

nová *Regena*

LISTOPAD 2016
www.e-regena.cz | 39 Kč | € 1,89

**Esenciální
oleje a čakry**

**Konopí
a byrokracie**

**Pozor na
formaldehyd**

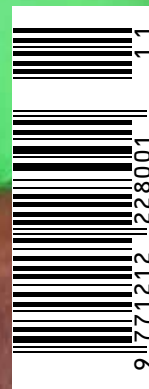
**Bolotov
Balsam:
uzdravte se
sami a rychle**

MUDr.

**Tomáš
Lebenhart**

Link Natural
Ayurvedik
Shop

***„Pro homeopatii
jsem se narodil“***



ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA CZ

Zpravodajský a poradenský server pro odborníky a širokou veřejnost zaměřený na zdraví



www.alternativnimedicina.cz/eshop



ERI DIAGNOSTIKA

Nová éra v biomedicíně

Diagnostika a harmonizace
Bezpečné pro uživatele a klienty
Celostní přístup celého systému
Excelentní kvalita a přesnost
Přes 1 milion jednotlivých položek
Lehké na naučení, intuitivní software
Klinicky testováno a ověřeno

www.eriMedical.cz



NOVINKY

ZAPPER CENTRUM ČR s.r.o.

Praha - Svatovítská 578/18
paha@zapper-centrum.cz
606 909 540

Plzeň - Jablonského 62
plzen@zapper-centrum.cz
606 909 229

Kladno - Stará 226
kladno@zapper-centrum.cz
606 908 510

RAMALOOP

Radiomagnetická smyčka
pro bezkontaktní likvidaci
mikroorganismů

Cena 26 000 Kč
www.ramaloop.cz



FREKVENČNÍ GENERÁTORY NA LIKVIDACI VIRŮ A BAKTERIÍ



Plazmový generátor RPZ 14
Bezkontaktní likvidace virů, plísň a bakterií
Cena s přepravní case 138 000 Kč
Doprava, zaškolení a podpora v ceně
Softwarové propojení s přístroji F-SCAN
www.PlazmovyGenerator.cz



Super Ravo Zapper PC
Plynulý posun frekvencí
740 pamětí pro programy
Cena s příslušenstvím 13 000 Kč
Cena pro nový typ 13 500 Kč
V ceně CAFL + kniha Dr. Clark
Pronájem 2 500 Kč / měsíc.
www.Super-Ravo-Zapper.cz



F-SCAN - PŘÍSTROJE PRO MĚŘENÍ FREKVENČÍ MIKROORGANISMŮ



F-SCAN 4 (PROFITOP) 160 000 Kč
Profi řada, rychlé skenování
Barevný dotyk. displej 7"
Maximální funkce a výkon
Hliníkové tělo, kufřík v ceně



F-SCAN3 Battery 115 000 Kč
Profi řada, rychlé skenování
Barevný dotyk. displej 5,7"
Maximální mobilita a komfort
Hliníkové tělo, kufřík v ceně



F-SCAN MOBILE 70 000 Kč
Poloprofi, přenosný a skladný
Barevný dotyk. displej 3,2"
Li-Ion Baterie (4h), brašnička
Hliníkové tělo (83x123x30 mm)



F-SCAN COMPACT 37 000 Kč
Frekvenční analýza (100 pamětí)
350 pamětí pro programy
Pronájem 5 000 Kč / měsíc.

www.Fscan.cz

FREKVENCE PRO ZDRAVÍ

Zbavte se zdravotních potíží pomocí frekvencí.
Frekvence likvidují mikroorganismy v řádu minut.
Více na: www.revoluce-v-leceni-nemoci.cz

- ✓ ZAŠKOLENÍ V PRAZE NEBO U VÁS ZDARMA V CENĚ
- ✓ TECHNICKÁ PODPORA PO-PÁ 9-17 720 103 309
- ✓ ZKUŠENOSTI V OBORU PŘES 6 LET TÍSE SPOKOJENÝCH ZÁKAZNÍKŮ
- ✓ SPOLUPRÁCE S VÝROBCI A KLIENTY
- ✓ MNOŽSTEVNÍ SLEVY FINANCOVÁNÍ BEZ NAVÝŠENÍ
- ✓ 3 POBOČKY 10 SPECIALISTŮ



www.zapper-centrum.cz

www.zapper-centrum.cz
Praha 6 - Svatovítská 578/18
Objednávky Po-Pá 9-17
Tel.: 606 909 540



Z **obsahu** vybíráme

4 Rozhovor

s MUDr. Tomášem
Lebenhartem

10 Home-made

Děláme si to doma sami!

Tentokrát domácí multivitamínový sirup, nejvoňavější prášek do pečiva a hypoalergenní prášek na bílé prádlo!

26 Konopí a byrokracie

Předpokládejme, že dnes už máte všichni svoji úrodu pod střechou a těšíte se, až z ní vyrobíte léčivé produkty, které mohou krásně posloužit jako užitečné vánoční dárky. A to je zatím ten nejlepší způsob, jak opravdu využít plně léčivý potenciál, který konopí má, protože systémové řešení je dosud stále velmi nepraktické.

34 Boris Bolotov

Zkoušíme recepty pro zdraví podle Borise Bolotova! Inspirujte se také!

38 Naše ruce pohledem

Alexandrovovy techniky

Člověk je tvor, který má ruce – i tak bychom se mohli definovat. Zatímco většina zvířat používá přední nohy (anebo ploutve či křídla) k pohybu, u nás se z rukou stal nástroj, kterým jsme dokázali ovládnout svět.

40 Formaldehyd, jed pro děti a nebezpečí pro alergiky!

Stále více lidí, zaměřených na vyváženou výživu a zdraví obecně, si začíná všímat i výskytu a množství formaldehydu ve výrobcích, nátěrech a místech, kde žijí a spí. Ještě větší opatrnost je na místě vzhledem k dětem, protože malé děti jsou na vše mnohem citlivější.

58 Předkové, pomozte! Aneb věříte na Dušičky?

V tuto dobu můžeme mnohem lépe navázat na své kořeny, které představují nejen ti předci, které si pamatujeme, ale i ti, které jsme nikdy neviděli a jejichž jména už si nikdo nepamatuje, nicméně jejich krev a geny v nás stále žijí.

Vážené čtenářky, vážení čtenáři!

Dnes jsem viděla fotografie pod mikroskopem zvětšených slz. Slzy jsou prý unikátní, stejně jako otisk palce nebo sněhové vločky. Také jsme jediný druh, který má schopnost produkovat slzy v emocionálních stavech. Pokud nejsou slzy vyvolané nějakým chemickým podnětem, pláčeme nejvíce ve chvílích smutku, strachu, beznaděje, ztráty, bolesti, vyčerpání, vzteku, ale i dojetí, radosti a štěstí. A stejně jako se mění naše emoce, mění se i struktura slzy...

Slza je 99 % vody, smíšená se solí, bílkovinami a organickými sloučeninami, jako je glukóza, aminokyseliny a fermenty. Existují tři hlavní typy slz: bazální, reflexní a emocionální. Ty emocionální obsahují hormon stresu – adrenalin, který se při pláči vyplavuje, a tím dochází k psychickému uvolnění, takže očistný efekt slz je i chemickou záležitostí. Slzy pod vlivem soli krystalizují, a to pak může v unikátním koktejlu vést k vytvoření různých odlišných tvarů a forem.

Většina z vás zná krásné fotografie vodních krystalů Masaru Emota, které vytvářejí různé struktury podle toho, jakou informaci voda nese – zda harmonickou a láskyplnou, nebo naopak. Voda je nositelkou informací. Naše tělo tvoří ze 70 % voda.

Není se tedy čemu divit, že i slza radosti má jinou strukturu než slza vzteku nebo slza ztráty, a je u každého jiná! Slzy radosti vypadají jako radostné výhonky rozkvétající větvičky, u slzy začátku a konce jako by prorůstaly dvě různé formy, slzy smíchu mají strukturu jakéhosi radostného chaosu. Stále mne fascinuje, jak je úžasné pozorovat nejen dalekohledem hvězdy, ale i mikroskopem ty nejmenší struktury. Dva světy, makrokosmos a mikrokosmos. Nejsou oddělené, prolínají se, vede nás to k fraktálovým teoriím. Jedno se odráží v druhém.

V té slané kapce, stále ještě hrubohmotné struktuře slzy, se odrážejí jemnomotné informace.

A tak je to i v homeopatii, tématu listopadového rozhovoru. Možná to pro některé z vás bude první hlubší setkání s ní, jako bylo pro mne. Jde o hledání podobností. Principu léčit podobné podobným. O nalezení podstaty, a třeba i překvapivé korespondence základní materie ze světa rostlinné, živočišné i nerostné. Žijeme v informační době, a tady už jsme v informační léčbě. Někoho z vás možná vyléčí včelí jed, protože jste z hlediska konstituční homeopatie včela, jiný bude sulphur nebo třeba delfín. Začínáme tedy seriál o homeopatii.

V každém případě věřím, že to pro vás bude opět hodnotný podnět k zamyšlení, hledání podobností, k další možnosti uzdravování sama sebe.

Máme jedenáctý měsíc v roce, čas znamení Štíra. Období, které vzbuzuje trdnomyslnou náladu, mlha a zatažené nebe symbolizují nadcházející temnotu zimy. S tím je spojen pocit osamocení, citové touhy, ale i odporu. Vystávají strachy a úvahy o smrti, vždyť člověk je bytostně spojen s vegetací a animální existencí. Slavíme svátek zemřelých. Každý vzpomene na někoho, koho ztratil, s kým se musel rozloučit. Nemusíte chodit na hřbitov, protože by se to mělo. Stačí rozsvítit svíčku v soukromí, ztišit se a promluvit s nimi, vzpomenout s láskou... je to důležité, nezapomeňte, všechno jsou to informace, je to energie.

A pokud se přitom objeví slzy, nepotlačujte je, čistí nás. Jsou unikátní. Jako vy, jako byl vám blízký člověk, jako jsou vaše vzpomínky na něj. A jako budou slzy radosti a dojetí nad něčím krásným. To je život.

Krásný listopad vám přeje

Pavla Vojířová

Pavla Vojířová, šéfredaktorka
vojirova@e-regena.cz



Napsali jste nám...

Pište dál! Budeme vděční za všechny Vaše náměty a připomínky. Co Vás zajímá, co se Vám líbí, co byste chtěli v Regeně změnit... Dřív nebo později na každý Váš dopis odpovíme. Prosíme, pište na e-mail: redakce@e-regena.cz nebo na adresu Severovýchodní II 1456/45, 141 00 Praha 4.

Dobrý den do redakce Regeny. Sleduji váš časopis už asi pět let, od té doby, co mi jej nabídly stevardky na cestě se Student Agency z Prahy do Kroměříže. Za tu cestu jsem jej tehdy přečetla úplně od začátku do konce a následně jsem si vás předplatila, protože se Nová Regena přesně trefila do mého pohledu na svět a zdraví – nenechat se semlít systémem a neodkývat všechno, co považují bílé pláště za samozřejmé a jediné možné. Od té doby jsem se naučila spolu s vámi spoustu věcí, hlavně jsem se díky vám seznámila a začala pracovat s MMS, i když nyní používám CDS, které je pro mě přeci jen jemnější a vů-

bec příjemnější. Vlastně jsem zjistila, že asi jak se postupně čistím, tíhnu ke stále jemnějším látkám... V poslední době mne začala zajímat homeopatie. Vlastně jsem vám chtěla dát tip, že byste mohli o homeopatii něco napsat, protože jsem za těch pět let v Regeně o ní nic nečetla, a přeci je to metoda už se slušnou tradicí a výsledky, kterou klasická medicína úplně nebere... A pak vám chci poděkovat za to, že fungujete a jak, vzpomněla jsem si na to, když jsem opět jela po delší době na návštěvu do Kroměříže a opět mi stevardka nabídla Regenu ☺
Fakt díky a držte se ☺
Jari Krázlová

Vážená paní Krázlová, děkujeme Vám a doufáme, že rozhovor v tomto čísle a následně nový seriál o homeopatii (nejen!) Vás uspokojí, Váš podnět přišel ve chvíli, kdy jsme měli právě dohodnutý termín návštěvy u MUDr. Lebenharta ☺

Milá redakce, čtu už nějaký ten rok Novou Regenu, máte velice zajímavá témata kolem alternativní medicíny, naposledy mě oslovily vychytávky jako grounding, esenciální oleje nebo terapie nakloněné postele. Moc bych Vám chtěl poděkovat a doufám, že zde najdu ještě spousty zajímavých článků jako doposud.

Jestli můžu navrhnout, a věřím, že hodně lidí to bude zajímat, kdybyste napsali pár článků o různých očistcích těla. Napří-

klad očista střev, jater, žaludku, ledvin, lymfatického systému nebo dýchacích cest a další... Myslím, že je to hodně zajímavé a důležité téma. Věřím, že každý by si rád pročistil tělo sám a jednoduše skoro zdarma.

Odborník v tomto oboru je pan Jaroslav Zajíček, věřím, že i v Nové Regeně nějaký článek s ním už brzy vyjde na toto téma. Není nad pořádný detox ☺

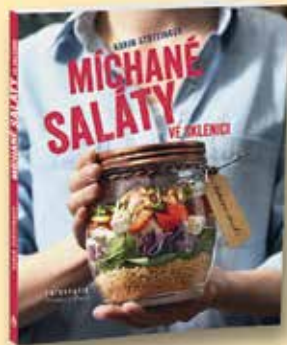
Děkuji.

S pozdravem
Michal Ptáček

Vážený pane Ptáčku, v Regeně průběžně vycházejí v různých článcích možnosti detoxikace, ale děkujeme Vám za přízeň i za tip, budeme se tím podrobněji zabývat.

▼ INZERCE

ANAG®



MÍCHANÉ SALÁTY VE SKLENICI (5817)

Karin Stöttinger

Salát jako předkrm, hlavní chod nebo sladké překvapení. Ideální jídlo s sebou – jednoduché a chutné. Představa stejně tak jednoduchá jako geniální: salát, vrstvu po vrstvě naskládáný do sklenice, na něj vynikající dresink bezprostředně před podáváním, krátce protřepat, hotovo! A nemusí být vždy jen ze zeleniny, může být také s masem či rybami nebo jako sladké překvapení.

156 stran, brožovaná 299 Kč



DUŽKOVÁ OČISTA (5807)

Dr. Ginger Southall

Kniha od Dr. Ginger Southallové, která je v Americe známá jako „Dr. Ginger“ ukáže čtenářům, jak „pití duhy“ – červené, oranžové, žluté, zelené, modré, indigo a fialové čerstvé, organické šťávy pomůže při hubnutí, proti stárnutí.

Díky tomuto programu se dá zhubnout za 7 dnů až 7 kg. Odhalí mylné představy o detoxikaci a naučí, jak se vyhnout chybám při odšťavňování.

192 stran, brožovaná 329 Kč

Regena

Vydává: WDO Pictures, s. r. o. | **Adresa vydavatele a redakce:** Severovýchodní II 1456/45 141 00 Praha 4 | **Šéfredaktorka:** Pavla Vojířová, e-mail: vojirova@e-regena.cz, tel.: 775 734 858 | **Redakce:** Milan Chýna, Ivana Žáková | **Grafická úprava:** Petra Antoňová
Inzerce přijímá: Simona Lišková, e-mail: marketing@e-regena.cz, tel.: 775 592 996, www.e-regena.cz | **Tisk:** TRIANGL, a. s.

V Česku rozšiřují PNS a Mediaprint-Kapa. Na Slovensku Magnet-Press Slovakia a Press Media.

Předplatné v zastoupení vydavatele zajišťuje Send. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobecnými obchodními podmínkami pro předplatitele. Za věcný obsah článků zodpovídají autoři. Za věcný obsah inzerátů zodpovídají inzerenti.

Otištěné texty a inzeráty nevyjadřují nutně názor redakce, mohou být ale dále zveřejňovány pouze s jejím svolením. Redakci nevyžádané materiály se nevracejí.

Index 47267, MK ČR E 5360, ISSN 1212-2289

Cena 39 Kč/1,89 €.

Foto na obálce: Pavla Vojířová



anag@anag.cz
obchod@anag.cz

585 757 411
www.anag.cz

Somavedic

„přístroj“ harmonizující prostředí, ve kterém žijeme...

Vážení čtenáři Nové Regeny, v minulém čísle jsme vám za společnost Somavedic Technologies s.r.o. představili princip „přístroje“ Somavedic. Po zveřejnění jsme zaznamenali odezvy a dotazy, což nás potěšilo. Zajímali jste se podrobně o jednotlivé modely, ceny a zkušenosti s používáním. Přišlo i několik nedůvěřivých, a dokonce zpochybnutých reakcí.

text a foto: Ivan Rybjanský

Než vám postupně představíme jednotlivé typy Somavedicu, rozhodli jsme se tedy předložit některé reakce od uživatelů, kteří byli ochotni nám zpětnou vazbu poskytnout. Jsou to reálné zkušenosti od lidí, kteří jeden, nebo i více typů Somavedicu vlastní a slouží jim jednotlivě nebo i v širší rodině. Nemáme zájem na tom předkládat smyšlené pochvaly, to je v rozporu s naší filozofií a principem vyrábět něco, co je založeno na harmonii a čistých energiích.

Další zkušenosti jsou uvedeny na našich webových stránkách www.geopatogennizony.com.

Mé první zkušenosti se Somavedicou

Od konce dubna mám doma – v panelovém domě – Somavedic Harmonie a Somavedic Atlantik (na vodu). Musím poznamenat, že dům je postaven na spodní vodě a přímo pod ložnicemi našeho bytu protéká potok (punkva), což zjistili nejen proutkaři, ale je to viditelné na geologických mapách. A protože v panelákových „minipokojích“ nějaké přemísťování postelí není možné, byl to i hlavní důvod mnohaletého „pátrání“ po účinném zařízení, které by nepříznivé vlivy z podzemí v obytném prostoru odstranilo. A dosavadní zkušenos-

ti nasvědčují, že se KONEČNĚ PODAŘILO.

Po zapojení Somavedicu Harmonie nastala první dva tři dny euforie, skvělá nálada. Následně však – v období intenzivního pročišťování organismu – to už tak příjemné nebylo (únava, ospalost, bolest v celém těle). Po dvou, třech týdnech ale fyzické těžkosti začaly ustupovat a přicházela „dobrá nálada“. Po dvou měsících ona psychická harmonizace byla doslova hmatatelná. Starosti odplývají někam do neznáma a ústa se vám sama tvarují do úsměvu.

Přístroj Harmonie jsem přijala jako nového skvělého člena rodiny. Při pohledu z boku mi jeho světýlka připadala jako psí čumáček, a tak „mašinka“ dostala jméno Punťa. Je jako živá bytost, se kterou si můžete i popovídat. I když „nemluví“, přicházejí k vám myšlenky, často velice užitečné.

Uvedu ještě jeden zajímavý poznatek: Byla u mne na dvouhodinové návštěvě kamarádka – diabetička. Krátce předtím si doma změřila hodnoty cukru v krvi a měla je hodně vysoké, takže zvažovala, zda vůbec někam jít. Asi dvě hodiny seděla v blízkosti Somavedicu Harmonie a když byla na odchodu ještě si – v obavách, neboť snědla i něco sladkého – znovu glukometrem měřila hladinu cukru v krvi. Nato s překvapením zjis-

tila, že má hodnotu v nejlepším pořádku – zcela v normálu.

Výhody přístroje na čištění vody – Atlantik – zjistíte během krátké doby, a to už jen tím, jak chutná je voda postavená např. ve skleněné nádobě na Somavedic Atlantik. Jako byste pili vodu z čisté lesní studánky.

Miluše

Zkušenost se zakoupeným přístrojem Somavedic Harmonie

Po zakoupení jsme přístroj Somavedic Harmonie umístili ve středu našeho domu, již po prvním týdnu, kdy jsme měli přístroj zapnutý, se zklidnila celková atmosféra v domácnosti, všem prospívá klidnější spánek, nebudíme se unavení jako doposud. Dcera, která nechtěla usínat sama, bez problému usíná a během spánku přestala tzv. „cestovat po posteli“. Dříve nechtěla usínat a stěžovala si na špatné sny.

Jitka K.

Sasha James a rodina

Dostali jsme doporučení od kamaráda, který má velmi pozitivní zkušenosti se SOMAVEDICEM.

Nikdo z mé rodiny neměl vážné onemocnění nebo špatný zdravotní stav nebo něco takového. Jen jsme hledali nejlepší způsob, jak se vypořádat s geopatogenním zónami, elektromagnetickým smogem, a obecně účinný způsob, jak

dosáhnout zdravý a vyvážený životní styl, který se snažíme vést.

Upřímně řečeno, i když Somavedic byl vybrán jako nejlepší volba ze všech dalších 10–15 možností, poté, co jsme ho dostali, jsem se nestaral a nemyslel už na něj. Nicméně v prvních 2–3 týdnech změny a účinky se objevily a všichni v bytě začali pociťovat zlepšení, zejména v kvalitě spánku a množství energie, kterou jsme najednou začali „dostávat“. Slyšeli jsme, že někteří lidé zažívají delší období přizpůsobení, ale nějakým způsobem se to u nás neprojevovalo. Nemohl jsem „věřit“, nebo jsem si nedokázal představit, že něco, co tam „jen tak stojí na polici“, může tak velmi ovlivňovat okolí.

Byl velmi zvláštní zážitek brzy poté, co jsme koupili Atlantik na vodu. Moje žena nebyla vůbec schopna pít vodu z kohoutku a všechny filtry, které jsme se snažili použít, jí hodně pomohly. Nicméně chuť vody a pocit vody „ošetřené“ Atlantikem problém vyřešil okamžitě a jsme velmi spokojeni. Doporučujeme SOMAVEDIC každému, kdo je odpovědný a pečuje o zdraví a duševní pohodu.

Všichni jsme naprosto spokojeni s mnoha, mnoha výhodami, které jsme obdrželi (a nadále dostáváme!), díky práci pana Rybjanského.



výroba a distribuce:
Somavedic Technologies s.r.o.
411 21 Vrbičany 63
+420 725 387 852
somavedic@somavedic.cz

distribuční sklad Slovensko:
Ing. Marek Chvala – CHRVALA s.r.o.
919 53 Dechtice
+421 917 741 315
www.somavedic.sk
slovakia.info@somavedic.cz

distribuce pro Plzeňský kraj:
BICOM Plzeň, Štěpánka Šlaisová, DiS.
312 00 Plzeň, Masarykova 140
+420 602 427 425
www.bicomplzen.cz
info@bicomplzen.cz

distribuce pro Brněnský kraj:
VOIS, a.s., Ing. Ladislav Jenček
621 00 Brno-Ivanovice, Jezerůvky 2a
+420 737 243 058
www.somavedic-brno.cz
info@somavedic-brno.cz

MUDr. Tomáš Lebenhart

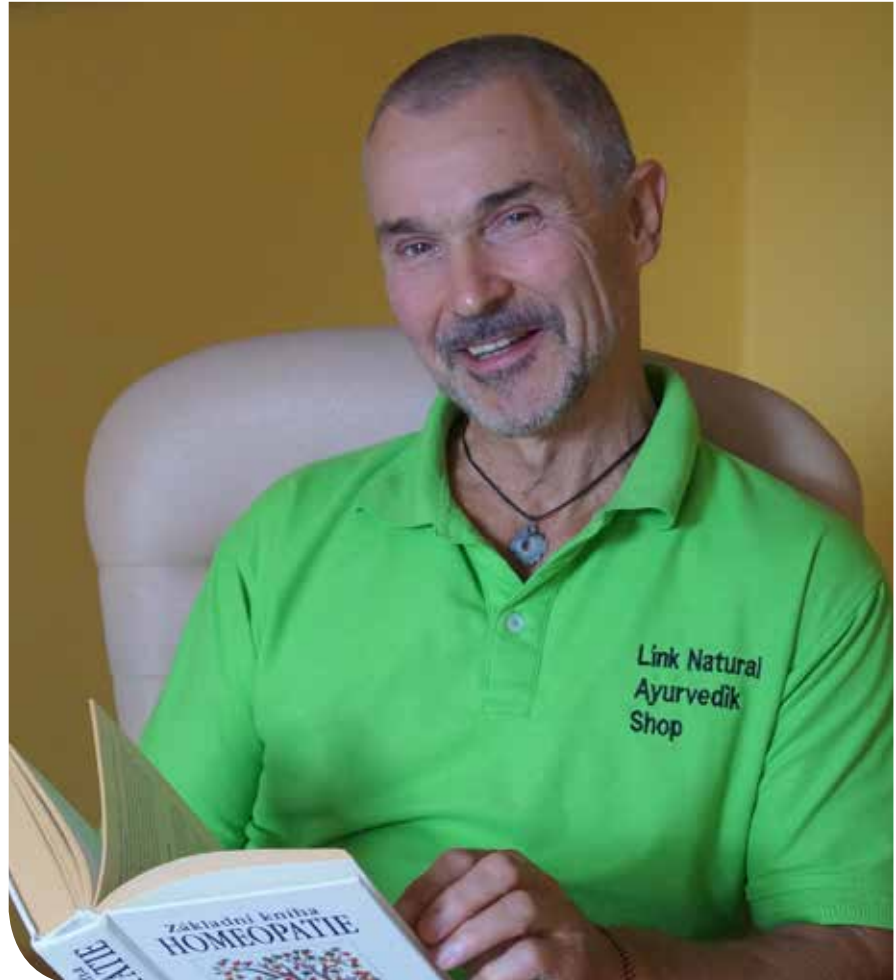
Pro homeopatii jsem se narodil

O homeopatii se ve společnosti „tak nějak“ ví. Když se na ni zeptáte někoho, kdo se nezajímá o alternativní léčení, většinou vám odpoví, že: jsou to takové malé bílé kuličky, které se rozpouští v puse, je v nich úplně nepatrně „nějaké“ látky, ale to přece určitě „nemůže fungovat“. Možná jste to nikdy nevyzkoušeli a myslíte si to také. Zkuste si přečíst rozhovor s MUDr. Tomášem Lebenhartem, homeopatem srdcem a duší. Budete se s ním na našich stránkách setkávat pravidelně v novém seriálu, který chystáme. I vás ostatní, kteří si homeopatie vážíte a máte s ní dobré zkušenosti, jistě mnohé zaujme.

text a foto: Pavla Vojířová

Jaký je původ homeopatie, její začátek?

Otec homeopatie byl doktor Samuel Hahnemann, ten ji vymyslel asi v polovině 18. století, kdy se praktikovala ta nejpříšernější medicína, co si umíme představit, lidem se dávaly děsné jedy, rtuť, arzen... A on najednou přišel s nehmotnou léčbou. Vlastně se proslavil tím, že v Evropě byla epidemie cholery, lidé umírali, nebyla antibiotika, a on jim začal dávat Arsenicum album. Když se otrávíte bílým arzénem – kyslíčnickem arseničitým, třeba ve vodě, nebo někdo vás chce otrávit, tak příznaky jsou, že máte vodnatý průjem, anemii, máte psychické příznaky paniky, strachu o život, neklid, žízeň, hubnete... Vše chcete mít zoufale pod kontrolou. Ale to jsou i příznaky cholery. On zkusil napřímo použít tu průkopnickou myšlenku – podobně léčit podobným. Všechny geniální myšlenky jdou napřímo, ty člověk nevymyslí. To prostě přijde, shora, jako dar lidstvu. Jako např. Dr. Hahnemannovi homeopatie či prof. Mendělejevovi takhle přišla tabulka... Hahnemann udělal to, že jed Arsenicum album zředit na nehmotnou úroveň, dá-



val to lidem pít a oni se začali z té cholery uzdravovat. Samozřejmě za to nesklidil uznání, ale zlobu, protože ho považovali za šarlatána, najednou viděli, že to jde jinak. Ale to je právě dodnes, že jsou homeopati v některých zemích (snad nejvíce právě u nás) proklínání. Hahnemann začal na choleře, pak studoval jiné klinické příznaky dalších nemocí a začal to sepisovat. Napsal základní učebnici homeopatie, která se jmenuje Materia Medica homeopatica a ta popisuje základní homeopatické léky a symptomy. Pak měl samozřejmě žáky, kteří pokračovali.

V jaké podobě se homeopatika užívají?

Většinou jsou to kuličky z cukru a v nich je informace. Kuličky se dělají v takových velkých přístrojích – podobně jako když míčky lítají ve slosovacím zařízení v loterii, a proti tomu jde nainformovaná vodní pára informací toho kterého jedu. Kuličky se v tom točí, pára laktózu nainformuje a informace v těch molekulách zůstane. My si

to dáme do pusy a rozpustíme, zase to spojíme s vodou, s naší vodou, a je to opět tam, kde to bylo – ve vodním prostředí. Protože my jsme ze 70 % voda a v našem prostředí už se ty informace zase šíří. Voda má tu schopnost, že jakoby natahuje původní hologramy výchozí látky, natahuje „spirit“ toho zvířete nebo rostliny. Převážně jde o jedovaté rostliny, ryby, hady, hmyz, minerály, třeba kyslíčnick arzeničitý – arzen, a z toho všeho jsou dělaná homeopatika. Dokonce i z „nemocí“, to jsou tzv. nosody. Jedno z nejúčinnějších homeopatik proti rakovině je Carcinosinum, to je z rakoviny prsu umírající ženy. Je v něm obsažena informace o její nemoci i její psychice, která potom slouží živým nemocným lidem, aby posílila jejich vitalitu a psychiku. Hlavní homeopatický zákon nám říká, že co nemoc způsobilo (nebo co by nemoc způsobilo) v té přírodní podobě, tak to samé – homeopaticky zředěno, tuto nemoc léčí. Příklad – včelí jed – to známe všichni, píchne nás včela, bolí to, pálí to, oteče

to, chceme na to studené, zčervená to, na vnitřní úrovni může dojít ke ztíženému dýchání, panice... a když máte někoho, kdo se včelou nemá nic společného, ale třeba se spálí o žehličku – bolí ho to, pálí to, vznikne otok, chce na to studené, má paniku – stejné symptomy. Dáme mu Apis mellifica, včelí jed, a hned se to začne hojit. Princip homeopatie je o podobnosti – homeos je starořecky 'podobný' a patos je 'nemoc'. Tedy „podobná nemoc“. Čili používáme jedy, protože jedině jedy nám můžou způsobit nemoc, ale ty jedy také potom léčí.

Kolik existuje základních homeopatických látek, materiálů?

Tisíce. Pořád se učíme. A vznikají nové. Teď máme třeba homeopatikum Coca-cola nebo. Jak lidi pořád pijí coca-colu, tak už z toho mají třeba i nemoci, zejména psychické. Jak jde život, mění se životní podmínky, tak vznikají i nové jedy a nemoci, nový způsob stonání, způsob myšlení, jiná pravidla uzdravování. A to medicína vůbec neřeší, má své standardní diagnózy a léky, vyléčí málokoho, ale pořád to takhle jede. Kdežto homeopatie je živý dynamický obor, který reaguje na změnu života. Homeopat musí jako kriminalista, psycholog, biolog, botanik, zoolog, geolog a lékař vnímat toho člověka a pochopit, proč onemocněl. Jak souvisí ta nemoc s psychikou, pochopit celý příběh, rozklíčovat ho, nebo ho aspoň nacítit. Za ty roky na to získáte cit... někdy už ve dveřích vidím, co bude potřeba... to už je až malinko deformace. Velmi zajímavé je např. homeopatikum z jižního či severního magnetického pólu... prakticky ze všeho, co na nás nějakým způsobem nepříznivě působí, můžete vyrobit homeopatikum...

Můžete uvést příklad nějaké symptomatické homeopatické léčby?

Třeba moje oblíbená kobra, v Orientu a východním světě symbol léčení. Má jed, který je smrtelný, ale když se zředí homeopatickým způsobem, vznikne slaboučky jed až nakonec žádný, hadí jedy jsou velmi cenné. V homeopatii platí takový skoro zákon, z čím většího zvířete je to udělané, tím to má větší léčivou hodnotu. Má to tu logiku, že to vlastně převrátíte v úplně opačný pól. Kobří jed má afinitu k srdci, je to srdeční jed, takže výborně léčí srdeční šelesty, chlopňové poruchy, zejména nedomykavost mitrální chlopně, hlavně u dětí. Tedy „Naja“ – kobří jed, je velmi dobrá pro drobnější srdeční vady a pak je výborná na tzv. kardiální astma. U bronchiálního astmatu, většinou alergického, se stahují průdušky, nemůžete dýchat. A pak je kardiální astma, srdeční, které je vlastně způsobeno nedostatečnou funkcí pravé srdeční komory.

Máme malý a velký krevní oběh, malý je plicní, je to propojeno přes čtyři srdeč-

ní komory, do srdce se dostává krev z těla pravou síní, jde do pravé komory a ta žene krev do plic, tam se okysličuje atd. Tady jde o to, že srdce je špatně výkonné, chronicky selhává zejména pravá část, a před ní se hromadí žilní krev, tzn. v plicích. A vzniká přetlak, část plazmy se protlačí přes cévní stěnu do dýchacího prostoru, do průdušek, plic. Člověk má vlastně zatížené plice, otok plic, způsobený přebytkem vlastní krve, která čeká frontu, než se také dostane do srdce. Právě proto, že tam je nějaký problém, zúžení nebo nedostatečnost, se tomu člověku špatně dýchá. Tedy nestáhnou se mu průdušky, ale v plicích je přetlak krve. Kardiální astma vzniká hlavně v noci, vleže, v horizontální poloze. Lidé se vzbudí a musí si sednout, protože jinak by se mohli udusit. A toto léčí právě Naja, protože upravuje dynamiku srdce, u kardiálního astmatu nemůžeme léčit plice, ale musíme léčit právě srdce.

Další hadí jedy v homeopatii nejčastěji používané jsou Lachesis mutus (křovinař němý, z čeledi chřestýšovitých), Vipera berrus (zmije obecná) či Crotalus hoidrus (korálovec). Obecně hadí jedy působí na kardiovaskulární systém – toxikologicky a jako homeopatikum léčebně.

Jak může někdo přijít na to, že jed kobry souvisí se srdcem?

Experimentováním. To je nesmírná práce... jsou to neuvěřitelné, nádherné věci, to hledání spojitostí. Třeba tady mám knížku Ptáci z hlediska homeopatie. Používají se výměšky z ptáků, z nějakých jejich žláz. Ptáky spojují dvě rozporuplné vlastnosti, které určují ptačí lék... je to nesmírná touha po svobodě a úzkostlivá starost o potomky, což jsou dvě vlastnosti, které jdou proti sobě. Ale ptáci je mají a někteří lidé je také mají. Jsou tam samozřejmě nuance, jak se od sebe druhy, typy liší. To je nesmírně zajímavé a existuje to samozřejmě i o hadech, hmyzu, savcích... třeba osel – typ osel je člověk, který má jako hlavní životní esenci „věrně sloužím svému králi“. Tací lidé jsou. To je povaha. To jsou ti lojkařové, hodní, oddaní, všechno by udělali pro toho svého „krále“ – což může být třeba manželka. Vždycky jde najít souvislost mezi něčím v přírodě a myšlením člověka.

Takže souvislosti nacházíme mezi typy ze světa rostlin, nerostů a zvířat...

Ano. Třeba jsou jako homeopatika mateřská mléka zvířat, například Lac caninum – psí mléko se hodně používá. Tam hraje roli v příběhu člověka téma ochočení. Ten člověk je ochočený a má s tím problémy. Zároveň hluboko v něm rezonuje divokost a agrese (vlk). Ochočený vlk. Pes. Ochočených lidí se skrytou agresí je velké množství... Je to fascinující, když to sledujete a objevujete typové korespondence.

Nebo třeba delfín. Ten je velmi zajímavý. Delfín je savec, má několik základních unikátních vlastností – je hravý, obětavý, jasnožravý, miluje kruhové pohyby. Když skáče, vidíme nad vodou půloblouk, ale on pod vodou udělá druhý půloblouk, když spí, má několikahodinový cyklus, kdy dělá obrovské vertikální kruhy, třeba jednou za hodinu a půl se dostane k hladině, nadechne se kyslíku – ale ve spánku a zase se otočí dokola... a lidi, kteří odpovídají tomu typu, tak se v noci také točí dokola, hlavně v dětství. Dospělí lidé dělají pořád kruhové pohyby, když něco vykládají, dělají kruhové pohyby rukama nebo se pohybují v jakýchkoli kružích. Léčil jsem tu dívku, asi dvanáctiletou, s chronickou rýmou, sinusitidou, alergií atd., odpovídala delfínu. Matka říkala, že mají doma bazén, který miluje, že sedí v létě na dně bazénu s brýlemi a čte si tam, nemohou ji vytáhnout, že by tam chtěla i spát. Miluje vodu, je nesmírně hravá, je jasnovídná, vidí aury, je velice soucitná, a všechno odpovídá tomu delfínu. Lac delfinum jí pomáhalo. Takže to je konstituční homeopatie, ale to už jsou takové vychytávky, není to rozhodně běžný lék.

To se asi stává málokdy, že by někdo byl takto jasný, čistý typ jako ta delfíní dívka...

Jak jsem říkal – homeo je podobnost. My se snažíme co nejvíce trefit do té podobnosti... nikdy to netrefíme úplně stoprocentně, protože jsme individuality, a to nejpřesnější a originální je jen to naše, a to už je autopatie. Ta holčička není delfín, ona je člověk, ale má s delfínem velice mnoho podobností. A to je podstata – trefit se co nejbližší podobnému, tedy tomu člověku do povahy, do jeho esence. Někdy existuje i víc homeopatik, které krouží kolem člověka, jedno může být z nerostné říše, jedno z rostlinné a také ze zvířecí. A všechny tři jsou třeba o něm. Nebo může v určitém období nějaká podobnost vystoupit víc do popředí. Takže homeopatie není dokonalá, protože je živá, stejně jako příroda je živá, jako člověk je živý. Navíc nám do toho běží určité vesmírné rytmy, je to hra.

Asi tento směr nemůže dělat každý... lékaři jdou především cestou exaktní vědy a dát na pocity se v klasické medicíně nenosí... i když určitá intuice a zkušenost může hrát roli. A každý lékař není tak senzitivní a vnímavý...

Vědomosti může získat každý, ale opravdu na toto musíte mít určitý talent. Vnímavost, senzitivita jsou důležité. Poprvé, když člověka vidím, mám na něj hodinu času, to většinou stačí, abych si o něm udělal základní představu. Jsou dva druhy homeopatie. Symptomatická, to je ta „lehká“, co se naučíte snadno, základy už během pár víkendových kurzů, čtete knížky a učíte

se materie. Přečtete si třeba, že arnika pomáhá na zhmožděnin, řezné rány, porodní krvácení, traumata atd. a od té doby to víte. Přijde pacient a má třeba řeznou ránu, tak mu dáte arniku, takhle je to jednoduché. Nebo přijde někdo, kdo má hnisavou anginu, takže má bílý hnis na rudých mandlích, má horečku. Doporučíte Mercurius solubilis a Belladonu – rulík zlomocný a za 3–4 dny je ten člověk uzdravený. A je mu lépe, než mu bylo před nemocí. Kdyby bral antibiotika, tak se bude léčit dvojnásobnou dobu a bude mu hůře, bude z toho unavený. Takto se dělá symptomatická homeopatie – vidíte symptom – dáte lék. A pak je homeopatie konstituční, mistrovská, která neléčí příznaky, neléčí nemoci, ale léčí toho člověka. Uzdravuje ho jako celek, ať má cokoli. Ať má třeba sedm diagnóz – některé akutní, některé chronické, psychické, fyzické, to je jedno – nás zajímá osobnost toho člověka. Jaký je, jak reaguje, co mu vadí, co miluje, co jsou jeho zvláštnosti, co se mu zdá. A musíte vyhledat něco z té přírody, co mu odpovídá. Dám vám příklad třeba té včely – Apis mellifica. Na symptomatické úrovni jsme to probrali. Zarudlá, pálivá, horká kůže nebo sliznice atd. Přijde člověk, který potřebuje včelu na konstituční úrovni. Může mít třeba deprese nebo rakovinu ledviny, to je jedno. Ale potřebuje konstituční homeopatikum, protože je to osobnost Apis mellifica. Tam patří mezi hlavní příznaky, že je nesmírně pracovitý, jako včela, miluje tanec (včela se dorozumívá tancem), takže ti lidé běhají do tanečních kurzů, různě tančí, většinou je osobnost Apis mellifica žena, a často ona doslova tančí v kuchyni, pořád doma něco dělá a ještě si u toho zpívá, skoro bzučí, poletuje a běhá po domě, po kuchyni i po zahrádce a pořád něco chystá, v dobré náladě. Je osobnost Apis mellifica na konstituční úrovni, ani se nemusí spálit žehličkou. To je rozdíl mezi těmi dvěma úrovněmi. Takže když je čas a když tu osobnost pochopím, dám jí konstituční homeopatický lék a nemusím se starat o nemoci. Protože když posílíte psychosomatickou konstituci, tělo si zorganizuje uzdravení samo.

U nás je jistě mnoho skvělých lékařů, kteří berou svou práci zodpovědně, s nejlepší snahou pomáhat lidem, ale zůstávají jen na té tělesné úrovni léčení... Jaká byla vaše duchovní cesta?

Když chcete mít ambice skutečně pomáhat lidem, kteří mají nějaký těžký problém, trpí, musíte jít do těch vyšších úrovní, nemůžete zůstat jenom v materiální rovině, konstituční homeopatie už s materiální rovinou nemá moc co dělat. Tam vlastně už řešíme to, co je mezi částčkami atomů, mezi jádry elektronů. Z hlediska optického tam není nic, ale z hlediska informačního



tam je to nejdůležitější. Protože všechno je energie, celý Vesmír je energie. Když nám tělo odejde, pořád zbyde určitá energie. Člověk se musí začít ohlížet i po moudrostech, které fungovaly po tisíciletí, takže jsem se seznámil s buddhismem, sufismem, křesťanstvím... Potom jsem se seznámil i se šamanskými metodami z Jižní Ameriky, ale i tady u nás jsou šamani, Lidé, kteří mají schopnost komunikovat se světem, který nevidíme. Ale hlavní je lidem (kteří to chtějí slyšet samozřejmě) vysvětlit, že jsou tady od toho, aby žili svůj život. Ne aby řešili něco nebo někoho jiného, nýbrž sebe. Protože každý člověk, i když dokáže pomáhat druhým, tak někdy nedokáže nahlédnout na sebe a nedokáže si pomoci. I mě se to stalo, znám to. Doufám, že už to mám za sebou, ale také to nevím jistě. Všichni jsme obyčejní lidé, nejsme andělé, máme své talenty, ale i své slabosti. Má je každý, i ten největší blbec má nějaký talent. A jde o to ten talent najít a rozvíjet, nenechat si ho ukrást – rodiči, školou, partnerem, šéfem... to, co cítíte, že ve vás je, že to chcete dělat, tak to si prosadit, to vám půjde dobře a bude vás to bavit a budete navíc zdraví. A potom jste naplnili Boží vůli, řečeno po křesťansku. Pěstujete osobní sílu, řekl by šaman.

Homeopatii se zabýváte skoro 30 let, jaká byla vaše lékařská cesta?

Studoval jsem klasickou medicínu, pak jsem fungoval částečně v nemocnicích, ale hlavně na obvoděch jako dětský lékař, potom jsem si dodělal všeobecné lékařství, abych mohl ošetřovat i dospělé – byl jsem po revoluci asi první v téhle republice, kdo měl v kartotéce dospělé i děti, takže vlastně rodinný doktor. A ještě jsem si dodělal neurologii a dětskou neurologii. Ale potom jsem z toho všeho vyběhl...

Jak se to stalo?

