (Vitaminrevolutionen side 205) undersøger man levende blod i et såkaldt mørkefeltmikroskop (forstørrer 20.000 gange). Efter et måltid mad ses der en sarmnenklumpning af de røde blodlegemer i "pengeruller" hos raske mennesker. Dette reducerer de røde blodlegemers overflade ganske væsentligt og kan betyde reduceret evne til at transportere ilt. Når dette sker hos en person med forkalkning i hjertets kranspulsårer, kan man godt forestille sig hvorfor disse patienter så let får udløst hjertekrampe efter et måltid der ikke var blodtyperigtigt.

Her i bogen kan vi læse hvad der sker og hvorfor. For mig er denne teori indlysende. Den passer godt til det jeg havde samlet sammen af viden fra de forskellige medicinske "skoler". Det var som at finde den manglende brik i det store puslespil som forsøger at give et billede af hele mennesket. Mange af mine hjertepatienter følger nu blodtypediæten og beretter om mindre tendens til hjertekrampe.

En væsentlig sidegevinst af blodtypediæten er en stabil vægtreduktion. En af mine overvægtige, kvindelige hjertepatienter med blodtype 0 fik sin idealvægt på 6 måneder, hun tabte 15 kg, uden at gøre andet end at følge blodtypediæten. Hun ringede begejstret til min klinik en gang om måneden. Hvad hun tidligere ikke havde fortalt var at hun igennem årene havde ofret tusindvis af kroner på virkningsløse slankekure.

Flere af de patienter der opsøger min klinik, er opgivet. De kan ikke behandles mere og har fået besked på at denne eller hin sygdom og deraf følgende gener og smerter må de lære at leve med. De har ikke en, men mange fejlfunktioner der skal rettes op. Det er derfor sjældent at en enkelt strategi, som fx blodtypediæten er nok. Det er nødvendigt at spille på flere strenge. Blodtypediæten har i min klinik bevist sin berettigelse som støttende terapi efter følgende principper:

1. Meget af den mad du spiser hver dag, tror du måske er sund, men Blodtypediæten siger noget andet. Følg Blodtypediæten i to uger.

2. Undgå en pludselig og voldsom kostændring. Kroppen accepterer bedre en gradvis ændring over et par uger.

3. Bliv ikke fanatisk. "Undgå" betyder ikke at denne mad er giftig. Du skal bare ikke spise den til daglig i den tro at det er sundt for dig. Du vil opdage at meget af maden i kategorien "Undgå", er mad du ikke spiser i forvejen, ganske enkelt fordi din krop allerede har signaleret at den ikke bryder sig om den.

4. "Gavnlig" behøver ikke nødvendigvis at betyde at du skal negligere dine egne iagttagelser. Fx er æg almindeligvis "gavnligt" for blodtype 0. Jeg har imidlertid set patienter med blodtype 0 der var intolerante eller allergiske over for æg. Stol derfor på dine egne iagttagelser, selv om de skulle gå imod angivelserne i bogen. Er du i tvivl, kan man i dag få undersøgt sit blod for madintolerance. Det er ganske dyrt, da blodprøven skal analyseres i USA.

Fortvivl ikke hvis du har problemer med at finde de mere sjældne råvarer der er anbefalet for din blodtype. Kontakt den lokale helsekostforretning eller de etniske købmænd og grønthandlere. De kan ofte skaffe de fleste ting og har et dejligt udvalg i lidt anderledes råvarer, også de som ellers ikke er almindelig kendt på vores breddegrader.

Du kan også klikke ind på www.aurion.dk. Bageriet Aurion har et stort udvalg i økologisk mel og brød. De bager ezezielbrød, samt mel af spelt og kamut (kæmpe durum) og andre oldtidskornarter. Aurion forhandler også bagebøger med opskrifter på brød med alternative kornsorter.

I Danmark fordeler de 4 blodtyper sig i befolkningen som følger: ca. 43% er blodtype-0, ca. 42% er blodtype-A, ca. 11% er blodtype-B, og ca. 4% er blodtype-AB. Rhesusfaktoren og de mere sjældne undergrupper har ingen betydning i denne sammenhæng.

Blodtypediæten vejledende mængder af de enkelte fødevarer er inddelt i tre grupper: negroid, kaukasoid og mongolid. Langt de fleste danskere er

kaukasider, da det er en fællesbetegnelse for europæiske, mellemøstlige og indiske folkeslag.

