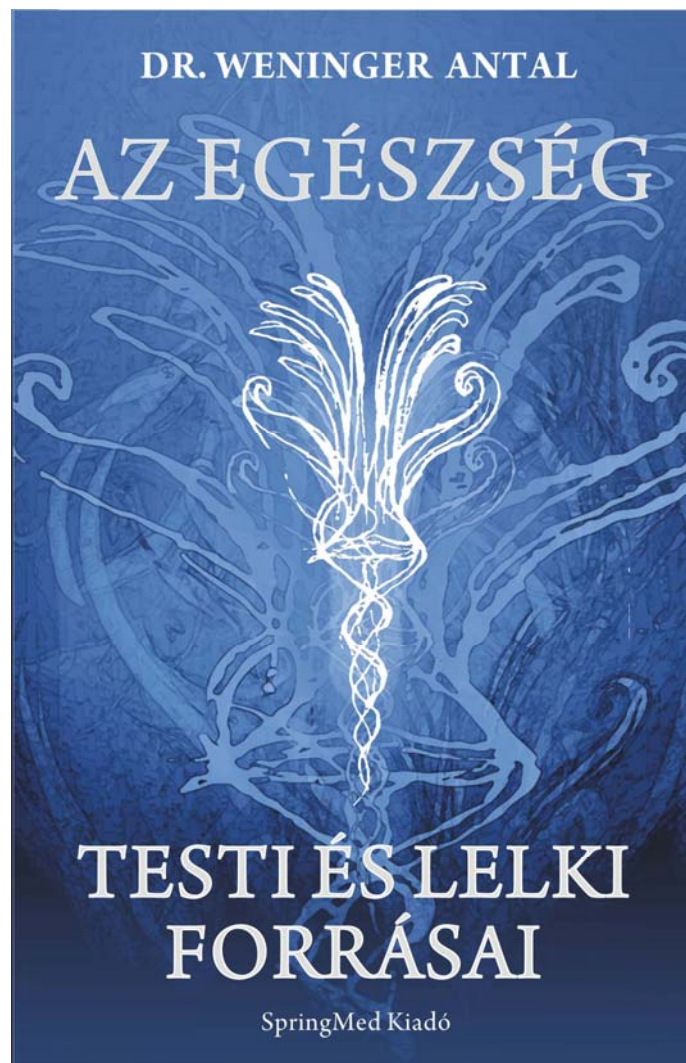


Örömmel értesítjük, hogy a **SpringMed Kiadó** gondozásában  
rövidesen megjelenik

**Dr. Weninger Antal:**  
**Az egészség testi és lelki forrásai**

című könyve  
a SpringMed EGÉSZSÉGTÁR® sorozaton belül.



**Méret: 140 x 217 mm**

**288 oldal**

**Ár: 2500 Ft**

**ISBN 978-963-9914-80-3**

### **A könyvről:**

Dr. Weninger Antal máig aktuális könyve immáron 3. kiadásban jelenik meg, most a SpringMed Kiadó gondozásában. Az egészség testi és lelki forrásai című könyv 60 év elteltével is teljesen érvényes megállapításokat tartalmaz. Az egészség testi és lelki forrásai című könyv 60 év elteltével is teljesen érvényes megállapításokat tartalmaz.

A szokványos, - bár nem elégszer átismételhető - táplálkozási, valamint a mozgással kapcsolatos útmutatások mellett vannak e könyvnek olyan fejezetei is, melyekről más könyvekben így együttesen aligha olvashatunk, úgymint a genetikai adottságaink értékelése, a tudatos légzés és fajtái, s annak jelentősége, a mértékletesség-, a hit-, a vallás(ok) szerepe, az érzelmeink befolyásolási módjai stb.

Mindezen témák elolvasása és átélése segítségével sokat tehetünk testi- lelki egészségünk megóvása érdekében, hiszen a szerző erőteljes hatása révén a tanácsok a gyakorlatba is átvihetők.

Ajánljuk e könyvet mindazon szülőknél, pedagógusoknak és a maguk és mások egészségére figyelő embereknek, akikben az elszántság és a megszerzett tudás együtt tud munkálkodni.