To se nestalo najednou, mělo to svůj průběh. Po revoluci začaly přicházet informace a jedna z nich byla homeopatie, dřív nebyla šance dozvědět se něco mimo zdravotnictví. Začal jsem se o to zajímat, ještě když jsem dělal klasickou medicínu na obvodě, v Železně Rudě, tam jsem byl 17 let, a pak i v různých jiných lokalitách kolem Šumavy. Když jsem měl nějaký

vážný případ v té Železně Rudě, nemohl jsem vše směřovat hned do nemocnice, do Klatov je to v zimě hodina, třeba by to ani nepřežil, než by přijela sanitka. Takže jsem se musel naučit hodně věcí řešit na místě. Dnešní praktici si zvykli na pohodlný a pro ně bezpečný systém „odsílání“. Začal jsem si pomáhat všemi možnými způsoby, dělal jsem tam malou chirurgii, někdy se i rodilo, když byla nehoda, poskytoval jsem první pomoc, protože sanitka by přijela za hodinu... tenkrát, dnes už je to rychlejší. Byl jsem tedy samostatnější a začal jsem používat některé metody, o kterých jsem se dozvěděl od obyčejných lidí – doma v chalupě, v hospodě, v lese. Třeba jsem dával na zhnisané rány včelí domácí med, ten hojil před očima, na rozdíl třeba od Framykoi-nu. Začal jsem léčit přírodním způsobem, což jsem nemohl úplně zveřejňovat, to by se zdravotnímu systému moc nelíbilo. Ale dělal jsem to, protože jsem byl přesvědčený, že to má smysl a hlavně jsem viděl výsledky. Pomalu jsem se osměloval, používal jsem různé byliny, někdy jsem počkal s antibiotikem a dal jsem třeba pít měsíček. Ale sloužil jsem celou dobu, 33 let, na pohotovosti na různých místech. A někdy jsem i lidem na té pohotovosti dal třeba homeopatika nebo nějaký přírodní lék, když s tím souhlasili. Mnozí mě už znali a jezdili na tu pohotovost, jen když věděli, že jsem tam. Dalo by se říct, že jsem se od samého začátku pohyboval na hraně. Samozřejmě, že kdyby to nedopadlo dobře, byl bych vyřazený ze systému. Ale kdybych dal někomu Tetracyklin a on z toho měl nějaké komplikace, tak by to bylo v pořádku. Což se děje dnes a denně, že mají lidé komplikace z chemických léků, někteří z toho i umřou. Jakmile by toto udělal homeopat nebo jakýkoli jiný alternativec, přijde za ním policie. Takže – musíte to dělat dobře, nesmíte udělat chybu.

Neměl jste problém s kolegy lékaři, tolerovali váš přístup?

Naštěstí ne, oni to věděli, ale také viděli výsledky. Ty za mne mluvily. Kdybych udělal chybu, dali by ode mne všichni ruce pryč, to je jasné. Neudělal jsem ji a ještě jsem ušetřil pojišťovně, lidé si šli koupit homeopatika za své peníze, kulička stojí korunu. Řeknu vám jednu zajímavou kazuistiku z hlediska té ekonomiky. Asi před půl rokem za mnou přišla paní a říkala mi: „Já mám strašné točení hlavy, nepravidelný puls, nízký tlak, omdlívám, neurologové si se mnou nevědí rady, pořád mi něco píchají a mě je čím dál hůř. Byla jsem za vámi před dvaceti lety na Železně Rudě, s tím samým, a vy jste se chvíli zamyslel a pak jste mi dal do pusy 3 kuličky. A mě to od té doby dalo pokoj, dvacet let.“ Ty tři kuličky stály 3 koruny. Já jsem jí dal konstituční lék. A říkal jsem: „A paní, který lék jsem

vám to dal?" A ona říká: „Já nevím, vy jste mi to neřekl.“ Musel jsem s ní znovu udělat interview a hledat ten lék, až jsem ho našel, dal jsem jí ho znova, ty 3 kuličky, a ona má od té doby zase pokoj. Rozumíte... ta paní by za těch dvacet let spotřebovala zdravotní péči za statisíce korun, a nebylo by jí líp.

Tlak farmaceutických firem a zdravotnický systém je nastaven tak, aby lidi pořád udržoval v léčebném procesu....

Ano, aby byli pořád nemocní. To jsem pochopil. A pak jsem z toho chtěl utéct, tak jsem utekl, ale bylo to přes etapu takové schizofrenie, protože jsem léta dělal obojí. Takže jsem třeba dopoledne předepisoval antibiotika a odpoledne homeopatika. Ale žít schizofrenicky není dobré. Takže co je třeba udělat? Vytáhnout kotvy a vydat se na cestu. To jsem v roce 2006 udělal. Jenže to není tak jednoduché, protože okamžitě přerušíte vztahy se zdravotními pojišťovnami a nejdou vám tedy od nich žádné peníze, ocitáte se mimo systém. A tam už nesmíte udělat chybu. Jste v ordinaci a čekáte, co bude, nikdo vám nic nedává. Praktičtí lékaři mají kapitační systém, dostávají automaticky za „hlavu“ v kartotéce měsíčně určitou částku. A lékař vůbec nemusí mít výsledky a tyto peníze mu stejně jdou. To je kapitační systém, který vás dobře živí. Když vystoupíte, ze dne na den nemáte nic. A teď jste v té skutečné pravdě. Na to nemá každý odvahu. Takže fungujete z toho, co vám lidé zaplatí. U nás žádné homeopatické léky pojišťovna nehradí a z homeopatů si dělají legraci. V některých zemích si můžete vybrat, že se chcete léčit klasickým způsobem nebo ajurvédským nebo čínským nebo homeopatickým a nikdo se na vás nedívá pohoršeně.

Takže jste šel do soukromé praxe, ale stále jste sloužil na pohotovosti?

Ano, abych neztratil kontakt s život zachraňující medicínou, protože té já si vážím pořád, ta je velmi důležitá a je na dobré úrovni. Ale potom jsem vystoupil z lékařské komory, a tak už mi to zakázali.

Co vás dovedlo k tomu, že jste vystoupil?

Už jsem se s tím nějak nemohl srovnat, byl to takový čím dál silnější vnitřní pocit, protože jsem nesouhlasil a dodnes nesouhlasím s tou zdravotní politikou, oni jsou v tom dealerském systému velmi zaangažovaní, přes léky a postupy. Jsou součástí v podstatě nefungujícího systému a to mně vadí. Tak jsem nechtěl být jejich členem. Ale pak jsem po několika letech narazil. Přišlo mi sem úřednické komando ze zdravotnického úřadu při krajském odboru a zakázali mi používat fonendoskop, mimo jiné mi říkali, že to je stejné, jako by si traktorista někam sednul a poslouchal



lidem srdce. Nedělali to sami od sebe, ale někdo mě udal, že nejsem v lékařské komoře a léčím. Takže najednou ze dne na den nesmíte jezdit se sanitkou, protože na jednu nejste lékař, i přes studium a praxi, ale takový je systém. Ta komora je velmi nedemokratický útvar. Každý lékař musí být v lékařské komoře, jinak nesmí poskytovat léčebně preventivní péči v této zemi, tak zní zákon. Mám stále na stole fonendoskop, protože lékař jsem a na rozdíl od traktoristy nebo vás, jej umím používat. Když jsem nebyl v komoře, nesměl jsem ho mít ani na stole – abych nemátl lidi tím, že jsem lékař, který „nejsem“! To je logika, co? Nesměl jsem psát recepty na homeopatika, protože traktorista nesmí psát recepty atd. Zaplatil jsem pokutu. Takže jsem nakonec musel udělat to, že jsem do té komory znovu vstoupil. Zvažoval jsem to hodně. Ale kdyby mě znovu někdo udal a přišla další kontrola, mohl jsem dostat pokutu až 2 000 000 a to by mne samozřejmě zlikvidovalo.

Pomáhá vám v souvislosti s homeopatií nějak vaše specializace na neurologii?

Určitě. Hodně lidí poslední dobou trpí tzv. chronickou neuroinfekcí. To je infekce postihující mozek, míchu a nervy. Jedná se o stavy, kdy deset dvacet let jste unavení, máte špatnou náladu, špatně spíte, špatně se vyprazdňujete, nebo naopak moc rychle a často, něco vás pálí, točí se vám hlava. Lékaři si vás posílají z ordinace do ordinace a skončíte většinou na psychiatrii, protože nikde nic nenajdou. A když jdete na nelékařské frekvenční vyšetření, tak vám zjistí parazity v mozku, viry v mozku, v míše, máte prostě neuroinfekci. To má dneska minimálně třetina dospělých lidí, to je epidemie. A já tomu rozumím jako neurolog, tedy vím, co je roztroušená skleróza, ALS, přesně co to postihuje, který neuron v míše atd. Vidím příznak, vím, od-

kud to jde. Spojím si to s tou infekcí a vím, která bije. Pomáhá mi to, umím se orientovat v nervovém systému, protože orientovat se v něm je pro běžného lékaře velmi složité. Máte třeba lékaře ORL, podívá se do pusy, na mandle, do nosu a uší. A tím končí. Kožař vidí kůži, oční lékař se dívá do očí. Ale nervový systém je všude a ovládá všechno, a je více druhů nervových systémů. Třeba systém vegetativní, který neovládáme svojí vůlí, ten jde z mozku a podléhá naší náladě, našim stresům, emocím a řídí srdce, plíce, dýchání, trávení a pohyb žaludku, střev, žlučníku, svěračů, koordinaci. Co je gastroezofageální reflux, když vám jde ze žaludku trávicí šťáva nahoru do krku? To je nervová porucha toho svěrače, té klapky, která to pustí jenom dolů, ale když je v křeči, tak to pustí i nahoru. Vegetativní nervový systém ovlivňuje úplně všechny orgány a podléhá emocím to je velmi složitý stav. Takže žaludeční vřed a Crohnova nemoc je nervové onemocnění, ulcerózní kolitida je od psychiky, jde to přes ty nervy. Arytmie, to jsou paraziti v nervovém systému. To ví neurolog, ale jenom ten neurolog, který také dělá alternativu. Který také ví, co s tím. Klasický neurolog nerozumí propojení s infekcí. On věří jenom na meningokoka, když je to jasné, nebo na encefalitidu z klíštěte. Ale nevěří třeba na očkovací poškození, na parazity.

Spojujete tedy ve své praxi psychologii, psychosomatiku, informační léčbu, duchovní principy, bylinné systémy, ale i chemii...

Ano, protože ne všechna chemie je škodlivá. Třeba když navážu na ty neuroinfekce – co s tím? Máte zamořený mozek infekcí, parazity, viry atd. Co je homeopatikum, co je autopatie, co je fyziologická regulační medicína? To jsou informace pro imunitní systém, aby se zaměřil na nějaký problém a řešil ho. Fajn. Jenomže když je ten imu-

nitní systém vyčerpaný, zdecimovaný toxiny, které produkují ty infekce, navíc ty infekce přímo ovlivňují imunitu z centra, protože řídicí centrum imunity je v mozku, tak to tímhle způsobem „nedáte“ a potřebujete něco radikálního. Ani byliny na tohle nestačí. Potřebujete něco, jako je třeba kysličník chloričitý nebo dimetylsulfoxid, abyste udělali prostě džihád proti svému terorizujícímu mikrosvětlu. Nemáte jinou možnost, pokud se chcete radikálně rozhodnout pro uzdravení.

Když pochopím, že člověk má problém s mozkovou infekcí, protože tam jsou nepřehlédnutelné symptomy – například chlamydie – leze ušima do mozku, takže napřed máte léta problémy s ušima, záněty zvukovodu, zalehlé uši, tinnitus, hučení, třeba začnete i špatně vidět, máte tlak za očima, potom mohou být i nosní příznaky a dále i psychické příznaky. Je to v mozku a to má u nás každý třetí člověk. Tak co teď? Antibiotika nestačí. Stejně jako na Borrelii. Takže zkoumám, jakou má ten člověk vitalitu, měřím jim pulsy, energii orgánů, živlovou energii. Také vznikají nemoci tím, jak lidi berou léky, hormony, Prednizon. To je deptá, ničí imunitu. Třeba methotrexat je velmi oblíbený, to je cytostatikum, a další a další věci, takže oni mají třeba ještě další nemoc přidanou tím zdravotnictvím. A tam já potřebuji nasadit něco radikálního. Samozřejmě, že vždycky vás může uzdravit vlastní mysl..., ale kdo to dokáže? Když je člověk opravdu na dně, tak potřebuje pomoc zvenku. Topící se potřebuje, aby ho někdo z té vody vytáhl, ten nepotřebuje poučovat v tu chvíli. To až potom... jak se plave, co má dělat..., ale když se topí, potřebuje chytit za prdel a vytáhnout z vody! A někým, kdo umí plavat o moc líp než on!

Používám třeba hodně CDS, to je pozeňání. Než jsem se s tím seznámil, byl jsem odkázaný na některé kolegy, a to ani nejsou lékaři, kteří předepisují klasická antiparazitika, prostě chemické léky, které opravdu vymytí, co je třeba, ale není to ono, protože lidem z toho třeba není dobře. S CDS2 mám velmi dobré zkušenosti, protože opravdu není toxické, můžeme jít postupně do vysokých dávek a selektivně ničí jen ty překyselené infekční buňky, potažmo onkologické. Naprosto typické pro neuroinfekce, ale nejen pro ně, je to, že se ty symptomy mění, protože infekce se pohybuje. Infekce není na místě, infekci když léčíte, tak se stěhuje do míst, kam nemůže imunita. To jsou špatně prokrvené části těla, jako chrupavky v kloubech, vazy, kosti, páteř, tam, kde skoro neteče krev, kde nejsou cévy. A imunita je jenom tam, kde je krev. Všecky složky imunity jsou v plazmě, jinde ne. Proto se infekce stěhuje, chvilu člověka bolí rameno, pak ho to přejde a zase ho bolí třeba záda nebo kyčel. A ti

lidé chodí na revmatologii nebo ortopedii, tam jim něco píchají a dávají hormony, ale nechápou, že musí vyléčit zánět. Ani ho neumí identifikovat, diagnostikovat. U nás neumíme diagnostikovat parazity, mimo tasemnice a pár dalších velkých hlístů. Ale ty neviditelné, co nám škodí v mozku, ty ne.

S frekvenční terapií jste se obeznámil?

Ano, seznámil jsem se s ní a vím o mnoha lidech, kteří ji dělají opravdu dobře. Medicína tyto věci neumí diagnostikovat. Pořádně se nevyzná ani ve výtěrech. Léčím homeopaticky lidi, kteří třeba měli streptokokový problém, pořád dostávali penicilin... teď se mi ti lidé začínají uzdravovat, ale samozřejmě streptokok proniká z hloubky ven, přes mandle – tak jak přilezl, leze ven – a když se dělají v té době výtěry, zase ho tam laboratoře vykultivují. A řeknou „ježišmarja, už je to tady zas“ a opět nasadí penicilin. Tím se patologický proces vrátí! Nerozumí tomu, že streptokok na sliznici ani nemusí znamenat nemoc, ale paradoxně může znamenat uzdravování! Vždycky je třeba dát to do kontextu s tím člověkem, s dítětem, jak mu je, jestli je v pohodě, jestli si hraje, jí, je šťastné. Klasické zdravotnictví tomu nerozumí a už vůbec ne parazitům. Neví, kdy je mají odebrat, odkud, jak... takže řeknou, že to je vše nesmysl. A mají před sebou člověka, který má v hlavě třeba jasnou motolici, protože najednou se mu zatočí hlava – to je přesně případ motolice, že vznikne nové stadium, z larev se vylihnou dospělci, a v tu chvíli se točí hlava. A další a další příklady. Protože při parazitech se vám to děje na etapy, podle stadií vývoje. A souvisí to i s psychikou, najednou máte třeba z ničeho nic paniku. Nebo mánii. Takových lidí jsou plné psychiatrické ústavy a ambulance. Kdyby měl systém skutečný zájem uzdravit, měl více soucitu a pokory, nebudou spokojeni se svými výsledky a budou usilovně a bez předsudků pátrat... Zdravotnictví je vytunelováno a ambici uzdravovat lékařům ukradl farmaceutický byznys.

Jestliže je v poslední době tolik neuroinfekce, tak co se s tou dobou děje? Je obecně tak velký tlak ve společnosti, že nervový systém to nezvládá, je labilnější a náchylnější k onemocněním?

Ano, lidi jsou čím dál víc šílení. Statistika EU z roku 2014 říká, že 38 % dospělých dostalo nějakou psychiatrickou diagnózu, to je víc než třetina. A to jsou jen ti, kteří prošli zdravotním zařízením a dostali se do statistiky, ale pak jsou ještě ti, kdo jsou šílení, ale nesvěřili se zdravotnictví. Odhaduji, že většina dospělých lidí v západní civilizaci je psychicky narušená. Proč? Protože jsme se posunuli špatným směrem. Máme jiné hodnoty, ztratili jsme kontakt s přírodou, s přírodou, pokorou před životem,

tradice zmizely, Vánoce se zvrhly v šlehou komerční akci, s hysterickým katolicko-společenským akcentem, kdy sanitky takřka nepřetržitě houkají... My máme být napojení jako lidské bytosti přes sedmou čakru na zdroj života, a když nejsme, což už hrubě nejsme, tak ztrácíme know-how života a začínáme být nemocní samozřejmě i tělesně. A bohužel i děti. Dneska děti mají běžně alergie, ekzémy, hyperaktivitu, agresivitu, plísň, zvrací, mají zácpy, hormonální poruchy, neudělají dvacet kliků, nevyšplhají se po tyči nahoru. Zdravé dítě je skoro zázrak. Všude toxická strava včetně samotné školy. Nikoho to nezajímá. Pediatry, hygieniky, učitele, rodiče. Nikoho. Neznám pediatra, který by rodičům osvětlil zdravé jídlo. Ani na klinikách. Nemají o něm ponětí! A to vůbec nemluví, co se jim děje v hlavě, jak jsou závislí na cukru, na displejích, facebooku, a to je to, jak svět jde do té šílenosti, duchovní mistři říkají už dávno, že jsme tady zešíleli. A je to pravda, já na východ občas jezdím... to je úplně jiný svět. Má zase jiné problémy, ale nemá ty naše, civilizační. A potom si ten mikrosvět s námi dělá, co chce. On je tu od toho, aby nám sloužil, odrážel nám náš vnitřní stav, naši pravdu. Můžete mít proklamace, prohlášení, mluvit, co chcete, ale tělo je jediná pravda o nás, jiná není. Když jste dobře napojení na zdroj, nemusíte ani stárnout, až tak to je.

Často platí přísloví, že kovářova kobyla chodí bosa. Jak se staráte vy sám o zdraví, fyzické i duševní?

Snažím se o své duchovní i fyzické zdraví starat, medituji, občas si vezmu i své konstituční homeopatikum, ale někdy i symptomatické. Dnes jsem si třeba vzal Oscilococcinum, to povzbuzuje a prudce zvyšuje protivirovou imunitu, protože jsem se probudil s nepříjemným pocitem na patře, jako kdyby přicházel nějaký virus. Oscilococcinum je vyrobené z divoké kachny, to homeopatikum se jmenuje Anas barberis, Oscilococcinum je jen firemní název, ale jde o to, že kachní játra se nechají na slunci hnit, rozkládat, a když to je v nejintenzivnějším stavu, vezme se z toho ten jed. To znamená, že tam jsou enzymy, které se uvolňují při zánětu, při rozkladu, a když už člověk má třeba sepsi, pro imunitu je to alarm, že má okamžitě začít bojovat proti infekci. O tom je homeopatie. Z toho největšího švinstva jsou homeopatika nejúčinnější. Představte si shnilá kachní játra tři dny na slunci... je to taková alchymie, udělat z jedu lék.

Takže já se samozřejmě musím udržovat, mám diář plný na několik měsíců a dal jsem si za úkol být zdravý už jen pro to, abych mohl pracovat. Beru to jako službu, ale i mě to baví a beru to jako svoji cestu, proč jsem se narodil.



▼ INZERCE

P. Jentschura®

Krása a štíhlost nebo zanesené tělo?

**Podporovat nebo potlačovat přirozené funkce pokožky?
„Kůže je vylučovací orgán!“ „Kůže je naše třetí ledvina!“
Znáte tuto moudrost? Ale co to znamená pro naši kůži?**

text a foto: Jentschura International GmbH

Problémy s pokožkou jsou problémy s vylučovací funkcí pokožky

Naše kůže obzvláště intenzivně zrcadlí naše stravovací a životní zvyklosti. Ty jsou v dnešní době plné kyselin z mnoha živočišných produktů, hotových jídel a fast-foodů, sladkostí a soft nápojů, nikotinu, alkoholu a stresu. Jakmile je vylučovací kapacita ledvin, střeva a plic vyčerpaná, použije tělo kůži jako další vylučovací orgán. Podle dispozic dochází k následujícím symptomům:

1. Zvýšené pocení

Kůže má více než 200 potních žláz na 1 cm², např. na hlavě a krku, na ploškách rukou a nohou, v kolenních a loketních jamkách, v podpaží a v tříselech. Můžeme také cítit, kde jsou kyseliny a jedy intenzivně vylučovány – tam může také dojít v pravém smyslu slova k poleptání, neurodermidě, bérčovému vředu atd.

2. Zvýšená tvorba mazu

Každý vlas má mazovou žlázu. Na kůži napočítáme statisíce mazových žláz, které jsou rozdílně aktivní. Mohou být v problémových zónách hyperaktivní a způsobovat mastné vlasy, akné atd.

3. Zrychlené dělení kožních buněk

Kožní buňky se dělí, když jsou naplněny škodlivými látkami. Tak dochází např. k lupům na hlavě. To může vést k lupénce a jiným nepříjemným stavům.

Všechny tyto symptomy nám nedělají vůbec radost!

Mnozí se pokouší potlačit tyto symptomy kyselou péčí o tělo, deodoranty, kortizolem atd. Ale je to skutečně inteligentní? Ne. Zadržované kyseliny musí být pomocí vitálních látek neutralizovány.

Vznikající neutrální soli jsou dohromady s vodou a tukem uloženy jako strusky. K počátečním vylučovacím problémům se přidává ještě demineralizace a problémy se zanesením škodlivými usazeninami. To nám bere krásu a přidává trojnásobek na hmotnosti. Proto: Stop!

Důmyslné opatření k odkyselení, odjedování a odstruskování přes kůži je vylučování. Vylučování je smysluplné.

Lepší je vylučování podporovat než potlačovat!

Kůže je vylučovací orgán a může nám celý život posloužit – se zásaditou péčí o tělo. Musíme ji ale intenzivně praktikovat. Devět měsíců rosteme a vyvíjíme se v plodové vodě naší maminky. Devět měsíců vylučujeme naše kyselé produkty metabolismu přes kůži. Přicházíme na svět s hebkou vonící pokožkou. Zásaditá péče je tou nejprírodnější péčí na světě!

Zásaditou péčí s MeineBase ve formě celkových koupelí, koupelí nohou, peelingů a masáží, saunování a parními lázněmi, zásaditými zábaly, punčochami a návleky se tělo zbavuje kyselin a pleť je jemně pěstěna. S cíleně využitou vylučovací kapacitou kůže se ulehčí zbývajícím vylučovacím orgánům a problémy s vylučováním se vyřeší.

Díky cílenému odkyselení zabráníme demineralizaci těla za účelem neutralizace kyselin stejně jako uložení vznikajících škodlivých usazenin.

Zásaditá péče na přírodním principu je vhodná pro každého a v každý okamžik.

AlcaMedica s.r.o.

Výhradní distribuce produktů

P. Jentschura v ČR a SR

Střemchová 2473/4, Praha 10

Tel: +420 775 959 134

www.regenerujte.cz

www.zasadite-procedure.cz

www.alcamedica.cz



Zásaditě pěstěná pokožka

MeineBase je několikrát oceněný originální produkt k zásadité péči o pokožku. Intenzivně pečuje a regeneruje. **MeineBase** je inspirována přírodou a propůjčuje pokožce díky svému pH 8,5 jedinečný pocit.

Zásadito-minerální sůl k péči o tělo je certifikovaný produkt přírodní kosmetiky a je vhodná např. ke koupelím, peelingům, masážím, zábalům a k mnoha dalším zásaditým procedurám.



MeineBase byla oceněna v roce 2016 cenou čtenářů německého časopisu „natürlich“ jako nejlepší produkt.



Distribuce v ČR a SR:

AlcaMedica s.r.o.

Střemchová 2473/4 · 106 00 Praha 10

Tel: 00420 775 959 134 · E-Mail: info@regenerujte.cz

www.regenerujte.cz

Home-made

děláme si to doma sami

text a foto: Alena Thomas

Multivitaminový sirup

Jediné, co je na tomto multáku těžké, je sběr. Vyhradte si na něj dost času, nespěchejte. Bobulky se netrhají snadno, rakytník má trny. Bobulky potřebujete celé – nepromáčknot a neutrhout bez stopek vyžaduje určitou techniku trhu, kterou získáte až samotnou praxí.

Budete potřebovat:

- 1,5 kg plodů rakytníku
- 20 g kyseliny citronové
- 1,5 litru vody
- 1 kg cukru

Čisté bobulky vsypte do velké mísy. Něčím je potřeba plody porozbíjet, aby se uvolnila šťáva. Tyčák (viz foto) je asi nejhorší volba. Nejlepší se zdá být ruční mlýnek „na maso“. Pak zalijte vodou, já jsem na 1,5 kg plodů použila 1,5 litru.

Přidejte kyselinu citronovou, zamíchejte a nechte stát 24 hodin na chladném, temném místě. Přelijte přes filtrační plátno, veškerou šťávu vymačkejte.

Přidejte cukr (dle svých zvyklostí, tradiční dávkování je 1kg na 1 litr) a míchejte tak dlouho, než se rozpustí. Šťávu nijak nezahřívejte.

Sklenice na sirup vymyjte vařící vodou,



poté je ještě propláchněte malým množstvím alkoholu (třeba slivovice). Naplňte lahve a uložte naležato do chladu.

Sirup si dopřejte denně. Pokud možno ho co nejméně ohřívejte, do čaje přilévejte až po jeho vychladnutí pod 55 °C.

Díky cukru je šťáva konzervovaná, vydrží vám celou zimu.

Alena Thomas

Aktivní matka 4 dětí, životní nadšenec a optimista. Autorka blogu www.home-made.cz a knih *Děláme si to doma sami 1* a *2*. Autorka pořadu HomeMade v internetové TV Stream. Vybiřač, nakupovač a balič v eshopu www.essential.cz, kde se dá sehnat vše pro domácí výrobu, co jinde neseženete.



Domácí (ten nejvoňavější) prášek do pečiva s vinným kamenem

Vinný kámen neboli hydrogenvinan draselný je draselná sůl kyseliny vinné, je totiž za určitých okolností (pH, teplota, rosný bod) obyvatelem vína, a ačkoli jeho přítomnost nemusí být vždy nejkrásnější – vypadá totiž jako zákal – je znamením toho, že víno je kvalitní a vyrobeno z vinných hroznů. Zkušení vinaři se s vinným kamenem potýkají hlavně v dubových sudech, kde ulpívá na stěnách a vytváří takový sudový zubní kámen, který se občas musí vzít kladivem. Když vinař vinný kámen vytluče a má chytrou ženu, tak ho nevyhodí, ale donese do kuchyně, a tam se s ním začnou dít věci. Vinný kámen, když se rozeře na prášek a přidá do pečení, vykouzlí ty nejjemnější pusinky a andělské pečivo. Možná znáte dnes moderní makaronky, tak přesně ty stojí a leží na vinném kameni.

K tomu nejlepší bonus na světě je, že vinný kamínek je zdravou potravinou, která nám, narozdíl od fosfátových kypřidel, prospívá.

Dneska si z něj uděláme kypřící prášek do perníku. Zdravý, dobrý, do zásoby, a hlavně ten nejvoňavější na světě!

Budete potřebovat:

- 5 lžic škrobu
- 2 lžice jedlé sody
- 1 lžici vinného kamene



- 1 lžici kakaa
- 1 lžičku skořice
- 3 lžice rozdrčeného, přesátého koření ve složení:
 - › 2 hvězdičky badyánu
 - › 4 kuličky nového koření
 - › 4 hřebíčky
 - › 1 lžičku anýzu

Připravte si ingredience a nějakou skleněnou dózu s pevným víčkem. Začněte škrobem.

Přidejte jedlou sodu, vinný kámen, namletý na prášek ☺, kakao, skořici. Koření rozdrťte na jemno v hmoždíři. Přidejte k práškům za použití sítka. Uchovávejte v chladu, suchu. Používejte do pečení perníku, tak jak jste zvyklí.

Hypoalergenní prášek na bílé prádlo

Ekologický hypoalergenní prášek na bílé prádlo, který vás bude bavit snad ještě víc než praní samotné!

Budete potřebovat:

- 30 g pracího mýdla
- 150 g perkarbonátu sodného
- 5–8 g TAED
- 50 g kuchyňské soli
- 800 g práškové sody na praní

Vše smíchejte a zakápněte éterickým olejem, uchovávejte v dóze, kam se vám nedostane žádná vlhkost.

Dávkování na 1 praní – 1 velká polévková lžice.





Naší nejlepší **OCHRANOU** je práce na **SOBĚ**

Je potřeba si dělat v životě ochranu? Proč a z čeho se cítíme ohroženi a máme strach? Co všechno obsahuje pojem „práce na sobě“? Ochrana jako otázka sebezrovoje a pomoci.

text: Mgr. Blanka Demčáková foto: Shutterstock.com

A si každý z nás potřebuje v životě cítit jakousi podvědomou posilu, oporu, jistotu, že jsme ochráněni a chráněni, že jsme v bezpečí. Zejména ve chvílích, kdy se cítíme bezradně, vystrašeně, opuštěně, zranitelně, slabě... Co člověku ale může být tou pravou ochranou v hodině nouze i celkově v životě?

Setkávám se s tím, že lidi mají potřebu si dělat ochranu. Mnozí z nás se spoléhají na různé věci a metody: nosí oblečení černé barvy, mají u sebe ochranné kameny a minerály, různé symboly a amulety, talismany, které ze sebe nedokážou shodit (někdy to hraničí až se závislostí), vyhledávají ochranné rituály, dělají si ochranné bubliny a štíty, používají slovní afirmace, pozitivní směřování myšlenek, vykaží si, nechávají si tak od druhých odstup, aby si nemusí ničit energii... a mnoho dalšího by se tu

dalo ještě vyjmenovat.

Ano, toto všechno nám do jisté míry může být jakousi podporou a nápomocí, může nám dodat pocit jistoty a neohroženosti, ale jde o pomoc jenom velice chabou a slabou, protože jsou to jenom věci, názory, domněnky, myšlenky – které jsou produktem hmotného rozumu. Neexistuje přece jen něco jednoduššího, co by nám zaručilo jakousi automatickou a tu pravou ochranu bez toho, abychom na ni museli cíleně myslet, vytvářet ji a zároveň si ji strážit?

Pokud si člověk potřebuje dělat ochranu, tak má v sobě zejména strach a pochybnosti. A kdo má strach, tomu chybí důvěra v sebe a víra. Strach způsobuje, že se jím necháme paralyzovat, oslabovat a dobrovolně se tak vlastně zbavujeme své ochrany. Pozor! Strach ale může být i opodstat-

něný, nemusí to být jenom špatná emoce, pokud je pro nás výstrahou a varováním, že nám něco hrozí. Důležité je umět rozlišovat přicházející impulzy a podle toho konat. Tedy pokud nám přijde vnitřní pokyn, že máme být ostražití, tak jej poslechneme a podnikneme k tomu potřebné kroky! Nepochybujeme, že pomoc vždy přijde v pravou chvíli, nikdo z nás není bez ochrany. Čistota našeho nitra (chtění a úmyslů) ji dokáže přitáhnout, a to silou a intenzitou jí vlastní. **Ochrany musíme být hodni!**

Jak se ale připravit na zvládnutí nepředvídané okolnosti či bolestivého období? Co bychom měli v sobě rozvíjet, abychom se v životě nehroutili ve stavu opuštěnosti a bezradnosti?

Kdo by hledal odpověď na tuto otázku a domníval by se přitom, že si vystačí s rozličnými zaříkávadly a kouzly nebo vyčtený-

mi a naučenými moudrostmi, opakováním afirmací a podobně, trpce by se mýlil. Nic z toho nedovede vytvořit skutečnou ochranu pro duši člověka v hodině nouze, protože nic z toho není dostatečně duchovně živé. Dokonce ani úsilí o uvěření v Boha (ke kterému v nejtěžších chvílích nakonec voláme) či náboženská příslušnost. Jak se říká: „Pomoz si, člověče, i Bůh ti pomůže,“ tj. máme se naučit se spoléhat sami na sebe, požádat o sílu, abychom to zvládli sami za sebe.

To, co může pomoci a ochránit člověka před jeho těžkými životními obdobími, je nalezení vlastní pravé duchovní hodnoty a její neustálé rozvíjení! Nalezení sebe sama v duchovním smyslu je také možné nazvat zdravou sebeúctou. Síla sebeúcty je spojená s radostnou prací ve smyslu pokorného úsilí o nejvyšší možnou vlastní niterní čistotu, čestnost a spravedlnost. Jen vynaložené úsilí o sebezuschlehtění a dobro dává člověku právo přijímat pomoc v nouzi!

Naší nejlepší ochranou je práce na sobě, to, jak životem uvědoměle kráčíme, poznáváme sami sebe, rozvíjíme své schopnosti a sílu svého ducha k naší radosti i k prospěchu okolí.

Podstatnou součástí práce na sobě je **uvědomovat si svoji nedokonalost** – nedostatky, slabosti a strachy – a pracovat postupně na jejich oslabení, abychom jim už nedovolili nás ovládat. Nebojme se jít do nových věcí, zbavovat se (mnohdy jen pod vlivem bolesti) všeho starého, nahradíme je s láskou k sobě, tvořivým a radostným úsilím, překonáváme sebe sama a uvědomujeme si zároveň, kdo jsme – tj. přiznáme si, čeho všeho jsme schopni, když jen chceme.

Čím víc se někdo chová lhostejně, je pohodlný a hledá si tu nejjednodušší cestu (rozumu), tím více oslabuje svoji osobnost. Ano, **práce na sobě bolí**, protože tme do živého, posuny a překonávání sebe sama jsou náročné. Zbavit se neužitečných, starých, mnoho let zaužívaných postojů a vlastností, které se tím, jak dlouho je už žijeme, staly součástí naší duše, je někdy extrémně těžké a jejich vykořenění nám dává pořádně zabrat (např. na to, aby se nám nevracely energetické proudy nenávisť, potřebujeme jich být zbaveni, aby se jejich síla nemohla v nás ukotvit, neměla živnou půdu). Ale věrme, že úsilí stojí za to, přinese nám to nové, vybělené roucho pro duši, ve kterém se nám kráčí už mnohem lépe a lehčeji. A kdo by ho nechtěl ☺.

Další součástí práce na sobě je **rozvíjení našich schopností, talentů a darů**. Rozvíjíme to, co nás baví, zpětnou vazbou pro nás je jenom náš vnitřní stav. Mnohdy zapomínáme na to, co chceme, co nás těší, zapomínáme na sebe.

Měli bychom se stát vnitřně pevnějšími, poskytujícími svoji osobností přirozenou



Další součástí práce na sobě je rozvíjení našich schopností, talentů a darů. Rozvíjíme to, co nás baví, zpětnou vazbou pro nás je jenom náš vnitřní stav.

ochranu ostatním lidem, dokážeme tak být oporou pro své okolí. Pevný a zralý člověk dává možnost načerpat sílu duchovního druhu každému, kdo se přiblíží do jeho blízkosti. Pokud jdeme do supermarketu, nechodme tam s předsudkem a potřebou ochrany, abychom o svoji energii nepřišli, ale užijme si nákupy a prozařme svojí energií všechny kolem nás, např. naštvanou prodavačku i třeba unaveného nakupujícího. Pozvedávejme a prosvětlujme ☺.

Pokud člověk **na sobě pracuje = rozvíjí sílu svého ducha**, stává se neustále citlivějším a vnímavějším, prožívá vše intenzivněji. A právě jeho bdělost a živost, je pro něj tou nejlepší ochranou – protože vycítí impulzy k němu přicházející, které ho varují před nebezpečím: lidmi, okolnostmi a situacemi, které mu můžou ublížit, ohrozit ho. Nenechá se tak vtáhnout do něčeho, před čím a kým je varován. Někdy stačí pouze okamžik, kdy jsme oslabenější (např. nablouzení, zoufalí, ustrašení, nevěříme si...), a právě v takových chvílích to na nás přes vnější okolnosti nejvíc útočí, aby nás to srazilo na kolena. Nenechme si vzít naši vnitřní sílu a snažme se dopracovat stavu, kdy jsme v napojení po celý den, naučit se to trpělivě a s důvěrou, protože na to jsme tu ☺, abychom dozrávali, jak semínko v hodnotnou květinu, která se bude líbit sama sobě, okolí i tomu, kdo ho stvořil.

I když děláme při své nedokonalosti mnoho chyb, tam nahoře vidí, jak se snažíme ☺, a to se počítá a jednoho dne dostaneme vyúčtování za vše. Snažme se

a žijme tak, abychom byli hodni pomoci, a věrme tomu, že v hodině nouze nám přijde vše, co potřebujeme, a způsobem, který bychom ani nečekali. Říká se: „Kde je nouze nejvyšší, je pomoc Boží nejbližší.“ Až stav našeho nitra je schopen přijmout vyšší pomoc.

Nezabývejme se příliš tím, jak se chránit, ale více se soustředme na to, jak můžeme druhým pomoci je obohatit, rozzářit. Pokud z nás bude sálat důvěra a bezpečí, ostatní reagují na naše nitro tak, že se nám taky přirozeně a s důvěrou otevrou, a konečně především můžeme poznávat stále více i sami sebe. Dejme lidem pocit, že se nás nemusí bát a chránit se proti nám, mít odstup od naší „důležitosti“, ale dejme jim šanci, aby se nám mohli otevřít, kdykoliv je potřeba.

Nechťjme být pro druhé autoritou, které se druzí bojí a vůči níž jsou odměřeni, ale snažme se, abychom se stali člověkem, který chce pro sebe a pro druhé jenom to nejlepší. Každý jsme tu sám za sebe, nejen za účelem vlastního vývoje, ale zároveň k užítku a povznesení okolí. Přeji mnoho úspěchů při práci na sobě ☺.



Mgr. Blanka Demčáková

Intuitivní terapeut osobního rozvoje centra AVASA,
www.avasa.cz



A co naši domácí mazlíčci?

V současné době moderní a rychle se rozvíjející odvětví alternativní a přírodní medicíny není již pouze pro lidi, ale velice dobře pomáhá i našim čtyřnohým kamarádům.

text: Ing. Hanka Nováková
foto: Shutterstock.com

Zvířata, na rozdíl od nás lidí, mají jednu velkou výhodu, a to, že netrpí předsudky. Díky tomu na ně alternativní postupy léčby zabírají poměrně rychle a efektivně. Na druhou stranu jsou odkázáni na svého majitele. A právě na jejich pánovi záleží, jaký postup léčby



bude zvolen při jejich případném onemocnění. Ti osvětlejší a empatičtější se snaží svému zvířecímu kamarádovi dopřát co nejkvalitnější péči, ale mnohdy ani oni netuší, že velké množství zdravotních problémů jejich zvířete lze řešit i alternativní cestou a že stejně tak jako u člověka je důležitá prevence.

Mezi alternativní metody,

kteří lze velice dobře aplikovat na zvířata, patří například řízená detoxikace pomocí bylinných bioinformačních JOALIS preparátů, Bachova květová terapie, homeopatie, Schüsslerovy tkáňové soli, frekvenční terapie pomocí plazmového generátoru, ale i spousta dalších metod a přístupů. Stejně tak lze zvířatům pomoci i různými technikami

pracujícími na duchovní úrovni. Například jsem viděla neuvěřitelné zlepšení chronického zánětu očí u dvanáctileté fenky jezevčíka po kineziologickém odbloku metodou „One Brain“ (pro práci při odblokování tohoto problému byl použit jako prostředník majitel zvířete). Dokonce jsem viděla papouška andulku, která se samovolně, spontánně a s naprosto přesným načasováním zapojila do právě probíhající rodinné konstelace, která byla na téma „Fobie z ptáků“.

Je důležité si také uvědomit, že i zvířata mají své strachy a obavy, že i ona mohou trpět stresem, falešnými očekáváními, ale i zklamáním. Toto bývá zřejmě nejčastější příčinou jejich chronických onemocnění nebo poruch chování, a proto je důležitá prevence. Stejně tak jako my lidé se snažíme o určitou duchovní a fyzickou očistu, tak to samé bychom

měli dopřát i našim čtyřnohým přátelům (samozřejmě v rámci jejich možností). Jako jednu z nejlepších, nejjednodušších a nejefektivnějších metod vidím detoxikaci pomocí informativních preparátů, které působí na fyzické i psychické úrovni zároveň. Zátěže v organismu zvířete lze zjistit buď z přinesených chlupů, ale mnohem lepší a přesnější je pracovat přes prostředníka, což je nejdělejší majitel zvířete.



Stejně tak lze zvířatům pomoci i různými technikami pracujícími na duchovní úrovni. Například jsem viděla neuvěřitelné zlepšení chronického zánětu očí u dvanáctileté fenky jezevčíka po kineziologickém odbloku metodou „One Brain“.

K tomu, aby celostní přístup byl skutečně celostní, je nanejvýš vhodné, v případě zvířecího klienta, řešit i jeho pána. Zvířata totiž často „přebírají“ naše problémy a trápení. Což svědčí o tom, že příčiny vyvolávající problém ovlivňují jak majitele, tak zvíře. Je opravdu obdivuhodné, kolik nemocí mívají pán i jeho zvíře společných. Setkala jsem se například s fenkou, která trpěla stejnými urogenitálními potížemi jako její panička, nebo se psem, který měl problémy se stejnými druhy plísni jako jeho majitel. Také jsem viděla ustrašenou, neustále se někde schovávající kočku, která měla majitelku trpící úzkost-

nými stavy, či psa trpícího na problémy se slinivkou stejně jako jeho pán.

Mnoho skeptiků a odpůrců celostní medicíny namítá, že účinek přírodních preparátů a alternativních postupů je vlastně placebo efekt. A právě na zvířatech, která žádné sugesce nejsou schopná, je krásné vidět, jak efektivní může být například informativní či frekvenční terapie, a že jim tento způsob léčby rozhodně „nejde

proti srsti“. Teď už záleží jenom na nás lidech, pro jaký směr se rozhodneme.

Srdečně Vás zvu se svými kolegy na den otevřených dveří dne 23. 11. 2016 do centra AVASA, Praha 8 (Florenc), kde se dozvíte více o detoxikaci a způsobu naší práce. Bude prostor a čas věnovat se Vaším případným dotazům.