Hvor kan man få undersøgt blodtypen?

Har du været soldat, så står blodtypen på dit kadaverskilt, eller du kan spørge din læge om oplysningen findes i din sygejournal. Blodtypen bliver rutinemæssigt bestemt forud for operationer og fødsler, og i disse tilfælde vil din blodtype fremgå af din sygejournal, men ellers skal du undgå at belaste din læge.

Du kan også blive bloddonor og deraf meget let få din blodtype at vide.

På internetadressen www.vitamin-doktor.com kan du se hvilke privatklinikker der har udstyr til at analysere din blodtype, man skal dog selv betale.

Man kan også foretage bestemmelsen med et Eldon-kort. De bliver forhandlet af Solgar Scandinavia, se adressen bag i bogen.

Hvem bør ikke følge blodtypediæten? Jeg har endnu ikke mødt nogen, der har taget skade eller haft dårlige ople-

velser med diæten. Blodtypediæten er sund fornuft og burde ikke alene være basisbehandling for alle kronisk syge, men også vejledende kostgrundlag for alle der sætter pris på god livskvalitet. Gennem mit arbejde med kost og livsstil ser jeg overraskende ofte madintolerance involveret i kroniske sygdomme og generende ubehag. Problemer med fordøjelsen og mave-tarm-sygdomme bør tidligst muligt behandles med blodtypediæten. Det vil ikke alene reducere behovet for dyr medicin og kirurgi, men formentlig i mange tilfælde gøre anden behandling overflødig. En blodtyperigtig madkultur vil formentlig på længere sigt styrke folkesundheden og ad åre betyde besparelser i sundhedssektoren i milliardklassen.

Knut T. Flytlie, Speciallæge i Almen Medicin Forfatter til bogen "Vitaminrevolutionen". 1998 Vejle, februar 2000.

Tak til alle

dem, der har reageret på vore rykker-skrivelser. En del var forundret over, at de ikke havde betalt, men tiden går så hurtigt og nu er dette år jo næsten også omme. Bestyrelsen takker på foreningens vegne over de mange gaver der også er strømmet ind ved samme lejlighed. Nogle har mailet til mig og jeg er ved at oprette en mailing-liste for medlemmer. Det vil være hurtigere og (billigere) at komme i

kontakt med så mange som muligt på en langt mere personlig måde, hvis jeg kan gøre det via e-mail. Så I er velkommen til at sende mig jeres e-mail adresse, hvis I vil med på holdet. Jeg er "på banen" igen fra medio januar 2002.

De bedste nytårs hilsener
Annette Tyoko

Et år rinder ud og et nyt begynder

Et år rinder ud og et nyt begynder, den gamle kalender bliver lagt til side og vi skal vælge en ny, nu er der dog ikke noget at vælge imellem med hensyn til inddeling i dage, uger og måneder, men derimod med hensyn til forskellige påtegninger mærkedage, antal arbejdsdage i måneden o.s.v., jeg foretrækker en kalender, hvor jeg kan følge månestillingerne.

Spørgsmålet om, hvorvidt månen og dens konstellationer på stjernehimmelen har en direkte påvirkning eller, om, de øjeblikkelige måne- og stjernestillinger kun har funktion som urvisere, der angiver eller bebuder den øjeblikkeligt observerede påvirkning, kan man heller ikke svare definitivt på i dag.

Den, der kender lidt til astronomi og kan identificere dyrekredsens enkelte stjernetegn på nattehimmelen, vil måske overrasket opdage, at solens og månens "faktiske" stilling afviger noget fra den, der angives i kalenderen. Og det så meget, at månen måske i virkeligheden stadig står i Vædderen, mens kalenderen allerede angiver indflydelse fra Tyren. Men stol nu alligevel på kalenderen. Denne forskel skyldes bestemte afvigelser i solens, månens og stjernernes baner i en cyklus på 28.000 år. Påvirkningen fra dyrekredsens tegn beregnes derfor ikke efter månens virkelige stilling, men beregnes ud fra forårsjævndøgn, efter tidspunktet for nat-og-daglighed på den 21. marts. Erfaringen viser også, at denne beregningsmeto-

de til identificering af påvirkningen er den rigtige, for selv om månen virkeligt står i Fisken, så vil den kraftimpuls, som vore forfædre gav navnet "Vædder", til tider allerede herske.

