

DIT HELBRED DIN FREMTID



Danmarks Natur- og Lægevidenskabelige Bibliotek
Nørre Allé 49, DK 2200 København N.

0905 -5673



200008376742

**Landsforeningen til
FOREBYGGELSE AF KRÆFT**

8. årgang - nr. 2 - april 1997

INDHOLD

side

Red. oplysninger	2
Det elektromagnetiske felt	3
Selen og kræft	7
Lokal nyt	8
Forny dig selv indefra	9
Bognyt	11
Hvad gør elektricitet	13
Vi er på internettet	14
Husk generalforsamling	15

ISBN 0905-5673

Bladets oplag 1800 stk.

Fordeling:

Medlemmer	750
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

Hvordan findes medlemsnummeret?

Dersom der skulle opstå ændringer i navn eller adresse, bedes De venligst angive dette til formanden. Bag på Deres blad vil være flg. Koder: 03762 (dette er bladets kode) dernæst kch og så følger Deres medlemsnummer, og til sidst Deres kodenummer. Dette skal være 11 for årskontingentmedlemmer og 9 for livsvarige medlemmer. Nummeret bedes ligeledes angivet på girokortet.

Redaktion

Annette Tykko

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.

Det elektromagnetiske felt.

Ude af øje - ude af sind !

Uddrag fra Georg Ottos bog: Jordstråler - vor sundheds fjender:

Vi lever i en "huritglevende" tid. Udviklingen af vort liv, af fremskridtet, af opfindelserne raser forbi os som på en underdrejet film. Det, der tidligere tog millioner af år og senere århundreder, har i den nyeste tid udviklet sig inden for årtier.

Lad os se tilbage på århundredeskiftet. Hvad er der ikke sket i dette relativt korte tidsrum? Hvilke udviklingstrin har ikke alene vor teknik gennemgået? Hvad har ikke alt sammen forandret sig i vor levevis i de sidste små hundrede år? Kan det menneskelige individ overhovedet tilpasse sig, omstille sig? Man er mest tilbøjelig til at mene: Nej!

Omkring århundredeskiftet var elektriciteten netop blevet indført. Den var ved at holde sit indtog hos private. Dermed blev den vante dagsrytme ændret. Indtil da bestemte lyset, solen ens dagsforløb. Både hvornår man stod op, arbejde og gik i seng - det var naturen, der bestemte menneskenes livsvaner, og vi var tvunget til at være forbundet med naturen.

Det store knæk Elektriciteten gav det store knæk. man kunne fra nu af hele døgnet rundt ud-

rette arbejde, der tidligere kun kunne udføres i dagslys. Man kunne helt bogstaveligt gøre natten til dag.

Med elektriciteten kom maskinen, med maskinen kom samlebåndet og med samlebåndet skifteholdsarbejdet. med skifteholdsarbejdet var indgrebet i menneskets naturlige rytme foretaget fuldt ud, hvad der allerede har kostet tusinder helsen og livet - og det fortsætter!

Hestevognen blev afløst af jernbanen og bilerne. Snart må vi vel nøjes med at beundret husdyret hest i de zoologiske haver. Med fremskridtet kom fart, jag og stress; jagten på positioner og penge, anseelse og den højere levestandards privilegier. Alle skulle se, hvad man havde drevet det til - og det på så få år! Symbolet er i de sidste årtier blevet privatkareten, bilen!

Vi ser fjernsyn via satellitter, der svæver i verdensrummet. Vi taget til Månen, vi udforsker Mars og Jupiter og vi har våben, hvormed vi med ét slag kan tilintetgøre hele menneskeheden. Kun fornuftig ledelse kan skåne os, men hvem giver os vished for, at de, der regerer verden, altid vil være fornuftige? Hvor mange har der i løbet af verdenshistorien ikke været,

som man måtte frakende fornuft?

Var Guds vilje: *Gør jer Jorden underdanig* allerede begyndelsen til enden? Man kunne næsten mene, at denne "ende" blev lagt i hænderne på menneskeslægten.

Jo mere hurtiglevende tiden er, jo mere tilpasning kræves der af os mennesker. Men der forlanges ikke kun noget af menneskene i denne henseende, og så af dyre- og planteverdenen, af naturen selv. Den, der ikke har evne til at tilpasse sig eller har den i for ringe grad, går til grunde. Tænk, hvor mange dyr og planter, der ikke findes længere, og som vore bedste- og oldeforældre stadig kendte?