Ing. Hanka Nováková
Detoxikační poradce
a terapeut centra AVASA,
www.avasa.cz, tel. 734 384 673

▼ INZERCE

avasa PROGRAM AKCÍ LISTOPAD



2. 11.	Můj život je zrcadlem...
středa	Mgr. Blanka Demčáková 18.00–19.30 300 Kč
3. 11.	Skupinová jóga
čtvrtek	Jana Najbrtová 07.30–08.30 200 Kč každý čtvrtek
3. 11.	Jóga pro seniory a invalidy ZDARMA
čtvrtek	Jana Najbrtová 09.00–10.00 zdarma každý čtvrtek
4. 11.	Diagnostika vlasů mikrokamerou a odborné poradenství
pátek	Ing. Jarmila Bokorová 9.00–18.00 350 Kč
4. 11.	Přednáška „Zdravé vlasy = ozdoba každé ženy“
pátek	Ing. Jarmila Bokorová 18.00–19.30 250 Kč
5. 11.	Školení – Aurvédsky koncept aktivování růstu vlasů Yelasai
sobota	Gianni Coria, Ing. Jarmila Bokorová 10.00–17.00 3 500 Kč
6. 11.	Život s Vyším já – KURZ Duchovní numerologie
neděle	Mgr. Blanka Demčáková 10.00–17.00 1 700 Kč
7. 11.	MILUJTE sami SEBE
pondělí	Dominika Kešnerová 18.00–20.00 299 Kč
8. 11.	Skvělý zrak bez brýlí
úterý	Bc. Jana Pozlovská 18.00–20.00 300 Kč
9. 11.	Zelené zdraví pro děti (ZDARMA)
středa	Marcela Neradová 10.00–11.30 zdarma
9. 11.	Očkování dětí a detoxikace
středa	Nikola Usvaldová 17.30–19.00 350 Kč
10. 11.	Celostní přístup k životu a zdraví
čtvrtek	Mgr. Markéta Juráčková, DiS. 16.30–19.30 300 Kč
11. 11.	KURZ SEBELÉČBY ZÁNĚTLIVÝCH ONEMOCNĚNÍ
pátek	Štefan Zakutanský 9.00–16.00 3 000 Kč
11. 11.	Úvodní večer Rodinné konstelace a psychologie předků
pátek	Dr. Alberio Valerio Verrea (Itálie) 18.30–20.30 zdarma
12.–13. 11.	Hormonální jógová terapie pro diabetiky
so-ne	Frída Gedeonová 9.00–17.00 2 500 Kč
14. 11.	Zelené potraviny nejsou lékem a přece uzdravují (ZDARMA)
pondělí	Marcela Neradová 18.00–19.30 zdarma
16. 11.	Karma člověka aneb Jak změnit svůj osud?
středa	Mgr. Blanka Demčáková 18.00–19.30 300 Kč
18. 11.	Detoxikace jako trvalé řešení zdravotních problémů
pátek	Kateřina Laurincová 18.00–20.00 250 Kč
21. 11.	Individuální léčivé sezení
pondělí	Jaroslava Šafratová 9.00–17.00 1 000 Kč
21. 11.	Přednáška ZÁKON PŘÍTAŽLIVOSTI
pondělí	Jaroslava Šafratová 18.00–19.30 200 Kč
22. 11.	Akutní infekce horních cest dýchacích – rýma, kašel, bolest v krku, ...
úterý	Ing. Hanka Nováková 18.00–20.00 250 Kč
23. 11.	DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ ve vánočním duchu
středa	10.00–19.00 zdarma
24. 11.	PŘEDNÁŠKA O OTOCÍCH A PODCEŇOVANÉ LYMFĚ
čtvrtek	Jitka Bičíková 19.00–20.30 399 Kč
25. 11.	Co říká Vaše Aura?
pátek	Ing. Nikoleta Zsigóová 17.00–18.30 150 Kč
26. 11.	Základy psychotroniky
sobota	Dana Ožanová 9.00–13.00 800 Kč
28. 11.	Individuální konzultace: focení a diagnostika AURY
pondělí	Ing. Nikoleta Zsigóová 10.00–17.00 950 Kč
28. 11.	RINGANA fresh_date – Krása a zdraví jdou ruku v ruce
pondělí	Mgr. Petra Kimmerová 18.00–19.30 200 Kč
29. 11.	Feng shui prakticky
úterý	Ing. Federica Marková 18.00–21.00 300 Kč
30. 11.	I podzimní melancholii si můžeme s čínskou medicínou užít!
středa	Ing. Martin Rezníček 18.00–19.30 200 Kč

Na všechny akce je nutné provést rezervaci místa předem na e-mail info@avasa.cz nebo tel.: 734 384 673

CENTRUM AVASA

Křížíkova 308/19,
186 00 Praha 8 Karlín (Florenc)
www.avasa.cz | info@avasa.cz |
+420 734 384 673

CZCHEM.cz

VÝRAZNÉ SLEVY, ŠPIČKOVÁ KVALITA



CESTOVNÍ SET CDS (CDS2)

Obsahuje:

- Chloritan sodný – roztok 300 ml
- Reakční plastovou nádobu
- Dávkovací lahvičku
- Hydrogensíran sodný – granule
- Silnostěnnou skleničku
- Plastovou odměrku 2×
- Testovací proužky na obsah oxidu chloričitého v tekutinách
- Praktický cestovní kufrík

950 Kč

Při nákupu nad 1 500 Kč poštovné **ZDARMA**



1× CHLORITAN SODNÝ – ROZTOK

300 ml + 2 lahvičky
s kapátký

480 Kč

3× CHLORITAN SODNÝ – ROZTOK

3 × 300 ml + 6 lahviček
s kapátký

1 200 Kč

5× CHLORITAN SODNÝ – ROZTOK

5 × 300 ml + 10 lahviček
s kapátký

1 500 Kč

HYDROGENSÍRAN SODNÝ – ROZTOK

33%
300 ml

280 Kč



**DMSO –
DIMETHYLSULFOXID**

250 ml,
čistota min. 99%



700 Kč

**CHLORINE DIOXIDE
HIGH GRADE SOLUTION**

100 ML (pro bělení textilu)

+ MĚŘICÍ PAPIRKY ClO_2



500 Kč

**KYSELINA
CHLOROVODÍKOVÁ**

– SOLNÁ 4%

(potravinářská kvalita)



280 Kč

NOVINKA

ANDREAS LUDWIG
KALCKER



ZAKÁZANÉ ZDRAVÍ
NEVYLÉČITELNÉ BYLO VČERA

**NOVÁ KNIHA
ANDREASE
KALCKERA
O MMS!**

Podrobné návody,
nové postupy, svědectví.

400 stran

380 Kč

SPECIÁLNÍ NABÍDKA

Kniha A. Kalcker + Chloritan sodný
roztok (290 ml) + kyselina chloro-
vodíková, 4% roztok (290 ml)
+ 2 kapací lahvičky **ZDARMA**

700 Kč



Tradiční čínská medicína

a její principy a praxe

... a máme tu listopad, procházky zbytky červeného, žlutého až zlatého šustícího listí, usínání přírody, kdy každým krokem máme pocit, že v tom tichu v lese někoho vyrušíme... A opravdu příroda severní polokoule má v úmyslu usínat. Co taky v těch chladných teplotách a krátkém denním svitu dělat, že? Milí přátelé, lehce si zopakujme, co od ročních sezón můžeme očekávat. Zkrátka kolem pěti hybatelů, pohybu Qi a vztahů Yin/Yang se celá „čína“ točí, a když vám tyto obrazy přejdou do krve, budete je více vnímat, cítit, než jenom o nich přemýšlet, o to snadněji najdete klíč k řešení svých nebo cizích dysbalancí. A taky vaše zahrádky potřebují doladit, po našich „odborných“ zásazích je občas nutno následovat přírodní zákonitosti. Ona to holt příroda umí lépe ☺.

text: Jiří Hötzel foto: Shutterstock.com

Dřevo vládne jaru (Malý Yang), ovlivňuje dráhy jater a žlučníku, je obdobím nových začátků a divokého, překotného růstu.

Větru. Je překotně bujaré, rozpínavé, nevyzpytatelné. Vládne hravost, netaktnost, zvědavost, zranitelnost. Je to období přirozené puberty. I příroda ji má. Každý rok. Nový život dostává podobu, tvar v podobě klíčku, kořene a stonku. Probíhá nejdynamičtější fáze roku. Fazolky mungo naklíčí z „pouhé“ vody, tepla a světla za tři dny do obřích rozměrů. Celá výživa přichází z Vody, která je dle pentagramu rodičkou Dřeva. Aby to Dřevo moc nepřehnal a nezarostla celá země býlím, je kontrolováno prvkem Kovu, který osekává, umravňuje přebujelost. Jako kovový voják odděluje použitelné od nepatřičného jak v přírodě, tak v lidské společnosti. Jako zahradník však nevyniká. Lidé s nadbytkem kovu mají na zahrádkách vše v liniích připomínajících meč nebo kolejnici. Pro „dřevěného“ zahradníka je ten pohled bída a utrpení

☺. Potřebujeme-li k novému projektu drahou energii, jaro ji nabídne, platí pro firmy i zamilovanost, ale bude to jízda, pánové, máte na to? A konce v tomhle čase? Ty nejčastěji vyšumí do prázdna. Klíčky, zelená zelenina, kratší doba vaření odpovídají jaru. Která chuť podpoří játra? Který smyslový orgán je pod jejich vlivem? Odpovědi najdete v předchozích dílech seriálu či ná povědě ☺. (kyseľo, o'ci!)



Když zahoří v létě (Velký Yang) **Oheň**, je všude radost, smích, nadšení – špička Yangu, který přináší vyvrcholení – nejvyšší stupeň aktivity. Plnou parou vpřed. Je **teplo** či **horko**. Všude plane široká paleta barev. Je čas transformace, vášnivého zapálení. Když tady něco začneme, bude to okázalé, naplňující všechna očekávání, taktéž ovšem ty konce. Jak víme, oheň je podporován energií Dřeva, nepřikládejme tedy do kotle přespříliš, aby neprohořelo víko – jak v jídle, tak v emocích. A kdo umí horko či rozpálený motor nejlépe zkrotit? No přeci Voda, plně funkční chlazení. Nic nového, že? Z chutí nám pomůže hořká chuť svými dolů stahujícími účinky. Osvěžující strava vyváží letní vedro. Výkladní skříň srdce, hlavně při diagnostice, je náš jazyk. Co na srdci – to na jazyku.



Přichází pozdní „babí“ léto s energií **Země**. Toto mezidobí je nejen fází sklizeně před podzimem, ale také časem určeným na vyrovnání a přípravu před všemi ostatními sezónami. Projeví se ve svých 18 dnech působení buď jako yinová období plná nečinnosti, očekáváním nového – leden před jarem, červenec před podzimem. Aktivní yangová aktivita dubna nás připraví na léto a stahující, ochranná energie



Ve starých časech lékaři využívali tato období pro léčbu těžkých chronických onemocnění. Objevuje se intenzivní energie plná reality, empatie, upřímnosti, návrat do centra.

října zase na zimu, která tedy zemědělsky začíná kolem 15. listopadu. Nám známá evropská data začátků sezón jsou tedy dle starých tradic již vrcholem konkrétního období. 21. prosince je Zima na vrcholu a již se někde v energiích planety blíží příprava na Malý Yang jara. V těchto mezidobích zvaných „dojo“ je vhodné „rituálně“ odkládat věci, myšlenky do „truhly“ a připravit se na novou přicházející energii. Ve starých časech lékaři využívali tato období pro léčbu těžkých chronických onemocnění. Objevuje se intenzivní energie plná reality, empatie, upřímnosti, návrat do centra. Je-li Země moc, kdo pomůže, abychom se nenechali totálně zasypat? Kontrolním prvkem je zde Dřevo, to svými prorůstajícími výhonky a kořeny zkpří ztvrdlý záhon našeho života. Například při typické depresi při oslabené energii sleziny. Slabou Zemi třeba poškozenou zmrzlinou a pívem z lednice naopak vyživí rodiče zrození z Ohně – srdce a tenké střevo. Zahřejeme a vypudíme **vlhko** a chlad. Jak jednoduché, že ano?

Podzim (Malá Yin) je výrazně **kovový** čas. Již jsem zmínil vojáka na zahradě. Jde tu přeci o pravidla, pevné zákony, vládu železné pěsti, o preciznost, slušnost i vysoký stupeň sebekontroly, často k pocitu nezastupitelnosti. Kdo má šavli nebo meč, může jasně oddělovat „zrno od plev“, čisté od kalného. Přesně jak to v těle umí tlusté střevo. Když to například z důvodů přetížení odpadky či oslabení partnerského orgánu plic nezvládá, nastává přehlcení našeho těla toxiny. Kov je oslaben. Ještě

může přitížit podzimní listopadové **sucho**, navíc umocněné pobytem u vzduchu vysušujících zdrojů tepla – radiátory, klimatizace apod. Začínáme-li s něčím novým v této době, může být rozjezd pomalý, objevují se konflikty s pravidly, která však vytvoří pevné mantinely a základy. Rovněž tak ukončování bývá tvrdé, zkrátka Kov je pevný, je zhutnělou rudou ze Země.

Zima (Velká Yin) v období **Vody** uskladňuje, zpomaluje, když v zimě cosi začneme tvořit, nebude to hned výrazně viditelné, naopak na konci budeme odměněni ziskem. K tomu nám pomůže lidská pevná vůle, charisma. Před zimním patogenem – **chladem** je třeba se preventivně chránit teplým oblečením, stravou, cvičením posilujícím energii ledvin a močového měchýře. Strach či potřeba jistoty ukazují na oslabené ledviny. Moc vody zvládne omezit jen Země, hlína, břehy omezující tok řeky. Nedostatek Vody, ledvin, můžeme doplnit přes posilu plic..., jejichž období právě nastává – listopad, listy jsou precizností Kovu odděleny, stávají se zbytečnými, Země třídila, Kov nemilosrdně „čistí“, není malicherný, jedná se o vyšší spravedlnost, v přírodě sem patří všechny nerosty, konečně i sklo, sucho a jím ohrožené plice a tlusté střevo. Občas vítr, chlad... Po vlhkém, dusném létě, podzim vysaje z větví a listů veškerou vláhu i živiny a přesune je ke kořenům, kde přečkají zimu, aby mohly zjara být použity k rašení. Plice může trápit smutek, máme tu keltský svátek Samhain, Dušičky, svátek Všech Svatých. Co tedy uděláme?

Jaké prostředky nabízí tradice čínské



medicíny? Cvičení, dietetická úprava, v případě překročení únosnosti na scénu přicházejí bylinky, akupunktura, masáže Tuina, baňky, moxování... Zdá se vám málo? Dobrá, pojďme si ukázat (a trénovat) pár příkladů.

Plíce řídí Qi a dýchání. Nadechujeme čisté (kyslík), vydechujeme kalné (oxid uhličitý), už víme, že Kov odděluje. Když se objeví dechová slabost, nedostatek dechu, celková slabost či tichý hlas, je ouvej, je třeba posílit plicní Qi. Jak? Nejsnáze nácvikem správného dýchání. Rozptylování a filtrace je další plicní aktivitou. Qi, krev i tekutiny jsou roznášeny po těle i na povrch pokožky za pomoci plicní energie. Není-li tomu tak, je tu ucpaní nosu, kašel, zahlenění. Energie plic má klesat dolů, pokud se tak nestane, nastává při vpádu škodliviny (viry, bakterie, sucho...) blokáce této funkce s dušností, kašlem, eventuálně pocitem plnosti na hrudi a chrapotu v krku. O těchto funkcích plic hovoří v kánonu Nei Jing: „Qi nebes je propojena s plícemi.“ Plíce jsou také horním pramenem Vody – se slezinou a ledvinami spolupracují na pohybu tekutin v těle: „Plíce jsou horním pramenem Vody.“ Ani si neuvědomujeme, že s každým nádechem a výdechem se hýbe i naše kůže. Sem na povrch plíce přináší tekutiny, živiny a tím je doplňována obranná energie těla Wei Qi. V opačném případě jsme snadno napadnutelní vnější škodlivinou prostupující kůží. Je pak suchá, loupe se, praská a svědí, objevují se ekzémy, lámou se vlasy, je tu zácpa ze sucha, dochází často k nachlazení. Dnes říkáme slabá imunita.

Na posilu všech těchto kumulovaných funkcí plic použijeme **hluboké dýchání do břicha s důrazem (prodloužením) na výdechovou fázi, aby zůstalo v plicích co nejmeně vzduchu. Dech je tichý, téměř nezatelný, frekvence se zpomaluje, dochází**

k hluboké relaxaci. Při nádechu povolíme bránici, až kam nám to břišní stěna a orgány uvnitř dovolí. Jednak se zvýší objem plic o polovinu a masírují se všechny orgány břišní dutiny, což vede ke zvýšenému odtoku zplodin a přítoku živin spolu s pročištěnou krví. Zkuste na začátku tři minuty a pak si postupně „dávky“ zvyšujte. Kůže se tímto způsobem značně lépe vyživovat, póry dobře dýchají, máme pocit umyté pokožky teplou vodou.

Už zkoušíte? Výborně. Co je důležité. Když se objeví smutek, například ze ztráty bližního nebo také nějaké oblíbené věci, zaměstnání, je třeba nějakou dobu truchlit, to platí samozřejmě nejen pro listopad. Jinak se v nás tato emoce zapouzdří a bude nám otupovat všechny emoce a pocity. Protože jsme v sobě umrtvili bolest, budeme umrtvení i v jiných oblastech. Vysaje z nás doslova energii. Principem smutku je, že se musíme něčeho vzdát, oddělit kalné od čistého. Díky této katarzi se můžeme očistit a pohnout zase kupředu a cítit se hluboce obohaceni, šťastni.

„Nadpřirozené síly podzimu dávají vzniknout na Nebesích suchu a na Zemi rodí kov. V těle utvářejí plíce a pokrývají tělo kůží. Vytvářejí nos, bílou barvu, palčivou chuť, dále žal a v hrdle probouzejí zvuky nařikání.“
Nei Jing

Jak oni to kouzelně uměli vyjádřit.

Dietní úpravy jsou také kouzelné, obzvlášť když jsou chutné. Ostrá, pikantní chuť pomáhá plicím v rozptylovací funkci. Současně zamezuje množení bakterií. Rozptýlí také chlad a stagnaci z něj vzniklou – použijeme koření při nachlazení. Nabízí se **závorový čaj z čerstvého závoru nebo svařené víno**. Sucho v plicích či tlustém střevě zvlhčíme **vlhkou neloupanou rýží**. Bílé pochutiny jako **květák, celer a černá ředkev** (po oloupání je také bílá ☺) podporují element kovu v plicích. Chlad nám pomůžou vypudit **ředkev, pórek, cibule, křen, malinko ostrého koření (chilli, česnek, závor atd.)**, masové vývary, zeleninové polévky s luštěninami s výše zmíněnými zeleninami. Kyselá chuť pomáhá uzavřít póry před chladem. S příliš kyselým (víno,



jablko, brokolice, špenát, grapefruit) to však nepřeháníme, nastala by zvýšená stimulace jater, které by mohly potlačovat Qi plic. Nezapomínáme na bohaté výživné snídaně. Stísněnost podzimu, která se přenáší na játra, nám pomůže eliminovat celodenní popíjení čaje z květů růže nebo chryzantémy. Vhodná je i podpora srdce pro duševní pohodu pomocí pšenice a liči. Dále jsou skvělé vlašské ořechy, rybí maso. Specialitou jsou **hrušky**. V případě sucha zvlhčí plíce, utiší žízeň, pomůžou při zácpě, kašli, astmatu, současně odstraní vlhkou horkost či oheň vnitřních orgánů. Rozpůlíme hrušku, 15 minut ohříváme v páře. A pak... ji sníme. Vzhledem k suchému období a z toho tendenci k přehřátí sušších orgánů, jsou k výživě vhodnější chladnější druhy mas – kachní, králíci. Hovězí či skopové by mohlo při současném nedostatku yinu, tekutin, zadělat na vnitřní oheň!

Kaše z oloupané ředkve uvařené ve vodě, do které po uvaření přidáme med a po ránu konzumujeme po dobu 20 dnů! Co umí? Uvolní tok Qi (posila plic), odstraní nadýmání, pročistí horkost, stlačí oheň, svažuje plíce, pročistí suchost. Téměř dokonalý pomocník pro listopad a okolí ☺.

Mějte se nejen o svátcích duší báječně. Přeju pevné zdraví a dobrou chuť ☺.

Škola reflexní terapie – 1. stupeň
Praha, Centrum Altán
21.–22. ledna 2017

Jiří Hötzel

Jiří Hötzel
praktik TČM, reflexolog
asistent kraniosakrální
biodynamiky, praktik SRT
pořádá přednášky, semináře,
workshopy
www.medicinman.info



Pod pokličkou Koldína

Nedávno jsem na semináři jednoho německého hailpraktikera slyšel větu, která mnou velmi zarezonovala: „To nejlepší, co můžete udělat proti nemoci, je udělat něco pro zdraví.“ Lépe bych posláni Koldína nevystihl.

text a foto: Lukáš Bulín

Nemoc (chronická) je často vnímána jako vetřelec zvenčí, proti kterému je třeba bojovat. Pokud máte vysoký krevní tlak a dostanete antihypertenziva, nejste vyléčeni, jen Vám lék po dobu svého působení upraví tlak krve na normální úroveň a Vy jej pak musíte brát po zbytek života. A když jej vysadíte, tlak Vám zase vylétne vzhůru. Na stejném principu funguje „léčba“ astmatu, epilepsie, ekzému, bolesti, zvýšené hladiny cholesterolu, migrén, deprese, nespavosti a mnoha dalších chronických (zvaných nevyléčitelných) onemocnění. Ve všech případech je založena na **potlačování symptomů** a dlouhodobém, často doživotním užívání léků.

S oblibou toto přirovnávám k situaci, kdy v pilotní kabině letadla začne blikat nějaká kontrolka. Pilot má v podstatě dvě možnosti – kontrolku vyšroubovat, aby ho nerušila, anebo pátrat po poruše a tu opravit, aby kontrolka přestala blikat. Všechny léky, které potlačují symptomy pacienta (bolest, horečka, ekzém, nespavost, astma, alergie atd.) jsou vlastně jen vyšroubováním blikající kontrolky, aby od ní byl pokoj. Troufli byste si to udělat v letadle?

Náš pohled na nemoc je zcela odlišný. Nevnímáme ji jako nepřítele, proti kterému se musí bojovat. Je pro nás projevem vnitřní nerovnováhy, zkaženého „terénu“, voláním organismu o pomoc. Symptomy jsou pak vodítkem, jakým směrem se vydat...

Často pro naše pobyty používáme výraz „detoxikační“, ale detoxikace jako taková je jen jedním z pilířů, na kterých naše centrum stojí.

V moderním pojetí holistické medicíny se dnes hojně pracuje s tzv. **psycho-neuro-endokrinně-imunitní osou**. Vyváženost a rovnováha tohoto citlivého systému je dalším z důležitých pilířů, na který se v Koldíně soustředíme. Všimněte si, že imunita, kterou je dnes tak populární posilovat různými přípravky, je až na konci. Dokud nebudou v pořádku nadřazené systémy, samotné posilování imunity nepovede k očekávaným výsledkům. Součinnost všech aspektů této osy vytváří v těle to, co Béchamp nazýval Terén, naše vnitřní



prostředí. A od jeho stavu se pak odvíjí schopnost vylučovat toxiny, opravovat poškozené buňky a tkáně a také to, jestli se u nás „líbí“ plísňím, virům, bakteriím a parazitům. Jejich samotné hubení bez práce s vnitřním prostředím není řešením, protože se mají kam vracet a rádi to dělají.

Další oblasti, kterým věnujeme velkou pozornost a péči, jsou **syndrom propustného střeva** a **chronický zánět**, které spolu ve velké míře souvisí. Propustné střevo je přímou cestou do organismu pro různé patogeny, toxiny a odpadní látky, které nás postupně otravují, zatěžují a vedou k začarovanému kruhu, kdy je vysílen nervový a imunitní systém, což vede ke snadnému osidlování patogeny a tvorbě infekčních ložisek, která pak produkují vlastní toxiny, jež dále oslabují naše systémy a způsobují propustnost a poškození dalších tkání. Tento kruh se snažíme přerušit hned v několika jeho místech za pomoci různých ná-

strojů a metod.

Vytvořili jsme komplexní holistický program, který kombinuje různé techniky a postupy alternativní medicíny a není založen na potlačování symptomů, ale řešení opravdových příčin. To ve výsledku vede k nastartování samoléčebných schopností a obnově zdraví.

Pokud byste chtěli nahlédnout pod pokličku Koldína hlouběji, připravili jsme pro vás podrobnější popis našeho programu a všech používaných procedur, i s vysvětlením jejich významu a propojení. Najdete jej na www.teloaduse.cz/ podpoklickou.

Váš Lukáš Bulín

Lukáš Bulín, M.D. (A.M.)
Terapeutické centrum
TĚLO A DUŠE v Koldíně
www.teloaduse.cz





**Divoce rostoucí
broskvoně získáme
zasazením pecek
jakýchkoliv broskví.
A z těch nejlepších
co nám vyrostou,
vezmeme pecky,
vysadíme je,
a získáme další
stromy plodící
broskve a pecky....
Život může být
krásný, chutný
a docela snadný.**

text a foto: Jaroslav Svoboda

Divoce rostoucí BROSKVONĚ

Každý rok musím psát a šířit ódy na semenáčové broskvoně. Zasadil jsem jich mnoho – z pecek – na vlastních i cizích pozemcích, dokonce mám na svědomí i několik broskvoní ve volné krajině. Nejsou invazivní, potulného poutníka potěší. Všechny rostou a plodí, bez jakékoliv další péče. Nikdy, doslova nikdy, se mi nepodařilo vypěstovat nic „planého“ nebo nechutného.

Broskvoně jsou v tomto ohledu naprosto dokonalé. Již třetím rokem mají první plody, pátým rokem jsou obsypané, jsou odolné a zcela soběstačné. Nesudte je však podle těch úplně prvních plodů, někdy mohou být malé, nebo něčím napadené. Mladý stromek ještě nemá tu sílu, aby zaplodil tak, jak bude v dospělosti. Po dětech a teenagerech také hned nechceme nějaké světoborné výkony. Stromek nejdříve vytváří „dřevo“ a hluboké kořeny, první plody jsou jen tréninkové. To platí u všech ovocných semenáčů. Lidé je v této době obvykle vyhodnotí jako nekvalitní, a uříz-

nou je. Velká chyba! Obvykle po dvou až třech letech plození se objeví úroda té správné velikosti a kvality.

Léto 2015 bylo extrémně suché. Do konce břízy a topoly ve větrolamech nám v srpnu téměř opadaly, ztratily většinu listů. A to i v kvalitní půdě. A semenáčové broskvoně, rostoucí na mírném suchém jižním svahu? Nejen, že neopadaly listy, ale udržely si i plnou zásobu plodů. Ranější normálně dozrály koncem července, pozdější až v září a říjnu, jak bývá zvykem. Při podzimních deštích se donapily a úroda byla obrovská. Je to díky jejich hlubokým kulovitým kořenům, které mají pouze stromy pěstované ze semene. Prapůvodní broskvoně byly keřovité a rostly v čínských velehorách. Naše broskvoně ze semen šlechtěných odrůd budou mnohem chutnější než dávní předci, ale podstata jejich růstu bude podobná.

Roubované odrůdy broskvoní jsem na tomto pozemku také na zkoušku vysazoval mnohokrát – ale ty vždy spolehlivě a se

ctí umřely. Nemám z nich ani jedinou, z asi dvaceti pokusů, které zahrnovaly i „velmi odolné speciality“. Mohu je doporučit v našem kraji (Severní Čechy, Českolipsko, 300 m n.m.) pouze do chráněných zahrad, někde k jižní zdi. Semenáče, na rozdíl od nich, bujaře plodí i na otevřené planině s neúrodnou půdou, dokonce rostou lépe než naše původní pionýrské stromy. A mimochodem, kvetoucí broskvoně na jaře patří mezi nejkrásnější dřeviny na pozemku.

Meruňky mi tu bohužel tak dobře nejdou, semenáčové meruňky mi několikrát zaplodily, ale v zákeřné zimě 2011 mi většina odumřela (v teplém průběhu zimy začaly rašit a v následné tuhé mrazě nepřežily). Možná přispěly i myši svou prací u kořenů (máme kolem hodně polí). Broskvoně mi naopak přežily všechny. Momentálně roste nová generace meruněk ze severských semen, tak uvidíme. Na mé bývalé zahradě u Mladé Boleslavi, vedle zdi domu, byly úrody meruněk velké kaž-

dý rok. V teplejších oblastech samozřejmě meruňky prospívají skvěle, roubované i semenáčové.

A choroby? Ze semenáčových broskvoní, které přežily úspěšně dětské stadium, jsem zlikvidoval jen jedinou, která od mala začala být kadeřavá. Ostatní tím většinu let netrpí, pouze jednou za pár let je nějaké nevhodné jaro, a listy se u některých mírně kadeří. Nijak to neošetřuji, přejde to samo, narostou nové zdravé listy. Jiné roky se nekadeří nic. Na slupce některých plodů, zvláště těch žluto a zelenomasých, se objevují drobné tmavé flíčky, jsou-li větší výkyvy počasí. Na vnitřní kvalitu plodu ani na jeho chuť nemají tyto estetické vady žádný vliv. Tím chci říci, že semenáčové broskvone se projevily jako velmi zdravé a odolné. Chemické ani žádné jiné postřiky na svých hektarech nikdy nepoužívám na nic. Vytvářím přírodní harmonii a „šlechtím“ na odolnost.

Všeobecně doporučuji opustit styl zahrádkářství, kdy si člověk myslí, že stále musí vše bedlivě sledovat a každou věc ihned řešit. Je lepší si pořídit velký (nejlépe hektarový) pozemek, sázet si, co se vám líbí a co vám chutná, a mít takové nadbytky, že ztratíte chuť řešit každou blbost. Příroda mezitím provede selekce a to nejlepší pro všechny zúčastněné vám zůstane. Pokud něco přece jen nevyjde dobře a nechcete to dále pěstovat, můžete to uříznout. Garantuji vám, že většina stromů ze semen bude plodit skvěle. Ty nejlepší budeme semeny množit dále, jako naši předci, a získáme tím další skvělé místní odrůdy. Zbytek času můžeme jen nechat přírodu růst a radovat se z toho.

Nepotřebujeme pro své potřeby marketingově dokonalé plody za každou cenu. Tento odlehčený přístup je nejlepší lék na každou zahradnickou fobii.

Tuto nutkavou psychózu neustálého vyhledávání a doslova vytváření problémů (zahradní a zemědělskou sterilitou a disharmonií) lidem do hlav během minulého století nasadili výrobci chemických postřiků, aby toho víc prodali. A zahradnické školy se toho chytily, aby měly co učit a aby podpořily průmyslové trendy. Přitom by stačilo říkat například: „Sázejte pecky a nic neřešte! Za pár let budou broskve.“

Většina semenáčových broskvoní roste v první etapě života spíše keřovitě, košatý stromek se z ní stane až v druhé polovině života. Nikdy tyto stromky nestříhám, ani neupravuji jejich růst. Řezné rány by jen vpustily do jejich těla choroby a zásah do koruny by porušil přirozenou harmonii. Nikdo jiný než strom sám neví lépe, jak má růst! Výjimkou je případ, když se pod tíhou úrody nebo ve vichřici nějaká větev nalomí, což se děje i v přírodě. To ji holt potom zakrátím před místem lomu, nebo celou uříznou u kmene, dle situace.



U jabloní, hrušní, třešní a jiných větších ovocných druhů může být vhodné odstříhávat u kmene všechny spodní větve až do výšky člověka, jak stromek roste, aby vznikl tzv. vysokokmen. Je to kvůli místu pod ním, dá se pod ním chodit, sázet trvalky a keře, větve nepřekáží. Na velkých pozemcích, kde místo šetřit nepotřebuji, ani toto nedělám. Nikdy žádnému stromu nezakracuji vrcholový (terminální) výhon, ani nikdy nestříhám větvíčky v polovině nebo třetině jejich délky – buďto uštíhnout celé, nebo vůbec. Jinak se strom začne zahušťovat a naruší se přirozená skladba větví, kterou si sám vytváří.

Zde v severních Čechách jsou broskvone stromy relativně krátkověké, počítám s životností kolem 20 let. V teplejší oblasti mohou být mnohem větší a žít déle. Čím je lokalita chladnější, tím to bude obrácené, a musíte vybírat chráněnější a co nejslunnější stanoviště. Z těch nejlepších si znovu vezmete pecky a sázejte průběžně nové stromky. Každou generaci se lépe přizpůsobí vašemu pozemku, půdě a klimatu.

Zajímá vás, odkud jsou původem mé zázračné broskvone? Kde se berou elitní pecky pro divoké výsadby? Pašují se tajně z neviditelné Atlantidy, nebo jsou

ze speciálního e-shopu? Ne. Jsou z tržiště, z chodníku, vplivnuté na odpočívadlech u silnice, ze supermarketu, z pláže Máchova jezera, od přátel... Ano, můžete zasadit pecku z jakékoliv broskve. Čím různější, čím větší rozmanitost genů, tím lépe. Pokud v sobě nedokáže probudit odolné a zdravé geny, příroda to vyřeší za vás, prostě nevyklíčí, zahyne po vyklíčení, nebo zmrzne v prvních letech. Pecky jsou zdarma. I když vám z dvaceti pecek vzejde jedna krásná broskvoň, nemáte co ztratit, pořád je to enormní důvod k radosti.

Díky velké rozmanitosti zdrojů máme broskvone různých tvarů a různé bujnosti, a také plody se značně liší. Letos jsme sklízeli broskve s růžovou dužninou, a také takzvané bělomasé a žlutomasé. Některé z nich mají zvenčí slupku zelenou i v plné zralosti, jiné žlutou nebo žíhanou. Ty zelené bývají známe pod názvem „vinohradnické broskve“. Ty obvykle mají nejméně výraznou chuť, méně šťávy, ale hodně hmoty. Nejaromatictější a nejšťavnatější bývají ty růžovobílé. Každopádně se všechny mohou křížit a vznikat nové kombinace. Je to velmi dobrodružné a velmi chutné.

Co s takovou úrodou? Jíme je hned ze stromu nebo zpracované, vždy však sy-



rové. Kombinace: broskve, jablka, hrušky, aronie nebo jakékoliv jiné plody a silný mixér nebo odšťavňovač = lahodné smoothie nebo čerstvá šťáva = cesta k ideální ovocné snídani, očistě těla, dodání vitamínů a minerálů, zlepšení trávení. Ovoce jíme zásadně ráno a dopoledne, nalačno, dokonale se stráví, nekvasí v těle (což se děje, když se zasekne ve střevech o nějaké předchozí hutnější jídlo). Ovoce tepelně zpracované se stává kyselinotvorným a neobsahuje už své hlavní prospěšné složky. Proto kromě syrového zpracování na šťávy, smoothies nebo jiné raw dobroty, což znamená využití okamžité nebo v rámci několika dnů, je možné ho ještě sušit nebo fermentovat na nápoje. Mražení je méně vhodné, ale stále lepší než zavařování. Mražené vypeckované broskve házíme do smoothies s čerstvým ovocem v jiných obdobích roku, hlavně začátkem léta, místo ledu. Pak i obyčejný rybízový mix chutná jako tropická delikatesa.

Tip na uskladnění ovocných šťáv: Čerstvé šťávy lze nalít do lahví, co nejplnější, do hrdla nacpat přesně ořezaný kus křenu, nebo nastrohaný křen zamotaný v kusu látky, a láhev důkladně zazátkovat. Je dobré k tomu používat kvalitní tlakové skleněné lahve s patentním uzávěrem (zátky na drátkách). Bez jakékoliv tepelné úpravy vydrží v chladnu pro pozdější použití, někdy i měsíce. Možná lehce nakvasí, budou mírně perlit, ale nezkazí se. Z počátku je dobré s tím trochu experimentovat, u špatných lahví hrozí bouchnutí, tak je skladujeme raději v nějaké nádobě, aby

to případně neteklo po podlaze. Plastové lahve nejsou ideální kvůli látkám, které se luhují z plastu.

Nemusíte sklídit a zpracovat vše, co se vám urodí. Divoká zvířátka na pozemku a mikroorganismy v půdě se o přebytek rádi postarají. Stane se z toho úrodný humus, žádné choroby se nešíří. Základem musí být, že máte pod korunami stromů živou zahradu, s živou půdou, nikoliv chemický golfový trávník. Na něm to může ležet a hnit celé měsíce. Nám s přebytek veškeré sezónní úrody pomáhají účastníci našich výukových akcí, ale ještě více nám pomáhají domácí zvířátka – naši dva velcí psi (milují zeleninu i ovoce od malička), naše kachny a slepice také nemají problém zpracovat libovolnou dávku přebytků.

Z většiny semenáčových broskvoní se stávají stromky pozdní, tedy jejich plody dozrávají na podzim. Jen malé procento je rané, to jest s dozráváním v létě. Kdykoliv se tedy vyskytne ze semene raná broskvoň, její pecky považuji za velmi vzácné. Jednu takovou ze semínka máme v centru, kde pořádám kurzy, a účastníci letních seminářů si odvázejí domů nejen chuťový zážitek z dokonalé broskve, ale i velmi speciální pecky. Logickou variantou, jak dosáhnout ranosti u semenáčových broskvoní, je vysévat co nejvíce pecek nasbíraných z raných roubovaných odrůd a selektovat.

Jak se pecky vysévají? Máte vícero možností – natlouct ihned po získání pecek do země kůl, a kolem něho je zahrabat do země, několik cm hluboko (2 až 10 cm). Lze je natloukat do země i kladivkem.

Nebo prostě podpatkem zašlápnout pecku právě dojedené broskve do kypré půdy, na slunném místě, kde může trvale růst. Můžete je vysadit do květináčku a dát na zimu do lednice, nebo do chladného sklepa (ochránit proti myším!). Ve všech případech se jedná o to, že semena musí projít několikaměsíčním obdobím chladu, jinak by nevyklíčila. Říká se tomu stratifikace. V březnu je můžete vyndat z lednice/sklepa a postavit i s květináčky v bytě za slunné okno, začnou klíčit a růst. V květnu po posledních mrazech mladé rostlinky můžete dát ven. Ty, co byly celou zimu venku, si to rozplánují samy. Chráníme je jen proti okusu zvěří.

Výsadbu sazenic z květináčů na trvalé stanoviště můžete opatrně i s balem (květináčovou bábovičkou) provést už během sezóny, nebo na podzim, nebo je ještě další rok pěstovat v květináči a zimovat je v bezmrazé místnosti, mírně občas zalít, aby neuschly.

Podrobnější popis a rozpis pěstitelských možností najdete na několika stranách v mé knize Kompletní návod k vytvoření EKOZAHRADY a rodového statku (str. 204–207). O semenáčovém sadu a divoké školce, v níž se pecky zatloukají do země kladivem, se dočtete na str. 96–99.

Závěrem bych vám ještě poradil, abyste každého, kdo vám řekne, že z pecek a jáderek vyrostou jen plané stromy, poslali s jeho radami... vysadit nějakou pecku a vypěstovat strom. Každá existující odrůda, s výjimkou několika mutací, vyrostla nejprve ze semene. Teprve potom ji začali množit vegetativně, roubováním (= klonováním), aby ji udrželi absolutně stejnou ve více exemplářích. Při generativním množení (ze semen) se míchají geny předků a vždy z toho vyleze něco trochu jiného. Jako u lidí. Samozřejmě ne každý semenáč bude plodit tak skvěle, aby se z něho stala světoznámá odrůda. Většina bude plodit dost dobře, některý bude grandiózní, sem tam nějaký bude plodit hůře. Fotky v tomto článku snad mluví samy za sebe. No a co, když některá bude mít plody menší? Každý z nás také nemusí být dokonalý podle hollywoodských standardů. I my, obyčejní lidé, si můžeme dovolit být sami sebou bez cizího posuzování! A můžeme to dovolit i svým stromům! Prostě si jen tak růst, vychutnávat slunce a plodit, když se nám chce...



Jaroslav Svoboda

Autor knihy Kompletní návod k vytvoření EKOZAHRADY a rodového statku. Vede semináře zaměřené na přeměnu malých i velkých pozemků v rajské zahrady. Hospodáří na několika hektarech bývalých polí, které mění k obrazu svému.
www.ekozahrady.com



ATHON7

PLASMA GENERATOR

*cena: 588 000 Kč vč. DPH
Pouze pro osoby s platným IČ.*

www.zapper.cz
www.zapper.sk

Konopí a byrokracie

Nastal studený podzim a předpokládám, že dnes už máte všichni svoji úrodu pod střechou, pravidelně ji kontrolujete, aby se v ní nerozšířila ošklivá šedivá plíseň, a těšíte se, až z ní vyrobíte léčivé produkty, které mohou krásně posloužit jako užitečné vánoční dárky. A to je zatím ten nejlepší způsob, jak opravdu využít potenciál, který konopí má, protože systémové řešení je dosud stále velmi (jemně řečeno) nepraktické, viz článek ředitelky spolku KOPAC, který objasňuje, jaká je současná situace v systému zdravotnictví. Druhá zpráva informuje, že se bude hledat nový dodavatel léčivého konopí, i přesto, že ten předchozí neudělal nic špatného, a nakonec si můžete přečíst vyjádření jednatele firmy Elkoplast, které bohužel ukazuje, že státní aparát je v celém procesu ta největší zába na prameni.

text: MUDr. Jana Budařová foto: Shutterstock.com

Ated' jen krátce připomínka k procesu zpracování. Proces dozrávání pryskyřice a proměna účinných látek v ní (tzv. dekarboxylace) trvá po sklizni, během sušení rostlin až tři měsíce, ale my víme, že je možné ho urychlit zahříváním materiálu. Důležitá je informace, že délka času se zmenšuje s použitou teplotou. Tedy pokud budete materiál zahřívát na 120 °C (více určitě ne, to už se účinné látky začínají odpařovat), je třeba cca 15 minut.

Pokud naopak budete zahřívát jenom na teplotu 80 °C, je třeba pár hodin času.

Ovšem i když dekarboxylaci vůbec neprovedete, ve výsledném produktu bude mnohem více kanabinoidních kyselin, které mají skvělý antibiotický efekt.

Takže pokud chcete vyrobit například zcela konkrétní mazání na běrcové vředy, tak neváhejte a kousky rostliny teď rovnou naložte do Alpy, domácí pánky nebo olivového oleje.

Optimální poměr je třeba 25 gramů palic na 0,5 litru tekutiny (v takovém případě, pokud bude vaše konopí obsahovat cca 10 % účinných látek, vyjde koncentrace mazání 1:200).

Zcela v pořádku bude, když místo 25 gramů jich dáte jen 15 nebo naopak třeba i 50.

Pokud nechcete rozdávat mazání, ale účinný antibiotický prostředek k vnitřnímu užití (například je skvělý u různých forem boreliózy), tak do půl litru oleje dejte palic ještě víc, třeba až 100 gramů.

K tomuto výrobku pak rozdávejte také jasné poučení k užívání, můžete třeba vytisknout některý z mých starších článků, kde jsem popsala základní zásady při užívání – <http://www.konopnadoktorka.cz/clanky-nova-regena/> – například článek z dvojčísla červenec/srpen 2014.

Konopí v Česku potřebují tisíce pacientů, nikoliv desítky
Zdroj: www.kopac.cz



Tisíce pacientů by možnost využití léčebného konopí uvítali. Problém je v tom, že její lékaři (prozatím) neradi předepisují. A spousta z nich ani neví jak.

V sobotu 17. září vyšel na serveru novinky.cz článek Václava Pergla „O léčebné konopí je v Česku desetkrát menší zájem, než odborníci očekávali“. Autor cituje Zdeňka Blahutu, ředitele Státního ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL), který uvádí, že si léčebné konopí v lékárně vyzvedne zhruba dvacet pacientů měsíčně, přičemž původní předpoklad byl 200 pacientů za stejnou dobu. Autor z tohoto faktu vyvozuje mylný závěr, že o léčebné konopí není v Česku zájem. Opak je pravdou: o léčebné konopí je zájem velký. Nemocí, jejichž trýznivé příznaky lze úspěšně léčit konopím, je celá řada: neurologická onemocnění (například bolestivé křeče u roztroušené sklerózy, třes u Parkinsonovy choroby), projevy alergie, astmatu, atopického ekzému, bolesti, nevolnos-

ti a život ohrožující zvracení u onkologických onemocnění, revmatické bolesti, neuropatické bolesti diabetiků a lidí po těžkých úrazech... Pacientů, trpících těmito chorobami a symptomy, jsou v Česku desítky tisíce. A velká část se o léčbu konopím zajímá.

Cannabis

Proč si tedy dosud do lékáren přichází pravidelně jen něco přes dvacet lidí měsíčně? Hlavní důvody jsou tři: pomalost byrokratického systému, nedostatečná informovanost lékařů a jejich individuální i institucionální nedůvěra k přírodním léčivům, a pro ty nejhůře postižené, invalidní, a tudíž sociálně slabé pacienty především, stále ještě vysoká cena konopí v lékárnách.

