

Kompendier/bøger

Alle kompendier er trykt i A4 format og med laserprint og indeholder mange nemt overskuelige oversigtsdiagrammer. Nogle af de samme oversigtssider forekommer i flere af kompendierne for at hjælpe med at anskueliggøre det fælles helhedssyn, som de forskellige emner bygger på. Oven i prisen for kompendierne skal lægges almindelige forsendelsespriser. Du vil med forsendelsen modtage et girokort og betaling skal ske senest én måned efter modtagelsen.

Kost, energi og livskvalitet – en introduktion.

Tue Gertsen. 24 sider. Bl.a. hvordan man starter et nyt kostprogram. Balancering af fødevarer. Helbredelseskriser. Indkøb og gode råd. Pris kr. 60,-.

Kost, energi og livskvalitet.

Tue Gertsen. 59 sider. Ny revideret udgave. Kostforståelse i helhedsperspektiv. Bl.a. energiklassificering af kost. Hvordan man balancerer fødevarer. Kost og psyke. Kost og fem elementer. Kost og klima. Kost og immunforsvar. Pris kr. 150,-.

Kinesisk Helhedsmedicin.

Tue Gertsen. 27 sider. Kompendiet beskriver grundelementer i kinesisk helhedsmedicin. Bl.a. udførlig yin-yang klassificering, organbeskrivelser, klimaindflydelse. Pris kr. 80,-.

5 elementer – som terapi og spirituel

udviklingsvej. Tue Gertsen. 90 sider. En grundig gennemgang af 5 elementer set i relation til bl.a. fysiske, psykiske, seksuelle og kostmæssige aspekter. 5 element test. Pris 150,- kr.

5 element energitype.

Tue Gertsen. 35 sider. Gennemgang af urter og deres medicinske brug. Orientalisk kost og urtemedicin. Udvendig behandling. Pris kr. 90,-.

Urter og medicinske drikke.

Tue Gertsen. 35 sider. Gennemgang af urter og deres medicinske brug. Orientalisk kost og urtemedicin. Udvendig behandling. Pris kr. 90,-.

Visuel Diagnose.

Tue Gertsen. 50 sider. Gennemgang af visuelle diagnose teknikker i relation til medfødt konstitution, ansigt, hænder, hud, øjne, drømme, spændende og let anvendelige teknikker i sundhedsvurdering. Pris kr. 130,-.

Grundbog i makrobiotik.

Tue Gertsen. 50 sider. Revideret udgave, mange nye sider. Kompendiet beskriver det makrobiotiske yin-yang univers i relation til kost, økologi, psyke og spirituel udvikling. Pris kr. 110,-.

K'an urter.

Tue Gertsen. 40 sider. Udførlig gennemgang af kinesiske K'an urtekompositioner. Beskrivelse af både fysiske og psykologiske symptomer. Er sammen med kompendiet om kinesisk helhedsmedicin et "must" for enhver terapeut med interesse i helhedsdiagnose og behandling. Pris kr. 80,-.

Reishi gen.

Oversættelse. Tue Gertsen. 30 sider. Reishi gen svampetonic kaldes også eleksiren for et langt liv. Kompendiet beskriver forskningen og resultater med reishi. En effektiv yin-tonic, hvis anvendelsesmuligheder bl.a. omfatter cancerbehandling, leverudrensning og sukkersyge. Reishi har også en kraftig antioxidant virkning. Pris kr. 60,-.

Krop, energi og bevidsthed.

Lis Engel. Kompendium, ca. 100 sider. Kompendiet beskriver en række teknikker vej til sensitivitet, energi og bevidsthedsændring, bl.a. ved hjælp af fokuseret opmærksomhed, dybdeafslapning, visualisering og Ki-træning. Pris kr. 140,-.

5 element spørgeskema.

Tue Gertsen. 16 sider. Mest for terapeuter. Afkrydsningsliste for fysiske og psykiske symptomer i relation til 5 elementer plus evalueringssider. Pris kr. 30,-.

Udover nævnte kompendier og bøger kan vi anbefale flere bøger oversat og redigeret af Lis Engel. Bl.a. **Spis og vind.** Robert Haas. Borgen 1987. **Befri din energi** (easy tao). Borgen 1988. **Den guddommelige krop.** Alexander Lowen. Borgen 1995. **Ungdomskilder.** Jean Carper. Hasse 1997.