### **A tartalomból:**

- Az átöröklés szerepe
- A testgyakorlás helyes módszere
- Testgyakorlat mint gyógyítóeszköz
- Tudatos légzés
- Tudatos táplálkozás
- Mértékletesség
- Kiránduláson
- Tisztaság
- Az egészség lelki forrásai
- A kedély hatalma

**A szerzőről:**

Dr. Weninger Antal  
(1902-1993)

2012-ben lesz Weninger Antal orvos, szakíró születésének 110. évfordulója. A bécsi orvostudományi egyetemre járt, majd Budapesten szerzett diplomát. A debreceni klinikán szülész-nőgyógyászként, sebészként, majd a röntgenlabor vezetőjeként dolgozott.

Nagy barátja volt Dr. Baktay Ervinnek, a nagyhírű indológus orvosnak, aki Kőrösi Csoma Sándor nyomdokain járva tett felfedezéseket Indiában. Az ő hatására kezdett a jógával foglalkozni és elsőként jelentette meg jógával foglalkozó könyveit. Nevéhez fűződött az első, jógát népszerűsítő tévésorozat és az első magyar jogakönyv, mely 1939-ben jelent meg.

A Magyar Nemzet első munkatársainak egyike volt, számos náciellenes cikket közölt Bánfalvi Szilárd álnéven, ezek közül kiemelkedett a Nyilas áfium ellen való orvosság és a Paranoiások című sorozata, amelynek egyik darabjában alig leplezve rajzolta meg Hitler elmeorvosi portréját. E cikk miatt bíróság elé is került. A második világháború előtt és alatt üldözöttek százait mentette meg saját élete kockáztatásával.

**A SpringMed Kiadó természetes gyógymódokkal foglalkozó eddig megjelent kiadványai:**

Homeopátia a mindennapi gyakorlatban, Boiron–Payre-Ficot, 2006, 2. kiad. 2007, 2980 Ft  
Homeopátia napjainkban, Dr. Buki–Dr. Dérer–Havasi–Dr. Németh –Dr. Zarándi, 2006, 3. kiad. 2008, 1280 Ft  
Homeopátia és a gyermek, Dr. Boulet, 2008, 1480 Ft  
Homeopátia és a sport, Dr. M. Dellére–Dr. A. Pasquier, 2008, 1480 Ft  
Homeopátia és a kutya, Dr. Issautier–Dr. Peker, 2008, 1480 Ft  
Homeopátia és a várandós nő, Dr. C. Rocher, 2009, 1480 Ft  
A homeopátia forradalma, D. Ullman, 2010, 2800 Ft  
Almás Balogh Pál Dr. Élet- és jellemrajza, Dr. Fialovszky, 2009, 1280 Ft  
Schüssler arcdiagnosztikai és terápiás zsebkönyv, Dr. Farkas, 2010, 2011, 2280 Ft  
Diabétesz – Hogyan segíthet a kínai orvoslás?, Li Xiao-li–Carl Stimson, 2010, 2500 Ft  
Ízületi gyulladások – Hogyan segíthet a kínai orvoslás?, Wang Hai-long–Carl Stimson, 2011, 2980 Ft  
Fejfájás – Hogyan segíthet a kínai orvoslás?, Wang Lei–Carl Stimson, 2011, 2980 Ft  
Komplementer medicina – Kiegészítő és alternatív orvoslás, Norma G. Cuellar (szerk.), 2011, 2980 Ft

További kiadványainkról bővebb információ honlapunkon: [www.springmed.hu](http://www.springmed.hu)

A megrendeléseket az [info@springmed.hu](mailto:info@springmed.hu) e-mail címre, vagy a (06-1) 279-0528-as faxszámra várjuk.

MEGNYÍLT a SpringMed Könyvesbolt!

Címünk: 1114 Budapest, Bartók Béla út 62-64.

Nyitva tartás: H-Sz-P: 9-17, K-Cs: 10-18, Szo: 9-13