Beregningsgrundlaget er meget komplekst, og her er det ikke stedet til at forklare de nøjagtige årsagers sammenhæng. Jeg vil derfor henvise til den omfangsrige astronomiske litteratur. Forskellen mellem det faktiske månestade og kalenderens månestade giver måske en henvisning til månerytmernes mulige årsager, for dermed måtte det være sikkert, at stjernekonstellationerne selv - i en afstand af milliarder af lysår - ikke spiller nogen rolle for forståelsen og brugen af de tolv kraftimpulser. Måske en ide: En forsker, der ønsker at udforske vekselvirkningen mellem månestade og impuls kvalitet på jorden, skulle holde udkig efter resonansfænomener, der opstår ved månens, jordens og planeternes kredsen og svingen om solen - som om han studerede et flerdimensionalt musikinstrument, der frembringer tolv helt særskilte toner.

"Hvilken betydning resonans har, et legemes medsvingning med de svingninger, der udgår fra et andet legeme, kunne jeg allerede konstatere som lille dreng. Da jeg legede i haven ved siden af en tom zinkbalje, hørte jeg pludselig i nogle minutter sagte musik og derefter en nyhedsoplæser Lyden kom fra baljen og forsvandt, hvis jeg rørte ved den. Baljen fik ved bestemte

betingelser den samme frekvens som en radioforstærker i nærheden, dens form forstærkede svingningerne indtil hørbarhed. "

Kræfterne og deres indvirkning på menneske, dyr og plante er fuldstændig uafhængigt af deres årsag - til enhver tid bevislige gennem erfaring. Årsagsforskningen må dog endnu nøjes med spekulation eller overbevisning, men sikkert ikke så længe endnu. I længere tid er der jo foregået en sprogregulering: for eksempel "Stenbukkens tegn påvirker knæene" eller "Fuldmånen har indflydelse på psyken".

Nymånen

Ved sin 28 dage lange kredsen om jorden vender den lille måne altid den samme side mod solen; den side, som vi får at se i hele sin pragt ved fuldmåne. Den anden side er svøbt i evigt mørke. Astronomien kalder en trabants sådan "stive" omløb om et andet himmellegeme "bunden rotation". Når nu månen - set fra jorden står "mellem" jorden og solen, så vender den sin natsorte bagside mod os. Den er da ikke til at se, og på jorden hersker nymåne (i gammel tid også kaldet "døde måne").

En vigtig iagttagelse er, at månen ved nymåne i to til tre dage står foran den samme stjernebaggrund som solen og dermed står i samme stjerne-tegn. Det er forståeligt, når man tænker på, at månen ved nymåne er nærmest ved solen, sådan at solen, månen og betragteren på jorden dermed står omtrent på en linie. Således står nymånen for eksempel i marts altid i Fi-

skens tegn, i august altid i Løvens og så videre.

Det er fornuftigt at notere sig denne regel, hvis man vil danne et omtrentligt skøn over, hvilket stjerne-tegn månen for øjeblikket befinder sig i. Husk på dette: Månen opholder sig altid to til tre dage i et stjerne-tegn. Den næste fuldmåne efter martsnymånen har altså tilbagelagt nøjagtigt halvdelen af dyrekredsen, derved gennemvandret seks stjerne-tegn og må derfor fjorten dage senere befinde sig i Jomfruen eller Vægten. Principet kan overføres til alle andre måneder i året.

I kalendere er månen ved nymåne for det meste indtegnet som en sort skive. I kort tid dominerer en særlig impuls på menneske, dyr og plante: Den, der f.eks. faster i en dag, forebygger mange sygdomme, fordi kroppens udrensningssystem nu er mest aktivt. Hvis man vil slippe af med dårlige vaner, er denne dag bedre egnet end næsten enhver anden dag. Syge træer kan blive sunde igen efter en beskæring foretaget på denne dag. Jorden begynder at indånde.

Impulserne på nymånedage er ikke umiddelbart så stærkt følelige, som fuldmånens, for kræfternes ompolarisering og nyorientering fra aftagende til tiltagende måne mærkes ikke så kraftigt, som den omvendte ved fuldmåne.

Den tiltagende måne

Allerede få timer efter nymåne kommer - vandrende fra venstre mod højre på månens overflade - den side,

månen vender mod solen, til syne. Et smalt segl viser sig, den tiltagende måne, der så igen har sine specifikke indflydelser, begiver sig på vej. Den omtrent seks dage lange rejse til halvmåne bliver også kaldt månens I. kvartal, vandringen til fuldmåne, efter cirka tretten dage, kaldes II. kvartal.