Léčebné konopí by totiž mělo být podle vší zdravotnické a ekonomické logiky i podle základních etických principů součástí českého zdravotnického systému jakožto standardní přípravek. A jako takové by mělo být plně hrazeno zdra-

votními pojišťovnami, podobně jako jsou hrazeny jiné účinné léky, které pacienti dlouhodobě užívají. Pro invalidní pacienty je právě nehrazení zdravotními pojišťovnami zcela zásadní bariérou v přístupu. Dohoda o podmínkách úhrady, k níž musí dospět všechny zúčastněné strany včetně SÚKL, je tak zcela nezbytným krokem k tomu, aby léčebné konopí v ČR skutečně léčilo.

Dosažení této dohody se nedá odhadnout: musí překonat jak byrokratické, tak informační bariéry. Byrokratický šiml je pomalý a informační vakuum i v odborných kruzích trvá – konopí má u mnohých ještě image rekreační drogy. Jsme rádi, že už se o konopí a jeho léčebných účincích mluví daleko častěji než dříve, ale pořád ještě to nestačí. Co tedy můžeme udělat?

Velká část zodpovědnosti leží na pacientech samotných i na veřejnosti. Pacienti mohou předepsání konopí k léčbě u odborných lékařů požadovat a otevřeně diskutovat. Pacientský spolek KOPAC pravidelně publikuje na svém webu i v tištěných publikacích informace o léčebných účincích konopí a pozitivních dopadech léčby. V březnu příštího roku proběhne v Praze již druhá mezinárodní konference na téma Léčebné konopí a kanabinoidy, určená nejen pro vědce, ale především pro všechny zdravotníky a lékaře a v neposlední řadě pro vysoké úředníky a politiky. Na konferenci budou prezentovány nejnovější vědecké poznatky a zkušenosti z nejlepší praxe používání léčebného konopí. Podporu konferenci vyjádřili domácí i světoví odborníci, kteří stojí pevně za tím, co představuje ideální stav a cíl našeho snažení: konopí dostupné všem potřebným, bez falešných nadějí i negativních emocí, s maximální informovaností všech stran. A těch potřebných je opravdu hodně. Pokud tedy chceme zůstat ukázkovým příkladem státu, který s léčebným konopím umí zacházet tak, jak o tom mluvil například ministr Němeček na půdě OSN, měl by stát odbourat bariéry, které tomu brání. A stát by měl také



zajistit, aby nejpotřebnějším proplácela léčebné konopí zdravotní pojišťovna. Stále problematickou dostupnost léčebného konopí nelze zjednodušovat a interpretovat jako nedostatek zájmu.

Opak je pravdou.

Hana Vágnerová
Ředitelka patientského
spolku KOPAC (Konopní
PACienti)

Lékový ústav hledá nového dodavatele konopí, za čtyři roky odebere 40 kilogramů

Zdroj: zpravy.e15.cz

Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL) vyhlásil výběrové řízení na nového dodavatele léčebného konopí. Firma, která v tendru zvítězí, by měla konopí dodávat po dobu čtyř let. Předpokládaná hodnota zakázky je 6,36 milionu korun bez DPH. Vyplývá to z údajů, které SÚKL zveřejnil ve věstníku veřejných zakázek.

Zájemci o zakázku se mohou hlásit do 25. listopadu. Podle přiloženého návrhu rámcové dohody bude SÚKL stejně jako dosud vykupovat konopí v baleních po deseti gramech a nejpozději čtyři měsíce po jeho sklizni. Pěstitel by měl dodat po dobu trvání smlouvy maximálně 40 kilogramů konopí, jehož jakost musí být ověřena kontrolní laboratoří.

Smlouva s dosavadním pěstitelem skončila minulý týden. Lékový ústav od bývalého dodavatele převzal jen 11,2 kilogramu z 41 kilogramů, které firma připravila. Důvodem byly spory týkající se certifikátů,

které by potvrzovaly jakost zboží.

Na první dodávku měla firma certifikát z nizozemské laboratoře. Certifikát ale podle SÚKL nezahrnoval kompletní rozsah analýz podle české legislativy. Pěstitel dostal výjimku, chystané další dodávky měl doprovodit potvrzením české laboratoře. Dodavatel později tuzemskou laboratoř našel, podle SÚKL ale certifikát stejně nevyhovoval české legislativě.

Tiskové prohlášení – k celkové situaci na úseku pěstování konopí pro lékařské použití v ČR

Na základě výběrového řízení jsme byli vybráni jako pěstitelé a byla uzavřena patřičná smlouva mezi naší firmou a SÚKL. Tato smlouva obsahovala jasné parametry, kterých se obě strany měly držet. Mezi jinými byl v tendru požadavek na kontrolní laboratoř, která by o kvalitě vypěstovaného konopí předkládala patřičný jednotný certifikát. Jelikož již v té době jsme měli zjištěno, že v naší republice takováto laboratoř neexistuje, uzavřeli jsme proto smlouvu s holandskou laboratoří, která pro tento účel měla potřebné povolení, které je uznáváno v EU, a tato laboratoř více jak 10 let tyto rozborů léčebného konopí prováděla. SÚKL s tímto souhlasil a my jsme se museli dle tohoto rozhodnutí řídit.

Po podepsání smlouvy, která toto stvrzovala, došlo v naší legislativě, ohledně konopí, k novelizaci vyhlášky a vešla

v platnost nová vyhláška, na základě které přestal být uznáván certifikát holandské laboratoře. Proto již pro první šarží, kterou jsme dodali, bylo námi, na žádost SÚKL požádáno Ministerstvo zdravotnictví ČR o udělení výjimky. Tato byla bez problému udělena (o všem existují patřičné dokumenty) a konopí bylo vykoupeno. SÚKL však prohlásil, že na další šarže konopí výjimky žádat nebude. Při předávání první dodávky SÚKL nám byl v podstatě podstrčen k podpisu dodatek k původní smlouvě, kde jsme podepsali, že další výroba KLP bude podle české legislativy. Toto jsme v dobré víře podepsali, jelikož jsme byli přesvědčováni, že se v podstatě o nic nejedná. Při podpisu tohoto dodatku jsme však ještě netušili, že laboratoř, která byla jako podmínka pro udělení licence, a to holandská, přestane být SÚKLEM akceptována. Dle našeho názoru, a nechť to posoudí i právníci, došlo k hrubému porušení smlouvy, hlavně ve směru k nutnosti mít smluvní laboratoř. Mělo zde dojít k nějakým právním úkonům, jako je přerušení smlouvy, zrušení tendru, tak aby její podstata byla dodržena.

Po zjištění tohoto stavu jsme začali usilovně pátrat po laboratořích v České republice, které by vyhovovaly nové vyhlášce. Nechci se rozepisovat o množství laboratoří, které byly osloveny a s jakými výsledky byla jednání ukončena. Jak jsem dříve uvedl, požádali jsme pomoc v této věci SÚKL, jelikož jsme předpokládali, že nám jde všem o stejný záměr a úspěch celého projektu. Pomoci jsme se však nedočkali. Na vlastní pěst jsme dál usilovně laboratoře přemlouvali, aby vstoupili do jednání o udělení patřičné certifikace pro posuzování léčebného konopí od SÚKL. Nakonec se nám podařilo najít společnou řeč s jednou laboratoří, a to E&H services, a.s., která v nedávné době obdržela patřičné osvědčení od SÚKL o certifikaci léčebného konopí jako první v ČR, která může vydávat kompletní certifikát o léčebném konopí. Této laboratoři byly předány vzorky všech

dalších nevykoupěných šarží pro jejich atestaci. Věděli jsme, že šarže č. 2 a 3 již nemohou být SÚKLeM vykoupěny, jelikož zde uplynula 4měsíční doba od její sklizně. Přesto však tyto šarže mají bezchybné certifikáty. Čtvrtá poslední šarže KLP, která obsahovala certifikát, jenž byl shledán bezchybný, ač jsme jej obdrželi, i při nejlepší vůli a snaze laboratoře až dne 5.10.2016, nebyla vykoupěna pouze proto, že jej společnost nestihla do tohoto data zabalit do 10g balení, vytisknout a polepit štítky s údaji uvedenými v certifikátu. Z tohoto je patrné, že certifikát jsme obdrželi poslední den smlouvy (5.10.2016), tedy v termínu, a požádali jsme SÚKL oficiálně o převzetí, že šarže není zabalená jsme SÚKL telefonicky informovali a bylo nám slíbeno, že bude určité provedena nějaká dohoda. Toto se však nestalo a pracovnice SÚKL u příjely na převzetí již s písemně připraveným prohlášením, že KLP z výše uvedeného důvodu nebude vykoupěno. Společnost

vyzvala SÚKL, aby takto zabalené konopí, splňující veškerá kritéria, převzal dne 7. 10. 2016 a SÚKL toto odmítl. Dle názoru našeho právního zástupce smlouva nabyla platnosti ne 5. 10. 2015, ale až 9. 10. 2015, kdy jsem osobně smlouvu převzal na základě písemného ujednání mezi SÚKL a naší společností, a měla by tedy trvat do 9. 10. 2016.

Jelikož jsme věděli, že poslední certifikát můžeme obdržet až poslední den smlouvy v cca 12 hodin, přesto jsme požádali SÚKL o převzetí poslední šarže. Jak již víte, SÚKL nám toto nepřevzal, jelikož jsme nedodrželi jeden z nejméně důležitých parametrů smlouvy, a to zabalení do 10g balení a polepení štítky.

Věříme, že pokud by šlo všem o zásadní věc, a to konopí pro „pacienty“, jistě by bylo možno konopí převzít v základním balení po 250 g, které by si distributor odvezl za dva dny zabalené do 10g krabiček. Toto se však nestalo. Závěrem musím konstatovat, že my

jsme zadání výběrového řízení splnili a do konce smlouvy vypestovali požadovaných 41 kg léčivého konopí s patřičnými vyhovujícími certifikáty. Jsme přesvědčeni a budeme to chtít dokázat popř. i soudní cestou, že zádrhely, které vznikly, nebyly naší vinou.

Jsme ochotni více jak 30 kg kvalitního a dobře uskladněného konopí (o čemž se SÚKL přesvědčil), které SÚKL vykoupit nemůže, darovat Českému státu pro potřeby, pro které byl tento tendr určen, a to k léčebným účelům.

Nová výběrová řízení, která jsou připravována a budou vyhlášena, určitě vítám, kvůli rozmanitosti léčebného konopí na přítomnost kanabinoidů, ale nechci, aby tato nová výběrová řízení byla spojována s tím, že naše firma konopí nedodala.

Na úplný závěr cituji výrok jednoho významného člověka, který dobře vystihuje, o čí zisky v této hře běží: „Z konopí, které lze pěstovat levně, můžete vyrábět nejen papír, ale také provazy, trvanlivé oble-

čení, a dokonce velice účinné léky. Konopí má široké použití a jeho pěstování je tak levné, že proti tomu bojuje velmi mocná zájmová skupina“.

Ing. Ladislav Krajča
jednatel Elkoplast
Slušovice s.r.o.



MUDr. Jana Budařová

Vystudovala fakultu všeobecného lékařství v pražském

Motole a potom 4 roky pracovala jako sekundární lékařka na dětské a dospělé psychiatrii v brněnských nemocnicích. V průběhu studií i lékařské praxe si zřetelně uvědomovala, že farmaceutické léky jsou pouze nedokonalým a povrchním řešením nemocí. Poté, co systém západní medicíny dobrovolně opustila, se setkala s informacemi o léčivém potenciálu konopí. Od té doby předává získané informace formou přednášek a individuálního poradenství. V současnosti je na mateřské dovolené a již nepřijímá nové konzultační případy. www.janabudarova.cz, www.konopnadoktorka.cz

▼ INZERCE

Uzdravte se rychle!

AVS přístroje, používané zejména pro psychickou kondici, jsou velmi účinné. Dokáží dodat klid v duši, zrychlit učení i vyléčit těžkou depresi. Proto si je kromě samoučivatelů pořizují i lékaři a celebrity.

Nasadíte si speciální brýle a sluchátka a na ovládací jednotce si vyberete program **Rychlé usnutí**. Zavřete oči a stisknete start... Pulsující světlo a zvuky s hudbou postupně mění vaše biorytmy a Vy za pár minut usínáte. AVS přístroj vás právě naladil do pomalé frekvence, ve které každý člověk automaticky usne... Pravidelným používáním se zlepši schopnost dobře

AVS přístroj Laxman používá George Clooney, Lucie Bílá nebo také MUDr. Jan Cimický, CSc.:

„AVS přístroje používám už od roku 1997. V dnešní hektické době bych je doporučil téměř každému.“



spát a většina uživatelů už během prvního měsíce vysadí natrvalo léky na spaní. Stejně tento přístroj funguje i pro další účinky - navozuje přímo různé přirozené stavy těla a mysli. Zbavíte se s ním únavy, nespavosti, stresu, depresí, vysokého krevního tlaku, alergií, napětí, PMS, nebo poruch učení - a většinou rychleji než pomocí léků či jiné metody. Zdálo by se to jako sci-fi, nebýt toho, že na vývoji této technologie AVS (audiovizuální stimulace) se podílelo mnoho vědců, včetně NASA a dvou nositelů Nobelových cen. Také proto uvádí 48% Čechů, že AVS přístroj ještě předčil jejich očekávání a celková spokojenost je 98%. Nevýhodou je jednorázová vyšší investice. Nejlevnější AVS přístroj s garancí účinnosti, model Galaxy, stojí 5000 Kč a průměrné modely kolem deseti tisíc korun. Laxman Premium, novinka a nejlepší AVS na světě, stojí dokonce třicet tisíc. Nicméně drtivá většina nejen českých uživatelů hodnotí nákup jako velmi dobrou investici. Výhod je totiž hodně. Nejvíce lidé oceňují garantované účinky, které si můžete dokonce sami vyzkoušet zdarma, na 40 možností využití a jednoduché používání. AVS přístroj lze rozhodně doporučit. Tento spolehlivý funkční pomocník pro zdraví je užitečný - ozvláště v dnešní hektické době.

AVS přístroj

Galaxy

Vyzkoušení zdarma, nákup: Prodejna Galaxy, Anglická 16, Praha 2 ESHOP a další místa na: www.psychowalkman.cz Slovensko: www.galaxy.sk

Nová prodejna v Brně!

Mojmírovo nám. 27, tel. 778 035 563
Mimořádné vítací slevy 20%!

Objednejte katalog zdarma

Pošlete SMS s adresou a slovem REGENA na telefon: 774 444 795. Katalog zasiláme ihned. Přidejte email a dostanete navíc Ebook: „Jak přežít v dnešním světě!“

Seminář frekvenční terapie

Slovensko – Chateau Belá

V sobotu 8. 10. proběhl na Slovensku, v krásném prostředí záměčku Chateau Belá, seminář frekvenční terapie pro práci s přístroji RPZ 14 plazma generátor, F-Scan 3 a Athon 7. Nová Regena byla při tom.

text a foto: Pavla Vojířová

Na Slovensko jsme vyrazili v pátek kolem poledne, cesta byla dlouhá, ale při povídání s kolegy příjemně ubíhala. Přeci jen jsme po šestihodinové cestě cítili mírnou únavu, ale vznešené a vlídné prostory záměčku i okolního prostředí nás velmi rychle vyladily do naprosté pohody.

Už v pátek odpoledne se začínali sjíždět někteří účastníci školení, zejména ti z Čech, a tak se večer nesl v duchu seznamování se, zajímavých rozhovorů a výměny zkušeností s praktikováním frekvenční terapie.

Pro mne osobně to znamenalo hlavně prostor pro zajímavé seznámení s panem Jiřím Wojnarem, jedním z přednášejících na semináři. Skončilo to půlnočním dýchánkem nad pohledem do hvězd, tedy astrologického programu, kde je v konstelacích data narození jen potvrzeno, co ti, kdo ho znají osobně, dávno ví – osobnost s revolučním, nekonvenčním myšlením, schopností vidět daleko dopředu, práce s informacemi a energiemi, novými technologiemi, svoboda ducha, ale i velká senzitivita, vnímavost. Aspekty vynálezce, ale i podivína, dalo by se říci. A ještě o něm bude řeč ☺. Na základě toho večerního rozhovoru jsem měla zvláštní sny o Vesmíru, dávných civilizacích, kamenných deskových monumentech s hieroglyfy a plazmě.

Ráno jsme při snídani v zámecké jídelně zahlédli paní hraběnkou, majitelku záměčku, která byla vmísena mezi ostatními hosty a nenápadně pozorovala, zda je vše, jak má být.

SOBOTA 8. 10. první část

Seminář začal ve stanovený čas. V prezentační místnosti se sešlo na 40 účastníků, dvě třetiny ze Slovenska, zbylá část z Čech.

Všechny přivítal a seminář zahájil pan Erwin Szeker, zástupce společnosti Zapertechnology s.r.o., zástupce společnosti



Jiří Wojnar, Pavla Vojířová,
Pavel Eiselt

Z-Technology s.r.o. z ČR. Představil stručně historii společnosti a vysvětloval důležité pojmy a pravidla z oblasti radiofrekvenční terapie. Také připomněl historii vývoje frekvenčních přístrojů, od prvopočátečních objevů Luigiho Galvaniho s živočišnou elektřinou, přes vynálezy Nikoly Tesly až k objevům R. R. Rifeho – jeho unikátního optického mikroskopu a oscilátoru, u kterého experimentoval s různými vlnovými délkami. Na práci R. R. Rifeho následně navázala dr. Hulda Clarková, která určila jednu účinnou frekvenci, napsala několik knih o zdraví a představila světu přístroj, který nazvala zapper. Na těchto základech pak začala své přístroje vyrábět společnost Z-Technology.

Bylo vyzdvíženo, že každý člověk má v sobě kolem 2 kg patogenů, které by měly být v symbióze s organismem. Pokud nejsou a některé druhy se přemnoží, vzniká nerovnováha a následně nemoc. Paraziti a patogeny vytvářejí nežádoucí kyseliny a další odpad, prostředí v těle hostitele si tak stále přizpůsobují pro svůj život. Proto by terapeuti pracující s frekvenčními přístroji měli používat a zohledňovat více technik a klienta vést ke změně vnitřního terénu těla i dalšími podpůrnými prostředky, změnou stravy, životního stylu a podobně.

Protože vše závisí od toho, jaké je prostředí, terén, jak tvrdil už na začátku devatenáctého století francouzský biolog



Pavel Eiselt, Erwin Szeker, Jiří Wojnar

Antoine Béchamp – pokud tedy změníme prostředí, změníme i patogeny. Teorii pleomorfismu (fenomén přeměny do zřetelně odlišných životních forem) jako první fyzicky potvrdil právě R. R. Rife. Zde byli zúčastnění odkázáni na DVD s dokumentem o práci dr. Rifa, které vyšlo jako příloha Nové Regeny k letnímu dvojčíslu v r. 2015.

Zajímavé bylo i nadhození otázky elektromogu, jehož zátěž je všude kolem nás, a nikdo zatím netuší, jak velký podíl má ohledně vlivu na naše zdraví. Že mu neprospívá, je jasné (minimálně lidem, kteří uvažují vlastní hlavou), ale teprve budoucnost ukáže, zda se narůstající zdravotní problémy lidstva připíší životnímu prostředí a stravě obecně, nebo se vezme skutečně do úvahy i elektromog.

Důležité byly výměny zkušeností s časy zappování na Super Ravo Zaperu a RPZ 14. Zde je asi nejdůležitější věc brát v potaz rozdíl mezi člověkem, který je v akutní nemoci, špatném stavu, a někým, kdo je ve stavu lehčím a používá frekvenční terapii pro prevenci a chronická méně závažná onemocnění. Silně zatížený organismus dlouhé časy vystavení frekvencím, které ničí patogeny, nese někdy velmi těžce.

Druhá část dopoledního bloku semináře byla věnovaná informacím o nastavování frekvencí, o seznamu CAFL, seznamu Huldý Clarkové a naměřených frekvencích F-Scanem 3, s živou diskuzí a vzájemnými konzultacemi osobních poznatků a zkušeností majitelů frekvenčních přístrojů.

Druhá část semináře

Informací bylo v dopoledním bloku mnoho a všichni přivítali pauzu na oběd. Vyšlo nádherné počasí, paprsky babího léta se opíraly do zámecké zahrady. Terasa před jídelnou byla prohrátá a vybízela po vynikajícím obědě zbytek pauzy strávit při diskuzích i navazováním spolupráce venku. Lákalo to dát si ještě kávu a klidnou siestu, ale čas letěl skutečně šíleně, takže rychle šálek do ruky a honem do sálu na odpolední program.

Ten zahájil Pavel Eiselt, majitel společ-

nosti Z-Technology a také spolumajitel časopisu Nová Regena.

Je to s podivem, ale skutečně jsem poprvé slyšela, jak to celé bylo od samého začátku. Znáám historii od poloviny roku 2010, kdy jsem přišla do Nové Regeny, ale ty předchozí věci jsem vnímala spíš jen v útržcích. Takže konečně jsem se dozvěděla, jak Pavel, jakožto člověk bystrý a zvědavý, četl knihy, jejichž autorem byl – Jiří Wojnar. V jedné z těchto knih byl odkaz na webovou stránku Jiřího Wojnara, www.gewo.info, které dodnes fungují. Byla (a je) tam spousta zajímavých informací... Kdo se zajímá o dávné civilizace, ale i budoucí vývoj, mystiku, UFO, vynálezy, zdraví, přijde si na své. Tam se Pavel Eiselt poprvé dozvěděl o Huldě Clarkové. Jakožto aktivního hráče fotbalu ho trápila plíseň na nohou (přestože vyzkoušel několik mastí předepsaných lékaři), a tak si řekl, že zapper, o kterém se Clarková zmiňovala, vyzkouší. Překvapivě to fungovalo. V roce 2002 pak zaregistroval doménu www.zapper.cz. Zappery tehdy Pavel pájel sám a v roce 2005 se prvně setkal s perzekucí ohledně frekvenční terapie, když přišla ČOI a začala jeho činnost vyšetřovat a obdržel také svou první pokutu. V roce 2006 se začaly prodávat první Ravo zappery. Následně se ozvala i sama doktorka Clarková a v roce 2008 poskytla autorská práva na vydání své knihy Prevence a léčba všech druhů rakoviny.

Pavel Eiselt byl již v tuto dobu v kontaktu s Jiřím Wojnarem, mimo jiné autorem 4 knih – Ufo, Bible a konec světa, Tunel do kosmu, Hlubina návratu a Bestseller v kameni – a také dlouhá léta spoluvydavatelem legendárního WM Magazínu. Stále spolu hojně komunikovali, disku-

tovali, až se v roce 2010 rozhodli, že spolu začnou pracovat na přístroji, který by měl přinést to, co zamýšlel Rife.

Impulsem byl příběh asi dvanáctiletého chlapce Davida. Protože v té době už fungovaly RPZ 14 a co umí, se pomalu začalo šířit mezi lidmi, obrátili se na Pavla Eiselta s Jiřím Wojnarem zoufalí rodiče tohoto malého kluka. David měl Non-Hodgkinův lymfom... jenže ve fázi, kdy už měl otevřené rány s nádory po těle a strašné, kruté bolesti. Viděli jsme fotky a videozáznam... Kruté. Utrpení. Dvanáctiletý kluk. Konec.

Všichni v sále byli jako ustrnutí. Když něco podobného takhle nablízko vidíte, chápete, že to je silný spouštěč pro rozhodnutí – pomoci. I když Davidovi už nebylo pomoci... Podle jeho jména ale byla nazvána skupina lidí, kteří se podíleli na vývoji nového přístroje – Davy Lab. A tak začal vývoj přístroje Athon 7.

Těsně před tím se však ještě stalo to, že k Pavlovi Eiseltovi, který dříve dával drobnou inzerci do časopisu Regena, se dostala zpráva, že časopis končí. Bleskl mu hlavou nápad. V pátek se dozvěděl, že časopis končí, v pondělí šel na schůzku s bývalým vydavatelem a v úterý spolu s dvěma společníky měli časopis. Regena neskončila, jen přešla do nové podoby pod novým vydavatelstvím a přejmenovala se na Novou Regenu.

A vidíte, je tady, a vy se jejím prostřednictvím seznamujete se všemi cennými informacemi, které jinde nenajdete ☺.

(Po půlročním lavírování, kdo je schopen Novou Regenu vést, se řízením osudu dostala tahle příležitost ke mně. A mne to těší čím dál víc, protože pozoruji, jak s časopisem roste i vaše úroveň a vyvíjí se váš přístup k péči o zdraví, co jste se všechno naučili a umíte používat, s čím vším jste se seznámili a šíříte to dál.) Ale abychom se vrátili zpět k semináři ☺.

Následovalo promítání pasáže z filmu o práci dr. Rifa, která byla důležitá pro práci s F-Scanem, a praktická ukázka práce s F-Scanem, kterou vedl Erwin Szeker. Pan Szeker odhalil mnoho triků a praktických





Jiří Wojnar

věcí, které majitelé těchto přístrojů vůbec neznali. Práce s těmito přístroji pro mnoho účastníků dostala najednou zcela jiný rozměr.

V poslední části školení dostal prostor náš milý, podivínský Jiří Wojnar a ujal se veškerých informací ohledně přístroje Athon 7. Představení jednotlivých částí vývoje s fotodokumentací bylo chvílemi komické až absurdní. Když vidíte fotku, kde je na ploše obývacího pokoje rozprostřeno asi tak několik stovek podivných součástek, tak někoho, kdo není technický typ, jako já může napadnout nejspíš jen něco

jako... jak tohle někdo může dát dohromady? Jak tohle někdy může fungovat? Jak to ten člověk v té hlavě má, že si to umí představit?

Protože tomu technicky moc nerozumím, raději se nebudu snažit informace o Athonu přetlumočit. Pár věcí mi však utkvělo... například, že plazmový výboj

Athonu 7 funguje jako anténa a kdybychom chtěli použít anténu z drátů, potřebovali bychom jí na stejnou účinnost s délkou asi 250 metrů! Že frekvence na nové „brebery“ se automaticky upgradují a jsou zájemcům z řad majitelů těchto přístrojů k dispozici. CAFL frekvence jsou využitelné pro přístroje RPZ 14 a Super Ravo Zapper. Pro Athon 7 se pracuje s DNA patogenů. Zde se patogen nezabije, ale zabrání se mu poškozením jistých částí jeho DNA v dalším množení. Takže patogeny «dožijí» svůj cyklus a poté postupně opustí tělo hostitele, neboť se již dál nedokáží mno-

žit, dělit, replikovat... Zde už se ale výklad dotýkal know-how přístroje Athon 7, které pochopitelně prozrazeno nebylo. V diskusi zaznělo také to, že žádný jiný podobný přístroj v současné chvíli nikde ve světě neexistuje, jde o naprostý unikát, který vznikl dlouhodobou spoluprací Čechů a Slováků.

Pan Wojnar v závěrečné fázi následně trpělivě odpovídal na dotazy – technické, i konkrétních případů z praxe a hodně se diskutovalo například o největším problému při frekvenční terapii, a to velkých parazitů, zejména tasemnic. Probírala se i témata kompatibility s dalšími přístroji, aktualizace frekvencí, bezpečná zóna pro terapeuta, důležitost celkové detoxikace a například hydrokolon terapie pro podporu odcházení rozpadajících se mikroorganismů a dalších toxinů z těla.

A byl konec! Mezi tím vším jsem se stačila ještě seznámit například s paní Martinou Bartošovou z Popradu, která nám trpělivě sepisuje jednotlivé příběhy vyléčení ze své praxe a znáte ji ze stránek Nové Regeny, s panem architektem Peterem Doričkem, který nám napíše své zkušenosti s rostlinnými fermenty podle receptů akademika Bolotova, a mnoha dalšími milými čtenáři a terapeuty.

Za seminář díky a frekvenční terapii nadále hodně zdarů!

▼ INZERCE

Nové terapeutické centrum v Praze!

Zapper Avalanche

Mirek Písačka

dlouholetý spolupracovník
a kolega Elen Turkové

ATHON 7 – plasma generator

Plazmový generátor RPZ 14

Diagnostika – F-SCAN 3

**Prodej přístrojů zapper, plazmový generátor,
F-SCAN, jejich instalace a následné proškolení v ceně!
Prodej produktů.**

**zapper
avalanche**

Objednávky:

☎ 734 188 599
603 452 494

📍 Čáslavská 9
Praha 3 – Vinohrady

Homeopatie v onkologii
MUDr. Kateřina Dedková
Tel.: 702 091 336



Moře je stále klíčové v oblasti minerální výživy

V minulém čísle *Nové Regeny* jsme vám přinesli informace ohledně mezinárodního setkání distributorů mořské plazmy Quinton. V tomto článku bychom vám chtěli přiblížit základní myšlenky a detailní poznatky z konference o původu a zpracování mořské plazmy. V čem spočívá její unikátnost v rámci jejího získávání, buněčné výživy a vstřebatelnosti všech minerálů do organismu a v čem se zásadně liší od běžně dostupných doplňků stravy.

text a foto: Quinton Czech Republic

Na trhu je spousta suplementů, které slibují příznivý účinek a efektivitu. Co je ale podmínkou k tomu, abychom minerální látky do organismu skutečně dostali a slibovaný účinek byl naplněn? Nejpřirozenější cestou, jak získat minerální látky a vitamíny, je samozřejmě strava. Pokud možno co nejzdravější a z ověřených zdrojů. Je tomu ale opravdu tak? Stačí dnešní zdravá strava k tomu, abychom tělu dodali dostatek vstřebatelných minerálů?

Odborníci na výživu se domnívají, že dobré jídlo je dostačující, jelikož vědí, že pokud má být výživa prospěšná, musí být biologicky dostupná. Cyklus dostávání živin z půdy je velice chytrý: pro přeměnu anorganických sloučenin obsažených v půdě na biologicky dostupné musí být živiny z půdy zpracovány nejprve rostlinami, které na oplátku zpřístupní živiny v biologicky dostupné formě pro býložravce, všežravce a nakonec masožravce.

Nicméně je ale prokázanou skutečností, že naše strava obsahuje mnohem méně živin, než tomu bylo dříve. V současné době získáváme z ovoce, zeleniny a masa přibližně jednu třetinu dostupných minerálů a vitamínů.



Dle knihy McCancey a Widdowson's (<http://fooddatabanks.ifr.ac.uk>) – Studie složení potravin, vydávané ve Velké Británii pod záštitou rady pro lékařský výzkum, ministerstva zemědělství a akademického ústavu Royal Society of Chemistry – za posledních 70 let došlo k dramatickému snížení nutriční hodnoty našich potravin. Zejména obsahu minerálů.

Moderní intenzivní zemědělské techniky ničí mnoho důležitých minerálů v půdě, v níž naše jídlo roste. Hnojiva na bázi dusíku, fosforu a draslíku nenahrazují veškeré minerály, které potřebujeme z potravin. Pokud také zvážíme zvýšení využívání glyfosátu jako herbicidu, není divu, že hladiny živin v půdě stále klesají. Bohužel tento pokles živin je zaznamenán také u velkého množství ekologických produktů. Výsledkem je, že ať už je to uznáno nebo ne, většina lidí má klinické problémy na úrovni výživových prvků.

Kolik dalšího přejídání z důvodů potřeby minerálů, jehož následkem je nadměrný příjem kalorií bez dosažení požadované úrovně minerálů, je potřeba?

Minerály a funkce DNA

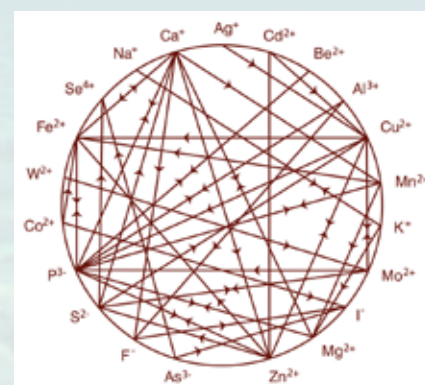
Dalšími nesouvislostmi ve vědeckých výzkumech je i to, že zatímco genetici uznávají, že pro expresi DNA je zapotřebí 64 minerálů a stopových prvků, výživové učebnice hovoří pouze o 21 z nich. Vzhledem k tomu, že stopové prvky při velmi nízkých úrovních je prakticky nemožné studovat v rámci celého těla, věda o výživě přijala spíše nevědecké rozhodnutí, že z toho důvodu musí být nedůležité anebo



je jejich výskyt v potravě považován za samozřejmý. Vzhledem k nutričnímu obsahu v půdě, ovoci, zelenině a masu, to je ale neopodstatněný a nepravdivý předpoklad.

Pokud je správná buněčná funkce základem pro celkový zdravotní stav a správná funkce DNA je jeho ústředním bodem, existuje nejméně 43 stopových prvků, kterým se nepřikládá důležitost, kterou mají. Je obecně uznáváno, že jakýkoli proces je jen tak dobrý jako jeho nejslabší článek, který řídí správnou funkci buněk. **Musíme proto zajistit konzumaci alespoň 64 známých minerálů a stopových prvků potřebných pro funkci DNA.**

Z výzkumů také víme, že všechny minerály a stopové prvky jsou navzájem provázány. **To znamená, že působení hojnějších minerálů je závislé na přítomnosti zdánlivě bezvýznamných stopových prvků.** Jinými slovy, minerál může být fyzicky přítomen při měření, ale nemusí být přítomen fyziologicky, pokud nemůže plnit svou úlohu v těle. Dalším průvodním jevem pro tuto vzájemnou závislost je, že **poměry minerálů**



lů a stopových prvků mají zásadní význam pro jejich využití a vstřebatelnost do organismu. Nestačí pouze přijímat minerály v náhodných koncentracích a očekávat, že je tělo všechny dokonale vstřebá. Toto bohužel platí u většiny synteticky vyráběných minerálních doplňků dostupných na trhu.

Naštěstí ale existuje řešení, jak získat všech 78 přirozeně se vyskytujících minerálů a stopových prvků v plně biologicky dostupné formě a ve správném poměru.

Objev Reného Quintona

Evoluční vědci prokázali, že život na Zemi se poprvé objevil v hydrotermálních otvorech na dně moře. Právě složení moře umožňovalo přežít v tomto prostředí vybraným formám života. Tyto formy života byly našimi původními předky, a byl to francouzský biolog a fyziolog René Quinton, který dokázal, že mořská voda byla předzvěst naší krevní plazmy. Jeho teorie byla neodvolatelně prokázána při jeho pokusu s nemocným psem, kterému izotonickou mořskou plazmou nahradil téměř celý objem krve a pes se plně uzdravil.

René Quinton zjistil, že ne všechna mořská voda je stejná. Stejně tak jako na souši, existují v moři oblasti hojnosti, kde se ve velké míře vyskytuje plankton a ryby, a také oblasti s minimálním výskytem stálých mořských živočichů, kteří se tudy jen přesouvají na lepší a hojnější místa. **Zásadním zjištěním je, že jednobuněčné organismy (fytoplankton), které jsou základem potravní pyramidy pro oceány, musí získat živiny z velké části z anorganické mořské vody a při tom musí transformovat tyto minerály a stopové prvky do biologicky dostupné formy vhodné pro organismy výše v potravní pyramidě.**

René Quinton čerpal mořskou vodu ze speciálně vybrané hloubky uvnitř velkého víru planktonu s vědomím, že čerpá na minerály bohatý sekret z povrchu zóny fytoplanktonu, který vyživuje zooplankton níže. **Pramenitou vodou s nízkým obsahem minerálů zředil tuto čerstvou mořskou vodu pro zajištění správné tonicity a pH za současného zachování důležitých živin. Prokázal, že ohřev výrobku snižuje jeho účinnost, což bylo potvrzeno více nedávnými výzkumy, které ukazují, že zahříváním mořské vody vznikají volné hydroxy-**

lové radikály, které zvyšují oxidační stres.

René Quinton stanovil protokol pro výrobu takto čerpané za studena mikrofiltrované mořské vody s cílem dostat farmaceutické kvality, sterilitě a bezpečnosti.

Po úspěšném ukončení jeho radikálních experimentů se psy začal aplikovat to, co se stalo známé jako Quinton mořská plazma, lidem v Paříži a nakonec po celé Francii. Na počátku 20. století byla velká podvýživa, cholera, tyfus, TBC a epidemie chřipky. Quinton zjistil, že podporou těla díky užívání mořské plazmy byli lidé schopni rekonvalescence z mnoha nemocí a byli odolnější vůči infekcím. Byl prvním člověkem, který fotograficky zdokumentoval rekonvalescenci svých pacientů od ekzému, lupénky a chronického vyčerpání, jakožto následkem úplavice. Všechny jeho experimenty a klinické případy byly ve Francii pečlivě zdokumentovány a registrovány.

Prostřednictvím léčby dětí nejen s cholerou se setkal s mnoha matkami, které měly v minulosti problémy s těhotenstvím, potraty, a jejich děti se rodily slabé a mnohdy na následky toho zemřely. Quintonova genialita byla pravděpodobně základem toho, co dnes nazýváme nutrigenomikou, která ukázala, že nutriční nedostatky v průběhu těhotenství mohou u dítěte způsobit diabetes, obezitu a srdeční onemocnění v pozdějším věku. René Quinton zjistil, že užívání mořské plazmy těmito matkami během těhotenství mělo za následek narození zdravých dětí, které v některých případech pozoroval po desetiletí, a zjistil, že žijí velmi zdravý život. Zjistil také, že se u dětí narozených matkám alkoholikám a narkomankám neprojeví závislosti své matky. Quinton mořská plazma natolik změnila zdraví francouzského národa, že se Renému Quintonovi dostalo státního pohřbu, kterého se zúčastnilo odhadem milion lidí.

Tento uznávaný génius bohužel poté zůstal v zapomnění, ačkoli jeho mořská plazma představuje zřejmě řešení moderního problému jak získat živiny, které naše buňky a tělo vyžadují, zejména tehdy když množství živin v půdě již není dostačující k růstu výživných potravin. V současné době opět narůstá zájem o mořskou plazmu nejen ve Francii a Španělsku, ale po celém světě.

Doufám, že nyní je jasné, jak zásadní roli hrají minerály a stopové prvky v lidském těle. Nejpodstatnější je si pamatovat, že vše začíná u našich buněk. Naše buňky potřebují kompletní spektrum živin k tomu, aby mohly

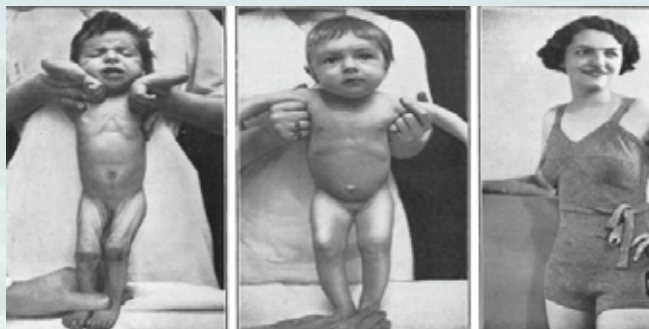
správně fungovat. Pokud správně fungují naše buňky, je to ten nejlepší předpoklad pro správnou funkci našeho organismu. Nestačí přijímat pouze určité druhy minerálních látek, neboť pokud nejsou podporovány stopovými prvky v těle, projeví se pouze fyzicky, nikoli fyziologicky. Nijak nepůsobí a z těla jsou akorát vyloučeny. Synteticky zpracované minerální doplňky jsou anorganické, jejich bio dostupnost je téměř nulová. Mořská plazma obsahuje 78 minerálů v koloidní – díky fytoplanktonu – bio dostupné formě. Není tepelně sterilizována, díky čemuž nevnikají volné radikály, které by celkový efekt vynulovaly. Podobnost s krevní plazmou, intracelulárními tekutinami, potem a slzami není náhodná.

Citát Issaka Dinesena zní: „Lék na cokoli je slaná voda. Pot, slzy nebo moře.“ Snad by stačilo jen doplnit mořská plazma ☺

Moře je stejný dar jako potraviny, které rostou v půdě. Není to náhrada, je to jen další způsob získávání minerálů a stopových prvků, a jak jste se mohli dočíst v tomto článku, tento způsob se zdá v dnešní době být daleko efektivnější. Při čerpání mořské plazmy se dbá na to, aby nebylo znečišťováno životní prostředí. Plankton má schopnost se rychle regenerovat a obnovovat, to je také zárukou čistoty mořské vody z těchto oblastí. Při čerpání mořské plazmy nedochází k drancování přírodních zdrojů. Vše probíhá šetrně, v co největším souladu s přírodou. Do mořské plazmy se nepřidává žádná chemie, nedochází k žádnému ozařování ani tepelnému ohřevu. Díky tomu nevzniká zbytečný odpad, ale pouze čistě přírodní zdroj živin pro náš organismus.

Laboratoře Quinton do těchto oblastí posílají své lodě, voda se načerpá, v chladu převezí do laboratoří a následně speciálními mikrofily za studena přefiltruje, aby byla zbavena případných nečistot. Následně se naplní do sterilních skleněných ampulek a pečlivě připraví k distribuci. U izotonických ampulí se naředí pramenitou vodou s nízkým obsahem minerálů, aby svou koncentrací odpovídala koncentraci mořské plazmy v organismu. **Rozdíl mezi hypertonickou a isotonickou variantou je tedy ten, že Hypertonic je v původní, silnější koncentraci.** Zpravidla se užívá zejména z počátku jako takzvaný terapeutický šok pro organismus, kdy je potřeba najednou doplnit větší množství minerálů vzhledem k jejich obecnému nedostatku. Rovněž je vhodný pro osoby s velkou fyzickou zátěží, u kterých je běžné, že pocením a fyzickou aktivitou ztrácí větší množství minerálů. Isotonická varianta se užívá především u starších lidí, osob se sníženou funkcí ledvin, malých dětí nebo při dlouhodobém užívání po stabilizaci minerálních látek v těle po několika cyklech užívání roztoku.

www.quinton.cz



Boris Bolotov

Před nějakým časem jsme přinesli informace o Borisi Bolotovovi. Tento člověk vymyslel mnoho skvělých a netradičních receptů a postupů, které vedou k navrácení a udržování stavu, jemuž říkáme zdraví. Přečtěte si tedy další informace, jak sami můžete ovlivňovat svůj zdravotní stav dle Borise Bolotova.

text: NR, foto: archiv NR, Jan Eiselt, zdroj: internet

Základní význam má tzv. Bolotovův balzám. Dle jeho vynálezce, ale i dle statisíců lidí, kteří balzám používali a používají, je to nesmírně přínosný roztok, který v těle dokáže mnohé skvělé věci. Tento balzám je složen z několika kyselin, octa, nitroglycerinu atd. O co vlastně jde? Co tento balzám dělá a jak se používá?

Bolotovův balzám se používá jako profylaktikum. Výrazně zvyšuje odolnost a imunitu organismu, která pomáhá snížit riziko různých bakteriálních a virových infekcí a také po určité době (1–2 měsíce) zabráňuje mrtvici a infarktům.

Balzám přispívá k výraznému celkovému omlazení těla a používá se při léčbě mnoha nemocí, a to včetně těžkých a chronických, ale i méně závažných. Dle Borise Bolotova by měl být Bolotovův balzám používán jako základní prostředek při léčbě rakoviny.

Často se ozývají otázky o užitečnosti a bezpečnosti tohoto balzámu, protože se skládá také z kyselin (chlorovodíková a sírová). Je tedy možné používat tento balzám vnitřně? Odpověď je velmi jednoduchá – **je to všechno o koncentraci.**

Všechny tyto kyseliny jsou velmi silné, ale ve skutečnosti jde o žaludeční šťávy, které naše tělo vyrábí samo v žaludku. Dostatek a správná kvalita žaludečních šťáv je podmínkou dobrého zdraví. Jejich doplňováním v podobě Bolotovova balzámu uděláme mnoho pro své zdraví. Bolotovův balzám se ředí 1:50 a jeho užívání v takovéto formě a dle doporučení Borise Bolotova je zcela bezpečné. Miliony lidí tento balzám používali a používají. Nikdo z nich nezaznamenal jakoukoliv zdravotní újmu.

Balzám berte poprvé ve dne nejlépe hned ráno, protože neutralizuje nežádoucí látky, které se hromadí v lidském těle během spánku.

Minimální dávka dostatečná k zahájení léčby v složitých i pokročilých případech, činí 1

kávová lžička 4krát denně rozmíchat v hrnku s vodou, v kefíru nebo jogurtu a poté vypít.