Valmuerne, kornblomsterne - de duvede endnu med deres lysende blomster i kornmarkerne i min barndom. De er også snart udøde. De kan ikke vægre sig imod den gift, som hvert år i tonsvis tilføres Moder Jord. De klarer ikke at blive immune.

Fare! Fare! krigsmand...

Hvorledes ser det da ud for os mennesker? Har vi tilpasset os hverdagen? Kan vi virkelig tåle alt det, som det såkaldte fremskridt forlanger af os? Jeg tror det ikke! I det mindste bevæger

vore civilisationssygdomme sig hele tiden i en stejl opadgående kurve, og time for time kræver "fremskridtets" levevis sin tribut. Der dør mennesker, som

med en anden og sundere levevis kunne have levet årtier til.

Det begynder med vor ernæring og ender med vor levevis. At føle hvad der er sundt, at erkende og undvige farerne, det giver os et længere liv, som vi så også kan nyde med glæde.

Der hører følelse og instinkt til alt. Disse egenskaber har vi fået i vuggegave af naturen, og de er forankret i vore gener. Desværre er de for en stor dels vedkommende gået tabt ved "fremskridt" og teknik. Instinktet skal plejes og skoles, så først kan vi lade os lede af det, som vore forfædre gjorde. De erkendte instinktivt farerne, de synlige som de usynlige. De konfronterede dem eller undveg dem alt efter, hvad situationen krævede. Nogle af de farer, vi ikke kan se umiddelbart ligger inden for elektricitetens og elektromagnetismens felt. Også strålerne fra verdensrummet og fra jorden, som vi dog behøver i et vist omfang for overhovedet at kunne leve, ligger inden for dette felt. Problemet opstår, hvis vi får for meget; og så er det, at vi - dvs. vores organisme - reagerer med protest. Vi negligerer det eller går måske i defensiven. Men når vi ikke længere kan klare det, når vores system, vores eget forsvarssystem, bukker under, så bliver vi uvægerligt syge. - Og så ville det endda i de fleste tilfælde være så enkelt at undgå alt dette. Vi skal blot vide, hvad der maltrakterer os. Hvis man ikke opdager en

fare, kan man heller ikke imødegå den.

Man ærgrer sig egl. mest over de farer, man selv forårsager. Man skælder sig selv ud for at være dum og ufornuftig. Den fare, som teknik og fremskridt byder os, opbygger vi selv i dag og det i højere og højere grad. Det er den systematiske forstyrrelse af vort felt på grund af elektroteknik.

Vi lider af apparatitis

All right! Man kan ikke forestille sig sin hverdag uden det mest af alt dette nu om dage. Hvem bruger vel nu til dags stadigvæk et brændekomfur??? Eller hvad ville livet være uden radio og TV? I det mindste en af delene har vi brug for, hvis vi vil holde os orienteret om politik og hverdagsbegivenhederne. Det er jo nu engang ret bekvemt at få det vigtigste serveret akustisk eller billedligt i sammenfattet form.

Det er alt sammen meget godt, blot skal de apparater, vi bruger, være af en sådan beskaffenhed, at de ikke forstyrrer vort felt, vort velbefindende. Forstyrrende er de nemlig allesammen - uden undtagelse.

Mange har måske allerede undret sig over de formentlig overdrevne påbud inden for elektrisk udstyr. De tjener sikkerheden - de har deres berettigelse. Alligevel sker der hvert år talrige ulykker, go igen og igen må vi registrere dødsfald dels på grund af uforsigtig omgang med fx en hårtørrer i

badekarret eller en lednings dårlige isolering.

Hvad man hidtil har været alt for lidt opmærksom på, er virkningen af de mikrobølger, der udsendes gennem et stort antal af vore elektriske apparater. Jo flere apparater vi har i drift - eller bare stillet op - jo mere har vi bragt vores elektromagnetiske felt ud af balance. Når disse forstyrrelser har nået et vist omfang, er vort velbefindende forstyrret, vi bliver syge.

Det begynder med hverdagens små apparater og bekvemmeligheder, som mange jo slet ikke kan/vil undvære i dag.

Småting man selv kan ordne!