Alt, hvad der skal tilføres kroppen, det, der opbygger og styrker, virker i to uger dobbelt så godt. Jo mere månen tiltager, des ugunstigere kan helbredelse af kvæstelser og operationer forløbe. Vasketøj vil for eksempel ikke blive så rent, med samme mængde vaskemiddel, som ved aftagende måne. Ved tiltagende måne og fuldmåne bliver der født flere børn.

Fuldmånen

Endelig har månen afsluttet den halve rejse rundt om jorden. Den side, der vender mod solen, står som fuldmåne, som en lys cirkelrund skive på himmelen. Set fra solen befinder månen sig nu "bag" jorden. I kalendere er fuldmånen indtegnet som en lys skive. Også i fuldmånens få timer kan man på jorden hos menneske, dyr og plante føle en tydelig mærkbar kraft, hvor måneimpulsens retningsændring fra tiltagende til aftagende mærkes stærkere end kraftændringen ved nymåne. "Månesyge" mennesker går i søvne, sår bløder mere end ellers, lægeurter samlet på denne dag indeholder mere kraft, træer, der beskæres nu, kunne gå ud, politikredse udvider deres bemanding, fordi de regelmæssigt regner med en forøgelse af voldsager og ulykker, jordemødre tager ekstra vagter.

Den aftagende måne

Langsomt vandrer månen videre, dens skyggeside "udhuler" den tilsyneladende - fra højre mod venstre - den aftagende månens omtrent tretten dage lange fase begynder (III. og IV kvartal).

Igen kan vi takke vore forfædre for opdagelsen af særlige påvirkninger i dette tidsforløb: Operationer lykkes bedre end ellers, næsten alt husligt arbejde glider lettere, den, der nu spiser noget mere end ellers, tager ikke så hurtigt på i vægt. Tiden er nu gunstig for meget arbejde i haven og naturen (for eksempel såning og plantning af rodfrugter) eller udvikler sig snarere ugunstigt, for eksempel på beskæring af frugttræer.

Der findes sikkert mange flere rytmer og indflydelsesfaktorer i naturen, for eksempel i sammenhængen med menneskelige biorytmer, med rum og jordstråling og lignende.

*Med venlig hilsen
og godt nytår*

Arne M. Hansen



Årsoversigt 2002

Januar			Februar			Marts			April			Maj			Juni		
T 1			F 1			F 1			M 1	14		O 1			L 1		
O 2	1		L 2			L 2			T 2			T 2			S 2		
T 3			S 3			S 3			O 3			F 3			M 3	23	
F 4			M 4	6		M 4	10		T 4			L 4			T 4		
L 5			T 5			T 5			F 5			S 5			O 5		
S 6			O 6			O 6			L 6			M 6	19		T 6		
M 7	2		T 7			T 7			S 7			T 7			F 7		
T 8			F 8			F 8			M 8	15		O 8			L 8		
O 9			L 9			L 9			T 9			T 9			S 9		
T 10			S 10			S 10			O 10			F 10			M 10		
F 11			M 11	7		M 11	11		T 11			L 11			T 11	24	
L 12			T 12			T 12			F 12			S 12			O 12		
S 13			O 13			O 13			L 13			M 13	20		T 13		
M 14	3		T 14			T 14			S 14			T 14			F 14		
T 15			F 15			F 15			M 15	16		O 15			L 15		
O 16			L 16			L 16			T 16			T 16			S 16		
T 17			S 17			S 17			O 17			F 17			M 17		
F 18			M 18	8		M 18	12		T 18			L 18			T 18	25	
L 19			T 19			T 19			F 19			S 19			O 19		
S 20			O 20			O 20			L 20			M 20	21		T 20		
M 21	4		T 21			T 21			S 21			T 21			F 21		
T 22			F 22			F 22			M 22	17		O 22			L 22		
O 23			L 23			L 23			T 23			T 23			S 23		
T 24			S 24			S 24			O 24			F 24			M 24	26	
F 25			M 25	9		M 25	13		T 25			L 25			T 25		
L 26			T 26			T 26			F 26			S 26			O 26		
S 27			O 27			O 27			L 27			M 27	22		T 27		
M 28	5		T 28			T 28			S 28			T 28			F 28		
T 29						F 29			M 29	18		O 29			L 29		
O 30						L 30			T 30			T 30			S 30		
T 31						S 31						F 31					