Maximální dávkování – 2 polévkové lžíce, čtyřikrát denně.

Dávkování nezředěného balzámu na začátku kúry: 1–2 kapky 4x denně. Jedna koncentrovaná kapka odpovídá zhruba 1 čajové lžičce zředěného roztoku.

Berte balzám ihned po spánku a po každém jídle, můžete ale i před jídlem. Navyšujte množství pozvolna! Vždy začněte na 1 lžičce 4x denně a navyšujte až po týdnů až dvou.

Pokud pocítíte jakékoliv zhoršení, zastavte na den používání balzámu a následující den se vraťte na dávku, která vám nedělala problémy. Zhoršení je ale často známkou toho, že se obnovují síly těla na čištění a léčení.

Bolotovův balzám:

- Stimuluje normalizaci enzymů žaludečních šťáv (pepsin).
- Normalizuje sníženou sekreci žaludečních šťáv.
- Normalizuje sníženou kyselost žaludečních šťáv.
- Ředí krev v oběhovém systému.
- Neutralizuje vysoké hladiny cukru a čistí tělo od solí mastných kyselin.
- Omlazuje celý organismus tím, že zvýší v těle procenta mladých buněk.
- Pomáhá v likvidaci starých a nemocných buněk, likviduje patogenní mikroorganismy.
- Normalizuje kyselost těla.
- Odstraňuje pálení žáhy, gastritidu, žaludeční vředy, hemoroidy, herpes a mnoho dalších zdravotních problémů...
- Normalizuje funkci celého trávicího traktu.
- Zlepšuje výrazně imunitu organismu (při vytváření mukopolysacharidů).



- Rozpouští usazeniny v cévách.
- Minimalizuje riziko mrtvice, srdečního infarktu, arytmie a aterosklerózy cév.
- Normalizuje funkci dvanáctníku.
- Neutralizuje volné radikály v těle.

Bezpečnost používání Bolotovova balzámu je léty prověřená, a tak tento roztok přináší mnoho výhod, které lze jen těžko dosáhnout jinými cestami.

Bolotovův balzám, jehož recept vznikl na základě lučavky královské, má stejnou koncentraci jako krokodýlí žaludeční šťávy. Člověk by jej měl ředit (cca 1:50), tedy na šálek vody, čaje, kávy, zákysu či ovocné šťávy dáme jednu až dvě lžičky balzámu. Když podobný nápoj pijeme, vrátník cítí přísun kyselin do žaludku a je stále zavřený. Tím zajišťujeme dobrou funkci žaludku, který štěpí živočišné bílkoviny na aminokyseliny, tolik důležité pro organismus. Ve skutečnosti je Bolotovův balzám obyčejná, uměle vytvořená žaludeční šťáva. Tato tekutina má zázračné účinky: nejen, že zlepšuje procesy trávení, ale také startuje všechny mechanismy zpracování těžkých cukrů. Proto se může používat při



lčbě diabetu. Při zvýšených dávkách (3–6krát denně po 30–50 ml v průběhu 15–35 dní) zastavuje balzám gangrenózní proces jakéhokoliv původu: jak diabetického, tak gangrénu způsobenou popáleninami či omrzlinami.

Složení balzámu:

1 litr vody, 1 lžice koncentrované kyseliny chlorovodíkové, 1 lžice koncentrované kyseliny sírové, 100 ml hroznového octa a 4 tablety nitroglycerínu, který obsahuje kyselinu dusičnou. (otiskujeme citaci z knihy Borise Bolotova)

Nějakou dobu po zveřejnění receptu na výrobu balzámu na mne útočili lékaři. „Jakým právem do svého balzámu dáváte kyselinu sírovou? S chlorovodíkovou souhlasíme, ta je součástí žaludečních šťáv člověka. Ale sírová...“

A já jim odpověděl: „Co dává kyselina sírová ve spojení s glykogenem jater?“ „Mukopolysacharidy.“

„Ano, mukopolysacharidy. Je to hlavní produkt krvetočny. Je to výživa chrupavky. A když organismu dodáváme sírany neboli sulfáty (a glykogeny máme stále v krvi), dochází ke tvorbě mukopolysacharidů nejen uvnitř, ale také navenek, což zajišťuje lidskému organismu ochranu.“

Akademik Boris Bolotov jistě ví, co píše. Zkušenosti mnoha čtenářů, kteří nám napsali své zkušenosti, slova akademika Bolotova jen potvrzují.

Další procedura Borise Bolotova je zahřívání a očista těla pomocí soli a horké vany

Tuto proceduru jsme se rozhodli v redakci vyzkoušet. Původně měla být zkušební objektem naše šéfredaktorka, ale vzhledem k tomu, že člověk musí být při této akci nahý, nedošlo k dohodě ☹. Postup této procedury je tedy prezentovaný jiným členem naší redakce. Na konci článku je jeho osobní popis tohoto zážitku.

Před začátkem lázně vypijte šálek zeleného čaje s rozmačkanými malinami, do kterého



1. Horká vana



2. Vlezte si do pytle a od nohou k hlavě se potřete solí



3. Pořádně a všude



4. Vlezte do vany a užívejte si

přidejte 1–2 lžičky naředěného Bolotovova balzámu.

1. Naplňte vanu horkou vodou (40–44°C) a ponořte se do ní na 5–10 minut. Sauna zahřívání těla ve vodě nenahradí, jelikož se ve vodě tělo prohřívá do větší hloubky. Doba prvního ponoření záleží na stavu organismu. Nikam nespěchejte a poslouchajte své tělo. Klidně i po pěti minutách, pokud se cítíte zahřátí, přejděte k bodu 2.

2. Stoupněte si do velkého igelitového pytle, který jste si předtím připravili, a potřete celé své mokré tělo včetně hlavy a obličeje jemně rozemletou mořskou solí.

3. Potom si v tomto pytli lehnete do vany na dalších 4–10 minut. Tady budete potřebovat něčí pomoc, aby se vzduch postupně uvolnil z pytle ven a ten přilehl k vašemu tělu. Tvář nechte odhalenou, abyste mohli volně dýchat. Během této doby dochází k silnému pocení a intenzivnímu rozpouštění nadbytečných buněk v organismu.

4. Po uplynutí 4–10 minut opatrně vylezte z vany a zabalení do pytle si lehněte do postele. Řádně se přikryjte teplou dekou a po celou hodinu nechte své tělo se potit. Během této doby můžete pít slazený teplý čaj se lžičkou Bolotovova balzámu nebo červeného hroznového octa.

5. Po hodině pocení se osprchujte teplou vodou. V případě, kdy přes pokožku vychází daleko více odpadních a toxických látek, doporučuji následné potírání těla 1–3% jablečným octem. Při rozechřívání těla se zvyšuje efektivita práce buněk, nejvíce buněk pokožky. Jejich prostřednictvím se z těla vyplavuje mnoho toxinů. Po prvním provedení procedury se v igelitovém pytli shromáždí 2–3 litry tekutiny, mnohdy červené barvy – nelekejte se toho. Je to tekutina, která vzniká během rozpadu nadbytečných buněk. Účinek této procedury je ohromný. Obnovit tepelnou rovnováhu v těle dokážou jen tyto tepelné procedury. Prášky, zeleninový karbanátek či moderní potravinové doplňky tu rozhodně nepomohou. Jsou to jen reklamní triky výrobců.

Věřte mi. Všechno, co někomu doporučuji, zkouším především na sobě. A mé tělo se ničím neliší od těl ostatních lidí. Neberte zbytečné potravinové doplňky, jednoduchá strava je pro váš organismus to nejlepší. Občas však tělo potřebuje pomoci. Musíte ji však provádět pod dohledem a až po okyšení organismu pomocí Bolotova balzámu.

Osobní popis zážitku očisty těla pomocí soli a horké vany

Napuštění vany a pobyt v horké vodě všichni znáte. Když ale z vany vylezete a máte se pomazat solí a následně se ponořit zpět už v pytlí... je to už trochu nezvyklé. Proto oznamte ostatním členům rodiny, aby do koupelny raději nechodili, neboť pokud by vás viděli, jak ležíte v igelitovém pytlí ve vaně plné horké vody, měli by o vás nejspíše strach... ☺

Vypil jsem „Bolota“ s malinami a po půlhodině vstoupil do koupelny. Po 10 minu-

tách v horké vaně jsem vylezl a stoupl jsem si do již připraveného a předem omytého igelitového pytle. Důležité je, se neutírat ručníkem, ale ihned nanášet sůl na celé tělo. Postupně od nohou až nahoru k hlavě. Je to poněkud krkolomné, ale po cca 3 minutách jsem byl jako slaneček. No jo, jenomže jak teď vlézt do vany když stojím nasolený v pytlí vedle vany??? Po několika prapodivných pohybech se mi to daří a já stojím v pytlí a ve vaně. Vytáhnou si igelitový pytel přes hlavu a opatrně si sedám do horké vany. Pomalu ulehnu, vytlačím přebytečný vzduch z pytle a ležím. Můj syn mne fotí a najednou dostaneme oba šílený záchvat smíchu... nešlo to zastavit ☺, je na mne určitě dost komický pohled... ale stále ležím a není to vůbec nepříjemné. Po osmi minutách vylézám a přesunu se do postele i s pytlíkem... a hodinu se pod dekou silně potím. To pocení je opravdu velmi silné, připravte se na to. Poté se osprchují a po-



Boris Bolotov, 2016

trů se rozředěným jablečným octem – Bolotov to doporučuje. No... ale ocet mi moc nevoní... nevydržím to a jdu pod horkou sprchu a poté jdu ihned spát. Těžké spaní... ráno velká žízeň, ale po sprše příliv energie. Cítím se skvěle.

Shrnutí – tohle není vůbec nepříjemná procedura. Je to sice trochu náročnější na přípravu, ale jinak je to celkem v pohodě. Necítil jsem žádný

problém nebo nějakou nepohodlnost. Kůže zůstala nerozežrána (jak mi bylo „prorokováno“, že mi sůl s octem kůže určitě rozežere ☺). Vyzkoušejte to, stojí to za to a určitě se při tom také nechte vyfotit. Jsou to moc hezké obrázky ☺.

Dle Bolotova je přínos této procedury značný, proč tomu nevěřit? Odůvodnění těchto procedur zní od akademika Bolotova velmi logicky.

▼ INZERCE

Esoterický festival - Dny tajemna a zdraví

ASTROVÍKEND 2016

Harmonie těla a duše - cesta k dlouhověkosti
Praha - Výstaviště Holešovice - Křižíkův pavilon D

12. listopadu 10 - 18 h
13. listopadu 10 - 17 h

- Porady s léčiteli, astrology, numerology. Odblokování, detoxikace, výklad z ruky a karet, měření aury, automatická kresba, irisdiagnostika atd. Zdravá výživa, mandaly, kameny, literatura. Hand-made, rukodělné výrobky, šperky z přírodních materiálů, kosmetika, móda, umění. **Přednášky po oba dny nonstop.**
- **ESTELA PALARIS ORBITO** – přednáška o filipínském léčitelství - společné léčení s pozhánáním. Meditace **Shaman Spirit** - tradiční léčitelství z amazonský pralesů - **Juan Carlos P. Gomez**, vnuk legendárního šamana z Peru. **Arturo Morales Cervantes** (jižní Mexiko) Šamanské techniky pro probuzení vnitřní síly. **Zadaa Culterem Sagdorova Bajar Cimgee** – mongolská šamanka rituál - Nic není nemožné.
- **Hosté: Libor Baselides** – koncert andělských písní, andělské léčení, výklad karet i překvapení. **Zdenka Blechová, Raven Argoni**, kartáři z-TV **Vědmy radí**, spojení s **Knihovnou palmových listů v Indii**. **Bylinkářství Kindl**.
- **CK Autoturist** - věnuje pobyt na 2 noci vč. snídaně v hotelu Fontána na břehu Lipna čtyřem návštěvníkům Astrovíkendu, kteří se zúčastní ankety.

Park Praha 2002 s.r.o.
Výstaviště 67, 170 00 Praha 7
tel.: 606 931 479
e-mail : parkpraha@seznam.cz

Info 739 018 692, astrovikend@email.cz
<https://www.facebook.com/astrovikend>

www.astrovikend.cz

VSTUPNÉ na celý den 70 Kč
na celý den ZTP 40 Kč
Přednášky 25 Kč a 50 Kč

Pampeliška a Marco,

dvě byliny, které je dobré znát

Marco – Ambrosia peruviana

Velmi často roste v křovinatých útvarech na vlhkých a blátivých březích řek v pobřežních oblastech, andských údolích a na okrajích pralesa. Vydrží také do určité míry na sušší půdě. Výskyt v Peru (Lima): Mala, Rímac, Ocros; Ancash: Chiquián (3 000 až 3 300 m. n. m.), Santa, Recuay, Nepena (2 400 m. n. m.); Junín; Tarma (2 700 až 3 200 m. n. m.); Ayacucho: Cora-cora (3 200 až 3 300 m. n. m.); Puno: Llave, Juli, Pornata (3 800 až 4 000 m. n. m.), Arequipa: Río Majes; Moquegua; San Martín; Loreto.

Rostlina je používána zejména Indiány v jižní části pobřežní oblasti Peru. Byla popsána španělskými dobyvateli následovně: „rostou na ní zářivé bílé květy“; „stonek tvaru dlouhé hole, popelavé barvy, s drobnými listy“; „má teplé účinky a Indiáni ji vždy berou s sebou a na svých cestách ji využívají k léčbě rozličných chorob.“ Používají se listy ve formě čaje, nálevu nebo ve formě mastiček jako protizánětlivý a protirevmatický lék, při křečích a podobných bolestech. Při revmatických obtížích jsou to šťávy-barvivo a také se užívá zevně k potírání hemeroidů. Je známo, že čaj z Marca je dobrý proti kašli

bronchitidě, astmatu, jestliže je podáván pravidelně. V těchto případech lze použít i tinkturný extrakt a užít čajovou lžičku na hrnek teplého čaje.

Sušená bylina se úspěšně využívá při vykuřování hmyzu a dezinfekci prostoru.

Užívá se při bolestech žaludku, jako antirevmatika, v případech snížené a nepravidelné menstruace, jako antineuralgikum, při nervových obtížích a hysteriích. Dodnes je užívána šamany některých kmenů jako bylina magická a religiozní. Popisované je též užití při přípravě pálenky Absint.

Roth & Lindorf popisují výzkumy z posledních období, jejichž výsledky ukazují na slibné užití při moderacích chorob typu RS, Parkinsonovy choroby. To do jisté míry potvrzují i výsledky experimentálního užití, kdy bylina vykazovala významnou antiparazitickou aktivitu především proti vlasovcům.

Užívání vnitřně: U žen začínáme na 6 kapkách 2× denně, u mužů 10 kapek 2× denně. Postupně navyšujeme. U žen končíme na max. 15 kapkách 2× denně a u mužů na 20 kapkách 2× denně. Podle pocitů a hmotnosti. Snesitelnější užití je nakapat tinkturu do 1–2 dcl vody, džusu a vypít. Možné je

i užívání bez naředění, vložit do úst, podržet 30–60 sekund a následně s lokem vody polknout. Toto užití je opravdu pro silnější povahy ☺.

Na kůži: Lze potírat přímo nebo smíchat s kokosovým, lněným nebo jiným panenským olejem.

Na koupele: Například rukou nebo nohou cca 20 kapek na 2 litry vlažné vody.

Při migréně: Potírat spánky a kůži za ušima.

Marco, na rozdíl od pelyňku ročního, můžeme užívat dlouhodobě, bez časového omezení, ale v doporučených dávkách.

Pampeliška lékařská

Napomáhá k normální funkci zažívacího traktu, jater a ledvin. Působí jako prebiotikum, snižuje hladinu cholesterolu v krvi. Tinktura má očištné účinky, podporuje snižování váhy a působí jako antioxidant. Je nezbytná při každé detoxikaci – zvyšuje účinnost téměř všech metod očisty těla.

Pampeliška – smetánka lékařská (*Taraxacum officinale*) roste na loukách, mezích, pastvinách i v zahradách jako obtížný plevel. Anglický a francouzský název pampelišky (*dandelion*, resp. *dent de lion*) podle složitého profilu listů

znamená doslova lví zub. Užití tinktury je možné přímo, nebo nakapat do čaje (bylinkového) s medem. Pít ještě teplé.

Léčivé účinky: Léčivé látky obsažené v kořeni pampelišky lékařské povzbuzují trávicí orgány, působí mírně močopudně a žlučopudně a celkově jsou považovány za posilující prostředek s příznivým účinkem na metabolismus.

Příznivě ovlivňují funkci jater (vynikající při cirhóze), žaludku, slinivky, střev, ledvin i krevtovorných orgánů.

Kořen pampelišky se používá při léčbě močových a ledvinových kamenů, napomáhá při cukrovce (snižuje hladinu krevního cukru), při chronické únavě, při zvětšení sleziny.

Působí proti degeneraci kostí a chrupavek, pomáhá vyvolat menstruaci. Doporučuje se i při zánětu močových cest, žloutence, horečnatém střevním zánětu nebo zánětu žaludeční sliznice a při zácpě.

Účinné látky: hořčiny – lactopictin, taraxacin a taraxasterin, trísloviny, inulin, triterpeny – taraxasterol a taraxerol, cholin, inosit, steroly, aminokyseliny, pryskyřice, silice, kaučuk (až 25%) fytoncidy a minerální látky, zejména vápník, draslík, hořčík, křemík a mangan. Vitamíny A a C.

text a foto: NR

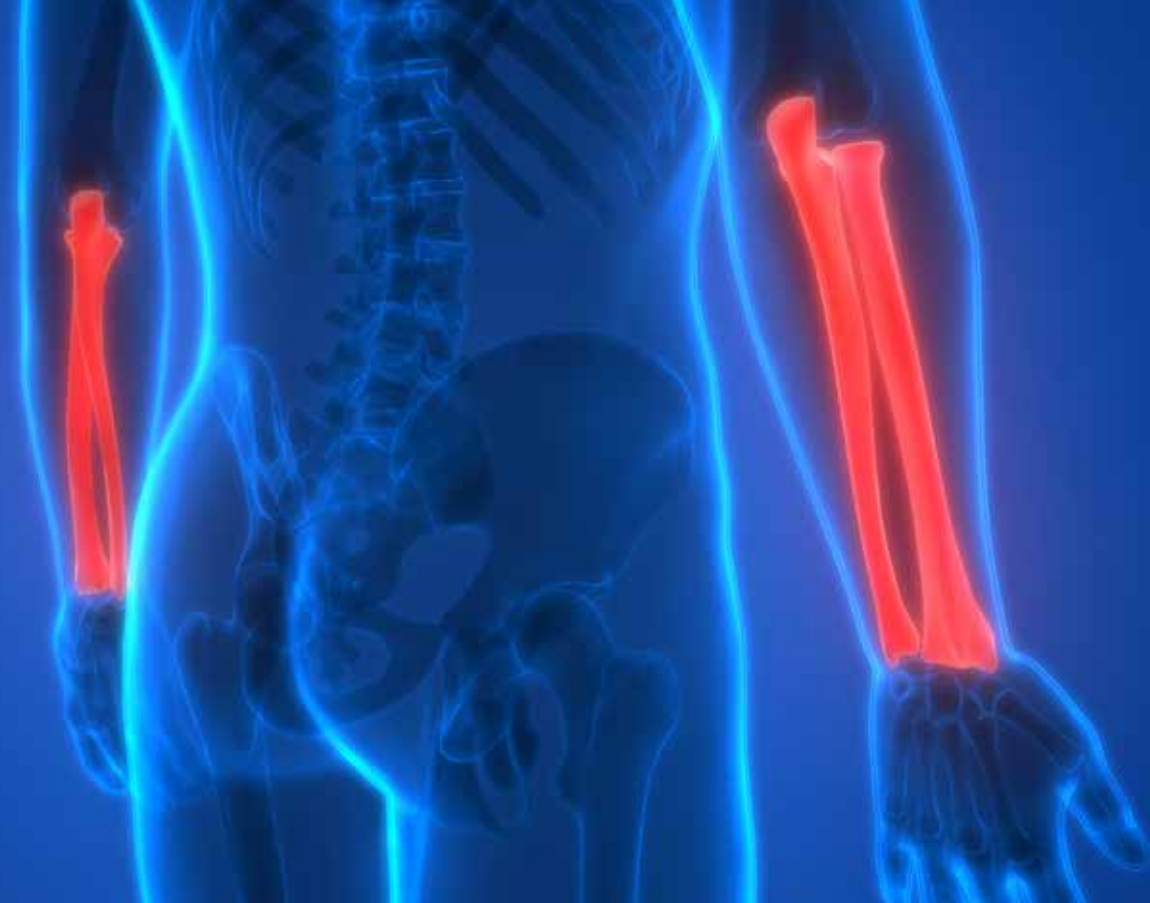


Tinktura Pampeliška lékařská,
2 × 50 ml 380 Kč



Tinktura Marco – Ambrosia peruviana,
2 × 50 ml 420 Kč

Objednávky: zapper@zapper.cz, e-shop na www.zapper.cz nebo tel.: 776 397 843



Naše *ruce*

Během tohoto roku vás na těchto stránkách seznamujeme s nejdůležitějšími částmi našeho lidského „stroje“. Všichni samozřejmě své tělo známe, ale naše znalosti jsou často ovlivněné mylnými koncepty a pohybovými zlovyky. Napravit představu, kterou naše mysl o těle má, a dozvědět se, jak matka příroda chtěla, abychom tělo využívali – to je tématem seriálu, který pro vás přichystal Marko Janicki, učitel Alexandrovovy techniky – metody, která již sto let pomáhá proti bolestem pohybového ústrojí a civilizačním chorobám.

text: Marko Janicki
foto: Shutterstock.com

Člověk je tvor, který má ruce – i tak bychom se mohli definovat. Zatímco většina zvířat používá přední nohy (anebo ploutve či křídla) k pohybu, u nás se z rukou stal nástroj, kterým jsme dokázali ovládnout svět. V těsném spojení s mozkem vytvarovaly naše ruce civilizovaný svět, do něhož jsme z toho přírodního utekli. Od jehly a kola, přes písmo a umění, až po stroje a počítače, to vše vyrobily lidské ruce. Není divu, že když se zaměříme na vnímání našeho těla, jsou ruce vedle obličeje v popředí naší pozornosti.

Rotace zápěstí

Je však zvláštní, že o tom, jak tyto úžasné nástroje fungují, toho víme jen velmi málo a používáme je hlavně podle citu. Ve školách se učíme o „anatomii“ parních strojů, ale o anatomii vlastních rukou víme pramálo. Bolavé zápěstí, loket nebo rameno nám ale až příliš často připomínají, že něco nejspíš neděláme dobře. Možná právě proto, že je tolik používáme, jsou ruce velice náchylné k různým druhům takzvaného poškození z opakovaných drobných pohybů (RSI, z anglického repetitive strain injuries). V tomto článku nestihneme probrat ani malou část všech aspektů použí-

vání rukou – zaměříme se na pohyb, kterému běžně říkáme otáčení nebo rotace zápěstí. O co se vlastně jedná?

Nejprve si pojďme prozkoumat celou oblast zápěstí a lokte z hlediska možných pohybů. Položte ruku na stůl, dlaněmi dolů. Pohybem předloktí ukažte prsty nahoru. Celkem logicky se pohyb děje v loketním kloubu. Nyní udělejte to samé, ale předloktí nechte v kontaktu se stolem. Tentokrát se pohyb děje v zápěstí. Zápěstí je aktivní i při pohybu dlaně doleva či doprava. To vše je snadné a srozumitelné.

Teď však udělejte takový drobný, jednoduchý pohyb – otočte dlaň nahoru. Jaký kloub se stará o tento pohyb? Pokud jste odpověděli, že loketní, máte pravdu a možná můžete půlku tohoto článku přeskochit. Pravděpodobněji ale řeknete, že se rotace ruky děje v zápěstí. A právě tohle je jeden z nejčastějších omylů ve znalostech našeho těla.

Zápěstím otáčí loket

Předloktí totiž obsahuje ne jednu, ale dvě kosti – kost loketní (ulnu) a kost vřetenní (radius). V takzvané anatomické pozici rukou, což jsou dlaně dopředu, když stojíme, jsou tyto dvě kosti rovnoběžné. Loketní kost začíná na vnitřní straně ruky a probíhá

do zápěstí směrem k malíčku, zatímco kost vřetenní spojuje vnější strany lokte se zápěstím u palce. Co se však stane, když ruku přetočíme? Když si to vyzkoušíme na sobě nebo někom jiném, zjistíme zajímavou věc – loketní kost zůstává víceméně tam, kde byla. Vřetenní kost se však přetočí kolem ní – ve výsledku jsou nyní obě kosti překřížené (viz obrázek). Právě k tomu dochází pokaždé, když otočíme zápěstím.

Proč je důležité mít jasno v tom, co se doopravdy děje? Pokud se domníváme, že děláme určitý pohyb (rotaci v zápěstí), zatímco naše tělo dělá vlastně něco jiného (rotaci v lokti), dochází k jakémusi rozporu mezi představou a skutečností. Tělo se snaží pohyb udělat tak, jak mu přikazujeme (v tomto příkladě bez zapojení předloktí), a výsledkem může být větší napětí v této oblasti. Zkuste udělat ten samý pohyb – rotace ruky – jednou tak, že se jí budete snažit otáčet pouze v zápěstí, a podruhé tím, že dovolíte točení v lokti. Uvidíte, že je první způsob mnohem namáhavější a vlastně i nemožný – loket se stejně bude točit.

Rotace předloktí je přitom důležitý pohyb, který stále méně používáme. Občas jako bychom zapomínali na spirálovitou stavbu rukou a používáme je, jako kdyby byly rovnoměrné a rovné. Ruce robota takové jsou, ale v našich snad není jediného svalu nebo kosti, který by šel přímo. Když sedíme u počítače, Źukáme na klávesnici, kroužíme myší – pohybujeme se jen v ho-



rizontální nebo vertikální rovině. Většina tradičnějších aktivit mnohem více využívá rotační prvek. Vybavuje se mi například háčkování, hnětení těsta nebo třeba práce se šroubovákem.

Roztočte to!

Do většiny našich činností ale tento pozapomenutý rotační prvek můžeme začít přidávat. Když nepoužíváme myš, můžeme otočit předloktím kolem hrany malíčku

a nechat ruku spočinout na stole dlaní nahoru. Obecně pokud ruce momentálně nepoužíváme, můžeme je položit dlaněmi vzhůru do klína.

Pro ty z nás, kteří upřednostňují formu cvičení, bych doporučil jednoduše procvičovat rotaci předloktí pár minut denně (tento cvik jsem si vypůjčil z Centra sdružení taoistického tai chi v Praze 1). Stoupneme si, chodidla na šířku boků, uvolněná ramena, uvědomujeme si váhu rukou a to, jak se působením gravitace protahují směrem dolů. Natáhneme prsty, aniž bychom je propnuli dozadu. Uvědomujeme si, že jsme to my, až do konečků prstů, a neztrácíme tento pocit energie v nich. Dlaně otočíme směrem dopředu a zvedneme a zároveň pokrčíme ruce v lokti. Tato základní pozice je zobrazena na fotografii. Předloktí a paže tvoří zhruba pravý uhel, ramena se během pohybu nezvedla, lokty visí dolů – ruka je nahoře, protože ji tam drží záměr v prstech, ne kvůli napětí v ramenou nebo loktech.

Z této pozice už pak budeme pouze střídavě otáčet dlaně dopředu a dozadu. Uvědomujeme si při tom, že pohyb se děje v lokti, předloktí máme uvolněné. Točíme palce kolem malíčku, ne naopak! Nespěcháme, děláme pohyb nejprve velice pomalu, později můžeme zrychlit, pokud to jde bez dodatečného napětí.

Zapojení předloktí a loktu do vašeho vědomí při práci s rukama vám možná umožní lépe procvičovat a ovládat to, co děláte, ale hlavně vyhnout se zčásti bolestem, které na nás v dnešní době číhají doslova na každém kroku.

Chcete se o Alexandrově technice dozvědět víc? Objednejte si úvodní individuální konzultaci, pro čtenáře Nové Regeny je první lekce s 20% slevou. Podrobnosti na www.alexandrovatechnikapraha.com



Marko Janicki

Absolvoval tříleté studium Alexandrovovy techniky v Londýně. Od roku 2013 pomáhá svým klientům zbavit se bolestí zad a pohybového ústrojí, zlepšit sportovní či umělecký výkon, najít rovnováhu v životě, bojovat se stresem a jinými civilizačními chorobami. Působí v Praze 7. Pravidelně přispívá do časopisů o zdraví a sportu a pořádá přednášky a semináře. Více informací naleznete na stránkách: www.alexandrovatechnikapraha.com. Na svém FB profilu www.facebook.com/alexandrovatechnika navíc každý týden publikuje užitečnou radu či cvičení.





Pořídili jste si nějaký nábytek, koberec, nové potahy, povlečení, nebo jste nedávno malovali? I nátěr zdí starý 3 roky nebo potištěné a barvené látky uvolňují plyn formaldehyd delší dobu.

text: Kamil Pokorný
foto: Shutterstock.com

FORMALDEHYD

jed pro děti a nebezpečí pro alergiky!

Stále více lidí, zaměřených na vyváženou výživu a zdraví obecně, si začíná všímat i výskytu a množství formaldehydu ve výrobcích, nátěrech a místech, kde žijí a spí. Ještě opatrnější jsou v těchto ohledech ke svým dětem, protože malé děti jsou na vše mnohem citlivější. Při nátěru nábytku nebo podlah došlo již v mnoha případech k přiotrávení dětí.

Stává se vám, že občas začnete doma nebo v práci z ničeho nic slzet? Trápí vás občasné bolesti hlavy nebo dráždivý kašel? Příčinou může být plyn formaldehyd, který se kolem nás vyskytuje na každém kroku.

Umělé hmoty, nátěry, lepidla nebo třeba dřevotřísky: to všechno může obsahovat formaldehyd. Látku, která se dlouhodobě odpařuje a ve zvýšeném množství ve vzduchu dráždí oči, nos, sliznice dýchacích cest a kůže.

Doma, v práci nebo ve škole – všude se běžně setkáváme s jeho zvýšenou koncentrací,

protože se odpařuje z okolních, běžně užívaných předmětů, jako je nábytek, textilie, závěsy, potahy, povlečení, koberec, také nátěry dveří, oken, podlah.

Formaldehyd je považován za karcinogen a způsobuje alergie, podráždění kůže a očí. Vystavení se malým dávkám formaldehydu může vyvolat bolesti hlavy a zánět nosní sliznice. Vyšší koncentrace pak mohou za respirační problémy, astma nebo zánět průdušek. Podle Mezinárodní agentury pro výzkum rakoviny (IARC) způsobuje formaldehyd jednu z forem rakoviny hrdla.

Dlouhodobá expozice formaldehydu může vyvolat i rakovinu v oblasti nosu a nosních dutin, zhoubné bujení krevních buněk nebo astma. Za dlouhodobou je považována expozice trvající déle než 15 minut. Zvýšeně citlivé na tyto negativní vlivy jsou děti. Kromě profesní expozice při některých povoláních se s formaldehydem setkáváme často v domácím nebo pracovním prostředí.

Formaldehyd je obsažen zejména ve

dřevotřískách, barvách, plastech a lepidlech. Například z nábytku nebo podlah **se uvolňuje i několik let!**

Pomocí přístroje **Formaldehyde Gas Meter 805** s rozlišením 0,001 ppm jsme kontrolovali namátkově výskyt a množství škodlivých výparů v obchodních domech zaměřených na stavbu a vybavení domů. Většina těchto prostor s novým nábytkem, koberci, textiliemi, dřevem a jinými materiály obsahuje zvýšené množství plynu formaldehydu oproti běžnému bydlení 3x až 5x. A to při puštění klimatizaci prostor, kdy je běžně vháněn vzduch pro návštěvníky. Často jsme překročili první citlivější limit 0,100 ppm. Přístroj se žlutě rozsvítil a začal vrnět – vibrovat v ruce. A to se jednalo o místa, kde mohl být nábytek, textilie a koberec, položen již celé měsíce. Akustický alarm jsme raději předem vyplili, abychom mohli dále pokračovat v nenápadném měření. Ve skladové části pak hodnoty vystoupaly běžně nad 0,150 ppm a místy často i nad 0,300 ppm – to už přístroj vrněl víc, svítil červeně a byl ve stavu

plného alarmu, signalizujícího nebezpečné ohrožení zdraví velkým množstvím výparů formaldehydu.

Jaké jednotky koncentrace tedy hlídat?

- Běžná nízká koncentrace vhodná i pro děti: do 0,1 ppm.
- Mírně zvýšená koncentrace: od 0,1 ppm (alarm).
- Nebezpečná koncentrace: nad 0,3 ppm (alarm).
- V běžném bytě – roky po vyčpění nábytku, nátěrů i koberců: 0,020 ppm
- V běžném obchodě nábytkovém, textilním, stavebním: 0,040 až 0,100 ppm
- V běžném skladu takových obchodů jsme naměřili: 0,080 až 0,400 ppm.
- Ve výrobnách, truhlárnách, lakovnách při práci často i 0,200 až 3 ppm a více.

Víte, v čem žijete?

Z plastů a barev se uvolňují například škodlivé ftaláty. Rizika z uvolňování chemikálií uvnitř budov vedou k doporučení zvýšené opatrnosti zejména v dětských pokojích, školách, nemocnicích. Je nutné dbát o dostatečné větrání a při rekonstrukcích a pořízování nového nábytku je lépe se zaměřit na materiály, obsahující co nejméně chemikálií.

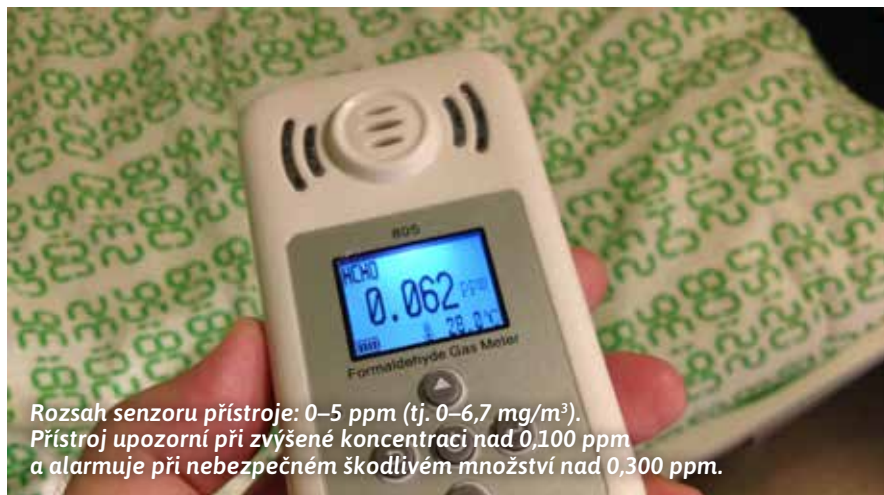
Jedovatá krása v dekorativní kosmetice

Opatrné ženy si všimají výskytu formaldehydu v dekorativní kosmetice. Rtěnky obsahují olovo, rtuť, kadmium, ale také formaldehyd! Ten se také používá hlavně v nehtové péči, ale také v barvách na vlasy, lepidlech na řasy i nehty a v další dekorativní kosmetice. Formaldehyd dráždí pokožku, způsobuje alergie a může oslabit imunitní systém. Díky tomu bylo jeho použití v Evropské unii zakázáno. Pokud se vám do ruky dostane nějaký mimoevropský výrobek, formaldehyd v něm můžete identifikovat pod názvy, jako je methanal, methylaldehyd, oxomethan, oxymethylin, diazolidinyl urea, ale i aldehyd kyseliny mravenčí.

Co se nachází ve vašem novém značkovém oblečení?

Nové oblečení je často pokryté formaldehydem, který zabraňuje krčení nebo zplesnivění, než se dostane na místo určení. Formaldehyd se jako konzervační prostředek přidává také do vakcín a přispívá tak k jejich toxicitě.

Bylo již zaznamenáno několik vážných alergických reakcí na formaldehyd. Není divu. V oblečení přepravovaném z továren v Číně a jihovýchodní Asii do značkových obchodů se nachází někdy až 500 násobek povoleného bezpečného množství formaldehydu.



Rozsah senzoru přístroje: 0–5 ppm (tj. 0–6,7 mg/m³).
Přístroj upozorní při zvýšené koncentraci nad 0,100 ppm
a alarmuje při nebezpečném škodlivém množství nad 0,300 ppm.

Rakovina z vlastního bytu?

Světová zdravotnická organizace jej dokonce klasifikuje jako původce rakoviny. Do organismu se dostává nejčastěji vdechováním. Ve zvýšené koncentraci je příčinou podrážděných sliznic **horních cest dýchacích a spojivek**.

„Formaldehyd také způsobuje subjektivní pocit suchosti, dráždí ke kašli, je příčinou bolestí hlavy, pálí z něj oči nebo vede až k slzení,“ vysvětluje **doc. MUDr. Evžen Hrnčíř, CSc., MBA**, z Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, Praha. Tyto příznaky se však vyskytují zejména v prostředí, kde je koncentrace formaldehydu zvýšená.

„Jedná se nejčastěji o hodnoty od 100 µg/m³, které v dlouhodobém horizontu vážně ohrožují naše zdraví,“ doplňuje **RNDr. Bohumil Kotlík** z oddělení hygieny ovzduší a odpadů Státního zdravotního ústavu České republiky.

Dřevotřísky do kamen nepatří

Také spalováním dřevotřísky a dalších podobných materiálů se do okolí uvolňuje významné množství formaldehydu. Může to být problém na pracovištích, kde se vyrábí nábytek. K vytápění tam často používají kamna, v nichž jsou spalovány ne zpracovatelné zbytky. Kromě formaldehydu se ve vnitřním prostředí budov mohou vyskytovat i další chemické látky, které škodí zdraví.

Nedostatečná ventilace

Formaldehyd se uvolňuje zejména z dřevotřísky, z umělých hmot, nátěrů a lepidel na koberce a tapety. Vyšší koncentrace formaldehydu bývají naměřeny během období, kdy se méně větrá, v místnostech, které nejsou vybaveny ventilací a jsou v nižších patrech. K překročení bezpečných limitů (přípustné do 0,1 ppm) může dojít zejména v nových bytech, po rekonstrukcích a po koupi nového nábytku.

Až se vyčistí vzduch...

V interiérech trávíme více než 20 hodin denně, nejvíc však můžeme ovlivnit **vlastní**

bydlení. V interiérech novostaveb, případně vnitřních prostorách po rekonstrukci je zapotřebí hlídat dodržování všech stanovených technologických postupů a před nastěhováním se postarat o **dostatečné odvětrání**.

U nového nábytku je vhodné požadovat atest výrobce, u staršího, již používaného zkontrolovat a případně opravit poškozené **hrany a plochy**. Ve starších výrobcích byly používány fenol-formaldehydové **pryskyřice**, které jsou významným zdrojem formaldehydu. „Ve vnitřním prostředí se formaldehyd uvolňuje především z dřevotřísek, které se používaly zejména při výrobě nábytku a podlah. Formaldehyd je obsažen také ve starých barvách, lacích, lepidlech, kobercovinách nebo textiliích,“ doplňuje **Radomír Kamler** z výroby Rigips.

Nový textil je pro jeho odstranění potřeba vyprat. Nové spotřebiče nechat tzv. vypálit a zároveň vše odvětrat, všechny nové impregnované a lakované výrobky před instalací nechat dostatečně vyvětrat.

Jaké další látky škodí?

Ze stavebních materiálů se může uvolňovat široké spektrum organických látek používaných v nátěrech všech typů, jako jsou např. rozpouštědla, čpavek, polymerizační látky, monomery, plastifikátory, stabilizátory.

Několik rad, jak se vyhnout působení chemikálií doma:

- Mokrý stěr je vždy účinnější.
- Při luxování bychom měli používat kvalitní filtry a sáčky k vysavačům (HEPA filtry a mikrofiltry), po vyluxování a při něm prostor větrat. To platí zvláště v případě, že je v rodině alergik.
- Všeho moc škodí, což platí zvláště při používání úklidových, čisticích a antibakteriálních prostředků, také zde je nutno dbát na pravidelné větrání.
- Stejně je nutné ve vnitřním prostředí přistupovat k drobným opravám (používání tmelů, barev, lepidel).
- Nový, dražší, reklamou nabízený na-

voněný čisticí prostředek nemusí zaručovat lepší výsledek, časem prověřené metody (ocet, sůl, citronová voda, jedlá soda, mýdlo) jsou většinou stejně dobře použitelné a šetrnější.

- Všechny tzv. osvěžovače vzduchu, deodoranty, vonné tyčinky, esence či svíčky přinášejí do vnitřního ovzduší další, většinou organické látky. Sledujte jejich složení! Neměly by obsahovat látky, jako je formaldehyd, benzen nebo toluen, protože ty se společně s vůní dostávají do vzduchu.

Příznaky a symptomy otravy formaldehydem:

- bolesti hlavy
- podrážděná kůže, oči a dýchací cesty
- příznaky podobné astmatickému záchvatu
- dlouhodoběji záněty kůže a alergické reakce kůže
- zánět nosní sliznice a podráždění sliznic – při vysoké koncentraci poleptání až proděravění sliznice
- zánět průdušek
- otok plic, zánět plic
- dráždí oči a vyvolává slzení – ve vyšší koncentraci až zákal rohovky či ztráta zraku
- v těle se formaldehyd přeměňuje na kyselinu mravenčí, z čehož plyne: má karcinogenní (rakovinotvorné) účinky
- zvýšení kyselosti krve
- dušnost
- snížení tělesné teploty
- kóma
- v závažných případech až smrt
- poškození nervové tkáně

Z jiného zdroje:

- okamžitě silné pálení v ústech, krku, za sternem, v žaludku následkem poleptání; nauzea, zvracení, hemateméza, silné bolesti břicha, někdy průjmy až krvavé – poleptání může progradovat podle koncentrace a množství až do nekros, poleptání i v horním odděle střeva;
- popelavá chladná kůže, nitkovitý puls, pokles TK, až šok; někdy bolesti v srdeční krajině, dušnost;
- závratě, křeče, stupor, kóma – u těžkých otrav může bezvědomí nastat velmi rychle; bezvědomí může trvat i delší dobu;
- obtížná mikce, hematurie, albuminurie, oligurie, anurie;
- smrt selháním oběhovým nebo dechovým během 1/4 hod. – 24 hod.; přežije-li pac. 24, resp. 48 hod., je prognosa většinou dobrá; pacient může však zemřít i později následkem perforace žaludku (ev. střev) nebo selháním ledvin;
- podobně jako po kyselinách mohou vzniknout oesofageální striktury.
- Průkaz formaldehydu: 2 ml moče smíchat ve zkumavce s 0,1 ml roztoku, kte-

rý se připraví tak, že 1% floroglucin se rozpustí v 10% NaOH. Za přítomnosti formaldehydu se moč zbarví růžově až oranžovo růžově, zbarvení přibývá na intenzitě a pak zvolna přechází do fialova.

Formaldehyd:

- Tvoří se při nedokonalém hoření řady organických látek.
- Bývá přítomen v kouři z uhlí a dřeva, zejména při uzení masa a ryb.
- Je přítomen také v atmosféře hlavně nad velkoměsty.
- Polymer formaldehydu – paraformaldehyd (trioxymethylen) se používá jako fumigant (při zahřívání se rozkládá na formaldehyd).
- Přidává se ke zvýšení odolnosti papíru a textilu vůči vlhku; jako adhezivum při výrobě dřevotřísek a překližek – velmi pomalu se rozkládá na formaldehyd (až několik roků).
- V domech, ve kterých se použilo větší množství obkladů z dřevotřísek, překližek nebo podobných izolací, bývá naměřena koncentrace formaldehydu až 1,9 ppm.
- Leptavý účinek na kůži: V místě styku kůže následkem koagulace povrchných vrstev zbělí, je drsná, tvrdá, necitlivá, stejně tak sliznice.