Søvnforstyrrelser - migræne - depressioner - hysteri - alt for lav tolerancetærskel - mange spændinger i hoved/nakkeregionen kan føres tilbage til clock-radioer, der står alt for tæt ved hovedet!

Nu skal man vide, at sådanne apparater har et indre liv. Bl.a. har hver radio en højttaler og hver højttaler en magnet. Denne udsender hele tiden mikrobølger, og disse forstyrrer den sunde søvn, fordi de har hjernen lige i skudlinien. Søvn er en regenerationsfase, ethvert menneske har brug for. Mangler man en sund søvn, så kan man ikke rekreere sig, og nedbrydningen gør sig i første række gældende rent nerve-mæssigt, da forstyrrelserne går på centralnervesystemet. Personen bliver nervøs. Med nervøsi-

teten forstyrres den sjælelige balance. Depressioner og også migræne kan være følgerne heraf.

Forstyrrelser, der kommer fra sådanne kilder aftager dog med afstanden, derfor er det en god ide at stille sin clock-radio mindst 1½ armlængde væk - hen i vindueskarmen med den.

Og hvis man har et sådant "dyr" er det heller ikke hensigtsmæssigt at stille en mikrobølgeovn i hjerte- eller hjernehøjde.

Store ting, man ikke selv kan ordne!

Ved siden af de forstyrrelser, vi så at sige selv køber os til ved anskaffelsen af alle mulige apparater, findes der også nogle, der trænger ind til os fx gennem lukkede vinduer og mure. Et magnetfelt gennemtrænger ligesom jordstrålernes bølger og røntgenstråler - praktisk taget alt.

Jeg malte et hus, som man var flyttet ind i 12 år tidligere. Fra indflytningen af begyndte moderen at lide af gig. Sønnen var endnu mere medtaget. Han havde allerede haft en nyreoperation, hvor man havde fjernet den ene nyre. Det blev så konstateret, at han havde for stort hjerte. Desuden led han af åndedrætsvanskeligheder, kronisk bronchitis og kredsløbsforstyrrelser.

Ved målingen af huset fik jeg overalt de samme værdier mel-

lem 60 og 80 k-Ohm, hvad der tydede på et forstyrret elektromagnetisk felt.

Mens jeg overvejede, hvilket af huset apparater, der kunne give en så jævn fordelt forstyrrelse, kom jeg til at kigge ud af vinduet og fik i en afstand af ca. 30 meter øje på et transformatorhus. Det var løsningen. Dette transformatorhus opbyggede et magnetfelt på 40 m i diameter, og det måtte beboerne i dette hus lide under.

Man kan kun imødegå sådanne forstyrrelser ved at opbygge et andet magnet, således som en svingkreds gør det. Det er dog vigtigt, at der efter opstillingen kan konstateres normale meridianværdier som indikation på, at der ingen forstyrrelse finder sted i den menneskelige krop. Kan man ikke det, er der kun én ting at gøre: Flyt så hurtigt som muligt!

Vi ved i dag, at også S-togsbaneledninger kan forstyrre i en omkreds af 200 m. Også højspændingsledninger har deres virkninger, og skulle De nogen sinde købe hus eller grund, så vær opmærksom på, at der ikke er den slags i umiddelbar nærhed. Og forhør Dem om, der heller ikke er nogen nedgravet!

Gengivet og oversat af

Annette Tyoko

Selen og kræft

Vi har fra helsejournalist Bjørn Falck Madsen modtaget et udskrift fra CNNs internetside med et udskrift fra JAMA (The Journal of the American Medical Association) fra 25.dec. 1996 om virkningen af selen-tilskud i forbindelse med hudkræft.

Selen er et sporstof, der findes i yderst små mængder i jorden.

Indholdet afhænger af klimaet og surhedsgraden og varierer stærkt fra sted til sted. I Skandinavien har vi meget lave forekomster af selen.

Selen optages af planterne, optages i planteædende dyr, hvorfra vi mennesker også kan få det - foruden gennem de planter, vi spiser. De levnedsmidler, der indeholder mest selen, er fisk, skaldyr og paranødder.