Juli			August			September			Oktober			November			December		
M 1	27		T 1			S 1			T 1			F 1			S 1		
T 2			F 2			M 2	36		O 2			L 2			M 2	49	
O 3			L 3			T 3			T 3			S 3			T 3		
T 4			S 4			O 4			F 4			M 4	45		O 4		
F 5			M 5	32		T 5			L 5			T 5			T 5		
L 6			T 6			F 6			S 6			O 6			F 6		
S 7			O 7			L 7			M 7	41		T 7			L 7		
M 8	28		T 8			S 8			T 8			F 8			S 8		
T 9			F 9			M 9	37		O 9			L 9			M 9	50	
O 10			L 10			T 10			T 10			S 10			T 10		
T 11			S 11			O 11			O 11			M 11	46		O 11		
F 12			M 12	33		T 12			L 12			T 12			T 12		
L 13			T 13			F 13			S 13			O 13			F 13		
S 14			O 14			L 14			M 14	42		T 14			L 14		
M 15	29		T 15			S 15			T 15			F 15			S 15		
T 16			F 16			M 16	38		O 16			L 16			M 16	51	
O 17			L 17			T 17			T 17			S 17			T 17		
T 18			S 18			O 18			F 18			M 18	47		O 18		
F 19			M 19	34		T 19			L 19			T 19			T 19		
L 20			T 20			F 20			S 20			O 20			F 20		
S 21			O 21			L 21			M 21	43		T 21			L 21		
M 22	30		T 22			S 22			T 22			F 22			S 22		
T 23			F 23			M 23	39		O 23			L 23			M 23	52	
O 24			L 24			T 24			T 24			S 24			T 24		
T 25			S 25			O 25			F 25			M 25	48		O 25		
F 26			M 26	35		T 26			L 26			T 26			T 26		
L 27			T 27			F 27			S 27			O 27			F 27		
S 28			O 28			L 28			M 28	44		T 28			L 28		
M 29	31		T 29			S 29			T 29			F 29			S 29		
T 30			F 30			M 30	40		O 30			L 30			M 30	1	
O 31			L 31						T 31						T 31		

● Nymåne

● Tiltagende måne

○ Fuldmåne

● Aftagende måne

03762 KHC 1335 031
DANMARKS NATUR- OG LÆGEVIDENSKABE-
VIDENSKABELIGE BIBL
NØRRE ALLÉ 43
2200 KØBENHAVN N 2200 o 17/33 2

0001040

Adresser på lokalforeninger

Københavns Lokalforening tlf. 3860 9680

Louis Montana, Rosenvang 40, 2700 Brønshøj

København Nord

tlf. 4587 9775

Gunnar Johansen, Mølleåparken 11,3.tv. 2800 Lyngby

Lokalforeningen Nordjyllands Amt

tlf. 9839 1614

Harald Svenningsen, Kirkevej 1, 9520 Skørping

Adresser på kontaktpersoner

Erik Hyllested, Hindsholmvej 266, 5370 Messinge

tlf. 6532 1965

Vagn Skov, Torvet 14, Askov, 6600 Vejen

tlf. 7536 1568

Birte Sjelborg, Helenevej 5, 6740 Bramming

tlf. 7517 3334

Knud Harring, Refsvej 61,st.tv., 1. 7700 Thisted

tlf. 9791 1188

Erland Hyllested, Sølstedgårdvej 1, 6240 Løgumkloster

tlf. 7474 3423

Karen Skovbjerg, Dyrvigvej 2, 6880 Tarm

tlf. 7534 3061

LANDSFORENINGEN TIL FOREBYGGELSE AF KRÆFT **GIRO 110 0440**

Formand, Annette Tyoko, Peblinge Doss. 22, 2.th. 2200 Kbh. N

tlf. 3536 2860

e-mail: tyoko@post6.tele.dk

Næstformand, Arne M. Hansen, Skovmøllevej 26, 7100 Vejle

tlf. 7582 7695

e-mail: ah@modulnet.dk

Kasserer, Gunnar Johansen, Mølleåparken 11, 3.tv. 2800 Lyngby

tlf. 4587 9775

e-mail: lfk@forebyg.dk

Best. medl. Karen Skovbjerg, Dyrvigvej 2, 6880 Tarm

tlf. 7534 3061

Foreningens hjemmeside på internettet er følgende:

www.forebyg.dk