Metanal (systematický název methanal, běžně formaldehyd) je nejjednodušší aldehyd. Je to jeden z karbonylových (tedy kyslíkatých) derivátů uhlovodíků. Jeho molekulový vzorec je CH_2O , funkční HCHO . V potravinářství má označení E 240, ale v České republice je jeho používání v potravinářství zakázáno.

Vzhledem k jeho širokému použití, toxicitě a těkavosti, je působení formaldehydu významným faktorem pro lidské zdraví. Formaldehyd byl Mezinárodní agenturou pro výzkum rakoviny klasifikován jako karcinogen skupiny 1, tedy prokázaný karcinogen pro člověka.

Do těla metanal vstupuje především vdechováním a požitím. V plicích a trávicím ústrojí se snadno vstřebává. Přes kůži se vstřebává jen slabě. Podléhá velmi rychlému metabolismu, takže při vdechování nižších koncentrací není zaznamenán nárůst jeho hladiny v krvi. Metabolity (kyselina mravenčí a oxid uhličitý) vstupují do makromolekul jednouhlíkovými metabolickými drahami nebo jsou vyloučeny přes plíce a ledviny. Metanal, který není zmetabolizován, může přímo na místě svého vstupu do těla reagovat s makromolekulami a způsobovat zesíťování DNA.

Metanal má štiplavý zápach, snadno rozpoznatelný i při nízkých koncentracích. Dráždí kůži, oči a dýchací cesty. Byly

zaznamenány příznaky astmatu, nicméně nebyl prokázán senzibilizační účinek. Může docházet k senzibilizaci kůže, pokud je vystavena roztokům o koncentraci nad 2 %.

Akutní expozice malým dávkám formaldehydu vyvolává bolesti hlavy a zánět nosní sliznice. Vyšší koncentrace způsobuje vážné podráždění sliznic a respirační problémy, např. zánět průdušek a otok nebo zánět plic. U citlivých jedinců může formaldehyd vyvolávat astma a záněty kůže. Chronická expozice způsobuje zánět průdušek. Formaldehyd dráždí oči a vyvolává slzení. Vyšší koncentrace mohou vyvolat zákal rohovky nebo i ztrátu zraku. Částečně se vstřebává kůží a může způsobovat podráždění nebo alergické reakce. Poškození se může objevit až několik hodin po expozici.

Při požití může dojít k poleptání až proděravění sliznice. Toxický efekt zvyšuje přítomnost methanolu jako stabilizačního činidla. V těle se formaldehyd přeměňuje na kyselinu mravenčí, která zvyšuje kyselost krve a vede k dušnosti, snížení tělesné teploty, kómatu a v závažných případech až ke smrti. Kromě zvýšení kyselosti může formaldehyd poškozovat centrální nervovou soustavu.

Formaldehyd je součástí spalín naftových i benzínových motorů.

Formaldehyd je bezbarvý plyn, který je velmi jedovatý a má štiplavý zápach. Vzhledem k jeho dobré rozpustnosti ve vodě, používá se 35–50% roztok v průmyslu pod názvem formalín. Formaldehyd najdeme také běžně v životním prostředí, ovšem působením UV záření se rychle přeměňuje na oxid uhličitý.

Co se týče jeho použití v průmyslu, tak nejčastěji jej najdeme jako součást lepidel na koberce či překližky, odkud se může pomalu uvolňovat (je to ten známý „pach novoty“ např. u dřevotřískového nábytku). Dále se používá v textilním a fotografickém průmyslu či k výrobě barev. Neméně důležité je jeho použití jako konzervačního prostředku pro potraviny, léčiva, jako desinfekční prostředek (např. vodný roztok formaldehydu s fenolem, tetraboritanem sodným a glycerolem se nazývá Galli-Valeriův roztok a používá se k dezinfekci lékařských nástrojů) apod.



Kamil Pokorný

Dlouholetý senzibil, člen České psychoenergetické společnosti (www.cepes.cz). Kromě vyhledávání GPZ a vody provádí přístroji detekci škodlivých elektromagnetických polí a jiných vlivů na zdraví již přes 15 let. Působí především v Brně, Praze a širším okolí. www.elektrosmog-zony.cz

NOVÉ, ŠETRNĚJŠÍ A ÚČINNĚJŠÍ SLOŽENÍ

tinktur Clarkia a Ořešák americký – černý

NOVÝ POSTUP VÝROBY

NIŽŠÍ OBSAH ALKOHOLU

Tinktura z ořešáku amerického

originální receptura dle Dr. Clarkové



OŘEŠÁK AMERICKÝ – ČERNÝ
3 LAHVIČKY – 890 Kč
5 LAHVIČEK – 1 470 Kč



**Prvotřídní čistota a kvalita ořešáku
amerického z chráněného území!**

- » vyráběno v České republice
- » nejvhodnější očista střev vyráběná z nedozrálých plodů
- » o cca 40 % vyšší účinnost oproti běžným tinkturám, které jsou vyráběny pouhým ponořením ořechů do alkoholu
- » likviduje ve střevech přes 200 druhů parazitů
- » originální postup výroby tinktur vyvinutý společností Z-Technology s. r. o. se sníženým obsahem alkoholu je jediný v celé Evropě!

Tinktura se vyrábí z nedozrálých plodů tohoto stromu. Nejedná se o spadlé ořechy, ale o pracně natrhané, nepoškozené plody (Ořešák černý je strom dorůstající až čtyřicetimetrových výšek – ke sklizni jsou nutné výsuvné plošiny). Ve chvíli, kdy se ve slupkách ořechů nachází maximální množství účinných látek (zjišťuje se laboratorně), je velice krátké časové období na jejich sklizeň a bezchybné zpracování. Zdokonalený recept Dr. Clarkové pro profesionální výrobu této tinktury je poměrně složitý. Problematické bylo zejména shánění mrazicích boxů, které ořechy šokově před vlastní výrobou zmrazí na -50 stupňů Celsia a teprve poté začíná vlastní výrobní proces. Výroba probíhá dále v několika krocích, které musí být přesně dodrženy, aby byl v tinktuře zajištěn maximální obsah účinných látek. Vlastní louhování je pod zvýšeným tlakem bez přístupu vzduchu v naprosté tmě a jeho délka je stanovena dle obsahu louhovací nádoby. Po ukončení louhování nastává fáze filtrace a plnění do tmavých skleněných lahvíček o obsahu max. 100 ml.

**Dr. Clarková: Nejlepší a nejúčinnější přírodní prostředky
pro likvidaci parazitů a jejich vývojových stádií!**

Objednávky tel.: 776 397 843

Clarkia

tinktura pro očistu od parazitární zátěže

- » směs tinktury z ořešáku amerického – černého, výluhu z hřebíčkovce kořeného a pelyňku
- » doporučení Dr. Clarkové je používat tinkturu Clarkia preventivně, minimálně 2× ročně
- » je vyráběna komplikovaným výrobním postupem hlubokého zmrazování, který nám osobně na jaře roku 2009 Dr. Clarková zaslala
- » použity jsou výhradně suroviny, které nebyly jakýmkoliv způsobem znečištěny či průmyslově hnojeny
- » výroba je pod dozorem státních orgánů
- » záruka trvanlivosti: 2 roky od data výroby
- » tinktura tří bylin Clarkia je notifikována Ministerstvem zdravotnictví ČR



CLARKIA – 2 LAHVIČKY 460 Kč

ERI *Nová éra v biomedicíně*

ERI je nadčasová technologie, která umožňuje detailní zjištění všech základních i pokročilých informací o stavu organismu a jeho následném harmonizování do optimálního stavu.

text a foto: Ing. Václav Vašek

Celý systém se skládá pouze z jedné supercitlivé sondy a sofistikovaného softwaru, který běží pod operačním systémem Windows. Sonda se připojuje pomocí USB kabelu k počítači.

Program samotný obsahuje databázi jednotlivých tělesných údajů, takzvaných markerů (biologické, biochemické, biofyzikální, psychosomatické,...). Jeden marker může být například tkáň orgánu (plíce, srdce, svaly) pro konkrétní věkovou skupinu a pohlaví. To tedy znamená, že marker tkáňe plic u 35letého muže se liší od markeru buňky plic malého chlapce a podobně.

Systém ERI pracuje s více jak jedním milionem markerů a to mu umožňuje dosahovat velké přesnosti. Další obrovskou výhodou celého systému je fakt, že pro kompletní načtení všech základních i pokročilých systémů v těle stačí pouze 35 sekund, během kterých se provede celkem 9 měření s přibližně 10 000 dotazy pro každé měření. Naměřené hodnoty se zprůměrují a tím jsou zajištěny velmi spolehlivé výsledky.

Databáze ERI obsahuje: viry, bakterie, plísňe, parazity, toxiny, vitaminy, alergen, nervový systém, stresové faktory, imunitní systém, duševní zdraví, alopatické léky, homeopatické léky, doplňky výživy, minerály a minerální roztoky, orgánové systémy (ORL, dýchací systém, pohybový aparát, urogenitální, gastro, nervová soustava,...).

Celé měření probíhá naprosto neinvazivně, a to bez přímého dotyku sondy, která se vždy zabalí do papírového ubrousku, aby se zamezilo vodivosti a došlo pouze k načtení biopole, nikoliv elektrických signálů. Citliví lidé můžou během měření cítit, jak sondou procházejí bioinformační pole.



Při následné harmonizaci se naopak může stát, že jsou cítit konkrétní orgány, které se právě harmonizují.

Podobné systémy známe zatím pouze z oblasti biorezonančních diagnostických přístrojů. U ERI ale nejde o biorezonanční medicínu, ale o bioinformační medicínu, která je navíc velmi šetrně navržena, aby nedocházelo k příliš silným detoxikačním reakcím či přetížení organismu. Jde o zcela neinvazivní a neskutečně efektivní systém pro navrácení zdraví.

Medicínský systém ERI je určený především pro lékaře a specialisty v oboru zdraví, ale dá se využít také pro domácí použití, kdy nemocný pouze spustí počítač a uchopí sondu a specialista provede měření a harmonizaci pacienta přes vzdálené připojení. Pokud má tedy pacient přístroj doma, nemusí nutně cestovat za lékařem. Nevýhodou tohoto řešení je pouze finanční stránka.

Díky přesnosti lze identifikovat nejen akutní potíže, ale také počínající fáze budoucích onemocnění, které se v raném stadiu mohou projevovat pouze jako metabolické změny, ale za pár let by se z nich mohla vyvinout některá závažná onemocnění.

Příjemným faktem je i velikost celého systému a jeho mobilita. Toto ocení především lékaři, kteří cestují za nemocnými nebo mají například více pracovišť. Stačí pak nosit pouze malý notebook a sondu o velikosti počítačové myši. Stejnou výhodu ocení i lékaři v nemocnicích, kteří si snadno donesou přístroj až k lůžku pacienta. Již

jsme provedli také několik úspěšných měření a harmonizací v autě či přímo na palubě letadla ve výšce 11 000 km nad mořem.

Systém ERI také dokáže vyhodnotit, ve kterém stadiu nemoci se pacient právě nachází a jaká je odpověď jeho imunitního systému na daný zdravotní problém. Lze tedy určit, zdali se nemoc stále ještě rozvíjí, a může se tedy zhoršit (zde je právě možnost harmonizovat přes elektrodu, aby se nastartoval samouzdravovací proces), nebo zda je nemoc již ve stavu, kdy s ní tělo aktivně bojuje a stačí pouze podpořit ostatní dysbalance v těle a imunitní systém už zvládne zbytek sám. Systém také dokáže navrhnout vhodné alopatické léky či homeopatika, včetně potence, a rovnou je dát jednorázově aplikovat přes elektrodu.

Terapie samotná trvá pouze 28 minut a většinou stačí 3–4 terapie, které jsou 1–9 dní od sebe v závislosti na tom, co vyhodnotí systém samotný. U některých případů stačí i jedno sezení, někdy jich je potřeba více, ale průměr jsou 3–4 terapie.

Medicínský systém ERI (ERI Medical system) má několik cenových verzí od 25 000 eur do 50 000 eur (bez DPH) dle vybavy databáze. Plně lékařská verze s databází alopatických léků a všech systémů umožňuje kompletní možnosti v oblasti zjišťování všech diagnostických dotazů, který systém nabízí.

Prodej, školení a konzultace zajišťuje: Ing. Václav Vašek – ERI Medical s.r.o.

Mobil: 608 512 848

E-mail: eri@eriMedical.cz

www.eriMedical.cz

Jiřina Kloučková

a její cesta z lékařsky nevysvětlitelných potíží k frekvenční terapii

Proč je pro Tebe zdraví lidí důležité?

Každý z nich má svůj příběh, svůj důvod, proč žít a být zdravý. K jeho naplnění je třeba fungovat.

K této práci mě přivedl můj vlastní zdravotní problém. Lépe řečeno to, že mi bylo velmi špatně a lékaři si mě posílali jeden k druhému a nedokázali mi pomoci. Prožila jsem ve chvíli, kdy jsem držela v ruce doporučení na psychiatrii. Cítila jsem se tehdy velmi špatně. Lidičky, kteří za mnou do poradny chodí, mi říkají v různých obměnách téměř to stejné.

Jsi ráda, že pracuješ s alternativními lidmi? Proč?

Protože jsem sama alternativou postižena a s těmito lidmi jsem na jedné vlně. Rozumíme si.

V čem vidíš nejvyšší smysl své práce?

Největší radost mám, když se s klientem loučím a domlouváme schůzku za půl roku na preventivní měření. Uspokojuje mě, že mohu lidem pomoci tak, jako bylo pomoci mě, když mi bylo špatně.

V jakém směru má frekvenční terapie náskok oproti běžné léčbě antibiotiky?

Např. pokud přijde maminka s dítětem včas – třeba, že bolí v krku – včas znamená dříve než dítě dostane teplotu – pustíme správné frekvence a angína se nedostaví. V horším případě může dítě jeden nebo dva dny pokašlávat nebo na jeden den mít zvýšenou teplotu – protože se čistí. Není důvod se trápit doma několik dní s horečkou, bolestí v krku a v posteli.

Dále víme o tom, že některé nemoci se vracejí – borelióza, gynekologické infekce atd... – antibiotika jsou tak vyrobená, že infekci nedokáží zlikvidovat kompletně. Zato naruší na dobu několika měsíců vlastní imunitu. Zbytky patogenů se v těle usadí, schovávají do ložisek a při nejbližší příležitosti se vrátí v plné síle. Koho se to týká, potvrdí, že tento stav může trvat i několik let. Dokonce mi někteří klienti říkají, že lékař jim řekl, že se musí naučit s tím žít.

Frekvenční terapie dokáže z těla zlikvidovat kompletně všechny jedince daného patogenu. Pokud je klient trpělivý, tak i např. 20letou borelii. A potravními doplňky následně tělo umíme vyživit a zlepšit imunitu tak, aby se už patogen nevracel.

Jaký nejzávažnější případ se Ti povedl pomocí frekvencí zlepšit?

Přišla klientka ve vysokém věku s diagnózou těžké astma. Sotva mluvila, jak jí nestačil dech. Po 39 min. terapie na plazmovém generátoru se jí lépe dýchalo. Za týden přišla paní znovu, pustili jsme plazmu na necelou hodinu. Při další návštěvě vyprávěla, jak vykašlávala kuličky čehosi, jak se jí ulevilo, že uveze kočár s vnučetem do kopce, že i lékař se divil, jak se zlepšila. Prý mu i řekla, kam chodí.

Jak se mysl lidí a jejich duševní stav odráží na jejich zdraví?

Čím hůř se člověk cítí, čím déle tento stav trvá, tím je mysl skleslejší. Čím je mysl skleslejší, tím hůř se člověk cítí. Je to začarovaný kruh a velmi nebezpečný.

Co se týká mojí osobní zkušenosti, sama jsem si zažila stav, kdy jsem uléhala večer do postele s myšlenkou, že je mi tak špatně, že to tělo nemůže už dlouho vydržet, že přece do dvou let umřu.

Je to logické – každý živý organismus si vytváří okolo sebe prostředí, v kterém je mu dobře a které mu umožňuje plnit si svoje poslání. I my si budujeme byt, kde se cítíme dobře, hledáme práci, která nás baví atd... Stejně tak to dělají bakterie, plísňe a jiní nezvaní návštěvníci a obyvatelé našeho těla.

Je třeba si uvědomit, že kdo žije, ten nejen konzumuje potravu (v případě parazitů jsou to naše vitamíny a živiny), ale také, a to hlavně – vylučuje. V některých případech se jedná o toxiny, které ovlivní naše chování a přemýšlení. Jinak řečeno člověk se začne chovat tak, aby daný parazit dosáhl svého – změnil mezipřijímatel a mohl pokračovat ve svém vývoji. Naši nezvaní návštěvníci upravují naše vnitřní prostředí k obrazu svému. Svými metabolickými produkty nás ovlivňují více, než bychom si dokázali mnohdy představit.

Plísňe, aby mohly v těle přebývat a růst, potřebují kyselé prostředí. To získají, pokud nás přimějí jíst sladké. Mám několik klientů s chronickou závislostí na sladkém. Všichni mají v sobě dobře usazenou Candidu a další příslušníky kvasinek a plísňí. Všechny děti, které ke mě přijdou na měření jsou zaplísňené. Je to alarmující! Plísňe v jejich těle nejenom enormně zaměstnávají imunitu, ale taky je v podstatě postýlka pro další vyšší patogeny. Mnohdy stačí zlikvidovat právě plísňe a zmizí časté opakované respirační potíže. Jenže říkejme některým babičkám, aby vnučátku nekupovaly zmrzlinu nebo sušenky...



Jiřina Kloučková je frekvenční terapeutka v Zapper centru Praha, Mistr-učitel Reiki, Shambally, absolvent Silvovy metody a dalších směrů.

Pokud bys v oblasti zdraví mohla lidem vzkázat jakoukoli radu nebo poselství a věděla bys, že Tě všichni uslyší, co by to bylo?

Lidičky, nenechte se ovlivňovat reklamami na snadnou a rychlou úlevu od potíží. Používejte selský rozum! Vaše tělo není auto, kde vyměníte součástku nebo utáhnete šroubek a můžete dál bezchybně fungovat! Právě ony potíže vám signalizují, že něco není v pořádku. Jejich potlačením se nic nevyřeší. Každou informaci si ověřte, pokud jsou protichůdné názory, udělejte si názor svůj. Vezměte svůj život a své zdraví do svých rukou.

Základní otázka, která mi pomáhá leccos pochopit, je: Komu je tento stav prospěšný? Odpovědi mnohdy šokují, ale jsou pravdivé. Prozření někdy bolí.

Řekni nám na konec ještě něco o sobě ☺

Očistou těla se zabývám cca 4 roky, z toho 1 rok profesionálně. Co mě k práci přivedlo, je napsáno výše. A je to důvod, proč klientům velmi dobře rozumím. V době, kdy jsem dostala ono doporučení na psychiatrii, můj skvělý manžel byl nakupovat a jen tak mi přinesl a s úsměvem podal knihu od Hany Bláhové Deník poradce. Otevřela jsem ji a z obrázků se mi udělalo špatně – tedy ještě hůř, než už mi bylo. Dva týdny jsem vstřebávala, že v mém těle může být něco takového, než jsem našla odvahu knihu znovu otevřít. Četla jsem do rána s očima doslova vytřeštěnými! První, co jsem ráno udělala, bylo to, že jsem zavolala paní Ing. Bláhové a prosila jsem ji, jestli můžu k ní na kurz...



PODZIM

KRAJINA V POCITECH

Přežití, nebezpečí, výzva a drsnost. To jsou pojmy, které mne ve spojitosti s krajinou nenapadají. Pokaždé když se dostanu ven, cítím radost, klid a harmonii. Neutralitu přírody, která po mně nic nechce a pouze nabízí. Nejvýstižnější slovo je zřejmě domov. Kdybych mohl, nevracím se vůbec. Největší vliv na moje vnímání krajiny a lesa mají stále původní národy. Převážně severoameričtí indiáni, ale i ostatní kmeny z Afriky, Polynésie nebo Austrálie.

text: Pavel Chřestýš Blahůšek foto: Shutterstock.com

Rána plná mlhy a tiše padající bavlněné listy nenechají nikoho na pochybách, co bude dál. Podzim je mezi námi a zúčtování s proběhlým rokem je nachystáno. Začíná celkem nenápadně, jako by se nás vše snažilo uchlácholit. Pokaždé mne tak trochu překvapí potřeba další vrstvy oblečení ráno i večer nebo chaotické hledání ponožek, které jsem posledních pět měsíců nepotřeboval. Rána začínají být vlezle mokrá a každý se tak trochu oklepe v očekávání sychravosti podzimu. Vždyť se nedá obléknout tak, aby to byla pohoda celý den. Je to krásná hra o jednu vrstvu. Buď obléct, ane-

bo sundat. Pořád dokola. Vítěz neexistuje.

A do toho se občas protlačí pravá tvář konce roku. Vítr, déšť a vlezlo tak obrovské, že jít jen do práce vyžaduje úsilí a soustředěnost trénovaného atleta. Kde jsou vlhde večery, kdy ještě o půlnoci se dá sedět na zemi a je tak krásně? Kam zmizela letní lehkost bytí? Nikam. Vše je jako vždy, přesně jak má být. Nic se neděje. To jen naše touha mít kontrolu dostává tak trochu na zadek. A po létě si zase uvědomíme přítomnost řádu. Vždyť proběhlé léto je z pohledu celého roku úžasně nenáročné, a tak je potřeba podzimu, abychom si uvědomili hodnotu věcí. Věřím, že každý, kdo

někdy pracoval se zemí a na podzim byl odměněn sklizní, to ví a oceňuje. Tak se na to pojďme podívat zblízka.

Podzim je pro mne tou nejkrásnější částí roku. Nejenom notoricky opěvované babí léto, ale celý krásný podzim. Mám pocit, že se pořád něco mění a děje v rytmu, který je naprosto odlišný od jara. Přitom energie podzimu je stejná jako jarní. Možná i větší. Je potřeba toho tolik stihnout a tolik udělat, nežli se o slovo přihlásí zima a vše jakoby zastaví. Obrovská kontrola před předáním díla. Snaha dokončit vše s vědomím, že na reparát nebude celý rok čas. Každý to vnímá po svém a snaží se, jak jen může.



Sady odevzdávají úrodu, která se z ničeho nic objevuje v korunách. V zemi dozrává, co může. Ptáci pořádají nálety na úrodu a dávají odhadnout, jaká bude zima. Celá krajina, nejenom ta námi obdělávaná, pulsuje v rytmu sklizně.

Úžasný je podzimní les. Z jednobarevné zeleně léta se náhle všude objevují barvy v kombinacích, které jsou nepředstavitelné a přitom tak jasné. Po letních vysušených a rozpálených dnech je náhle všude mokro a tajemno. Už jitra se nesou v duchu pohádek. Budím se obvykle do východů slunce, jen nyní si je z části musím představit za mlhou, která tlumí každý zvuk v okolí. Přes den sice ještě vyhraje slunečno a teplo, ale za chvíli už se dny zkrátí a mlžný opar bude naším průvodcem v krajině. Dělá jakoby laskavou oponu, abychom neviděli jasné všechno a aby les získal na chvíli klid od našich zvědavých pohledů. Pod tímto lehce tajemným příkrovem se odehrávají nové příběhy ve hře zvané život. Hledání úkrytů blízko zdroje potravy anebo nor, kde lze bezpečně prospat přicházející čas. Hromadění zásob není lehká práce. Vyjde

to nebo ne. Budu mít dost až do jara? Anebo nouzi, která mne donutí prokázat své odhodlání žít v předjarní chudobě.

Hmyz náhle není. Pokaždé mi to dojde, když odháním dotěrného komára, a náhle si uvědomím, že je jen jeden. Nebo když kolem proletí poslední odvážná včela, zoufale hledající nějaký květ. Mravenci se stahují do svých mravenišť a musí být opravdu teplo, aby byli vidět venku. Nikde nic zbytečně neleze, nespěchá a nebzučí. To největší potvrzení živosti náhle není. Ticho umocněné mlžným oparem, který pohlcuje vše, je náhle obrovské. O to víc se objevují zvuky, které si normálně neuvědomujeme a probouzí v nás pravěký strach z neznámého. A nepoznaného. Člověk naučený na kontrolu je náhle bezbranný.

K tomu všemu se chystá další kolo námluv u vysoké a skoro každý kout se za chvíli bude otřásat souboji samců, kteří ve snaze udržet svůj rod klidně i padnou. Jsou na denním pořádku a obrovští býci plní testosteronu napadají vše, co se jim postaví do cesty. Někdy i včetně člověka. Je to však jeden z nejhezčích pohledů u nás, když se na louce poměřují a předvádějí jezení v celé své kráse. Pyšní a mohutní. Práví králové lesa, kteří nemají nepřítele, když jsme jim vlka odstranili. Oni jsou ti, kteří tomu všemu vládnou. Právem. Vždyť jsou spojeni skoro s každou krajinou a symbolizují sílu lesa. Srnci štěkají tak, že donutí poutníka zastavit a počkat, až přeběhnou.

Jedním z nejhezčích pohledů na podzim je z hor. Vrcholky se koupou v mracích nebo jsou již poprášeny sněhem a pod nimi hrají stromy všemi barvami. Ostrý, mrazivý vzduch se ještě dokáže přes den ohřát, ale jen na chvíli. Výhledy dostávají ostrost a vzdálenosti se jakoby zkracují. Svítání na vrcholku je odměnou samo o sobě. Do poslední chvíle nevím, jaké bude. Slunce hraje hru na schovávanou s mraky. A když se ukáže, ocitám se najednou v pohádkové krajině. Okolní vrcholky vystupují z inverzních mlh, které beze zbytku obsazují každé údolí. Jen nerady se zvedají a odhalují krajinu pod sebou. Jeden si musí dát pokorně na čas, než uvidí, kudy může jít dál, kde bude cesta. Jen pomalu se ukazují koryta potoků a říček a odhalují tak cestičky do údolí.

Když se dá konečně sejít dolů, obvykle si dopřeji svou oblíbenou podzimní hru. Na padající list. Ještě nikdy se mi nepovedlo zachytit ten okamžik, kdy se list uvolní z větve a nenávratně spadne pomalým krouživým pohybem na zem. Někdy, když je úplné ticho, jsou slyšet slabá lupnutí a nenápadné zašustění, když list dopadne. Pořád a pořád je upřená pozornost rušená pohybem listů, které se snášejí dolů. Když si vyberu jeden, tak nikdy nespadne. Takhle by se dal strávit celý den, jen chlad to nikdy nedovolí. A to i přesto, že zem ko-

lem mne a pod stromy je pokryta barevnou záplavou, která odevzdává poslední zbytky své síly zemi. A udržuje teplo pro všechny, kteří ho v té záplavě hledají. Malí i velcí ho mohou využít. Pokud to umí.

Opadané stromy jsou náhle průhlednější a tajemnější, než si pamatuji. Větve tančí v divných pohybech, které jim diktuje vítr. A je to zase tady. Zkouška životaschopnosti. Podzimní vichry cloumají stromy a nemilosrdně zkoušejí pevnost všeho živého. Je to jak příprava, aby bylo jasné, co je ještě k užítu a co má být odklizen. Nic se jim neubrání. Každý strom, každý list je podroben této zkoušce. Nejsou vítězové, ani poražení. Vše má svůj účel. Ten, který padne, bude potřebný pro jarní růst.

Do toho se vrchní hlídač vodního hospodářství rozhodne, že je ještě potřeba navýšit zásoby spodních vod. S každým deštěm se snaží, aby potoky a řeky byly plné po okraj a aby bylo všude dost. Jak jen to jde. Krajina je mokrá od rána do večera. Vlhkost je až nepříjemně všudypřítomná a dá velkou práci vidět v tom krásu. I s vědomím, že je obvykle nejvyšší čas. Bez vody a jejích zásob by nebyl skoro žádný život. Jen se nám v naší malosti a pohodlnosti nelíbí být nepříjemně promočen. A naše zchoulitostivělá těla nám to dávají patřičně najevo. A je to dobře. Lesy se najednou vyprázdňují a až na pár bláznů mají klid nachystat se na majestátnost nadcházející zimy.

Podzimní krajina mi dává pokaždé tak trochu pocítit, jak jsem malý. A tak jsem pokaždé vděčný, když se mi podaří zahlédnout střípky z jejich představení. Není to samozřejmost. Je potřeba proniknout trochu hlouběji do lesa, abych viděl, co se skrývá za opary mlhy. Pokaždé jsem překvapen novými postřehy a vážím si čím dál tím víc toho, jak nejen les, ale každá krajina si umí poradit. Je nádherné pocítit plnost celého ročního cyklu a fyzicky si uvědomit tu stokrát napsanou pravdu. Jsme tu jen na návštěvě a jsme jen součástí tajemného cyklu. Nejsme jeho pány a už vůbec ho nedokážeme řídit nebo ovládat. Budme tedy vděční za tu možnost učit se každý den od mistrů svého oboru. Vždyť jestli někdo nebo něco je opravdu v přítomném okamžiku, je to krajina kolem nás.

Pavel Blahůšek

*1971. Zabývám se především harmonizací meridánů, terapiemi shiatsu v kombinaci s manipulačními prvky. Ve volném čase pořádám s přáteli zážitkové indiánské dny pro školy, školky a dětské tábory. Nebo se toulám krajinou a pořádám pobyty krajině. Najdete mne na: Aki-ni, Nad Královskou oborou 33, Praha 7 – Holešovice.
www.aki-ni.cz



Esenciální oleje a jejich působení na úrovni čakr

Neskutečná účinnost esenciálních olejů (ESO) byla doložena dlouholetými výzkumy francouzských vědců, kteří potvrdili to, co bylo ve starověku ve východních kulturách již tisíce let známé i kdejakému vesnickému lékaři. Jedna malá lahvička ESO odpovídá sedmi až deseti tisícům šálků bylinného čaje. To se týká jen těch nejvyšších a nejčistších olejů.



text: František Kouba

Esenciální oleje jsou jedním z největších a nejvíce nevyužitých světových přírodních zdrojů dostupných celému lidstvu. Tento zdroj, který přináší nejen krásné, voňavé prostředí a pomáhá účinně překonávat i velká psychická traumata, ale i léčí prakticky všechny druhy nemocí, přináší úlevu našim bolavým tělesným schránkám, bolavé duši a ještě dokáže zkrášlovat a osvěžovat náš zevnějšek, naše příbytky či pracoviště.

Esenciální oleje zvyšují svým působením na nevědomé úrovni komunikační a mentální schopnosti v mezilidských vztazích v rodině, škole či na pracovišti. Dokážou vytvořit prostředí, kde se rozvíjí vzájemná láska, radost, ale jsou také schopny neinvazivním způsobem zvýšit erotickou přitažlivost a svou působností na dlouhodobou paměť ukotvují vzpomínky na nevšední splynutí dvou milujících se duší.

V dnešní uspěchané civilizaci je použití ESO to nejrychlejší a nejsnadnější, co můžeme pro naše zdraví udělat, nehledě na možnost inhalace v domácnosti, nejlépe přes noc, kdy spíme, nebo v kanceláři, prodejně a podobně. Použití dvou až čtyř kapek denně na tělo či do difuzéru se rovná investici 2–10 korun denně s tím, že při inhalaci „užívá“ celá rodina, kolektiv v kanceláři nebo na pracovišti, ve škole nebo školce.

Neuvěřitelná je cenová dostupnost, snadnost aplikace, vysoká účinnost, voňavé prostředí, voňavé tělo, použití do koupele, na výrobu mýdel, šamponů, svíček,

pleťových krémů, olejových směsí pro masáže. Můžeme přidat dvě, tři kapky do pračky místo aviváže. Další variantou použití je tampon s kapkou ESO umístěný mezi ložní prádlo pro svěží vůni či proti šatním molům, proti hmyzu jako repelent, nebo k odstranění vši, blech a jiných nevídaných návštěvníků člověka i domácích zvířat, v rozprašovači ošetření proti škůdcům rostlin a další široká škála možností použití. A toto vše bez negativních účinků na náš organismus a životní prostředí. Nedokážu si představit, co lepšího by nás v tomto životě mohlo potkat.

Pokud si uvědomíme nesmírný rozsah účinků a použití ESO, objeví se jedna neodbytná, každého inteligentního člověka šířící myšlenka! Jak je možné, že tak obrovské množství lidí nevyužívá tuto možnost uzdravení sebe i této nemocné planety a nechá se vmanipulovat do bezbřehého, vše devastujícího marasmu chemického průmyslu? Odpověď by nám mohl poskytnout citát jednoho z nejmoudřejších lidí naší planety: „Trpět umí každý blbec, ale být šťastný, to chce velkou odvalu.“ OSHO. LAO-C, čínský mudrc, by k tomu dodal: „I ta nejdelší cesta začíná prvním krokem!“

Pojďme se tedy podívat, jaké kroky můžeme učinit pro naše zdraví. ESO působí na všech úrovních našeho bytí, a tak je nejlepší cestou podržet olejíček v ruce, nacítit, přivonět a nechat chvíli působit esence, aby k nám promluvily, a potom teprve zkoušet aplikaci na pokožku. Uvidíte, že jak se vám do ruky dostane pro vás ten pravý, podlomí

se vám kolena a zůstanete stát v němém úžasu z toho, co se s vámi bude dít!

Povíme si něco o ESO působících mimo jiné na úrovních našich čakr, tedy hlavních energetických drahách našeho těla.

Začneme nejspodnější první čakrou, ke které patří ohnivě červená barva. Při zpěvu mantry LAM v C tónině lze zvyšovat vibrace první čakry a též navibrovat ESO pro jejich působení v této oblasti.

CEDR HIMALÁJSKÝ – trpká vůně cedrového dřeva znamená spojení s podstatou a zemitými silami Matky přírody. Pomáhá shromažďovat energii, doplňuje vitamín D, dodává klid a pocit bezpečí. Cedr v překladu znamená sílu. Cedrové dřevo se používalo v celém starověku a je o něm zmínka na mnoha stránkách Bible. Doktor Terry Friedmann zjistil pomocí klinických testů, že tento olej úspěšně léčí ADD a ADHD (syndrom snížené pozornosti u dětí). Také pomáhá opravovat poškozené geny a z tohoto důvodu je výborný ve směsi s kadidlem při těžkých onemocněních, jako je například rakovina. Vůně cedrového oleje stimuluje limbickou oblast mozku (centrum emocí) a epifýzu, která je naším vnitřním „operátorem“ pro přímé spojení se Zdrojem (mimosmyslové vnímání).

Cedrového oleje můžeme využít při letargii, nervové ochablosti, špatné koncentraci, pro odstranění bolestí v bederní oblasti, ale i v jiných částech našeho organismu. Lze také použít při vypadávání vlasů, lupech, mazotoku pokožky hlavy, arterioskleróze, kožních onemocněních. Cedrový olej je silně antibakteriální, lym-

fatický stimulant při otocích, podporuje rozklad tuků při celulitidě, pomáhá řešit opakované průjmy a břišní křeče. Můžu napsat vlastní zkušenost. Když jsem stěhoval téměř třímetrákové pianino, sklouzlo mi při sundávání z přívěsu na velký kloub palce u nohy. Hlavou mi prolétlo: rozdrce-ný palec, konec běhání a pajdání do konce života. Také jsem si v tom momentě uvědomil, že velká bolest znamená okamžité napojení na našeho Stvořitele! Nejen, že jsem Ho volal, ale já viděl vnitřním zrakem všechny svaté a hvězdy snad celé galaxie. Po zjištění, že to kloub „přežil“, jsem ho okamžitě začal třikrát denně mazat po dvou kapkách cedru a kadidla. Třetí den začal mizet otok a čtvrtý den mi až v poledne došlo, že jsem si ráno zapomněl palec namazat a také jsem zapomněl kulhat. Odeznění posledních příznaků bolesti trvalo asi týden.

Vlastní zážitek a vlastní zkušenost jsou tou nejlepší pobídkou k dalšímu pátrání a pro mne též k naprostému nadchnutí se pro neskutečné účinky ESO.

HŘEBÍČEK je dalším z vhodných olejů souznicích s první čakrou. Pomáhá uvolňovat nahromaděnou energii z první čakry. Jeho schopnost rozpouštět hluboko v podvědomí uložené úzkostné stavy, nasbírané v průběhu života jako obranu proti útokům vnějšího světa, staví tento olejíček na jedno z předních míst. Svým působením pomáhá otevřít se novým, čerstvým energiím, což přináší oživení a změnu do našeho života. Mentálně posiluje, podporuje spánek, vytváří pocit bezpečí. Ve starověku se používal v Číně a Indii k umrtvení dásní v zubním lékařství. Jeho účinnost je tak velká, že při aplikaci na pokožku je třeba ho opravdu hodně naředit do nosného oleje. Hřebíčkový olej je silně antibakteriální, protivirový, protiplísňový, silně protiparazitární, silně analgetický, anestetický, protizánětlivý, protikřečový, ředí krev, je silným antioxidantem. Pomáhá při artritidě, dně, revmatismu, infekční žloutence, infekcích hrdla, dutin, plic, akné, vředech, očních zákalech, likviduje vši a jinou havěť.

Ke druhé čakře patří oranžová barva, tónina D a mantra LAM. Víme, že druhá čakra, též nazývaná čakrou sexuální, zahrnuje oblast pánevního dna. A tak zpěvem mantry LAM v tónině D provádíme energetickou masáž všech orgánů umístěných v této oblasti. Touto energií můžeme zvýšit účinnost olejů zde působících.

SANTÁL – tento olej je po tisíciletí používán ke zvýšení sexuální energie, jako afrodisiakum a k prohloubení duchovních prožitků při milování s milovaným partnerem. Jeho účinnost je taková, že dokáže rozproudit duchovní energii do všech úrovní našeho myšlení, citění a jednání, což probouzí radost i fantazii, které obohacují život nejen při milování. V indickém

ajurvédském lékařství se od starověku používá pro revitalizaci pokožky při suché, svědící a zapálené pokožce, při ekzémech a lupence a také při józe a meditaci. Santál obsahuje seskviterpeny, které stimulují epifyzu a limbickou oblast mozku. Dochází tak k uvolňování melatoninu, který je silným stimulantem imunity v boji proti rakovinným buňkám. Toto je podloženo např. studiemi vědců z Brigham Young University, kteří prokázali jeho schopnost inhibovat mnoho typů rakovinných buněk.

Santálový olej čistí a uklidňuje mysl. Pomáhá při depresích a navozuje dobrou náladu. Prohlubuje spánek a pomáhá odstranit negativní naprogramování buněk. Pomáhá otevřít cestu k vnitřním tvořivým zdrojům intelektu, což v konečném důsledku pomáhá uhladit ego a sklony k vnitřní i vnější tyranii. Je výborný při střevních a genitourinárních chorobách, jako jsou vaginální výtoky, mykózy, záněty močového měchýře, průjmy a kolitidy. Usnadňuje vykašlávání, pomáhá při virových infekcích a také uvolňuje tonus hladkého svalstva.

Ylang Ylang je dalším olejem působícím hlavně v úrovni druhé čakry. Tento velmi jemný olejíček, který se získává z květů stromů stejného jména, je jedním z nejznámějších afrodiziak. Indonésané rozprostírají tyto nádherné květy na lože novomanželů pro jejich omamnou, sexuálně posilující vůni, která vytváří pocit bezpečí a uvolnění, na jehož vlnách se rozpouští nahromaděné a zadržované emoce, což vytváří prostor pro jemnější a hlubší prožívání citů. Olejíček uklidňuje, napomáhá meditaci, soustředění a vnitřní obnově. Upevňuje sebedůvěru a má uklidňující účinky na srdce. Používá se též na vysoký tlak, nervové napětí, tachykardii, nespavost, epilepsii, cukrovku, padání vlasů, impotenci, frigiditu, deprese, diabetes. Francouzi Garnier a Rechler zjistili při výzkumu na ostrově Reunion, že blahodárně působí na malárii, tyfus a infekci střev. Má protizánětlivý, antibakteriální a protiparazitární účinky. V kosmetice má využití pro své hojivé a osvěžující účinky a používá se především na zralou, citlivou a mastnou pleť.

Třetí čakra, to je žlutá až zlatožlutá barva, tónina E a mantra RAM. Tato čakra je nejvíce energetická, a tak zpívaná mantra v E tónině nás i olejčky hodně posílí. Ke třetí čakře patří např. levandulový olej. Pomáhá zpracovávat emoce a má úžasné uklidňující účinky. Jedna z nejznámějších léčitelek Hildegarda z Bingenu radila používat tento olejíček na „udržování čistého charakteru“. Levandule je antiseptická, protiplísňová, analgetická, protinádorová, silně protikřečová, protizánětlivá, protirevmatická, silně působící na parazity, rozšiřuje cévy, posiluje srdce, podporuje vylučování žluči, výborná na zazjizvení po úrazech a rozpouštění starých jizev. Dále

je výborná na koliku a dráždivé střevo. Uvolňováním svalové ztuhlosti působí efektivně při předmenstruačních a menstruačních bolestech včetně bolestí hlavy a migrén, což je jedním z nejrozšířenějších problémů dnešních mladých žen. Levandulový olejíček je to nejlepší, co můžete použít na hojení popálenin kůže. Používá se též při vysokém krevním tlaku, arterioskleróze, ztrátě vlasů, nespavosti a nervovém vypětí. Potlačuje pocit paniky a hysterie, snižuje stres, deprese a zvyšuje bdělost. Má schopnost neutralizovat živočišné jedy a je také účinným repelentem i proti vlasovému vším a šatním molům.

Dalším vynikajícím olejíčkem je **ROZMARÝNOVÝ** olej, který oživuje třetí čakru. Velmi vhodný při vyčerpanosti. Pomáhá vnímat vyšší smysl naší existence, rozvíjí analytické a duševní schopnosti. Pomáhá překonávat lenost a povzbuzuje k aktivitě. Je nositelem radosti, smíchu a sebedůvěry. V Egyptě ve starověku byla rozmarýna součástí kadidel používaných při obřadech zasvěcení a věštby osudu. Je jednou z nejvíce ceněných posilujících esencí. Pomáhá odstraňovat duševní i fyzické choroby. Olej chrání játra, je protinádorový (játra nám zajišťují protirakovinnou imunitu), protiplísňový, antibakteriální a protiparazitární. Používá se na bušení srdce, podporuje průtok krve arteriemi, čímž zvedá tlak, a tak pomáhá rozehrát studené ruce a nohy. Zlepšuje zásobování mozku krví, což přináší i jeho výživu, zlepšuje koncentraci, posiluje paměť a odstraňuje nervovou slabost. Je výborný při svalových a revmatických bolestech, také na kašel, bronchitidu, infekce hrdla a plic, usnadňuje vykašlávání, působí proti nadýmání, poruchám trávení, infekčním nemocem, jaterním potížím, infekční žloutence, ztrátě vlasů, zhoršení paměti a Alzheimerově chorobě. Rozmarýnová koupel je excelentním životabudičem. Je vynikající na suchou, mastnou, nečistou i normální pokožku.

Dalším olejíčkem působícím v oblasti třetí čakry je **BERGAMOT**. Olej připravovaný z plodů stromů tohoto jména má vůni podobající se čerstvému citronu. O tomto olejčku můžeme říci, že je nositelem světla, které posiluje naše životní energie, sebedůvěru a sebejistotu. Povznáší, uvolňuje a navozuje stav odpočinku. Svým působením usnadňuje průtok energie organismem. Má mírně chladičový a osvěžující účinek, čímž působí i proti depresím, zmírňuje úzkost a zlepšuje náladu. Pomáhá uvolňovat potlačované city. Působí proti horečce a jako antiseptikum. Podporuje spontánnost a optimismus. Řeší neklid, nespavost, virové infekce i opary, střevní parazity, je protinadýmavý a protikřečový. Po aplikaci na pokožku je třeba ji nevystavovat následujících 24 hodin slunečnímu záření.