Forsøget startede i 1983. "Selen-gruppen fik 200 mikrogram selen hver dag i en periode på 4 år og kontrolgruppen fik placebo - som man jo gør det i sådanne forsøg. Der blev ført kontrol med deltagerne i 6 år. Det viste sig efter et par år, hvor 7 hud-klinikker i USA var involveret i forsøget, at det desværre ikke havde nogen effekt specielt på hudcancer MEN det totale antal af kræfttilfælde og -døds-fald blev reduceret kraftigt i selengruppen (29 døde i selengruppen mod 57 i kontrolgruppen). Desuden var forekomsten af forskellige andre former for kræft reduceret voldsomt i selengruppen. 77 andre slag kræfttilfælde i selengruppen mod 119 i kontrolgruppen). Det drejede sig om forekomster af kræft i lungerne, endetarmen og prostata.

På grund af disse signifikante tal blev den blinde fase af dette forsøg afbrudt før tiden. Der var

absolut ingen forekomster af selenforgiftning.

Konklusionen var, at selen ikke beskytter mod nogen for hudkræft, men analyserne viser dog, at selen måske reducerer forekomsten af kræfttilfælde og kræftdødsfald som følge af andre former for kræft. Det anbefales, at man kigger nærmere på selens rolle, så den kan blive bekræftet af en uafhængig instans".

På denne side af "dammen" bor vi et meget selenfattigt område ligesom vore nordiske naboer gør. Dette har svenskerne taget op, og Svenska Dagbladet kommenterer den 5. januar 1997 den amerikanske undersøgelse. Man sammenholder, at Amerika foreslog 70 mikrogram pr. dag i deres land, der i forvejen er langt rigere på selen, end vi er i Norden - og Europa i det hele taget - med, at EU kun anbefaler 55 mikrogram dagligt til både mænd og kvinder.

Svenska Dagbladet skriver videre, at Finland faktisk er det nordiske land, der har taget teorierne og sammenhængen mellem selen og sundhed mest alvorligt. I flere år har man i Finland tilsat selen til alle gødningsprodukter for at berige jorden med dette sporstof. Effekten har ikke ladet vente på sig. Finnernes daglige indtagelse af selen er gået fra at have været lavest i Norden til nu at ligge højest - næste 100 mikrogram pr dag. I Sverige må de nøjes med ad naturlig vej at få mellem 30 og 40 mikrogram pr dag. Og da Sverige hermed ligger på sidstepladsen, har man mange gange opfordret til at følge finernes eksempel; men hidtil har man talt for døve øren. Kostekspert, diætist Wulff Becker i Sverige, mener ikke, at der er

noget belæg for, at forøget selen i kosten skulle være fremmende for folkets sundhedstilstand og fx modvirke forskellige former for kræft.

Dem, der tidligere er gået ind for selentilskud, havde allerede for mange år siden anbefalet en forebyggelsesdosis på 200 mikrogram pr dag. Altså det samme mål, som folk fik i det ovenfor omtalte amerikanske forsøg. Her måtte lægerne konstatere, at der absolut INGEN tegn var på selenforgiftning.

I høje doser kan selen imidlertid godt være giftigt; men det kan jo alt, når man overdriver det! Risikogrænsen af sat ved 300-350 mikrogram pr dag for voksne, men de sværeste symptomer forekommer først ved omkr. 750 mikrogram pr. dag.

Lokalforenings - Nyt

Lokalforeningen København Nord

Der afholdes årsmøde

lørdag den 19. april 1997 kl 14.00

hos formanden Gunnar Johansen,

Mølleåparken 11, 3tv, 2800

Lyngby.

Du bedes i forvejen melde dig til mødet ved at ringe til 45 87 97 75 og afgive navn og telefonnummer.

Med venlig hilsen
Gunnar Johansen

Københavns Lokalforening af
holder årsmøde

onsdag den 30 april kl 19:00

hos formanden Louis Montana,

Rosenvang 40, 2700 Brønshøj.

Dagsordenen er som følger:

1. Velkomst
2. Valg af referent og evt. ordstyrer.
3. Beretning
4. Årsregnskab.
5. Valg af bestyrelse
6. Forslag
7. Eventuelt.

Tilmelding ønskværdig på
tlf. 3860 9680.

Hjertelig tak til:

M. D. Espersen for en gave på 1000 kr.

Elise Møller for en gave på 10.000 kr

og anonymt ved årsskiftet to gange 5000 kr.

Forny dig selv indefra

Ved at kontakte et stille område i dig selv, kan du opleve ro og glæde.

