

I. Világkongresszusunk, Siófok, Ezüstpart Hotel, 2011. szeptember 16-18.

Örömmel teszem közzé I. Világkongresszusunk élményeit.

Szeretettel és hálával köszöntöttük ismét körünkben Dr. Zong-Xiang Zhu professzort, a 3-1-2 meridiántorna atyját és közreadóját a világ népe számára. Korát meghazudtoló tartással és frissességgel, 9.000 km út megtétele után, felesége, Dr. Peng Di, asszisztensnője, Helén, és Dr. Li úr, kínai kormánytisztviselő kíséretében érkezett a Balaton, a magyar tenger csodálatos vidékére.

Dr. Eőry Ajándok és lelkes csapata szervezésében, népes társaság várta a kínai biofizikus orvosprofesszort, a kedves kollégát, akihez "A szegények orvosa" címet elnyert magyar orvos-természetgyógyászt a szakmai érdeklődésen túl, több évtizedes barátság is fűzi.

Külföldi és magyar orvosok, valamint a módszert gyakorlók számoltak be bőséges és kedvező tapasztalataikról. Dr. Zhu professzor a Világkongresszus keretében egészségügyi dolgozóknak kreditpontos tanfolyamot is tartott.

Dr. Li úr, aki maga is gyógyult rákbeteg, a kínai Hunan tartomány egészségügyi kormánybiztosa. Elmondta, hogy a tartományban a 3-1-2 meridiántorna bevezetése után, arányaiban is jelentős költség-megtakarításokat könyvelhettek el az egészségügyi kiadások terén.

Dr. Peng Di professzorasszony a magasvérnyomás betegség, (mint az egyik fő rizikófaktor), kezelésében, a 3-1-2 meridiántorna alkalmazásával elért, szaklapokban is közzétett kutatási eredményeit ismertette.

Dr. Yang Bao Dániában gyógyít sikeresen, a Hagyományos Kínai Gyógyászat és a 3-1-2 meridiántorna alapján. Elmondta, hogy számára külön boldogság és büszkeség, hogy részese lehet tanára, Dr. Zhu professzor humanista missziójának, hogy a gyógyulni vágyó emberek e tudományos alapokon álló, hatásaiban mérhető, (és mérhetetlen!) önségítő módszert megismerhessék!

Tapasztalatai szerint, a nyugati és a hagyományos kínai orvoslást kombinálni lehet! Utóbbi, nem a tünetek, hanem a betegségeket kiváltó okok alapján kezel! Innen a mondás:

"Az orvos kezel, a természet gyógyít."

Szervezetünk "természete": csodálatos önszabályozó rendszer! A 3-1-2 meridiántorna az optimális működését segíti. Ezért, a "mellékhatása": egészség, frissesség.

A meridiántorna ősi, és modern egészségvédő rendszerek tanulmányozása után született! (Mint pl. a 2.500 éves „Sárga Császár belső Könyve” c. mű, amely a Hagyományos Kínai Orvoslás alapja.)

A módszer védett, és csak tisztán alkalmazható, mert elegendő és megfelelő, kipróbált és bevált útja a mindennapi testedzésnek! Komplettszert képvisel, út a nyugalomhoz, egyensúlyhoz, önbizalomhoz, a testi és lelki egészséghez!

A meridián torna megkezdése előtt, betegség esetén az orvosi vizsgálatot,

tartós és súlyos betegség esetén pedig a rendszeres orvosi ellenőrzést biztosítani kell!

Dr. Zhu professzor először a nyugati tudományt, orvoslást ismerte meg, a keleti hagyományokkal később találkozott. Nyugdíjazásáig, élettant tanított a Pekingi Orvosegyetemen. A kínai kormány megbízásából kezdte meg kutatásait a láthatatlan, ám az ezeréves bronzfigurán mégis pontokkal és vonalakkal ábrázolt meridiánrendszer létezésének objektív mérésekkel való bizonyítására. Három különböző biofizikai módszert fedezett fel kutatócsoportjával, melyeknek eredménye egybevaló, és megegyezik a bronzfigurán látható rajzolattal! Nobel-díjra többször is felterjesztették ennek okán!

Magunk is meggyőződhattünk, egyszerű eszközök segítségével, a meridiánvonalak lefutásáról az emberi testen.

A világtalálkozón kitüntetést kapott egy 90 éves magyar "3-1-2" klubvezető, Holéczi Sándor bácsi, akinek ez úton is szívből gratulálunk! Évek óta végzi a meridián tornát, és jó kedélye, valamint korát messze meghazudtoló fürgesége biztatás számunkra!