Čtvrtá čakra je čakrou srdce, ke které



patří tónina F, mantra YAM, zelená barva jarního obilí a růžová, barva související s láskou, procházející přes srdce. Pokud „láska“ prochází přes partnerovu peněženku, nebo je tam žárlivost a zloba, mění se barva srdeční čakry na hnědou, která svou vibrací bude majitele táhnout do psychických i fyzických problémů, které následně vyústí v těžká onemocnění.

K srdeční čakře nemůže patřit nic jiného než královna květín, a tou je **RŮŽE**, která byla zasvěcena Afroditě, řecké bohyni lásky, krásy a plodnosti. Růžový olej se získává z okvětních plátků divoké růže, kterých se musí na vyrobení jednoho kilogramu oleje ručně nasbírat pět až sedm tun. Vzniká tak vysoká koncentrace esencí, při jejichž vdechnutí se mnohým ženám podlamují kolena. Božsky vábívá vůně tohoto olejíčku z něj udělala po všechny věky uznávané afrodiziakum, přinášející něžně vábívé energie, které prohlubují cit lásky a hojí poraněná srdce.

Vibrace růžové barvy květiny otisknuté do tohoto olejíčku prohlubují vnímání lásky, krásy a harmonie celého vesmíru. Olejíček zesiluje vnímání radosti a jemných energií při láskyplném splnutí s partnerem. Kapka tohoto božského olejíčku za ženíným uchem musí okouzlit každého muže, neboť žena s touto vůní působí ještě více žensky, něžně a žádoucne. Toho si byli vědomi výrobci voňavek již ve starověku a použití tohoto olejíčku na pleť využívali Číňané, Peršané, Indové, Řekové i Římané.

Růžový olej je velmi jemný, a tak je vhodný pro všechny typy pleti. Používáme hlavně na suchou, citlivou, zralou a podrážděnou pleť. Má stahující účinky, zpomaluje stárnutí pleti, vyhlazuje vrásky a je vhodný i na dětskou prdelku. Ve spojení s heřmánkovým a kvalitním nosným olejem vytvoříme olejíček pro ošetření nemluvnat. Růžový olej je jednou z nejpoužívanějších ingrediencí při výrobě masť

a krémů. Olejíček stahuje cévy a zastavuje krvácení. Také se používá při nepravidelné a bolestivé menstruaci, zánětu spojivek, nespavosti, nevolnosti, úzkosti, bušení srdce i jako antidepresivum. Usnadňuje porod tím, že uvolňuje vazy a rozšiřuje pánev, relaxuje dělohu a je vhodný i pro regeneraci po porodu. Působí jako přírodní antiseptikum a má jemné analgetické účinky.

K páté čakře patří světle modrá barva, tónina G a mantra HAM, která bývá jedním z prvních slov dítěte, když maminka vyndá z blůzky prs. **ŠALVĚJ MUŠKÁTOVÁ** – tento olej má na naši krční čakru jeden z největších účinků. Velmi intenzivně působí na naši oblast řeči tak, aby byla zvukná a harmonická a my jsme mohli srozumitelně předávat to, co chceme vyjádřit. Uvolňuje ztuhlá místa, která brání projevení a vyjádření. Pomáhá uvolňovat „knedlík“ v krku, známý to stav při zkouškách nebo při příchodu pozdě v noci z tahu, o kterém jsme manželce „zapomněli“ říci. Také velmi dobře působí na plachost, tichost, uzavřenost anebo při problémech s kokaínem či zadrháváním v řeči.

Středověká legenda vypráví, že „touhou šalvěje je učinit člověka nesmrtelným“. V Číně a Persii se citovalo úsloví: „Jak může zestárnout člověk, který má na zahradě šalvěj?“ Nevím, jak dalece šalvěj touží po naší nesmrtelnosti, když se jako lidstvo chováme tak, jak se chováme, ale myslím, že podstatou úspěchu je šalvěj používat a v podobě ESO je ten účinek nejvyšší!

Tento úžasný olejíček je silně protinádorový, reguluje hormonální pochody v organismu svojí podobností estrogenu. Je protiplísňový, protivirový, stimulant zažívání, žlučníku a krevního oběhu. Je účinným a všeobecným tonikem i důležitým antispasmatikem (uvolňuje křeče). Výborně účinkuje na mastnou, popraskanou, zánětlivou a aknézní pleť. Také posiluje růst vlasů při alopecii. Další použití je na

křeče, unavené a bolavé nohy, bolesti hlavy, migrény, břišní křeče, plynatost a symptomy dráždivého střeva, menstruační bolesti, premenstruační syndrom, bolesti při porodu a jiné gynekologické problémy. Používá se též při obtížném a mělkém dýchání, kašli, zánětech v krku a v průduškách. Řeší dětskou hyperaktivitu, problémy s játry a nespavost. Doporučuje se při nervové úzkosti, depresích, změnách nálad, nerozhodnosti a emocionální zmatenosti. Pomáhá překonávat malomyslnost a obnovuje smysl pro skutečné hodnoty a intuitivní myšlení, citění a konání. Navozuje inspirativní náladu, nasycuje bystrostí, jasnožřivostí a pomáhá nám také smířit se se ztrátou.

Dalším olejem krční čakry je **EUKALYPTUS**, který dodává našemu hlasu jasnost a šírku. Otevírá vnitřní inspiraci a dodává našemu projevu původnost a kreativitu. Je dobrý proti migrénám a bolestem hlavy, zahřívá svaly a pomáhá proti jejich bolestem, ulehčuje při revmatismu a artritidě. Vhodný při nachlazení, kataru, astmatu, zánětech dutin a usnadňuje vykašlávání. Je silně antibakteriální, antivirový, insekticidní, estrogenní a působí účinně proti stárnutí. Je také dobrý proti plísňovým a kvasinkovým infekcím a proti lupům. Také je výborným repelentem a je vhodný na vši. Australští domorodci používají eukalyptový olej k dezinfekci ran, léčení infekcí a horečky. Výborně působí na malárii i stafylokoky. Někteří lékaři používají roztok eukalyptového oleje při chirurgickém ošetření. Vhodný je též při genitourinálních problémech a také pomáhá snižovat hladinu krevního cukru. Podporuje dobrou náladu, oživuje, rozptyluje melancholii a pomáhá člověku z emočního sevření, které je dílem vlastní mysli nebo domácího či pracovního prostředí.

Šestá čakra září indigovou modří. Zpívána mantra KŠAM v tónině A nám pomáhá otevírat tuto čakru duchovním rozměrem. K této čakře přináší olej z **MÁTY PEPRNÉ**, který má neskutečně osvěžující účinky. Jedna kapka pod vlasovou část „provětrá“ hlavu takovým způsobem, že se vám jako by „rozsvítí“ či rozjasní myšlení, ze kterého plyne pocit úžasného uvolnění. Tytam jsou najednou omezující myšlenkové struktury, které nám zatěžovaly mozek. Olejíček přináší jasnost, živost, zvyšuje koncentraci a zahání únavu. Pomáhá propojit vnitřní duchovní vnímání s intelektem a projasňovat zmatené a nejasné myšlenky. Tento olejíček byl ve starověku pro Řeky a Římany každodenní součástí života a používal se jak v lázních, tak k navonění ložního prádla. Olejíček má antibakteriální, antiseptické, protikřečové a protihorečnaté účinky. Má chladicí efekt, tlumí bolest. Je protinádorový a protiparazitární. Působí efektivně při zažívacích potížích jako pá-

lení záhy, nadýmání, nevolnosti a průjmy. Podporuje chuť k jídlu a trávení. Je vhodným pomocníkem při infekcích dýchacích cest jako nachlazení, bronchiálním astmatu, zápalu plic, tuberkulóze. Uspadňuje dýchání a vykašlávání hlenů a snižuje vysoké teploty. Jeho protivirových vlastností lze využít u oparů, herpes virů a papilomavirů. Další využití je u kožních infekcí, jako jsou plísňe, kandidózy, ekzémy, lupenka, záněty kůže. Také při bolestech v kříži i jiných místech páteře a kloubů a je také vhodný na natažené nebo ztuhlé svalstvo.

JASMÍN je dalším olejem vhodným pro šestou čakru. Květy na výrobu tohoto oleje se sbírají v noci před rozedněním, pro dosažení intenzivnější vůně. Jemná, ale intenzivní vůně nás na duchovní úrovni vede ke vnímání vizí a obrazů, které k nám promlouvají z hloubky jsoucna svými poselstvími. Jasmín je jedním z nejúčinnějších olejů na nervové úzkosti, deprese a netrpělivost. Probouzí intuici a pomáhá obnovovat tvůrčí schopnosti. Vibrace jasmínového oleje nás pomáhá propojit s duchovními energiemi čakry srdce. Myslím, že právě tento olejíček má jednu z nejvyšších schopností podporovat tok myšlenek přes náš srdeční „zesilovač“. Ženy využívají vůně jasmínu (přezdívá němu „královna noci“), aby touto svůdně

omamnou vůní byly pro svého partnera co nejvíce žádoucí. Většina z nich ani neví o hinduistickém bohu lásky Kama, řeckém Erosu a římském Kupidu, kteří jsou zobrazováni s lukem a šípem, na jehož hrotu je květ jasmínu vyjádřením zasažení srdce touhou. Další použití je na úzkost, deprese, menstruační problémy, kožní potíže (vrásky, mastná pleť, ekzém) a je také doporučován při frigiditě a impotenci.

SEDMÁ čakra září bílou, zlatou a fialovou barvou, podle duchovního rozpoložení člověka. Patří k ní tón H a všem známá mantra ÓM. K této čakře patří olejíček **KADIDLO**, který, řekl bych, patří ke špici ESO, ale v mnoha olejových směsích vytváří základ pro léčení všech druhů nemocí. Jeho účinky byly známy už v hlubokém starověku a pro jeho nesmírnou cenu byl dlouhou dobu dostupný jen královským a císařským rodinám. Kadidlo také bylo používáno při zasvěcovacích a rituálních obřadech. Univerzita v Lencesteru ve Velké Británii ve své studii dokazuje, že kadidlo obsahuje sloučeninu (AKBA), která cíleně zabíjí rakovinné buňky, přičemž nechává zdravé bez úhony. Existuje mnoho studií, které dokazují schopnost kadidla zabíjet rakovinné buňky, likvidovat metastázy a uzdravovat z dalších těžkých nemocí. Je velká řada lidí vyléčených tímto olejíčkem z různých dru-

hů rakovin i rakovin v posledním stadiu, kdy všechna ostatní „léčba“ selhala. Těch informací je tolik, že by to dalo na tlustou knihu, a ne na článek v časopisu. Tady bych se chtěl přimluvit za to, abyste si, než se pustíte do likvidace rakoviny a jiných těžkých nemocí, udělali důkladnou očistu organismu, odstranili metabolické poruchy a rozhýbali lymfu, aby se při použití kadidla organismus nezahltil odpadními látkami. Použijte všechnu lásku, pokoru, odpuštění a soucit a vložte tyto emoce do olejíčku, před jeho použitím. Takto lze dosáhnout naprostého vyléčení čehokoli. Vše máme ve svých rukou.

Informací je tolik, že se nedají napsat v jednom článku, a tak budeme příště pokračovat. Podíváme se na některé směsi ESO a jejich použití a účinnost.

Přeji všem krásné podzimní dny, více tepla u rodinného krbu a namažte se, tedy myslím olejíčky, i když dobrá slivovice také pěkně zahřeje!

Váš František Kouba



František Kouba
frantisekkouba@seznam.cz
www.detox-medicina.cz

▼ INZERCE

Poznej svoji Esenci



KONTAKT: INFO@BEWIT.CZ, TEL.: 732 790 599, WWW.BEWIT.CZ

Chycení v pavučinách **STRACHU** aneb nevaž se, odvaž se

Tentokrát se zaměřím na strach, obavy, úzkost, pochybnosti uvnitř nás. Zkrátka na pocit, který stahuje hrdlo, šíjí a bedra, zvedá ramena, srašťuje čelo, znehybňuje čelist... a ovládá lidstvo od věků. Je to úvaha nad tím, jak vládnout svým vlastním strachem a ruku v ruce s ním kráčet vlastní cestou. Nemám ambici odpovědět na všechny otázky, jen inspirovat a právě otázky vyvolávat.

text: Alena Jáchimová
foto: Shutterstock.com

Mám strach

Dobře znám ten svíravý pocit v těle. Jako by mne někdo natahoval na klíček. Rame-na vytáhnou k uším. Hlavu schovám mezi ně. Ruce přitisknu k tělu a dlaně samovolně vytvoří náznak pěstí. Svraštím čelo. Zostřím svůj pohled. Skenuji. **Odkud přijde „rána“?** Strach, obavy často s něčím spojujeme. Obáváme se budoucnosti, bojíme se ztráty majetku, ztráty pracovního místa či společenského postavení. Strach nám nahání ztrátu tělesné výkonnosti, stárnutí, nemoc, nemohoucnost, smrt. Bojíme se o své děti, bojíme se toho, že nás opustí partner, přátelé a zůstaneme sami. Míváme strach z autority, z reakce druhého člověka, z trestu a ze selhání, z odmítnutí. **Strach nás drží v bezpečí známých mantinelů**, mezi kterými žijeme zdánlivě spokojený a předvídatelný život. Jenže...

Vykročení ze zajetí komfortem

... jenže v určitém okamžiku je vše tak předvídatelné, že se ze života ztrácí život sám. Nadšení a vzrušení vyprchává. Zavalíme sami sebe povinnostmi, úkoly, věcmi. Ztrácíme cit pro neočekávané, pro každodenní proměnu samu. Soudíme a odmítáme neznámé, nové. Jako by život přestal být tvárnou hmotou. Ustrnul. Aniž si to uvědomujeme, **denně jsme v kontaktu se smrtí**, s pomíjivostí, s konečností. Jen to tak nevnímáme. Stejně jako své bytí tady a teď. Vracíme se do minulosti a vzpomínáme na to, jaké to kdysi bylo. Plánujeme, jak získat to či ono. Sníme o úžasné práci, pohádkovém vztahu, komfortním zázemí. Naše hlava a myšlenky jsou často mimo stávající realitu. Děsí nás, když se věci nedějí podle našich představ. Je hrozné, když se vrací situace, ve kterých jsme byli bezrad-

ní a paralyzovaní. Stydíme se. Místo toho, abychom se ptali: „Co se mi to děje? Co si mám (sakra) uvědomit?“

Bez ohledu na to, jak moc odmítáme strach či se mu vyhýbáme, je **dobrym spojencem**. Činí nás lidskými, zranitelnými, vnímavějšími a soucitnými.

Příhoda s liškou o tom, co umí strach

Není to ani tak dlouho, kdy jsem jezdila na kempy koučů – dva, tři roky. A už opravdu nevím, koho z mých kolegů a kamarádů napadlo: „Dnes přespíme v přírodě, pod širákem. Každý sám.“ Zkoumali jsme tehdy principy „přežití“ a schopnost člověka „postarat se sám o sebe“. Bez smečky. Letní noc a touha experimentovat sváděla k dobrodružství. Prvním zádrhelem bylo slůvko „sám/sama“. Samotná představa

vyvolávala u některých z nás úzkost, černé myšlenky, svíravý pocit a samozřejmě odpor úkol realizovat. Naopak u druhých totéž vyvolávalo vzrušení. Trumfování se. Ve vzduchu byl adrenalin. Večer se blížil. Každý z nás se vyzbrojil karimatkou, spacákem a vyrazili jsme hledat si „bezpečný kout“ k přenocování. Mám stále v paměti svíravý pocit v žaludku. S rostoucí tmou jsem se stávala zamlklejší. Začala jsem se vyhýbat vtipkujícím kolegům, které bavilo tropit si ze strachu druhých žerty (snad aby odvedli pozornost od svých vlastních obav). Vědomě jsem dýchala a uvolňovala hromadící se napětí v těle. Záměrně jsem si **ve své hlavě malovala obrázek** klidné až romantické noci. V určitém okamžiku jsem cítila, že když hned teď neodejdu, vzdám to. Vlastně mě vyhnal můj vlastní strach z výčitek, když to přenocování venku vzdám. Sebrala jsem odvahu, spacák a vyrazila do tmy. Našla jsem si místo, kde jsem se cítila příjemně (v rámci možnosti). Zavrtala jsem se do spacáku a pozorovala hvězdy. Srdce slyšitelně bouchalo a já začala být unavená. Strach se vytratil a začal přicházet spánek.

V tom mě někdo zatahal za karimatku. Ignorovala jsem to. Opakovalo se to znovu. Hlavou mi běželo: „Žertíky mých vtipných kolegů-mužů.“ Byla jsem rozhodnuta: „Nenechám se vyprovokovat!“ Třetí zatahání už jsem ignorovat nedokázala. Tělo se jak pružina vymrštilo. Sprostá slova na jejich adresu ovšem uvázla v krku. Jen ústa zůstala otevřená. Liška! Přímo do tváře mi civěla liška. Obrovská! Hlava schovaná mezi předními tlapami. Čenich vystrčený. Oči zíraly na mne. Nevím, jak dlouho jsme se jedna na druhou dívaly. V tom okamžiku se čas i dech zastavily. Srdce mi bušilo. Tělo zkamenělo. „Co teď?“ Bleskla mi hlavou informace: „Jsi větší zvíře, ukaž jí to.“ Ruce mi šly v bok. Dokonce jsem si stoupla! Myslím, že jsem i vrčela. Úspěšně. Liška po chvíli utekla. Uklidnila jsem se. Vydýchala vzrušení a rozhodla se: „Zůstanu v přírodě spát sama až do rána.“

Ovšem něco zvláštního se stalo. **Strach zůstal se mnou.** Hmatatelně. Tělo spalo, ale nějaká moje část zůstávala stále bdělá. Slyšela jsem mluvit vánek s trávou. Poznala jsem utíkajícího zajíce kolem. Cítila jsem, že se liška znovu vrátila dříve, než mne vyzvala znovu k dialogu. Moje **slyšení, citění a celé vnímání bylo najednou tak ostré.** Nikdy jsem se od té doby necítila přítomnější, napojenější na sebe, své okolí jako právě v tomto okamžiku.

Strach, určitá míra obav v nás probouzí bdělost, ostří smysly a zvyšují pozornost tváří v tvář nebezpečí. Být v kontaktu se svým strachem je životně důležité a je to umění. Strach je radar, který vysílá signály hned, jak něco ohrožuje naše status quo,

pohodu a komfort. Rozeznává objevující se hrozby, učí pozornosti k tomu, co se kolem děje a jak moc jsem kompetentní danou situací vládnout. Mezi námi a novou realitou, novými cíli stojí právě strach.

Svět kolem je nepředvídatelný

Stejně jako řeka, kolem které chodím na procházky se svým psem, plyne život mezi břehy známé a nečekané. Učili jsme se strach popírat a potlačovat: „Nejsi přeci poseroutka, vzchop se!“ Pak se bojíme všeho – že ztratíme práci, partnera, bojíme se

v kontaktu. Může přijít nečekán, neznán, a přesto přivolán situací či vnitřním prožitkem. Je učitelem.

Spřátelme se se svým strachem. Jak na to?

1. krok: To nejdůležitější je si ho uvědomit. Žijeme ve společnosti, ve které je strach ostudou. Strach nesmí existovat! (Na muže jsou v tomhle ohledu kladeny ještě větší nároky než na nás ženy.) Časem se strach naučíme skrývat či maskovat. Před poradou se šéfem nás náhle „rozbolí zuby“,

Strach, určitá míra obav v nás probouzí bdělost, ostří smysly a zvyšují pozornost tváří v tvář nebezpečí. Být v kontaktu se svým strachem je životně důležité a je to umění.

úspěchu i neúspěchu, bojíme se být příliš šťastní, bojíme se pravdy, bojíme se chtít, bojíme se pohnout, bojíme se vybočovat, bojíme se zapadnout... Tolik se bojíme toho, co všechno bychom mohli ztratit, že jsme hrůzou připoutáni k tomu, co máme. **Tak moc to ochraňujeme, že ztratíme sami sebe.** Držíme se „jistého“, paralyzovaní pevnou půdou pod nohama a v jejím zajetí. Vzdáme touhu vstoupit do vody a plout unášení proudem vln.

Strach a život patří k sobě

Je to rub a líc jedné mince. Jako koučka a lektorka se s tímto pocitem ve své praxi často setkávám. Jak u sebe, tak u svých klientů. Mnozí ke mně přicházejí plní obav, pochybností a čekají, že jim dodám kus odvahy, jistoty žít, tedy řešit určitou situaci v životě, která jim bere hodně pozornosti a drží je v šachu. Zjišťuji, že nejvíce ze všeho se **bojíme žít sami sebe.** Jedni se brání zuby nehty závislosti na druhých lidech: „Jen se nenechat ovlivnit, přestal bych být sebou!“. Druzí se naopak bojí projevit sami sebe, svůj názor a postoj především v okamžicích, když není v souladu s všeobecným míněním. A tak se přizpůsobují. Další odmítá vše neznámé, nové, aby kladl důraz na stálé a předvídatelné. Oproti tomu jiní potřebují k životu proměnlivost – jako ryba vodu – a stálost je pro ně hroznější než smrt.

Přátelství se strachem

Strach nám ukazuje sama sebe, to, na čem lpíme, to, kam směřujeme. Je pravdivý stejně jako dobrý přítel. Učí nás odvážit se, důvěřovat, poznávat vlastní moc a sílu, učí nás víře, pokoře a naději. Neopouští nás, i když s ním v daném okamžiku nejsme

protože máme strach z jeho reakce (autoritativní šéf) a máme strach si to třeba jen připustit. Když je strachu moc, ztrácíme i sílu říci si o pomoc. **Bojíme se mít strach.**

2. krok: Jako „dobrého přítele“ je důležité mít ho u sebe, **vědět o něm a umět si s ním poradit.** Jsou v zásadě dva typy strachu – ten, co v sobě vyvoláváme my sami (uvnitř nás), a ten, který v nás vyvolává někdo jiný (vnější). Položte si otázku: **Čeho konkrétně se obávám?** Představte si, co nejhoršího by se asi tak mohlo stát.

3. krok: Teď máte „katastrofický scénář“ hotový. Postupně z něho ubírejte: **Co je skutečně reálné?** Buďte sami k sobě upřímní a dopracujte se k reálné variantě toho, co se opravdu může stát.

4. krok: Dejte dohromady 5 konkrétních kroků: **Co můžete udělat pro to, aby se to nestalo?**

Pěstujeme přátelství se strachem. Kdo se naučí vládnout a přítel se svým strachem, naučí se měnit svět podle svého.

Alena Jáchimová

Lektorka a koučka osobnostního rozvoje. Vede výcviky Koučování krok za krokem, které přinášejí inspiraci těm, kteří ovlivňují druhé lidi (manažeri, podnikatelé, obchodníci, učitelé atd.). Podporuje druhé v rozpoznávání a rozvíjení svých talentů. Založila projekt: Slasti a strasti podnikavých žen. www.alenajachimova.cz



Když úleva nepřichází ...povídání s Terezou „Škulovcovou“

Jste jedním z těch, kteří pro sebe udělali všechno možné, a že toho nebylo málo, a stále se necítíte dobře? Zbavili jste se parazitů, pořídili si všelijaké preparáty na odstranění mikrobiálních zátěží, odkovujete se a v neposlední řadě jste investovali do skvělých nadčasových přístrojů, jakým je například zapper...? Ale stále to není ono a vy nemáte pocit, že fungujete na vytoužených 100 %? Tak jste nalistovali správně. Povíme si něco o tom, v čem děláme chybu a co víc pro sebe můžete udělat.

Co a jak?

Uděláme si modelovou situaci s potenciálním klientem, nazveme ho třeba pan Franta. Pan Franta má doma pejska a celý život pracoval jako administrativní úředník, v mládí měl problémy s chrupem, takže teď už jeho zuby hezkých pár let „zdobí“ amalgámové plomby. Pravidelně jezdí na svou chatu, kde zahradničí a po úmorné práci se osvěžuje vodou z místní studánky. Dorazil do poradny s tím, že ho občas bolí hlava, klouby, trpí na únavy a slabost a sem tam nějaký ten močový zánět. První, co je potřeba zjistit, jsou parazitární zátěže v těle pana Franty. Změříme ho tedy přístrojem F-Scan, kde se nám ukáže celá řada patogenů, které je potřeba zlikvidovat. Pan Franta se ihned objedná na aplikaci plazmového generátoru, a aby se likvidace uspíšila, pan Franta si domů pořizuje Super Ravo Zapper a další pomocníky v podobě bylinných tinktur, křemeliny a dalších nezbytných podpůrných prostředků. Po několika týdnech se pan Franta staví na přeměření F-Scanem, abychom zjistili, co už má takzvaně odplazmováno a odzapperováno a co nám tam naopak ještě zůstalo a s čím je potřeba se ještě poprat. Nutno říci, že pan Franta celou kúru na zbavení se parazitů pojal velice zodpovědně a splnil vše, co dostal za úkol. To se také odrazilo na jeho výsledcích. Po většině velkých zátěží nezbyla ani památka a je potřeba jen doladit a dolikvidovat některé drobné odezvy. Hurá! Pan Franta už v sobě nemá nic, co by mu požíralo chrupavky a způsobovalo další a větší bolesti, močové záněty odezněly, už v sobě nemá žádné větší bakteriální, virové a plísňové odezvy, které by zbytečně trýznily imunitní systém. Proč se ale panu Frantovi stále zcela neulevilo? Proč neskáče jako rybička, ale je stále unavený a klouby bolí sice trochu



text a foto: Tereza Turková

míň, ale pořád to není ono? Odpovědí je víc... Zkuste zapojit fantazii a představit si, kolik let se chudinka tělo pana Františka snažilo bojovat s parazity a kolik let paraziti v jeho těle hodovali vybrané lahůdky v podobě našich živin, minerálů, kolagenů, vitamínů a dalších dobrot, které teď panu Frantovi schází na to, aby se opět cítil fit. A co víc, zanechali po sobě paseku v podobě nakumulovaných těžkých kovů.

Jak z toho ven?

Jak se zbavit těžkých kovů už víme. Pro chelatační kúru potřebujeme chelátory (odkovovače) kyselinu thioktovou a EDTA. Pan Franta tedy začal užívat kyselinu thioktovou a po jejím dobrání navázal preparátem EDTA. Nutno podotknout, že ještě před kúrou si pan Franta dal z chrupu odstranit všechny amalgámové výplně a nechal je nahradit bílými fotokompozity. Po dobrání chelátorů se panu Frantiskovi zase o něco víc ulevilo a jsou momenty, kdy ho skutečně nic netrápí, ani bolest hlavy, ani takzvaná mozková mlha a nesoustředěnost. Tak, co tam máme dál – klouby. Bolesti kloubů po odstranění parazitů malinko ustoupily, ale ne zcela. Chrupavky jsou opotřebované, jejich úbytek svědčí o „lukulských“ hodech echinokoků a tělo pana Franty nemá takovou sílu, aby si vlastní tvorbou kolagenu klouby zachránilo a uzdravilo. Pan Franta tedy bude muset brát nějakou dobu kvalitní živý kolagen s obsahem peptidů. Dneska už víme, že dát dohromady klouby není otázkou pár dnů. Je potřeba vytrvat a pravidelně užívat ten nejvyšší kvalitní živý kolagen. Kdyby pan Franta bral vepřový nebo hovězí mrtvý kolagen, sice by ušetřil, ale za to by mu to

nepomohlo. ☺ Důležité je, že se už v těle nenachází žádní echinokokové, kteří by baštili i zvnějšku dodávaný kolagen a to je pro nás a jeho správné ukládání zásadní!

Únavy

Spousta lidí, stejně tak jako pan Franta, trpí chronickými únavami, aniž by se u nich prokázala nějaká jaterní onemocnění jako třeba žloutenka nebo mononukleóza, EB-virus. Žijeme v uspěchané době a je třeba si přiznat, že ne všechno se dá svést na parazity, ačkoli i oni mají svůj podíl na úbytku životní energie. Proto se o sebe musíme hezky starat a stejně tak jako do motoru vašeho auta musíte dát kvalitní olej a palivo, tak i do svého těla musíte „dotankovat“ ten správný životabudič! Ano, spousta z vás velmi zdravě jí. Ale kde bereme jistotu, že potraviny, které konzumujeme, je naše vyčerpané zanesené tělo schopno využít a že tyto potraviny jsou skutečně zdravé? Že to není jen marketingový „BIO“ plán, jak z lidí dostat víc peněz za kilo rajčat, která sice vyrostla bez chemických postřiků, ale na kontaminované půdě, při kyselých jedovatých deštích plných volných radikálů a dozrávala v dusíkových halách? Odpověď nechám na každém z vás...

Cordyceps sinensis

Nyní se dostáváme k onomu životabudiči, který poslední dobou drancuje média po celém světě. Čínská medicína se díky své tisícileté tradici u nás v posledních letech stává čím dál známější a také oblíbenější. Doplňuje spektrum možností, kterými člověk může pečovat o své zdraví. Oblast tradiční čínské medicíny pracuje s řadou přípravků s exoticky znějícími názvy jako

je Reishi, Čaga, Hericium či housenice čínská neboli Cordyceps sinensis. Dá se říct, že právě Housenice čínská je královnou mezi nimi. Má dlouhou historii jako velmi vzácná a exotická léčivá houba, která byla pokládána za základ čínské medicíny po celá staletí, protože má řadu výjimečných léčivých účinků. Většina lidí na Západě zná Cordyceps sinensis teprve posledních dvacet let, během nichž moderní vědecké metody ověřovaly rozsah léčivých vlastností této houby. Nyní se dostala i k nám.

Čínské legendy a mýty hovoří o této uctívané léčivé houbě a jejích účincích v průběhu tisíciletí. První písemná zmínka pochází z Číny z roku 620 n. l. z doby dynastie Tchang, kde se v podobě alegorie mluví o tvor, který se během jednoho ročního období přemění ze zvířete v rostlinu v létě a během zimy zpět z rostliny na zvíře. Tibetští učenci psali o léčivém zvířeti/rostlině od 15. do 18. století a z roku 1757 pochází dokonce první objektivní a vědecky ověřený popis houby Cordyceps sinensis. V přírodě tuto houbu můžeme najít pouze ve vysokých nadmořských výškách na himálajském úpatí a je obtížné ji získávat. Proto byla tato houba jednou z nejdražších známých léčivých hub. Její vysoká cena ji ve své době předurčila téměř výhradně členům královského dvora a čínské šlechtě. První vzorky houby získal během své mise na dvoře čínského císaře jezuitský kněz, který houbu dovezl a představil západnímu vědeckému světu. Stalo se tak v roce 1726 na vědeckém zasedání v Paříži.

Zvíře nebo rostlina?

Jde vlastně o cizopasníka, který v letních měsících vystřeluje spóry napadající hmyz, na jehož těle pak cizopasí. Cizopasí na povrchu těla, přesněji řečeno prorůstá do jeho těla a živí se z něho. Hmyz, jakmile mu dojdou síly, zaleze před smrtí do země a ukryje se tam. Zůstane z něj mumifikovaná skořápka, která je vyplněna podhoubím. Hmyz (v konečné podobě housenka) je velmi odolná a dlouho přežívá. Dochází vlastně k symbiotické formě, jde napůl o hmyz a napůl o rostlinu. V letním období podhoubí vyrůstá ven a celý životní cyklus se opakuje.

Co prospěšného přináší extrakt z této houby našemu organismu? Obsahuje glukany a nukleotidy, které tradičně posilují imunitu, působí proti zánětům a infekcím, takže se řadí mezi látky, kterým říkáme přírodní antibiotika. Pomáhá snižovat stres, harmonizovat krevní tlak a podporuje kardiovaskulární systém. Obecně zmírňuje únavu, zlepšuje odolnost fyzickou i psychickou, takže se dá řadit mezi adaptogeny. Velké oblíbené se tato houba těší i sportovců, protože zlepšuje oxykšení organismu. Doporučuje se i pro har-

monizaci funkce jater a ledvin. Má tedy všestranné regenerační účinky, takže se užívá i jako doplněk léčby při nádorových onemocněních. Studie poukazují na dlouhodobé kardiovaskulární zdravotní přínosy Cordycepsu a naznačily, že může snížit celkovou hladinu cholesterolu o 10–20 % a zvýšit HDL (takzvaně hodný cholesterol, který pomáhá tělu zbavit se špatného cholesterolu) o čtvrtinu.

Je ovšem dobré vědět, že existuje nejméně 300 druhů této houby a je důležité poradit se se zkušeným odborníkem, který druh a hlavně jakou kvalitu k léčbě zvolit. Společnost, která Cordyceps dováží, musí mít garanci dovozním certifikátem o pravosti a kvalitě Cordycepsu. Spousta obchodníků prodává Cordyceps sinensis s obsahem polysacharidů (Polysacharidy jsou „cukry“, ze kterých náš organismus velice dlouho získává energii právě tím, že z dlouhých řetězců se uvolňuje energie (glukóza) postupně.) nižším než 30 %. Takový je pak zcela neúčinný a pro vás jsou to vyhozené peníze a drahocenný čas. Dávejte si proto pozor, jaký je na balení garantovaný podíl polysacharidů. Musí jich být 30 % a více!

Více o Cordyceps sinensis na www.zapper-club.cz nebo na zadní straně obálky Nové Regeny.

Jaterní kúra dr. Clarkové

Pojďme si povědět, koho se jaterní kúra týká? Bez vytáček a rozdílů se týká opravdu nás všech, a to bez ohledu na to, zdali máte nebo nemáte diagnostikované žlučové kameny. Očistou jater od žlučových kaménků totiž podstatně zlepšíte trávení. Játra jsou filtrem těla. Právě v nich se rozhodne, co všechno a v jaké podobě můžeme vstřebat a využít pro další aktivitu těla. Dalšími úžasnými účinky očisty jater jsou například úlevy od alergií, bolestí v ramenou, zádech a pažích. Pročištění jater a žlučodů je jednou z neúčinnějších procedur pro zlepšení celkového zdravotního stavu. Podmínkami pro její absolvování však jsou vyšetření sonou, kdy by vám lékaři neměli najít kamínky větší než 1.5 cm, a zároveň být perfektně očištěn od všech parazitů, především od motolice jaterní a žlučové. A máte-li oslabené ledviny, tak ještě před jaterní očistou určitě absolvujte ledvinovou kúru. Žlučové kamínky se tvoří nejen ve žlučníku, ale přímo v játrech a žlučovodech. I proto se v jejich cestách může skrývat až neuvěřitelných 2000 drobných kamínků. Nemusíte zrovna trpět na žlučníkové koliky, a přesto si můžete být jisti, že po absolvování jaterní kúry nějaké kamínky najdete. Je dokonce dokázáno, že kamínky jsou přirozenou obranou našeho těla, jak obalit shluky nebezpečných bakterií nebo zbytky těl parazitů. Bohužel už pro nás není tak snadné je vyloučit. Játra

vyprodukují denně až 1,5 litru žluči. Ta je potřebná ke správnému natrávení a látkové výměně ve střevech. Máme-li ucpané žlučodody kamínky, ať už cholesterolového nebo parazitárního původu, nemůžeme se divit, že naše trávení není takové, jaké by mělo být, že trpíme na různé potravinové intolerance, že jsme čím dál unavenější a to všechno tím spíš, že tolik potřebná produkce žluči je oslabená.

TIP: Jaterní kúru provádějte nejpozději pár dní po úplňku. Magnetismus měsíce zvýší účinek jaterní kúry.

Pro více informací o jaterní kúře volejte do Zapper-clubu.

Máte-li už jaterní kúru za sebou, své úlovky nafotťe a pošlete na náš facebook. Koukejte se pochlubit ☺.



Žlučové kameny vyplavené při jaterní kúře. Svůj úlovek snám zaslala paní Maruška Š. z Beskyd

Resumé

Vraťme se ale k panu Frantovi. Takže teď už víme, že se zbavil všech zásadních patogenů a nadále se udržuje v čistotě od parazitů Super Ravo Zapperem a plazmovým generátorem RPZ-14, odstranil z těla těžké kovy, uzdravuje svůj pohybový aparát kvalitními živými kolageny a tankuje do svého těla další a další životabudiče v podobě například čistého vitamínu C (proti plísni), minerální mořské plasmu QUINTON (doplnění 78 druhů minerálů pro zásaditost vnitřního prostředí), křemeliny (správné ukládání vápníku a kolagenu), udělal jaterní kúru dle dr. Clarkové (očista a restart funkce jater), doplňuje energii a posiluje imunitu pomocí Cordycepsu. Nenechte se mást, takhle to zní idylicky a snadno, ale je to dřina. Mějte motivaci sami o sobě a hlavně oslavujte každý svůj úspěch a třeba i drobný pokrok. Dnes jsme si pověděli, jak vypadá ideální průběh startu nové životní etapy plné zdraví, spokojenosti a chuti ze života. A takový start přeji i já vám. V dalším čísle Nové Regeny nebo osobně v Zapper-clubu se na vás těší, vaše Tereza „Škulovcová“ Turková.

Zapper-club
Anny Letenské 16,
Praha 2 – Vinohrady
Tel.: 734 188 668
www.zapper-club.cz
www.parazitivnas.cz

azVITA
produkty vysoké kvality

Výjimečné produkty na jednom místě!

AZ-vita – internetový obchod
s produkty špičkové kvality
www.azvita.cz tel.: 702 072 542



350 Kč

Piperin

100 tobolek, 95% čistota piperinu, 5 mg piperinu v jedné tobolce, přímý dovoz z Indie, kontrolováno nezávislou laboratoří CIA v ČR, nejvyšší kvalita



500 Kč

2x Piperin

2 x 100 tobolek, 95% čistota piperinu, 5 mg piperinu v jedné tobolce, přímý dovoz z Indie, kontrolováno nezávislou laboratoří CIA v ČR, nejvyšší kvalita



300 Kč

Kotvičník zemní

100 tobolek, nať s plody – prášek v tobolekách, elixír mládí pro ženy i muže od 40 let



700 Kč

Bolotov Balsam 500 ml

Pro ošetřování listů tropických rostlin. Před použitím nutno ředit 1:50. Složení: 90 % destilovaná voda, 0,1% kyselina chlorovodíková, 0,1% kyselina sírová, 9,7% hroznový ocet, 0,1% nitroglycerin



450 Kč

Kurkumin + piperin extrakt

100 tobolek, testováno Zdravotním ústavem v ČR



800 Kč

3x Kotvičník zemní

3 x 100 tobolek, nať s plody – prášek v tobolekách, elixír mládí pro ženy i muže od 40 let



2 000 Kč

HerbalMix kapsle pro stálost černé olejové barvy

100 ks tobolek veličosti 0. Složení výrobku: Graviola, Galangal, Chapparal, Bloodroot, Plantainová mouka (5%, bez lepku), želatinové tobolky



250 Kč

Vaginální terapeutické a profylaktické tampony – 2 ks

Mají silný protizánětlivý, antibakteriální, antivirový, protiplísňový (kvasinkový) a také protiparazitární účinek.



700 Kč

Vaginální terapeutické a profylaktické tampony – 6 ks

Mají silný protizánětlivý, antibakteriální, antivirový, protiplísňový (kvasinkový) a také protiparazitární účinek.



3x

1 900 Kč

3x Černá mast (Black Salve)

pro impregnaci malířských pláten (3 x 25 g)



700 Kč

Černá mast (Black Salve)

pro impregnaci malířských pláten (25 g)



600 Kč

Křemelina + Psyllium

Doplňek stravy. Testováno nezávislou akreditovanou laboratoří v ČR! 750 ml

AKCE

Ke každému
nákupu
nad 1 500 Kč

1 kniha + balíček
tobolek Moringa
oleifera (100 ks)
ZDARMA!

100%
KVALITA

az**VITA**
produkty vysoké kvality



900 Kč

Quinton Isotonic
mořská plazma ampule



900 Kč

Quinton Hypertonic
mořská plazma ampule



1 800 Kč

Herbalmix 100 g

Směs bylin ke zvýšení stálosti černé olejové barvy. Složení výrobku: Graviola, Galangal, Chaparral, Bloodroot, želatínové tobolky



500 Kč

Bazická koupelová sůl 1 100 g

Snižuje pH pokožky a podkožních vrstev, výrazně napomáhá regeneraci těla.



1 300 Kč

Bazická koupelová sůl 3 x 100 g

Snižuje pH pokožky a podkožních vrstev, výrazně napomáhá regeneraci těla.



1 800 Kč

Herbalmix tekutý

Bylinný roztok k ředění černé olejové barvy. Složení: Graviola, Galangal, Chaparral, Bloodroot, DMSO, čistěná voda



1 500 Kč

3x Křemelina + Psyllium

Doplňek stravy. Testováno nezávislou akreditovanou laboratoří v ČR! 3 x 750 ml



680 Kč

CDS Concentrate

Pro bělení textilu. 1000 ml.



500 Kč

Křemelina

Doplňek stravy. Testováno nezávislou akreditovanou laboratoří v ČR! 750 ml



1 300 Kč

Křemelina 3 x 750 ml

Doplňek stravy. Testováno nezávislou akreditovanou laboratoří v ČR! 3 x 750 ml



4 800 Kč

**Praktický kufřík
Jim Humble set, 1 ks**

Předkové, pomozte!

aneb věříte na Dušičky?

Víte, že jsou za pár dní Dušičky? Určitě ano, všudypřítomné oranžové dýně nás na ně nenechají zapomenout. I když je v současné době nebereme moc vážně, je to pořád hodně důležitý svátek.

text a foto: Ivana Štědrá

Právě v těchto dnech, kdy vychází listopadová Nová Regena, je nejvhodnější doba na vzpomínání a na propojení se s předky, mizí hranice mezi živými a mrtvými, otevírá se brána ke vzájemné komunikaci. Můžeme v tuhle dobu mnohem lépe navázat na své kořeny, které představují nejen ti předci, které si pamatujeme, ale i ti, které jsme nikdy neviděli a jejichž jména už si nikdo nepamatuje, nicméně jejich krev a geny v nás stále žijí. Citliví lidé mohou mít v tyhle dny zvláštní sny, vize nebo pocity. Nevěříte? Kdyby totiž na tomhle svátku nic nebylo a spojení s rodem nefungovalo, dávno by zmizel v propadlišti dějin.

V evropském feng shui patří oblast předků, kořenů a minulosti k těm nejvíc opomíjeným. V Asii mají pro předky v každé domácnosti speciální oltářík, protože předkové a vědomí jejich odkazu pro současnost jsou součástí jejich každodenního života, u nás něco podobného není. Přitom každý z nás alespoň někdy pocítil cosi mimo běžnou realitu, co s předky tak či onak souviselo. Pojďme jim tedy alespoň v těchto dnech věnovat pozornost, přestat se



od nich odřezávat. Vzpomenout na ně, poslat k nim dobré myšlenky nebo modlitbu – a současně je můžete požádat pomoc s tím, s čím potřebujete pomoci nebo co podpořit. Když to uděláte upřímně a s čistým srdcem, budete překvapení, jak to funguje. „Já vím, že mi pomáhá můj táta. Vždycky, když se mi nedaří a vzpomenu si na něj, odněkud najednou přijde pomoc. Neumím to vysvětlit, jak to funguje a proč, ale jsem skálopevně přesvědčený, že je to on, kdo mi tak pomáhá,“ vyprávěl mi nedávno jeden z mých kamarádů, který jinak pevně stojí nohama na zemi a celý život tvrdí, že na žádné čáry máry nevěří. Já sama zase mívám už dvacet let sny o své babičce. Vždycky před tím, než se mi v životě stane něco důležitého, přijde mi do snu.

Přidejte si je do života

Pokud máte chuť, pojdte se víc zabývat svým rodem a přestat se ochuzovat o tu plejádu báječných lidí, s nimiž můžete mít spojení. Právě teď je nejlepší doba přidat si do života všechno, co vaši předci vytvoři-

li a obohatit si ho. Čím pevnější totiž bude platforma, na níž stojíte (a tou jsou, jak můžete vidět ostatně u každého stromu, silné kořeny), tím líp se budete orientovat i při řešení každodenních situací. Budete totiž vědět, že máte v zádech ohromnou podporující sílu zkušeností a dovedností mnoha generací, která stojí za vámi. V opačném případě, kdy se od předků naprosto odříznete – a to nechci strašit, jen dávám k úvaze – se vám také může stát, že můžete ztratit sami sebe. Kde v prostoru tedy můžete navázat na zapomenuté znalosti předků, které vás v budoucnu vystřelí do nebeských výšin? Zvlášť v dnešní rychlé době vymknuté z kloubů je dvakrát důležité znát sebe a vědět, kam patříte a z čeho vycházíte.