Dette "område" er området for alle muligheder og det sted, hvor al viden findes. Fysikere og forskere kalder dette område for "det forenede felt, et felt af bevidsthed". Dvs. ved at kontakte dette område, oplever man at være et med alt, at være fuldstændig ubegrænset. Ingen tanker, smerter eller bekymringer.....det er skønt.



Af Birgitte Bjerring Sonneby

Vi oplever alle dagligt at være i kontakt med dette område. ex. når man falder i staver, pludselig opdager man at man var "væk". Grunden til at vi ikke oplever en konstant kontakt med det forenede felt, er, at der sidder stress i kroppen og forhindrer det.

Med daglig meditation er det muligt at løse denne stress i kroppen, så der opleves mere velvære. Når man fjerner stress bliver det en hyppigere spontan oplevelse at være ét med det stille og ubegrænsede område - både under og efter meditation!

Transcendental Meditation er en mental teknik, som bygger på sindets natur. Sindets natur er at ville overskride de begrænsninger, som tankerne skaber. Du kender nok oplevelsen af at gå i seng for at sove; men alle mulige tanker holder dig vågen. Du er "fanget" af tanker og derfor ubegrænset! Bag alle disse tanker er der det stille område, men pga. spændinger og knuder i nervesystemet, blokeres

oplevelsen for den stilhed, ro og glæde - glæden over at være til stede, som altid har og vil være tilgængelig for enhver. Vores generelle levemåde understøtter ikke ligefrem oplevelsen af ro og glæde, hvilket vi så selv må tage ansvaret for, indtil flertallet i samfundet ønsker, at opleve glæde, en indre glæde, som er uden en ydre årsag! Sikken tid det bliver, når det sker.

Ved at meditere bliver man mere udhvilet og vågen, og derved bliver ens tanker mere positive og livsfremmende. Når sindet og kroppen, som uvilkårligt er ét, begynder at fungere optimalt, uden ubalancer som smerter eller sygdom, så vil ens tanker blive klarere. Udgangspunktet for handling af enhver art er tankernes kvalitet, dvs. når man ønsker sig et eller andet, lige fra mad til tøj, eller hvad man vil se eller lave, så vil det, man vælger, være afhængigt af den tilstand, man er i. F.eks. hvis du er træt og er ude og handle ind, så vil du måske ikke vælge

dine varer med samme interesse som hvis du var mere vågen. En ting, vi nok er enige om, er at alt, hvad vi gør, det er for at opleve mere glæde, lige fra at spise til! Så hvorfor ikke være mere vågen for helt spontant at kunne vælge det, som er godt for en selv. Det, som er godt eller rigtigt for den ene, er måske ikke godt for den anden.

Meditation fremmer ens evne til spontant at handle i overensstemmelse med ens egen natur. Så man skal ikke anstrenge sig for at finde ud af, hvad, der er rigtigt eller mindre godt for én. Det er ligesom med børn, de får mere hvile, er mere vågne, når de er vågne, og véd derfor instinktivt, hvad der er godt for deres krop og psyke. De har meget tidligt ikke ord for, hvad de ønsker, men opvokser et barn i et sundt og kærligt hjem, så vil det fx vælge den mad, der er mest livsfremmende.

Jeg kunne skrive mange sider om, hvorfor det er godt at meditere, men kan meget kort sige, at den dag, tankerne ikke kører rundt og gør en hvileløs, da kan man begynde at opleve evnen til at hvile i sig selv, for så er man ikke længere så påvirkelig af de stresspåvirkninger som man udsættes for i daglig-dagen.

Der er foretaget utallige videnskabelige undersøgelser over Transcendental Meditation verden over på forskellige universiteter. Undersøgelser viser bl.a., at folk, der mediterer har halvt så mange sygedage som ikke mediterende, og at mediterende har færre sygdomme inden for svulst- hjerte- og

kredsløbssygdomme, samt luftvejs-, mave-, tarm- og mentale sygdomme osv. osv. Sygdomme kommer som regel snigende men har sine små signaler, og når man er træt, så kan disse let overhøres. F.eks. når man er rigtig træt om eftermiddagen, så er det da fristende med et stort stykke chokolade eller noget andet snask, for det tager trætheden med det samme, og så smager det jo fantastisk. Men alt, hvad vi gør - enten godt eller mindre godt, påvirker vores følelser, så hvis vi virkelig lytter efter, så vil vi nok vælge noget andet med den søde smag, så som frugt, brød eller varm mælk.