Zhu professzor közel 20 éve végzi a meridián tornát. Körülbelül annyival látszik fiatalabbnak, a nyugati ember szemével! Erőtéljes hangja önmagában is meggyőző és hiteles!

Dr. Eőry Ajándok lánya, Dr. Eőry Ajándék, családorvos, átfogó és tartalmas előadást tartott a betegségek hátterében meghúzódó stressz, és más lelki tényezők, az életmód, valamint a környezeti ártalmak szerepéről a betegségek kialakulásában.

A testgyakorlás rendszeressége segít visszanyert egészségünk megtartásában, hiszen belső szerveink optimális működése is rendszeres. A mozdulatlanság pedig maga a halál.

Dr. Eőry Ajándék előadásának fő témája a telomeráz enzim, és annak mérhető volta kapcsán a szemmel is észlelhető fiatalodás objektív bizonyíthatósága volt.

Telomera: a DNS-lánc végén található, annak lezárását szolgáló, kupak-szerű rész, mely az öregedéssel fordítottan arányos!

Több külföldön élő magyar orvos is beszámolt a gyógyítási eredményeiről a Hagyományos Kínai Orvoslás és a 3-1-2 meridiántorna segítségével. A sclerosis multiplex, az autizmus és a rák egyaránt említésre került, melyekben a tünetek javulása is eredmény!

Gyógyult rákbeteg, akiben megvolt a gyógyulás vágya és szándéka, ma társainak tanítja a 3-1-2 meridiántornát!

"Homokszem kerül a gépezetbe", amikor megbetegszünk, és bár, a részeken mutatkozik meg, mégis az egész szervezetnek van baja!

A meridiántorna a részek stimulálásával, képes az egészséget mobilizálni, az egyensúly helyreállítása és fenntartása érdekében.

Akiben megvan a gyógyulás igénye és vágya, saját adottságai, lehetőségei szerint, fokozatosan is elkezdheti. (pl. ágybanfekvő beteg, a végtagjai

mozgatásával.)

A gyógyulás folyamatában ún."krízis" után következik a tényleges javulás.
A 3-1-2 a krízisen is átsegít!

A torna egyik eleme a mosoly, amely önmagában is kedély-javító!

Depressziós, célját vesztett világunkban óriási biztatást kaptunk Dr. Zhu és munkatársai, valamint a példájuk alapján munkálkodó képzett orvosok és a lelkes laikusok beszámolóiból, tanúságtételeiből!

A 3-1-2 indulóját rákból meggyógyult kínai beteg írta. A közös éneklés, az együtt tornázás együttérzővé tesz minket. Emlékezetes marad számunkra a torna utáni hasi légzés gyakorlása a Balaton partján. A víz békés ringatózása az anyaöl védelmének biztonságát sugallta!

A Világtalálkozó tapasztalatait összegezve, egy közmondás jutott az eszembe:

"Segíts magadon, az Isten is megsegít!"

Vajon, véletlen-e, hogy immár egyik gyakorlási helyszínünk éppen a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Mosoly utcai helyisége?

Külföldi környezetvédő bölcs gondolata:

"Világméretekben gondolkodni, helyileg cselekedni."

Mikro-és makrokörnyezetünkért egyaránt felelősek vagyunk! Ahogyan mi változunk, a világ is úgy változik!

A nemrég elhunyt Sri Chinmoy, a Világ Békefutás megalapítója, festő, költő, zeneszerző meditáció mester sorai:

Ma, bölcsen

Tegnap okos voltam:

meg akartam változtatni a világot.

Ma bölcs vagyok:

meg akarom változtatni magamat!

A 3-1-2 meridiántorna e nemes törekvésnek kiváló módja!

Mindenkinek bölcs gyakorlást kívánok!

Isten áldja Mindazokat, Kik előttünk járnak!

Budapest, 2011. október 4. Assisi Szent Ferenc napja

Szigeti Magdolna Mária

Felhasznált irodalom:

Dr. Zong-Xiang Zhu - Dr. Zhi Gui Qiao:

"Élj száz évet egészségesen a 3-1-2 meridiánygyakorlatokkal"

című könyv, amely a Pekingi Akupunktúrársmeridián-kutató Központ és a Kínai Tudományos Akadémia Kiadványa, Peking, 1997.

A szerzők tudományos életrajza, nemzetközi munkássága a könyv végén szerepel.