Zdraví versus kvalita

Když si „rozkouskujete“ půdorys vašeho prostoru na devět pravidelných čtverečků (obdélníků – to podle konkrétního tvaru plánu), můžete začít bádat, co o vás a vašem životě každá jednotlivá oblast prozrazuje. S nejrůznějšími

nepravidelnostmi – přebytky a vykousnutími – se pracuje také. V zásadě platí, že čím větší je jednotlivá oblast, tím silněji bude působit a tím bude její vliv na váš život větší a naopak. Chybějící část zase znamená, že se vám v dané oblasti nebude něčeho dostávat, nebo že vám některé věci půjdou pomaleji a hůř. Přebytek může být fajn, pokud jde třeba o životní cestu nebo hojnost, ovšem jinde zase může nadělat pěknou paseku, stejně jako nedostatek. Tohle už je ale téma na jiný článek, a tak se vraťme pro tentokrát zpátky k Dušičkám a vašemu na čtverečky rozparcelovanému plánu.

Zatímco umístění domu má přímý vliv na zdraví všech lidí, kteří v něm žijí (jde o to, co stojí vedle vašeho domu a za ním, a také, jak to vypadá před ním), pak zdi, rozložení místností a rozmístění nábytku, věcí a materiálů je zase zodpovědné za kvalitu vašeho života a události v něm. Není tedy od věci se nad prostorem, kde žijeme, pozastavit a upravit ho tak, aby se vámi mistrně provedené změny mohly zpětně promít-

České dušičkové zvyklosti

Věřilo se, že duše v noci z 31. října na 1. listopadu vystoupí z očiště, aby si odpočinuly od trápení, a že živí můžou navštívit podsvětí. Duše vystupovaly z očiště, a tak se plnily olejové lampy máslem, aby si mohli zesnulí namazat spáleniny. Večer se pak pilo studené mléko, aby se mohly ochladit.

Svíčky se zapalovaly proto, že se věřilo, že oheň očisťuje a světlo pomáhá chránit před zlými a potměšilými duchy. Navíc světlo ukazovalo mrtvým cestu. Když se plamen za oknem mihotal, mělo se za to, že se zlé síly snaží dostat dovnitř. Svíčky bychom v oknech měli zapálit se setměním, hořet by měly až do půlnoci.

Na svátky se také pekly takzvané „dušičky“ nebo „kosti svatých“, pečivo ve tvaru kostí. V jižních Čechách to byly

o něco větší všesvaté rohlíky nebo všesvaté dušičky. Dávaly se pocestným, žebrákům u kostela, chudým lidem a taky zaměstnancům.

Datum slavení Dušiček a svátku Vzpomínek na všechny věrné zemřelé má původ v keltských slavnostech Samhain (podle Keltů je 1. listopad počátkem nového roku). Dnešní svíčka, hořící uvnitř řepné či dýňové hlavy, je pozůstatek dávných ohňů. V Anglii byly tyto ohně nahrazeny hranicemi, ty hořely trochu později, až 5. listopadu. Slavil se také příchod zimy, doby, kdy se vracela stáda z letních pastvin na zimní ustájení. Hořící hranice tedy svítily na cestu nejen duším předků vracejícím se domů, ale očisťovaly i vracející se stáda dobytka od všeho zlého.

nout do životních událostí – nových příležitostí, větší svobody, rozletu, nadhledu...

Všechno hraje – pro vás?

Když si plánek položíte tak, že vchodové dveře budou na dolní lince půdorysu co nejbližší k vám, část výseče, která je vlevo uprostřed, je oblastí předků. Právě to nás bude tentokrát zajímat ze všeho nejvíce.

Každá taková část prostoru (pakuo) odráží specifickou kvalitu energie (vítr, hora, jezero, hrom...), kterou vyjadřují takzvané základní elementy a také trigramy – v pakuu předků je to například dřevo. Právě ty jsou pak ve vztahu s jednotlivými oblastmi lidského živo-

ta, jako jsou právě předkové, začátky, děti, bohatství apod. Všechno, co se tedy nachází v dané oblasti vašeho prostoru, je pak součástí právě těchto energetických kvalit. A také je pozitivně nebo negativně ovlivňuje. Díky tomu, že tedy ve vybrané části – u nás to tentokrát budou předci – upravíme, změníme, přebarvíme nebo přestavíme prostor, změníme i náboj prostoru a jejich proudění. Vzhledem k tomu, že součástí bydlení jsme my, dotknou se takové úpravy zpětně i kvality té oblasti života, v níž budeme změny dělat.

Náš byt totiž funguje tak trochu jako další šaty. Stejně jako úpravou oblečení můžeme ovlivnit, jak se budeme cítit (v montérkách určitě jinak než ve smokingu), totéž bude fungovat i v bytě, jen s mnohem větší razancí a dlouhodobostí. Proč? Šaty si bereme každý den jiné, ale se sedačkou, kobercem, postelí nebo kuchyňskou linkou budeme muset nějaký ten pátek vydržet. Stojí na svém místě – a působí na nás. Tím víc, čím víc času budeme trávit doma. Každou minutou, měsícem, rokem...

Máte v oblasti předků WC, garáž nebo technickou míst-

Pokud se chcete napojit na kořeny svého rodu, měla by stát fotografie vašich předků v oblasti k tomu určené.



nost, prostě prostory, které jsou pro úpravu naprosto nepoužitelné? Pak si stejným postupem najdete a upravte oblast předků nejlépe v obývacím pokoji nebo pracovně.

Co kde upravit

Oblast předků už tedy máme. Prostoru velmi prospěje v první řadě úklid. Oblast předků, návazností a kořenů posílí všechno, co je spojené s číslem tři, vertikálami, zelenou barvou, rostlinami, vodními prvky, akvária s lichým počtem rybiček, hodně světla, na předměty, které máme po předcích nebo na dárky od nich. Právě tady je vhodné místo na rodinné fotografie předků (nejlépe prarodičů a praprarodičů – čím hlouběji do minulosti se zanoříte, tím lépe – čím delší tradici totiž budete takto schopni obsáhnout, tím víc sil do sebe budete moci vlít) a speciální dušičkovou svíčku (nejlépe oranžovou, ovšem s jejím sháněním budete mít asi trochu potíží, univerzální bílou rozhodně nic nezkazíte). Neuško-

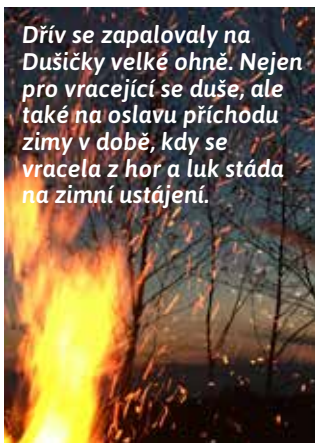
dí také, když před takový oltář na Dušičky položíte i nějakou misku s dobrotami – ovocem, bonbony... Až se bude 31. října stmívat, zapalte před fotografií svíčku (další můžete dát podle starého zvyku do oken) a chvíli se ztište. Pak popřejte předkům i těm, na které už nikdo nemyslí, všechno dobré, pošlete jim světlo ze svíček a pak je poproste o to, co potřebujete... nebo jen poslouchejte. Treba přijde nějaký mystický zážitek. Všechny energie jsou tomu nakloněné, i Jupiter ve Vahách teď pracuje na tom, aby se všechny vztahy vyrovnaly. Přeji vám, ať je vaše snaha plodná a váš zážitek neopakovatelný.

Mgr. Ivana Štědrá

Feng shui, naukou v prostoru, se zabývá od roku 2000. Od roku 2006 pracuje také s tajným učením cham yu (člověk v prostoru a čase), jehož je feng shui součástí. email@ivanastedra.cz (autor fotografie: Jiří Janoušek)



Dřív se zapalovaly na Dušičky velké ohně. Nejen pro vracející se duše, ale také na oslavu příchodu zimy v době, kdy se vracela z hor a luk stáda na zimní ustájení.



▼ INZERCE

EZOTERA

prodejní výstava

26.-27.11.2016 PRAHA

Hala TJ Pankrác, Lomnického 1
(150 m od metra C Pražského povstání)

ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL
ŽENA, KRÁSA, KOSMETIKA
Přednášky, velká prodejní výstava
Poradny alternativní i klasické medicíny
Vánoční dárky! Výstavní slevy!
Info: www.festivalmilujsvujivot.cz

Vstup do výstavní části je zdarma



Lázně za horami

Jizerské hory na své severní hranici vytváří výrazný zlom. Náhorní plošiny hor tady prudce padají do údolí Smědé a okraj kopců tak vytváří výraznou geologickou hranici oddělující Frýdlantský výběžek od zbytku republiky. Dole v údolí na geologických puklinách ze země uniká oxid uhličitý, a tak tady nalezneme i lázně a prameny s minerálními vodami.

text a foto: Jiří Škaloud

Lázně Libverda

Malé lázně Libverda leží kousek od slavného poutního městečka Hejnice. Řada lázeňských hostů skutečně přichází pěšky od hejnického nádraží. Přesto jsou lázně samostatným celkem. Jsou schované v malém údolí a ani z vrcholů kopců výrazného Frýdlantského cimbuří je moc neuvidíte. Sevřené údolíčko jim společně s okolními lesy a lázeňským parkem dodává velmi útulné mikroklima schouleného náručí bez velkých větrů. Jsou to sympaticky malé lázněčky, působící spíš dojmem soukromé zahrady. U vstupních bran do lázeňského parku vás uvítají mramoroví lvi, kolonáda a hlavní budovy obklopují dnes již jediné veřejně přístupné zřídlo minerální vody, nazvané Kristiánův pramen. Lázeňští hosté jsou ve valné většině uby-

tování uprostřed parku v moderní budově, která bohužel až příliš připomíná panelák. Ospalý klid v lázních si uvědomíme zejména v kontrastu s nedalekým polským lázeňským městem Świeradów-Zdrój, které tepe životem a ruchem. Nebojím se napsat, že v Libverdě „chcipl pes“, což ale považuji za pozitivum. Klid kolonád, zurčení pramenů, ticho v parcích, a dokonce i nuda, kdy jedinou starostí je to, co si dám k obědu a kdy mám procedury, to vše jsou důležité nástroje léčby a rekonvalescence. Tělo i duše přechází do klidového a úsporného lázeňského režimu, kdy má prostor si vytvořit rezervy a provádět „údržbu těla“, na kterou nemá při běžném životním shonu čas. Lidé se děsí nudy asi hlavně proto, že najednou zůstávají sami se sebou a konečně slyší všechno to spílání a volání o pomoc. Křičí

jejich tělo i duše...

V neposlední řadě je třeba ocenit i spojení zdejší vody s nedalekým mariánským poutním místem a řadou zázračných uzdravení. Vřele doporučuji návštěvu hejnického kostela i dnes. Patří k velmi silným a řídícím energetickým místům v systému Jizerských hor a podíváme se tam zase někdy příště. O pramenech v místě dnešních lázní Libverda máme zprávy už ze 17. století, kdy byly hojně navštěvovány hlavně lužickými a slezskými poutníky, směřujícími právě do Hejnic. Pramen by jistě i dnes byl součástí poutní tradice, nebýt toho, že si zdejší minerální voda svou kvalitou vysloužila pozornost balneologie, a proto zde koncem 18. století byly založeny lázně. Poutníci měli smůlu, majitel panství hrabě Filip Clam-Gallas dal původní

výron zaslepit a vody byly nově navrtány několika vrty.

Voda nabízí jako léčivé složky zejména vápník a hořčík, a pochopitelně i vysoký obsah oxidu uhličitého. Významný je i podíl kyseliny křemičité. Minerálka se proto využívá k léčení srdečních a cévních onemocnění, nemocí pohybového aparátu, onkologických nemocí i nemocí nervové soustavy. Dnes jsou bohužel pitné kúry spíš okrajovou záležitostí a lázně léčí hlavně koupelemi. Kristiánův pramen se dnes čerpá z hloubky asi sta metrů a jeho voda je velice kvalitní obcerstvující minerálka, ovšem bez velkých ambicí stát se „hvězdou večera“. Je to taková skromná popelka, čekající, až si jí někdo všimne. Pokud ovšem naplníte její naděje, odvděčí se vám razantní silou své pomoci.

Novoměstská kyselka

Minerální vody, které nalezneme na severní straně Jizerských hor, vyvěrají všechny podél geologických linií, které se táhnou ve východo-západním směru a oddělují pásmo jizerských žul od svorů a rul. Hluboká tektonická zlomová linie nazvaná „Libverdský pokles“ navazuje na zlomy lužické a je součástí ukončení Jizerských hor. Na této linii nalezneme všechny zdejší minerální prameny – lázně Libverdu, Novoměstskou kyselku a radonové prameny u Nového Města pod Smrkem, i polské lázně Czerniawa-Zdrój a Świeradów-Zdrój, kde jsme byli minule. Prasklinami v tektonické kře vystupuje oxid uhličitý, voda se naopak kumuluje ve vrstvách rul a svorů, odkud se také vyplavují rozpuštěné minerální látky. Zdejší vody jsou středně mineralizované uhličitě kyselky s obsahem hořčíku a vápníku i železa a s poměrně vysokým obsahem plynného oxidu uhličitého. Jemná mineralizace dodává vodám vynikající chuť a pro pitné kúry jsou tedy víc než vhodné.

Na rozdíl od celé řady uměle navrtaných pramenů na řadě míst naší vlasti, vyvěraly tady ve Frýdlantském výběžku některé prameny na povrch přirozeně. Obecně řečeno, taková původní a dobrovolná přírodní nabídka matky Země je vždy lepší, než když vodu čerpáme z vrtů. V lázních Libverda byly původní vývěry nakonec převrtány kvůli zvýšení průtoků i hygienické kvalitě vody, ale Novoměstská kyselka je dodnes opravdovým přírodním pramenem. Takové vývěry minerálních vod obohacených oxidem uhličitým běžně najdeme v západních Čechách, ale tady v Jizerských horách jsou více než vzácné. I proto je zachovaný přirozený vývěr Novoměstské kyselky velmi unikátní. Nikdo tady nepostavil lázně, pramen leží i dnes mimo trvalé osídlení v lesích v podhůří Smrku. A přestože je zdroj upraven prameným altánem, člověk ho dosud nevytrhnul z náruče přírody. I díky tomu se zde nabízí



Lázně Libverda



Lázně Libverda



Lázně Libverda

Pramen by jistě i dnes byl součástí poutní tradice, nebýt toho, že si zdejší minerální voda svou kvalitou vysloužila pozornost balneologie, a proto zde koncem 18. století byly založeny lázně.

neobyčejně příjemné a přírodní energie. Jednotlivých výtoků kyselky je zde v údolí Ztraceného potoka více, ale povodně je poničily natolik, že kromě upraveného zřídla Novoměstské kyselky nejsou dnes prakticky k nalezení. Vývěry vody leží téměř v úrovni potoka, a tak pouze v korytě můžeme pozorovat oranžové nánosy tam, kde se voda minerálky připojuje k potoční vodě. Pramen Novoměstské kyselky leží přímo v jednom z bočních povodňových ramen potoka a na první pohled by se dalo soudit, že voda je vývěrem z ponoru povrchové vody někde kousek proti proudu. Takových pramenů nalezneme všude plno a bývají často označovány jako nekvalitní, jelikož v nich vlastně vyvěrá potoční voda. Ovšem to, že tady je voda minerální, takovou možnost samozřejmě vylučuje. Voda

musí pocházet z hlubokých oběhových tras a s povrchovou vodou potoka přímo nesouvisí. Budiž to učebnicovým příkladem, jak povrchové projevy mohou klamat a ovlivňovat naše mínění o podstatě a hodnotě. A to pochopitelně neplatí jen o přírodě a pramenech...

Novoměstská minerálka je vynikající lehkou a chutnou vodou se střední mineralizací a vysokým obsahem oxidu uhličitého. Přestože se k prameni musí pěšky do lesů, je o vodu velký zájem a místní ji hojně navštěvují. Pokud se vám tady podaří chvíli pobýt v klidu, vychutnejte si zdejší genius loci, který se před vnímavým návštěvníkem otevírá jako vějíř pomalu a opatrně. Vždy mi to připadá, jako když plachá srna vychází na paseku. S ostražitostí a plachou nedůvěrou, vždy připravena utéct, ustou-



Novoměstská kyselka



Novoměstská kyselka



Novoměstská kyselka

Pokud se vám tady podaří chvilku pobýt v klidu, vychutnejte si zdejší genius loci, který se před vnímavým návštěvníkem otevírá jako vějíř pomalu a opatrně.

pit, skrýt se. Kdo ji chce spatřit, musí přimnout pravidla, ukrýt svou sílu, správně se chovat, a teprve potom může (ale i nemusí) dostat důvěru a odměnu. Zkrátka a dobře, některé prameny jsou plaché, křehké, neuvidí a nepozná je každý. Takle plachost je vlastně ochranou. Prameny jsou zranitelné, ublížit jim můžeme snadno, a to nejen v té reálné podobě poničení prameniště. Voda je tou poddajnou a opatrnou srnou, která vám z dlaní uteče, ale přesto se musí poddat síle lahví a hrníčků. Chcete-li ji zastřelit, budiž. Chcete-li ji spatřit živou, a dokonce si jí snad i naklonit a sblížit se s ní, stojí to daleko víc úsilí. Naberte ji do dlaní a počkejte, až vám z nich neuteče...

Prameniště Novoměstské kyselky nabízí zejména perfektní relaxační energii pří-

rodní živlové harmonie. Co se pod touhle frází skrývá? O živlech se hodně mluví, všichni víme, co asi znamenají. Přesto však jejich definice není úplně jednoduchá a pro vědu jsou živly docela neuchopitelné. Živly (elementy) vznikly historicky coby popis různých přírodních fenoménů, které kolem sebe lidé pozorovali. Bavíme-li se o harmonii (rovnováze) živlů, musí se vždy jednat o vyrovnávání energií. A proto se musíme nejdříve ptát, jak vypadá energie jednotlivých živlů, jak se vzájemně proměňují a s čím jsou spojeny. Zdá se to být snadné, ale opak je pravdou. Jen malý příklad – je led součástí živlu vody nebo už Země? A co oblaka? Jsou součástí vody, nebo vzduchu? Takové otázky si kladli už řeční filozofové a dospěli v díle Empedo-

klesově k popisu živlů jakožto „fází“, které se mohou libovolně kombinovat a přeměňovat jedna v druhou. A tak země zastupuje pevnou fázi, voda kapalnou, vzduch plynnou a oheň zastupuje světlo, vlnění, případně plazmu. Působením jednotlivých živlů na základní materii (temnou hmotu) se všechny látky přeměňují jedna v druhou, například působením živlu ohně se voda přeměňuje v pevný led, případně v páru. Kombinace živlových energií se dá hledat i v existenci různých přírodních fenoménů. A tak můžeme například rozlišit horniny podle jejich původu – sedimenty můžeme definovat jako kombinaci Země s Vodou, vyvěřeliny pak Země s Ohněm. Nebo například mlha, déšť, sníh, led jsou různé kombinace Vody, Vzduchu a Ohně. Jistě sami naleznete mnoho dalších příkladů kombinací jednotlivých živlů. Existence čtyř živlů a jejich kombinatorika se dá velmi snadno aplikovat i na život, DNA, kombinace aminokyselin, povahové vlastnosti, roční období. Zdá se, že čtyřka je v přírodě velice oblíbená číslice ☺.

Co tedy vlastně znamená, když nějaké místo vykazuje živlovou rovnováhu? První myšlenka je nasnadě – jde o jakousi rovnováhu přírodních sil, které se v daném místě nacházejí. Ani moc horko, ani zima, tak akorát vody a vše zdravé, zelené, živé. Zítra tomu může být jinak, může pršet nebo být vichřice, ale dnes místo nabízí rovnováhu. Ale je to opět trochu složitější. Živly se harmonizují v rámci větších celků, a zahrnují nejen počasí, ale též stav země, včetně atmosféry a biosféry. Celková rovnováha živlů nastává v rámci celé planety, a navíc ve velmi dlouhých cyklech. Příkladem budiž například střídání ledových dob, nebo i jen prosté střídání léta a zimy. Vždyť například přebytek letního ohně se kumuluje do rozpálené skály, aby pomohl snižovat zimní teplotní deficit a tak podobně.

Pokud tedy nějaké místo vykazuje znaky živlové rovnováhy, jde o rovnováhu v rámci delšího období. Spíš než o příjemné a vyvážené momentální počasí, jde o dlouhodobou stabilitu a robustnost místa z hlediska ekologické, geologické i geomantické rovnováhy. Proto se živlová harmonie může klidně objevit i při extrémních výkyvech počasí, či dokonce třeba po zemětřesení. Globální energie živlu je nadčasová, komplexní a celistvá, vyjadřuje jakéhosi „egregora“, ducha či snad průměrné působení daného živlu. Odtud je jen kousek k představě vědomí, které daný živel představuje. Místa se živlovou harmonií jsou pochopitelně velmi silná zemská místa, která vynikají hlavně stabilitou, neměnností svého působení, zvyšují naše jistoty, upevňují důvěru v existenci stabilních hodnot. A pochopitelně jsou nadobytější příjemná a krásná. A takový je i pramen Novoměstské kyselky.

Sprej pro výrobu roztoku koloidního stříbra

Věděli jste, že...

Historicky bylo stříbro používáno od starověku, zejména pro skladování potravin a dezinfekci vody, první záznam o využití dusičnanu stříbrného jako lékařského prostředku pochází ze začátku osmého století n. l. Při středověkých křížových výpravách



měl každý rytíř svůj kalich, do kterého nalil vodu, pak pronášel dlouhou modlitbu a teprve číši pozvedl k ústům. I používání stříbrného nádobí a přístrojů mělo své opodstatnění. Stříbrné mince se dávaly dvakrát ročně do studny, aby pomohly čistit vodu. To, že se dodnes do hradních studen hází mince, nebylo dříve pro štěstí, ale za jednoduchým účelem desinfekce. Lidé si při modlitbě drželi stříbrné křížky u úst nebo je líbali. Dříve děti dostávaly do kolébky stříbrné řetízky s přívěsky, které také často cumlaly v ústech. Britská armáda před několika lety vzbudila pozornost novinkou ve výzbroji britské armády. Bojové antibakteriální trenýrky. V oblastech, kde jsou vedra, měly zabránit opruzeninám, svědění v rozkroku a podobným problémům v okolí intimních orgánů bojové antibakteriální trenýrky. Částečky stříbra byly vetkány do použité látky, navíc impregnované koloidním (tedy na velice malé částice rozptýleným) stříbrem. Antibakteriální a protizápachové ponožky a spodní prádlo se stříbrnými částečkami už jsou dnes celkem běžné v prodeji. V lékařství a kosmetice se stříbro používá pro hojivé, čistící, desinfekční a sanitární účinky.

Silverex sprej

Před rokem jsme vás v NR informovali o vynikajícím výrobku, který v ČR nebyl zatím moc známý. Jde o sprej, který dokáže během 30–60 minut uvolnit do běžné vody ionty částice stříbra o velikosti mezi 1–500 nm a stane se tak koloidním roztokem. Tím se stává běžná voda, kterou do spreje nalijete, skvělým pomocníkem k udržování krásné a svěží pokožky. Všechny

výrobky Silverex obsahují speciální stříbrnou pěnu. Kontaktní účinek stříbra je tak až 6000× vyšší. Silverex vám představuje nanostříbro jako přírodní antibiotikum, které maximalizuje vlastnosti a výhody stříbra. Stříbrná pěna obsahuje 99,99 % čistého stříbra.

Přes četné dotazy zákazníků, zda se dá koloidní stříbro z výrobku Silverex pít, musíme napsat, že vnitřní užívání koloidního stříbra není českou a evropskou legislativou povoleno. Proto bohužel nemůžeme na tyto četné dotazy odpovědět. V souladu s platnými vyhláškami je tedy koloidní roztok nabízen jen k vnějšímu použití jako desinfekce a tonikum.

Společnost Silverex vyvinula převratnou metodu výroby a použití nanostříbra, které má antibiotické, antiseptické a hojivé účinky. Metoda byla patentovaná a získala ocenění jako nejprogresivnější patent v roce 2006.

Stříbrná voda Silverex působí jako přírodní antibiotikum. Roztok se zevně používá zejména pro akné, popáleniny, spálení kůže při opalování, svědění kůže, opar, kvasinkovou nákazu, měkké kožní bradavice, při atopickém ekzému, lupěch, pro obměnu pokožky, při infekci uší a nosu, nadměrném pocení, akutním zánětu spojivek, kožních houbách a plísňích, kožních zánětech, otevřených ranách a zraněních, štipnutí hmyzem, lupénce. Další desinfekční působení stříbra je ideální pro eliminaci kožních nečistot před nanesením make-upu a po odlícení, jako náhrada vody po holení, na čištění ústní dutiny a nosu, pro jemné čištění pokožky hlavy, dětského zadečku při přebalování a dále preventivně na celé tělo. Silverex sprej se hodí pro suchou, mastnou i smíšenou pleť. Rozprašovač můžete neustále doplňovat, abyste měli stále čerstvou vodu se stříbrnými ionty.

Doporučení: neplňte slanou nebo chemicky ošetřenou vodou



Cena Silverex spray

1 ks: 1 300 Kč
2 ks: 2 300 Kč
3 ks: 3 000 Kč

Skladem je aktuálně 56 ks a po vyprodání nebude do konce roku další dodávka možná.

Objednávky a další informace na tel.: 775 506 780 a www.pmed.cz

novinka

INZERCE

VRBOVKA MALOKVĚTÁ

- 100 tobolek
1 ks 290 Kč
3 ks 800 Kč



VRBOVKA MALOKVĚTÁ + KOPŘIVA DVOUDOMÁ

- 100 tobolek
1 ks 290 Kč
3 ks 800 Kč

Peeling na nohy

s roztokem mléka z bambusového octa

1 balení (2 návleky)
250 Kč



Rdesno mnohokvěté

vařený mletý kořen
100 tobolek o velikosti 0 v balení

1 ks – 390 Kč
3 ks – 900 Kč



Kurkumin + PIPERIN V POMĚRU 10:1

100 tobolek velikosti 0 v balení
1 ks – 450 Kč
5 ks – 1 200 Kč



TERAPEUTICKÉ A PROFYLAKTICKÉ VAGINÁLNÍ TAMPONY

2 ks – 250 Kč
6 ks – 700 Kč



Smetánka LÉKAŘSKÁ – MLETÝ KOŘEN

100 tobolek velikosti 0 v balení
1 ks – 390 Kč
3 ks – 900 Kč



V tajence najdete dokončení citátu Thomase Manna (1875–1955), německého prozaika a esejisty, držitele Nobelovy ceny za literaturu. „Nemoc mívá zpočátku jen těžce rozeznatelné příznaky, ale dá se léčit. Když už ...“

Regena	ZNAČKA KILOPARSEKU	1.DÍL TAJENKY	BOJ	Regena	NÁDECH (knižně)	LENDLOVY INICIÁLY	SOUŘADICÍ SPOJKA	ZÁHYBY (SLANG.)
KRABÍČKA POSLEDNÍ ZÁCHRANY (zkratka)				FRANC. ZPĚVAČKA POZORNOST				
ZÁVOD NA VÝROBU PŘÍZ								
MORŠKÁ RYBA					NÁZEV ZN. LITRU KORÁLOVÝ ÚTES			
Regena	KÓD ZAIRU				OZNAČENÍ ABECEDY			
PAŠOVÁNÍ (zastarale)					OSTYCH			
POŠTOVNÍ NOVINOVÁ SLUŽBA (zkratka)				ANTICKÉ SLOUPOVÉ SÍŇ KVŮLI				
AUTORSKÝ ARCH (zkratka)			ČÍSLOVKA INICIÁLY MALÍŘE IVANOVA			TMAVOHNĚDÝ	INICIÁLY SPISOVATELE JIRÁSKA	
KRABÍČKA								
Regena	DÉLKOVÁ MÍRA SVĚT. ORGANIZACE				CITOSLOVCE BOLESTI SARMAN			
OMAMNÉ TEKUTINY				CHEM. ZN. HLINÍKU PANENKOVY INIC.		OSAMOCENA PRŮZRAČNÉ		
SOBOTA (zkratka)		3.DÍL TAJENKY PŘESTAT KOULET						
KÓD MĚNY NOVÉHO ZĚLANDU			ROVNOST (knižně) ZAKLENÍ				PLÁČAT DLANĚMI INFEKČNÍ CHOROBA	
Regena	ČIDLO ČICHU INIC. HERCE SVĚRAKA			DOUPATA MALÝ ZUB		SILNÁ PRÁNÍ LOVEČKÁ FANFÁRA		CHEM. ZN. TELLURU DÁMSKÝ OBLEK
NARIŽENÍ NEDEĚLAT NĚCO				NÁZEV PÍSMENE ZNAČKA VOLTMETRU		MÍSTNOSTI HAZARDU TIŠTĚNÉ DÍLO		KUJNÝ NEROST HASNICE
TÝKAJÍCÍ SE SKOKU					DOMÁCKÝ KATEŘINA EVROPAN		KREVŇ OBRAZ (zkratka) POZDĚJI	ROZTAVENÁ HMOTA (knižně) OSLÍ HLAS
Regena	ZLATO ÚSTŘEDNÍ VOJ. NEMOCNICE				VÝPLŇ ZUBU SOSNOVÝ LES		LÉČKY PRUH	
ŮZLABINA (knižně)				MUŽSKÉ JMÉNO SLOVENSKÉ ZAJMENO			POLITICKÁ STRANA ZVUK KURĚTE	
KÓD LETIŠTĚ VE VALVERDE			NEJVYŠŠÍ KARTA			2.DÍL TAJENKY		
SPOJOVACÍ SOUČÁSTKA			LEDOVCOVÝ KOTEL			ZVÝŠENÝ TÓN A		CHEM. ZN. AMERICIA
								POMŮCKA: AAI, AURUM, KULÉROVÝ, NZD, ŠL, VDE, ZAR

HAIRINA - BYLINNÝ ŠAMPON

Bylinný šampón s neemem, aloe, s olejem tea tree, olejem z pšeničných klíčků, šikakai, hennou a dalšími péstíciemi složkami pro normální a suché vlasy.



Obsahuje speciální směs bylin, která zbavuje vlasy nečistot, nevysušuje vlasy a vlasovou pokožku a dodává vlasům přirozený lesk, jemnost a pevnost. Aloe s hennou dodávají hebkost a lesk, amalaki s olejem z pšeničných klíčků vlasy vyživuje, citron s tea tree olejem chrání před lupy a bringradž působí proti padání, šedivění vlasů a podporují růst vlasů.

CENA: 279 Kč

VÍNO ČERVENÉ PARCO REALE, BIO

Bio červené víno nejvyšší kvality ze Sicílie, mající ovocnou vůni, s náznaky pomerančové kůry, lékořice a máty. Dozrává nikoli v nerezových tancích, ale v dubových sudech.

CENA: 349 Kč



Prodejna Ecce Vita
 U Pernikářky 111/2, Praha 5
www.eccevita.cz

Vážení luštitelé, k vyluštění tajence uvádějte celé jméno a adresu, i pokud zasíláte odpověď e-mailem.

Vylosování výherci bez celé uvedené adresy budou přeskočeni a vybrán jiný luštitel!

Tajenku se svou poštovní adresou posílejte do 10. listopadu e-mailem: tajenka@e-regena.cz nebo na adresu: Severovýchodní II 1456/45, 141 00 Praha 4 (obálku označte heslem Křížovka).

Pět vylosovaných luštitelů obdrží dárek.

Vylosování výherci křížovky z minulého čísla:

Jaroslav Stejskal, Vesec
 Jaroslava Aniolová, Ostrava-Jih
 Filip Krupička, Praha
 Anna Jircová, Mladá Boleslav
 Jaroslav Pleticha, Broumov

Tajenka z minulého čísla:

Dnešní lékařská věda si ničeho tak neváží jako vleklých nemocí.

Plazmový generátor RPZ 14

experimentální přístroj pro ničení bakterií a virů
pracující dle poznatků Dr. Royala Raymonda Rifa



VÝBĚR PRACOVÍŠŤ S UMÍSTĚNÝM RPZ 14 A VÝŠKOLENÝM PERSONÁLEM

ČESKÁ REPUBLIKA FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ

Alena Menšíková
Paseky 499, 73911 Frýdlant nad Ostravicí
tel.: 777 677 231, e-mail: gral.a@centrum.cz
ATHON 7 – plazma generator
Plazmový generátor RPZ14,
Diagnostika, Diacom,
TimeWaver – analýza energetického a
informačního pole, Léčebná pyramida,
Ceragem – masážní lehátko
Bemer – cévní terapie

PRAHA NOVĚ ZAPPER AVALANCHE

Čáslavská 9, Praha 3
tel.: 734 188 599, 603 452 494
www.zapperavalanche.cz
ATHON 7 – plazma generator
Plazmový generátor RPZ 14
diagnostika – F-SCAN3

ZAPPER-CLUB

Anny Letenské 16, Praha 2
tel.: 734 188 668
www.parazitvivas.cz
www.zapper-club.cz

Regenerační a diagnostické centrum AVASA

Křížkova 19, Praha 8
tel.: 734 384 673

Iveta Nurová

Karlovo náměstí 17, Praha 2
www.detox-synergy.cz
tel.: 776 719 528, recepce: 773 523 007

Naturopatická poradna

Moskevská 42, Praha 10 – Vršovice
www.cistakrev.cz, info@cistakrev.cz
Tel.: 602 295 260

Zapper centrum Praha

Svatovítská 18, Praha 6
Objednávky a info: 606 909 540
Plazma služba: 722 246 680
praha@zapper-centrum.cz
www.plazmovygenerator.cz

Zapper AA Centrum Ženské domovy

Ostrovského 3
Praha 5 – Smíchov
www.zapperaa.cz
e-mail: zapperaa@seznam.cz
tel.: 737 136 684

Centrum Biorezona s.r.o.

V Pátém 226, Praha 9 – Klánovice
tel.: 731 525 778, info@biorezona.cz
www.biorezona.cz

Radka Skrčená

Komofánská 19, Praha 4-Modřany,
Telefon: +420 723 932 640
E-mail: r.leceni@seznam.cz
www.leceni-radka.cz

Poradna Irisdiagnosis

Marie Almásová
Květnového vítězství 9,
Praha 4-Chodov, 149 00
tel.: 603 477 282,
almasovam@seznam.cz
www.irisdiagnosis.cz

Ing. R. Dlpa, CSc

Karlovo nám. 17, bud. A, Praha 2
tel. 773 523 007

RESONANCIA.CZ

Poradna alternativní medicíny
All4life, s.r.o.
Na Vinicích Horáč 24 (Hanspaulka)
160 00 Praha 6 – Dejvice (Bořislavka)
tel.: 733 181 444
www.resonancia.cz
poradna@resonancia.cz

BEROUN – KRÁLŮV DVŮR SPIRITCENTRUM

267 01 Plzeňská 485
tel.: 773 697 777, 727 880 590
www.spiritcentrum.cz

BÍLINA

SIDFIT

regenerační centrum
Miluše Siedeková
Kyselská 422/19b, 418 01 Bílina
tel.: 604 282 805
sidfit@seznam.cz
www.sidfit.cz

BRNO

ZDRAVO s. r. o.
Videňská 41, Brno
Biorezonanční metoda BICOM Optima –
PLAZMA RPZ 14, Ag. Ing. J. Kovář –
tel.: 608 337 305, 543 214 385
e-mail: zdravo@sky.cz

Zapper centrum
Novobránská 16, Brno

Terapie plazmovým generátorem a měření
frekvencí pomocí přístroje Spooky2
Přístrojová detoxikace těžkých kovů
Věra Ryměšová, tel.: 608 888 559
Martin Ryměš, tel.: 608 377 444
zappercentrumbrno@centrum.cz
www.zappercentrum.com
www.spooky2.info

NÁVRAT ZDRAVÍ –

poradna celostní medicíny

diagnostika – Sensitive Imago, reflexní terapie,
plazmový generátor, řešení příčin nemocí –
epigenetická fytotherapie
Jamborova 42, Brno
tel.: 734 360 861, info@navratzdravi.cz
www.navratzdravi.cz

FRÝDEK-MÍSTEK

Harmony life

Centrum detoxikace a regenerace
Politických obětí 118
Frýdek-Místek
tel.: 733 209 554, info@harmony-life.cz
www.harmony-life.cz

FRÝDLANT NAD OSTRAVICÍ

Alena Menšíková

Paseky 499, 73911 Frýdlant nad Ostravicí
tel.: 777 677 231
e-mail: gral.a@centrum.cz
Diagnostika: Diacom
TimeWaver – analýza energetického
a informačního pole,
Léčebná pyramida
Ceragem – masážní lehátko
Bemer – cévní terapie

HAVÍŘOV

Studio zdraví

Mgr. Kristína Mrůzková
Dělnická 41 – budova Rekultivace, Havířov
tel.: 602 511 220,
kamrozakova@seznam.cz
www.studiozdravihavirov.cz

LETOHRAD – JABLONNÉ NAD ORLÍCÍ

QM Tronic, s. r. o.
Dr. Petr Mařík, Jablonné nad Orlicí
tel.: 777 889 191
poradenstviprozdravi@email.cz
www.poradenstviprozdravi.cz

JIHLAVA

Naturopatická poradna Jihlava
Masarykovo nám. 1188/45, Jihlava

www.odkoveni.cz, tel.: 731 426 846
e-mail: info@odkoveni.cz

JINCE

Veterinární práce s RPZ 14

Jana Havlová
Křešín 22, Jince 262 23
tel.: 318 692 366 (724 826 762)
www.plazmovygenerator.greina.net
Najdete Nás také na Sumavě
tel.: 739 626 187

KLADNO

ZAPPER CENTRUM Kladno

Stará 226, Kladno
Objednávky: 606 908 510
kladno@zapper-centrum.cz
www.plazmovygenerator.cz

KLATOVY

1. Zapper detox centrum s.r.o.

Dr. Sedláka 937, Klatovy
339 01 Klatovy
tel.: 606 828 402
www.1zapper.cz

OPAVA

STUDIO REGENERACE

Boční ul. č. 10, Opava-Jaktař
tel.: 732 124 325
regeneracebrodickova@centrum.cz

OSTRAVA

ALL 4 LIFE s. r. o.

poradna alternativní medicíny
Kalusova 827/10 (tram. zast. Prostraný)
709 00 Ostrava-Mariánské Hory
tel.: 739 514 843, poradna@all4life.eu
www.all4life.eu

PARDUBICE

Arnošt Smolný

Poradna komplexní péče o člověka
diagnostika-Senzitiv Imago
plazmový generátor RPZ 14, EFT terapie
Sukova třída 1556, 530 02 Pardubice
tel. 602 413 398, asmolny@volny.cz
www.zdravivzrcadle.cz

PÍSEK

Kamila Rendlová
Mírové Nám. 708/7, 39701 Písek
tel.: 607 651 517

PODĚBRADY

Centrum VITALIS Poděbrady
Nádražní 71

Poděbrady-Velké Zboží
tel.: 608 428 726, info@centrumvitalis.cz
www.centrumvitalis.cz

PLZEŇ

ZAPPER CENTRUM PLZEŇ

Jablonského 62, Plzeň
Objednávky: 606 909 229
plzen@zapper-centrum.cz
www.plazmovygenerator.cz

ZLÍN

Studio světa Kris

Ludmila Kristýna Křenková
Kotěrova 880, F-scan 3
tel.: 608 503 897
www.studiosvetlakris.cz

SLOVENSKO

MVDr. Agnesa Müllerová

GOLDEN VITAE, s.r.o.
Garbiarska 5, 040 01 Košice
Tel.: +421 905 227 897
goldenvitae3@gmail.com
www.goldenvitae.sk

Drotex comp., s.r.o.

Dušan Matejček

diagnostika Imedis, terapie Imedis
a Zapper, ul. 1. mája 99 (plavárň), 972 51,
Handlová
www.prirodalici.sk
e-mail: info@prirodalici.sk
tel.: +421 907 728 804

Alternatívna Medicína

Katarína Becková

počítačová diagnostika diacom,
terapie plazma generator
Ilašovce 36, okr. Spišská Nová
Ves, 053 11, tel. č.: 0907 406594,
e-mail: katarinabeckova@azet.sk

Zapper Centrum Bratislava

Rusovská cesta 36
Tel.: +421 908180164
info@zappercentrum.sk
www.zappercentrum.sk





LIDÉ ODČERVUJÍ SVÉ DOMÁCI MAZLIČKY PRAVIDELNĚ A VELICE ZODPOVĚDNĚ PROTOŽE VÍ, ŽE PARAZITI ZPŮSOBUJÍ NEMALÉ ZDRAVOTNÍ POTÍŽE.

MYSLÍTE TAKÉ NA SEBE?

Pokud byste u nás chtěli zakoupit přístroje na měření frekvencí a na likvidaci frekvencí parazitů, velice neradi je posíláme poštou. Je potřeba osobní konzultace, s přístroji se naučit pracovat a udělat plán postupu, což činíme v Zapper-clubu při každém zakoupení frekvenčních přístrojů. Větší přístroje jako plazmový generátor rozvážíme po celé republice a po domluvě instalujeme přímo u vás doma. Osobně změříme frekvence vašich nejbližších a uděláme plán, jak postupovat.

EXPERIMENTÁLNÍ LABORATORNÍ FREKVENČNÍ PŘÍSTROJE:



F-SCAN

- mobilní i profesionální verze
- vyrobeno ve Švýcarsku
- paměť na 100 měření
- PC program zdarma
- školení zdarma

Cena od 37 000 Kč



MĚŘENÍ FREKVENCÍ

„Nestřílejte“ takzvaně do prázdna! U nás získáte přesné frekvence odezvy vašeho těla na plísně, viry, bakterie a parazity. Frekvence měřené přístrojem F-scan jsou naprosto přesné a je možné je i nahrát přímo do vašeho Zapperu nebo Plazmového generátoru.

Měření frekvencí **500 Kč**



Plazmový generátor RPZ - 14 (PC - USB vstup)

Cena základ 129 000 Kč

+ doprava a školení po ČR zdarma



350 Kč

PARAZITI V NÁS

Šokující pravdu o příčině řady onemocnění se dočtete v zajímavé knize „Paraziti v nás“. Již sám titul napovídá, že kniha je napsána o parazitech, kteří osídluji lidská těla. Ačkoli se vám zdá být nemožné, že by se tento problém mohl týkat právě vás, zkuste se začíst a možná připustíte, že na každém šprochu je pravdy trochu.

NOVÝ SUPER RAVO ZAPPER



- + Nový moderní design
- + Delší výdrž baterie
- + v ceně kniha Dr. Clark
- + CAFL
- + cestovní kufřík
- + ruční elektrody
- možnost nahrání vašich osobních frekvencí
- proškolení u nás zdarma

Cena s příslušenstvím 12 000 Kč



*OD 10 KS OD JEDNOHO PRODUKTU MOŽNOST NÁKUPU ZA VELKOOBCHODNÍ CENY.

CORDYCEPS extra strong

Balení:

- 90 kapslí x 500 mg čistá hmotnost extraktu 45g
- 1 tobolek obsahuje Cordyceps sinensis 500mg
- 100% čistý extrakt
- vysoký obsah účinných látek
- více než 40% polysacharidů a 15% manitolu
- neobsahuje plnidla ani konzervační látky
- rostlinné tobolek
- vhodné pro vegetariány a vegany
- doplněk stravy

Cordyceps působí blahodárně na náš organismus vyčerpaný buď nemocemi a léky nebo fyzickou či duševní prací.

1ks - 990 Kč

2ks zvýhodněná cena 1 800 Kč