For mig er meditationen virkelig en gave, jeg nyder hver dag, da jeg er blevet gladere, har færre sygedage, har meget mere ro, en bedre koncentrationsevne og fungerer bedre blandt mine medmennesker. Og det at være mere vågen, når man nu alligevel skal være vågen om dagen, det gør det hele meget mere værd, da man begynder at værdsætte de små ting i livet.

Du må selv smage jordbærret, da jeg kun kan fortælle dig om, hvordan det smager!

Skulle du have nogle spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte mig på

tlf.31 35 74 47

Der er tlf. svarer.

Med venlig hilsen

Birgitte Bjerring Sonneby

Bog Nyt !



Titel:	Det sunde rejseapotek
Forfatter:	Vita Damsø
Forlag:	Klitrose
48 sider	68 kr.
Udgivelse:	7. januar 1997

Denne bog er en lille guldgrube, når der gælder om at forebygge og helbrede mange feriesygdomme med urter, kosttilskud og homøopati. Dit rejseapotek skal tilpasses dit feriemål, din rejsemåde og dine personlige behov. Alt dette kan let og overskueligt praktiseres, hvis man følger bogens udmærkede skemaer i det, der ellers for lægmand ofte er en hel jungle. Vita Damsø er hospitalslaborant og ernæringsterapeut. Hun har selv gjort god brug af sin viden på sine rejser i Europa, USA, Mellemøsten og det fjerne Østen. Rigtig god rejse.

Titel:	Lyt til dig selv
Forfatter:	Kirsten Ahlburg
Forlag:	Klitrose
104 sider	98 kr.
Udgivelse:	7. januar 1997

Hvor mange gange har ikke fortrudt, at vi ikke lyttede til vores intuition, mens den stadig var genkendelig? Alle de mange, mange gange vi har æltet denne intuition gennem hjernens analysator for at blive klar over, om vi nu kunne være bekendt at gøre sådan eller sådan - om vi nu kunne sætte os helt ud over vores flinkeskole og hvad "folk" i vores omgangskreds mon ville sige til det, har kun haft ét eneste resultat: Den intuitive fornemmelse af tingenes tilstand er blevet totalt forvredet af hjernens påvirkning. Det begynder allerede, når vi er bittesmå. Vi fornemmer vore forældres frustrationer over et eller andet - men får at vide, at "det er ingenting"! Vi falder og slår os, og får at vide, at "det er da ikke så slemt"! Dvs at vi meget tidligt fik lært, at det, man føler, og det, man siger eller får at vide, er to forskellige ting. Og verden er jo endnu desværre sådan indrettet, at hjernen har indtaget højsædet, og dér bliver den, hvis vi hver især meget bevidst forviser den til dens retmæssige plads - nemlig som tjenende ånd, når vi har brug for den - og ellers ikke. Kirsten Ahlburg giver mange dejlige vejledninger i, hvordan vi får skabt langt bedre levevilkår for selv og vores nærmeste, hvis følger hendes råd og finder vores intuition igen - og tillader andre at have deres!!!

Titel:	Spis dig ud af overfølsomhed
Forfatter:	Edith Moe
Forlag:	Klitrose
64 sider	88 kr.
Udgivelse	7. januar 1997

Ved overfølsomhed for mad kommer kroppen let ind i en nedadgående spiral, hvor ved den svækkes mere og mere. Dette kan vendes ved at følge rotationsdiæten, siger forfatter Edith Moe. Man tager de mest overfølsomhedsskabende fødeemner væk i diætperioden: Mælk, gluten, sukker, alkohol, kaffe og sort te. Resten spiser man - efter eget valg på fire lister - med intervaller på 4 dage. Herved undgås ophobende skadevirkninger af maden. Bogen giver menuforslag og opskrifter til 12 dage. Edith Moe er kostvejleder. Hun har erfaring med rotationsdiæten fra et miljøhospital i England og et helsekosthjem i Sverige. Hun ved, hvad hun taler om, for har som overfølsom selv fulgt denne diæt.

Titel:	Hvad Julia Voldan lærte mig - om kræft og andre alvorlige lidelser.
Forfatter:	Lis Andersen.
Forlag:	La Luna
28 sider	50 kr

Plus/minus og Syre/Base-balancen: en sygdomsteori og helbedelsesmetode, som i virkeligheden er en revolution. Ildsjælen bag disse værdifulde erkendelser var Julia Voldan. Hendes viden kan vi ikke undvære. Som en hjælp for de mennesker, der ønsker slev at tage ansvaret for deres helbred, øser Lis Andersen i denne bog af sin lærdom efter Julia Voldan. Lis Andersen forklarer, hvad hun lærte af Julia, og hvordan hun selv lever efter disse enkle grundregler. Hvordan hun kom videre i sit eget arbejde og videreudviklede sin viden.

Anm. af Lotte Brefil

In memoriam

Grete Hinge, medstifter af vores landsforening er afgået ved døden. Vi skylder Grete en stor tak, fordi hun var med til at sætte os i sving. Aktivitet og glæde har præget hendes liv, og hun har forstået at smitte alle dem, hun kom i nærheden af med sit dejlige sind. Vi savner hende allerede.

Annette Tyoko

Hvad gør elektricitet?

dette indlæg fra medlem nr. 1540 videregives et ægtepars livserfaringer med elektricitet, der i vores århundrede har vist sig at have bivirkninger, man slet havde kunnet forestille sig for 100 år siden, på den menneskelige organisme.

Elektricitet er en meget negativ måde at frembringe energi på. Den stammer fra en periode, hvor de negative elementer i samfundet var stærkt fremherskende. Vores samfund byggede på et grundlag og en historie fra en kristendom, der gennem 800 år havde ført krig, myrdet og begrænset befolkningerne i Europa på de groveste måder.

Opfindelser og frembringelser fra sådan en periode, hvor dagligdagen var opfyldt af begrænsninger, kan ikke forventes at være positive. Det siges da også, at elektricitet er Kristus-energien "vendt op hovedet". Selve livsenergien bliver her tappet fra den menneskelige organisme.

Det har ikke haft nogen afgørende betydning før nu, hvor vi omgiver os med et stort antal elektriske apparater og installationer, ofte gennem hele døgnet. Dette tab af den nødvendige livsenergi kan medføre, at selv harmløse sygdommen er vanskelige at helbrede varigt. Og det er ikke så mærkeligt, at alvorligt syge mennesker har det bedst,

når de opholder sig uden for deres bolig.

Den ene af os, der har en meget alvorlig og livstruende sygdom, som kan sidestilles med kræft, har aldrig haft det godt efter indtagelse af varm mad og har derfor i næsten 20 år overvejet levet af råkost. Kun ved festlige lejligheder er der blevet indtaget varmebehandlet mad, og den tunge og trætte virkning har indfundet sig næsten med det samme.

Efter overgangen til gas for snart et år siden har der ikke været problemer overhovedet. Når den varme mad indtages efter råkosten, er problemerne udeblevet, og vi har spist mindre mængder af varm mad dagligt.

Ved alvorlig sygdom - især kræft - tilrådes det absolut at undgå opvarmet mad overhovedet. Den kan ifølge en undersøgelse fra et dansk sygehus frembringe et blodbillede, der kan forveksles med leukæmi. Vent til du er helt helbredt.

Elektricitet kan godt bruges til "helbredelse" af sygdomme; men denne helbredelse er stærkt negativ og ligner den, som de giftige medikamenter frembringer. Sygdommen vender tilbage efter en periode, eller der opstår andre alvorlige lidelser i organismen.

At løse problemet med alle de elektriske apparater i vores hjem, er næsten umuligt, men de kan begrænses til et rum så langt væk fra vores sovested som muligt.

Mange apparater som fx EDB-anlæg, fjernsyn og musikanlæg indeholder et meget stor antal små krystaller, som oplades negativt med denne vibration og aflades ikke, når strømmen afbrydes.

Et andet område, som er stærkt negativt vibrerende, er hele satellitområdet og især brugen af mobiltelefoner. Det har en stærk negativ indflydelse på mennesker og deres evne til at modstå negative energier og sygdomme.

En række mennesker kan indstille psykisk på problemer eller måle med et pendul. Her må du regne med at komme i kontakt med så negative kræfter, at det kan være umuligt at opnå et rigtigt svar. Prøv dig frem med mere fysiske metoder. du kan få en nærmere snak med os på tlf. 8687 1585

Kærlig hilsen fra medl. nr. 1540

Vi er nu på internettet så du kan få den nyeste viden

Foreningen har nu fået en elektronisk postadresse og en hjemmeside på internettet.

Formålet med at være på internettet er at informere alle danskere om foreningens aktiviteter, om medlemssbladet DIT HELBRED DIN FREMTID og om foreningens pjecer

Gode Råd om forebyggelse og helbredelse af kræft.

På foreningens hjemmeside vil der også være henvisninger til danske og udenlandske sider på internettet om kræftforebyggelse og -behandling og om sundhed i almindelighed.

Foreningens e-mail adresse er bus4206@vip.cybercity.dk, kassererens e-mail adresse er lfr@sunsite.auc.dk og hjemmesiden er <http://sunsite.auc.dk/lfr/>

Foreningens hjemmeside er udarbejdet af firmaet Aquarius Consult, tlf. 4587 9775.

Husk generalforsamlingen

Lørdag den 24. maj 1997 kl 14:00

i Valby Medborgerhus ved Toftegårds Plads, lokale 2 på 3. sal.

Dagsordenen indeholder følgende punkter:

1. Valg af dirigent, referent og to stemmetællere
2. Formandens beretning
3. Regnskabet
4. Fastsættelse af årskontingent og livsvarigt kontingent
5. Indkomne forslag
6. Valg af hovedbestyrelse iflg. § 4. På valg for de næste to år er:
Gunnar Johansen, Elmer Hansen, Tage Jessen, hvoraf Elmer Hansen og Tage Jessen ikke ønsker genvalg
7. Valg af intern revisor og revisorsuppleant
8. Eventuelt

Valgbarhed og stemmeret forudsætter, at kontingentet er betalt pr. giro senest 14 dage før generalforsamlingens afholdelse.

Gyldig kvittering skal medbringes.

Forslag skal være formanden i hænde skriftligt seneste 14 dage før generalforsamlingen afholdes.

Afstemninger skal ske skriftligt, hvis blot ét medlem ønsker det. Der kan ikke stemmes ved fuldmagt. Hvert medlem har kun én stemme.

Tak til Elmer Hansen og Tage Jessen!

Det er med sorg i sinde, at vi nu i hovedbestyrelsen må tage afsked med vores dejlige næstformand, der af helbredsmæssige grunde ikke længere kan fortsætte i bestyrelsesarbejdet. Det har været en fornøjelse at arbejde sammen med dig Elmer, du har altid været et positivt lys i vores samarbejde. Tusind tak for din store indsats og al mulig held og lykke fremover.

Også til Tage Jessen udtrykker vi vores tak for en god og velvillig indsats i de forløbne år.

På bestyrelsens vegne Annette

Adresser på lokalforeninger

Kalundborg Lokalforening	tlf. 5351 6040
Poul Gyllun, Strandhaven 69, 4400 Kalundborg	
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	
Den Syd- & Sønderjyske Lokalforening	tlf. 7467 5330
Lilly Nielsen, Tøndervej 5A, 6340 Kruså	

Adresser på kontaktpersoner

Hans Gydesen , Østergården 45, st.th. 2635 Ishøj	tlf. 4373 7963
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 , Havrevej 12, 1. 7700 Thisted	tlf. 9791 1188

LANDSFORENINGEN TIL FOREBYGGELSE AF KRÆFT GIRO 110 0440

Formand , Annette Tyoko, Peblinge Doss. 22, 2.th. 2200 Kbh. N	tlf. 3536 2860
Næstformand , Elmer Hansen, Grønningen 15, 6340 Kruså	tlf. 7467 1617
Kasserer , Gunnar Johansen, Mølleåparken 11, 3.tv. 2800 Lyngby	tlf. 4587 9775
Sekretær , Lilly Nielsen, Tøndervej 5A, 6340 Kruså	tlf. 7467 5330
Best. medl. Tage Jessen, Ellundvej 17, 6330 Padborg	tlf. 7467 4654
Best. medl. Erland Hyllested, Sølstedgårdvej 1, 6240 Løgumkloster	
Best. medl. Arne M. Hansen, Skovmøllevej 26, 7100 Vejle	tlf. 7582 7695